

# Voimaannuta potilaasi

**V**oimaannuta potilaasi empowerment ja sen suomenkielinen käännös voimaannuttaminen on sana, jota on käytetty kuvaamaan muun muassa sitä, kuinka yksilöä tuetaan paremmin itse hallitsemaan omia asioitaan. Sopii käsitteellisesti siis mainiosti terveyden edistämiseen – ja erityisesti suun alueen sairauksien ehkäisyyn. Suun terveydenhuollossa on aivan keskeisen tärkeää, että potilas saadaan mukaan hoitoon ja ymmärtämään, mitä tehdään ja miksi – ja ennen kaikkea, miten hän omilla toimillaan voi estää sairauksien syntyminen. Jo potilaslaki velvoittaa antamaan potilaalle tietoa hänen hoitoonsa liittyvistä asioista. On harmillista jälkikäteen selvittää, miksi ei ole kerrottu potilaalle asioita, jotka hänen olisi pitänyt tietää.

Vaikka hammaslääkärit ovat potilaiden mielestä usein kovia puhujia, niin silti Terveys 2000 -tutkimuksen mukaan aikuisten terveysneuvonnan ja erityisesti omahoidon neuvonnan osuus on vastaanottotyössä hälyttävän pieni. Tutkituista aikuisista 70 prosenttia kertoi saaneensa hampaiden puhdistusta tai hammaskiven poistoa ja 37 prosenttia fluorilakkausta. Silti vain 7 prosenttia muisti saaneensa harjausopetusta, 2 prosenttia ravintoneuvontaa ja 3 prosenttia fluorin käytön neuvontaa. Ehkä useammankin kohdalla on asia ollut esillä, mutta sikäli riittämättömästi, että potilas ei muista asiaa. Kahdella kolmasosalla suomalaisista aikuisista on kuitenkin hampaiden kiinnityskudossairauksia, myös nuorilla aikuisilla. Jos on kansalla parantamista harjausinnossa, niin kyllä on ammattilaisillakin kohennettavaa. On tärkeää, että hammaslääkäri jokaisen potilaan kohdalla muistaa miettiä niitä keinoja, joilla juuri häntä voitaisiin voimaannuttaa ottamaan paremmin itse vastuuta suunsa terveydestä. Vaikka terveyden edistämisen tehtäviä on siirretty suuhygienisteille ja hammashoitajille on tärkeää, että myös hammaslääkäri ottaa asian puheeksi ja näin vahvistaa viestiä.

Hammaslääkäriiliiton Kustannus on uusinnut potilasohjeensa. Esitteitä on saatavana sekä suomen- että ruotsinkielisinä, ja niiden tekstit ovat asiantuntijoiden tarkistamia. Esitteistä kerrotaan tarkemmin lehden sivuilla 1202–1203. Malliksi tämän lehden välissä on hampaiden puhdistamisesta kertova esite. Paras paikka ohjeille on vastaanottohuoneessa, jossa hammaslääkäri tai suuhygienisti pystyy antamaan jokaisen potilaan tarpeeseen sopivan esitteen. Esitteet sopivat niin terveyskeskusten kuin yksityisvastaanottojen

käyttöön. Osa uusista esitteistä (Suunhoitoa ikäihmiselle, Sydänpotilaan suunhoito, Diabeetikon suunhoito ja Tekonivelpotilaan suunhoito) on muokattu alun perin Porin ja Rauman terveyskeskuksissa tehdyistä esitteistä. Yhteistyöstä kiitos kehittäjille.

Vaikka suun terveyden ylläpitämisen periaatteet ovat kaikille samat, ei kaikille silti pidä esittää asioita samalla kaavalla. Ihmisillä on erilaisia valmiuksia ja elämäntilanteita ymmärtää ja toimia toivomallamme tavalla. Viesti täytyy osata räätälöidä kullekin sopivaksi. Hoitoesitteiden rooli on tukea puhuttuja ja vastaanotolla kädestä pitäen näytettyjä asioita. Tästä on käytetty myös käsitettä ”informaatioresepti” – samoin kuin ylipainoisille kirjoitetaan nykyään ”liikuntareseptiä”. Hyvä keino on alleviivata huomiokynällä esitteestä ne kohdat, jotka ovat tärkeitä juuri kyseiselle potilaalle.

Informaation antaminen kannattaa kirjata myös hoitotietoihin. Ihmisten tapojen ja tottumusten muuttaminen ei käy helposti ja asiaa tulee seurata. Mikä onkaan tehokkaampaa, kuin että pystyy seuraavalla kerralla esittämään potilaalleen jonkin täsmäkysymyksen hänelle annetuista ohjeista. Tämä ei ole mahdollista silloin, kun hoito perustuu ensiapukäynteihin ja kertaluonteisiin hoitosuhteisiin – hyvä huomata, että tästäkin syystä hoitosuhteen jatkuvuus ja kutsujärjestelmä ovat tärkeitä.

Tarpeen on myös pohtia kaikkia keinoja, joilla suun terveyttä voidaan edistää. Yksityisvastaanoton tai terveyskeskuksen kotisivuille voi laittaa linkin Hammaslääkäriiliiton uusien kotisivujen ([www.hammaslaakariliitto.fi](http://www.hammaslaakariliitto.fi)) Suun terveys -osioon. Hyvää ja puolueetonta tietoa on myös esimerkiksi Duodecimin ylläpitämässä terveyskirjastossa ([www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi)). Hammaslääkäriiliiton kotisivuilla on lisäksi ammattilaisille koottua tietoa terveyden edistämisen keinoista.

On tarpeen uudelleen arvioida niitä käytäntöjä, joilla potilaskohtaista terveyden edistämistyötä tehdään. Miljoona suomalaista aikuista tapaa vuosittain yksityishammaslääkäriin ja toinen miljoona terveyskeskushammaslääkäriin. Meillä on aika monta mahdollisuutta vaikuttaa ja voimaannuttaa.

MATTI PÖYRY