

Millaiset psykososiaaliset menetelmät ovat tehokkaita ensipsykoosien ja skitsofrenian hoidossa?



TULOKSET

Seuraavat menetelmät olivat vaikuttavia ensipsykoosiin sairastuneiden hoidossa:

Ensipsykoosi-interventiot⁺

Vähensivät

- kokonaisoireita^{3a**b}
- positiivisia oireita* ^{3a**b}
- negatiivisia oireita* ^{3ab}
- masennusoireita^{3a}
- hoidon keskeytyksiä^{3a}
- sairaalahoidon tarvetta^{3a}
- työttömyyttä^{3a}
- sairauden pahenemisvaiheita^{3a}

Kohensivat elämänlaatua^{3a**b}

Kognitiivinen käyttäytymisterapia

Vähensi

- positiivisia oireita* ^{2a**}
- negatiivisia oireita* ^{3a**}

Kohensi toimintakykyä^{3b}

Perheinterventiot⁺⁺

Kohensivat toimintakykyä^{1b*}

Vähensivät kokonaisoireita^{2b*}

Tulokset jatkuvat toisella sivulla

SELITTEET

*Skitsofrenian oireet jaetaan positiivisiin, negatiivisiin sekä kognitiivisiin oireisiin. Positiivisia oireita ovat aistiharhat ja harhaluulot. Negatiivisia oireita ovat tunteiden vähentyminen, vetäytyminen sosiaalisista suhteista sekä mielihyvän tunteen vähentyminen. Kognitiivisia oireita ovat toiminnanohjauksen ja muistin vaikeudet.²

¹ vahva vaikutus

² keskimääräinen vaikutus

³ vähäinen vaikutus

^a verrattuna tavanomaiseen hoitoon

^b verrattuna toiseen aktiiviseen hoitomuotoon, joka oli tutkimuksen kohteena

^c verrattuna tavanomaisen hoidon ja toisen aktiivisen hoitomuodon yhdistelmään

** vaikutus säilyi tai havaittiin seuranta-aikana

⁺ *Ensipsykoosi-interventiot* yhdistävät lääkitystä ja useita psykososiaalisia hoitomenetelmiä

⁺⁺ *Perheinterventiot* sisältävät erilaisia menetelmiä, joissa on mukana perheenjäseniä

TAUSTA

Skitsofreniaryhmän psykoosit ovat suhteellisen yleisiä, usein pitkäaikaisia ja vakavasti toimintakykyä heikentäviä mielenterveyshäiriöitä. Näille oireyhtymille ovat ominaisia psykoosijaksot, joiden aikana henkilön todellisuudentaju ja usein myös kyky säädellä käyttäytymistään heikentyvät merkittävästi^{3,4}. Yleisin psykoosisairaus on skitsofrenia. Siitä toipumisen todennäköisyys ei ole lisääntynyt viime vuosikymmenien aikana psykoosilääkkeiden saatavuudesta huolimatta^{5,6}. Psykososiaalisia menetelmiä[‡] on kehitetty läkehoidon rinnalle kohentamaan psykoosia sairastavien henkilöiden toimintakykyä ja toipumista psyykkisestä sairaudesta^{7,8}.

[‡] *Psykososiaaliset menetelmät ovat monimuotoisia toimia, joiden avulla edistetään mm. henkilön terveyttä, toimintakykyä ja hyvinvointia pyrkimällä vaikuttamaan hänen tiedon käsittelynsä, tunteiden hallintaansa tai käyttäytymiseensä.*



Millaiset psykososiaaliset menetelmät ovat tehokkaita ensipsykoosien ja skitsofrenian hoidossa?



TULOKSET

Seuraavat menetelmät olivat vaikuttavia skitsofreniaa sairastavien hoidossa:

Adaptiiviset kognitiiviset interventiot (CCI)***

Vähensivät

- positiivisia oireita^{3c**}
- negatiivisia oireita^{3c}

Kohensivat sosiaalista toimintakykyä^{3c**}

Hallusinaatioihin keskittyvä integratiivinen hoito****

Vähensi negatiivisia oireita^{2a}

Hoitoon sitoutumista tukeva terapia (Adherenssiterapia)

Vähensi kokonaisoireita^{2a}

Hyväksymis- ja omistautumisterapia

Vähensi

- sairaalahoidon tarvetta^{2c}
- sairauden pahenemisvaiheita^{2c}
- masennusoireita^{2a}

IPS tuetun työllistymisen malli

Vähensi työttömyyttä^{2b,1c}

Kognitiivinen käyttäytymisterapia

Vähensi

- kokonaisoireita^{3a**b**c**}
- positiivisia oireita^{3ab**c**}
- negatiivisia oireita^{1‡a, 3b**c}
- sairauden pahenemisvaiheita^{3a}

Kohensi

- toimintakykyä^{2a,3c}
- sosiaalista toimintakykyä^{2a}
- elämänlaatua^{3a}

Kognitiivinen remediaatio*****

Vähensi

- negatiivisia oireita^{2c**}
- kokonaisoireita^{3a}
- positiivisia oireita^{3a}
- masennusoireita^{3c}

Kohensi

- toimintakykyä^{3abc**}
- sosiaalista toimintakykyä^{3c}
- kognitiota^{3abc**}

Mindfulness

Vähensi

- kokonaisoireita^{1a,2b**,1c**}
- negatiivisia oireita*^{3b}

Kohensi toimintakykyä^{1a}

Perheinterventiot**

Vähensivät

- kokonaisoireita^{1a}
- positiivisia oireita^{2a}
- sairauden pahenemisvaiheita^{2a**,3c}

Kohensivat toimintakykyä^{1a}

Psykoedukaatio

Vähensi

- sairaalahoidon tarvetta^{2a}
- kokonaisoireita^{3ac}
- sairauden pahenemisvaiheita^{3ac}

Kohensi sosiaalista toimintakykyä^{3c}

Sairauden uusiutumisen ehkäisemisen ohjelma

Vähensi kokonaisoireita^{1a**}

Sosiaalis-kognitiivinen terapia

Kohensi sosiaalista toimintakykyä^{1a}

Sosiaalisten taitojen harjoittelu

Vähensi

- kokonaisoireita^{2a,3bc**}
- negatiivisia oireita^{3c**}
- sairauden pahenemisvaiheita^{3c}

Kohensi sosiaalista toimintakykyä^{3c}

Tietokoneavusteiset kognitiiviset harjoitteet (CCDPT)

Vähensivät

- positiivisia oireita^{3b}
- masennusoireita^{3b}

Työryhmäpohjainen tehostettu avohoito (ACT)

Vähensi

- positiivisia oireita^{1a}
- kokonaisoireita^{2a}

*** *Adaptiiviset kognitiiviset interventiot*: pyritään auttamaan kuntoutujaa selviämään kognitiivisten vaikeuksiensa kanssa tekemällä muutoksia asumisympäristöön ja auttamalla häntä löytämään korvaavia apukeinoja.

**** *Hallusinaatioihin keskittyvä integratiivinen hoito*: erityisesti kuuloharjojen hoitoon kehitetty menetelmä, joka yhdistää mm. kognitiivista käyttäytymisterapiaa, psykoedukaatiota ja lääkitystä.

***** *Kognitiivinen remediaatio*: pyritään harjoittelemalla parantamaan tiedollisia toimintoja, mm. tarkkaavaisuutta, muistia ja tietoisuutta omasta ajattelusta.

‡ kun toteutettu perheinterventiona

Millaiset psykososiaaliset menetelmät ovat tehokkaita ensipsykoosien ja skitsofrenian hoidossa?



AINEISTO JA MENETELMÄT

Näyttövinkki perustuu vuonna 2023 julkaistuun tasokkaaseen sateenvarjokatsaukseen¹. Katsaus sisälsi 11/2021 mennessä julkaistut meta-analyysit, joissa oli tutkittu psykososiaalisten interventioiden tehoa verrattuna tavanomaiseen hoitoon tai muuhun aktiiviseen hoitoon ensipsykoosiin sairastuneilla ja skitsofreniaa sairastavilla henkilöillä. Katsaukseen sisältyi 78 meta-analyysiä ja viisi verkostometaanalyysiä (1 246 RCT-tutkimusta, n = 84 925). Katsaukseen mukaan otettujen meta-analyysien laatu oli hyvä, mutta niihin sisältyvien alkuperäistutkimusten laatu vaihteli huonosta keskitasoiseen. Tutkittavilla diagnooseina olivat ensipsykoosi, skitsofrenia, skitsoaffectiivinen häiriö tai muu psykoosi. Katsauksen menetelmällinen toteutus on kuvattu yksityiskohtaisemmin alkuperäisessä julkaisussa¹. Sateenvarjokatsauksen laatu arvioitiin JBI:n järjestelmällisen katsauksen arviointikriteeristöllä**.

KÄYTTÖ- KELPOISUUS SUOMESSA

Katsaus vahvistaa psykososiaalisten menetelmien merkitystä ensipsykoosien ja skitsofrenian hoidossa. Katsauksessa tehokkaiksi todettuja psykososiaalisia hoitomenetelmiä on vaihtelevasti käytössä Suomessa^{4,5,9} ja on epäselvää, toteutetaanko niitä standardien mukaisesti. Terveydenhuollon palveluvalikoimaneuvoston (Palko) suosituksessa todetaan, että vaikuttaviksi todetut psykososiaaliset menetelmät kuuluvat mielenterveys- ja päihdehäiriöissä terveydenhuollon palveluvalikoimaan osana tavoitteellista hoitoa tai kuntoutusta niiden kaikissa vaiheissa⁹. Psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuutta lisää toistuvuus sekä terveydenhuollon ammattilaisen tai terapeutin aktiivinen rooli. On huomionarvoista, että menetelmät eivät ole vaikuttavia, mikäli potilas ei ole itse niihin sitoutunut.⁴

YHTEENVETO

Katsauksen perusteella skitsofreniaryhmän psykoosien hoitoon on olemassa lääkehoidon rinnalle tehokkaita psykososiaalisia menetelmiä. Ensipsykoosi-interventiot ovat suositeltavia ensipsykoosipotilaiden hoidossa. Skitsofreniaa sairastaville ensisijaisiksi hoitomuodoiksi suositellaan kognitiivista käyttäytymisterapiaa ja remediaatiota. Lisäksi molemmilla kohderyhmillä perheiden osallistaminen hoitoon lievittää oireita. Kokonaisuudessa on hyvä huomioida eri tilanteisiin soveltuvat menetelmät, esimerkiksi IPS oli ainoa työllistymiseen positiivisesti vaikuttava menetelmä.

LAATIJAT

1 Tolonen, Jonna¹, tt yamk, tohtorikoulutettava
2 Jääskeläinen, Erika¹, psykiatrian erikoislääkäri, LT, dosentti
3 Kiviniemi, Liisa², sh, TtT, yliopettaja
4 Moilanen, Kristiina³, psykiatrian ja nuorisopsykiatrian erikoislääkäri, LT

Editointi: Silja-Elisa Eskolin⁴, nuorempi tutkija ja Mira Palonen⁴, vanhempi tutkija

¹Väestöterveyden tutkimusyksikkö, Oulun yliopisto, ²Oulun ammattikorkeakoulu, ³Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue (Pohde), ⁴Hoitotyön tutkimussäätiö sr

ALKUPERÄINEN JULKAISU

- Solmi M, Croatto G, Piva G, Rosson S, Fusar-Poli P, Rubio JM, Carvalho AF, Vieta E, Arango C, DeTore NR, Eberlin ES, Mueser KT, Correll CU.** Efficacy and acceptability of psychosocial interventions in schizophrenia: systematic overview and quality appraisal of the meta-analytic evidence. *Mol Psychiatry*. 2023; 28(1): 354–368.

**Katsauksen laatu: 9/10, JBI: Checklist for Systematic Reviews and Research Syntheses.

MUUT KÄYTETYT LÄHDEVIITTEET

- Skitsofrenia. Käypä hoito -suositus.** Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Psykiatriyhdistys ry:n asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2022 (viitattu 30.1.2024). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi.
- Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2019:** a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet Psychiatry* 2022; 9: 137–50.
- Palveluvalikoimaneuvoston suositus: Skitsofreniaryhmän psykooseja sairastavien kognitiivinen kuntoutus.** STM051:00/2020, VN/3040/2022. https://palveluvalikoima.fi/documents/1237350/165787433/Suositus+kognitiiviset_kuntoutusmenetelmät.pdf
- Jääskeläinen E, Juola P, Hirvonen N, McGrath JJ, Saha S, Isohanni M, et al.** A systematic review and meta-analysis of recovery in schizophrenia. *Schizophr Bull* 2013; 39: 1296–306.
- Huxley P, Kraye A, Poole R, Prendergast L, Aryal S, Warner R.** Schizophrenia outcomes in the 21st century: A systematic review. *Brain Behav* 2021; 11.
- Morin L & Franck N.** Rehabilitation Interventions to Promote Recovery from Schizophrenia: A Systematic Review. *Front Psychiatry* 2017; 8, 1–12.
- Hiekkala-Tiusanen L., Halunen M, Mehtälä T & Kiesepää T.** Psykososiaaliset menetelmät skitsofrenia hoidossa ja kuntoutuksessa. *Duodecim* 2019; 135: 2011–9.
- Palveluvalikoimaneuvoston suositus: Psykoterapiat ja muut psykososiaaliset hoito- ja kuntoutusmenetelmät mielenterveys- ja päihdehäiriöiden hoidossa.** 2018. <https://palveluvalikoima.fi/psykoterapiat-ja-muut-psykososiaaliset-hoito-ja-kuntoutusmenetelmat-mielenterveys-ja-paihdehairioiden-hoidossa>