

Millaiseen ohjaukseen teach-back-menetelmä soveltuu terveydenhuollossa ja mitä toteutuksessa on tärkeää huomioida?

Hotus
NÄYTTÖVINKKI®
6/2024 – Päivitys (9/2017)



TULOKSET

Teach-back*-menetelmä soveltuu osaksi ohjausta

- yksilöllisesti harkiten kaikille terveydenhuollon asiakas- ja potilasryhmille (jatkossa asiakas)^{1,2}
- erityisesti silloin, jos asiakkaalla on heikko lukutaito, kognitiivisten kykyjen alenemaa tai esimerkiksi ikään liittyvää muistamattomuutta^{1,2}
- esimerkiksi:
 - pitkäaikaiseen terveysongelmaan** liittyvässä omahoidon ohjauksessa^{1,2,3}
 - kotiutumisen yhteydessä toteutettavassa ohjauksessa^{1,2}

Teach-back-menetelmän toteuttamisessa on tärkeää huomioida, että

- työyksiköissä on yhtenäiset käytännöt menetelmän käyttöön¹
- menetelmä vakiinnutetaan käyttöön ja sitä käytetään säännöllisesti¹

Yhtenäinen, vakiintunut ja säännöllinen teach-back-menetelmän käyttö luo parhaat edellytykset sille, että potilas ymmärtää omaa terveysongelmaansa, hoitoaan sekä komplikaatioiden ehkäisyä ja että hänellä on ajantasaiset tiedot ja taidot oman toimijuutensa tueksi¹.

Teach-back-menetelmän avulla on mahdollista

vahvistaa asiakkaan

- tietoa omasta terveysongelmastaan ja siihen liittyvistä asioista¹
- terveydenlukutaitoa (*health literacy*)^{2,3}
- omahoitotaitojen kehittymistä^{1,2}
- toimijuutta omassa hoidossaan ja sen toteuttamisessa^{1,2}
- yleistä tyytyväisyyttä hoitoon²
- onnellisuutta^{2,3}
- minäpystyvyyden tunnetta^{1,3}
- elämänlaatua^{1,2}

Toimijuuden vahvistuminen voi näkyä esimerkiksi hoitovälineiden, kuten inhalaattorin, käytön parempana hallintana, ravitsemustottumusten kehittymisenä terveellisempään suuntaan ja omaseurannan (esim. paino, verensockeriseuranta) aktiivisempänä toteuttamisena.^{1,2} Lisäksi teach-back-menetelmän käytöllä on mahdollista vahvistaa asiakaslähtöistä vuorovaikutusta ja vanhempien toimijuutta astmaa sairastavien lasten ohjaustilanteissa².

vähentää

- asiakkaan kotiutumisen jälkeisiä suunnittelemattomia uusintakäyntejä^{1,2}
- syöpää sairastavien oirekokemusta ja ahdistusta³
- sektiota odottavien naisten ahdistusta²

KÄYTTÖKELPOISUUS SUOMESSA

Tuloksia voidaan hyödyntää soveltuvin osin kaikissa niissä sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköissä, joissa ohjataan asiakkaita ja potilaita. Tuloksia voidaan hyödyntää myös sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisten koulutuksessa.

Teach-back-menetelmää käytettäessä on tärkeää tiedostaa siihen toisinaan liittyvä kokemus stigmosta esimerkiksi tilanteissa, joissa asiakkaalla on kielellisiä haasteita tai ymmärtämisen vaikeuksia⁴. Ammattilaisen on tärkeää pitää esillä sitä, ettei menetelmän tarkoituksena ole arvostella tai arvioida henkilöä. Menetelmän tavoitteena on sen sijaan varmistaa tiedon ymmärrettävyys, tukea muistamista sekä tunnistaa yhdessä lisätiedon tarve.

SELITTEET

*Englanninkielisessä kirjallisuudesta menetelmästä käytetään myös käsitteitä *tell-me*, *teach-to-goal*, *show-me*, *show-back* ja *closing the loop*⁴, jotka kaikki kuvaavat potilaan aktiivista roolia ohjauksessa.

**Tässä Näyttövinkissä käytetään käsitettä pitkäaikainen terveysongelma. Käsite viittaa ei-tartunnallisiin pitkäaikaissairauksiin (*non-communicable diseases, NCD*), joita ovat esimerkiksi sydän- ja verisuonisairaudet, diabetes sekä keuhko- ja syöpäsairaudet.

Millaiseen ohjaukseen teach-back- menetelmä soveltuu terveydenhuollossa ja mitä toteutuksessa on tärkeää huomioida?



TAUSTA

Teach-back* on ohjauksessa käytettävä vuorovaikutusmenetelmä, jossa sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilainen pyytää asiakasta ohjauskeskustelun aikana toistamaan omin sanoin keskeiset käsitellyt asiat. Teach-back-menetelmää voidaan käyttää sellaisenaan tai osana muita ohjausmenetelmiä. Teach-back-menetelmän on osoitettu olevan hyödyllinen laajasti eri asiakas- ja potilasryhmissä sekä ympäristöissä.⁴ Menetelmän avulla molemmat ohjauksen osapuolet voivat yhdessä varmistua tiedon ymmärrettävyydestä sekä tunnistaa mahdollisia lisätiedon tai kertauksen tarpeita. Ohjauskeskustelua jatketaan, kunnes henkilö tuntee hallitsevansa omaan tilanteeseensa ja hoitoonsa liittyvät asiat.

Teach-back-menetelmää voidaan hyödyntää esimerkiksi osana pitkäaikaista terveysongelmaa** sairastavan henkilön omahoidon ohjausta. Tätä puoltaa se, että omahoidon ohjauksen on tärkeää olla positiivista⁵, vuorovaikutuksellista⁵ ja sen tulee perustua interaktiivisiin opetusmenetelmiin⁵ sekä potilaan yksilöllisiin kysymyksiin, odotuksiin ja toiveisiin^{5,6,7}. Lisäksi omahoidon ohjauksen on hyvä perustua teach-back-menetelmän kaltaisille näyttöön perustuville ja vaikuttaviksi osoitetuille menetelmille, jotta pelkän tiedon jakamisen sijaan tuetaan laajemmin potilaan tietoon perustuvaa päätöksentekoa ja psykososiaalista hyvinvointia⁵. Tärkeää on, että ohjaus muodostuu luonnolliseksi osaksi henkilön hoidon kokonaisuutta⁷.

Onnistunut teach-back-menetelmän käyttö edellyttää sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilta menetelmään liittyvää osaamista⁴. Ohjauksen laadun kannalta on lisäksi tärkeää, että ohjaukseen liittyvät käsitteet ja menetelmät ovat selkeitä ja yhteisesti ymmärrettyjä^{4,5}.

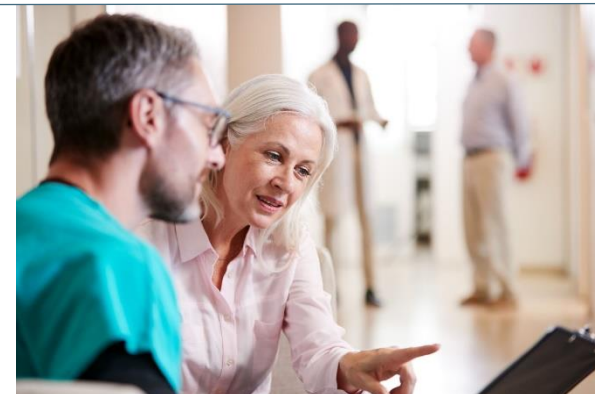
ESIMERKKEJÄ TEACH-BACK-MENETELMÄN KÄYTTÖNOTOSSA KÄYTETYISTÄ TUKIMENETELMISTÄ²

- potilaiden osallistuminen käyttöönoton suunnitteluun
- koulutuksen järjestäminen ammattilaisille
- arviointi- ja seurantastrategiat ja -työkalut
 - esimerkiksi tarkistuslistat
- interaktiivinen ja tekninen tuki
 - esimerkiksi teach-back-menetelmän käytön kirjaaminen potilastietojärjestelmään
 - jatkuvana tukena esimerkiksi muistutukset teach-back-menetelmän käytöstä
- ohjausta toteuttavien keskinäisten suhteiden vahvistaminen
 - esimerkiksi teach-back-lähettiläiden kouluttaminen työyksiköihin
- rakenteiden uudistaminen teach-back-menetelmän integroimiseksi osaksi toimintoja

Katsauksessa ammattilaisten teach-back-koulutusten sisällöt vaihtelivat, yleisimmin koulutukseen sisältyi neljä sisältöaluetta, jotka olivat 1) potilaiden tarpeiden tunnistaminen, 2) potilaan suosiman oppimistyylin määrittäminen, 3) sopivien materiaalien valitseminen sekä 4) esimerkin antaminen, miten teach-back-menetelmää voi käyttää vuorovaikutuksessa potilaan kanssa.²

YHTEENVETO

Teach-back-ohjausmenetelmän avulla voidaan monipuolisesti tukea henkilön hyvinvointia sekä osaamista ja toimijuutta omassa hoidossa. Menetelmää voidaan yksilöllisesti harkiten käyttää kaikilla asiakas- ja potilasryhmillä, erityisesti silloin, jos asiakkaalla on ymmärtämisen ongelmia tai kielellisiä haasteita. Teach-back-menetelmän käyttöön on tärkeää olla sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköissä yhtenäinen käytäntö, jonka toteutuksessa ovat mukana kaikki yksikön ammattilaiset. Näin taataan parhaat edellytykset menetelmän onnistuneelle toteuttamiselle. Yleisimmin menetelmää hyödynnetään jäsenyneysissä mutta yksinkertaisissa ohjausaiheissa. Se soveltuu moniin erilaisiin toimintaympäristöihin, kuten sairaaloihin, perusterveydenhuoltoon tai päivystyspoliklinikoille. Menetelmä on hyödyksi erityisesti akuuttihoitoa tarjoavissa yksiköissä, joissa ohjauksen ymmärtämisen varmistamiselle jää harvoin aikaa.



Millaiseen ohjaukseen teach-back-menetelmä soveltuu terveydenhuollossa ja mitä toteutuksessa on tärkeää huomioida?

Tämä Näyttövinkkipäivitys perustuu kolmeen järjestelmälliseen katsaukseen^{1,2,3}, joista kaksi^{2,3} on lisätty mukaan tähän päivitykseen. Vuonna 2020 julkaistussa järjestelmällisessä narratiivisessa katsauksessa² tunnistettiin teach-back-menetelmän käyttöönottopoja ja merkitys terveydenhuollossa. Katsauksessa oli mukana 20 tutkimusta, joista suurimmassa osassa (n = 15) teach-back oli osana jäseneltyä ohjausmenetelmää ja ohjaus vaihteli lyhyistä ohjaustapaamisista monivaiheisiin ohjauskokonaisuuksiin. Tutkimusten laatu arvioitiin vaihtelevaksi, mutta yli puolessa (n = 13) laatu oli vähintään kohtalainen. Vuonna 2021 julkaistussa järjestelmällisessä monimenetelmäkatsauksessa³ tarkasteltiin teach-back-menetelmää syöpää sairastavien potilaiden ohjauksessa. Katsauksessa oli mukana viisi tutkimusta, jotka täyttivät vähintään 70 % katsauksessa käytetyistä laadunarviointikriteereistä.

Tämä päivitys korvaa Näyttövinkin 9/2017, joka perustui vuonna 2016 julkaistuuun järjestelmälliseen katsaukseen¹. Tutkimusten (n = 10) kohderyhmänä olivat avoterveydenhuollon vastaanotoilla tai sairaalassa hoidettavana olleet sydänsairautta (n = 4), keuhkohtaumatautia tai astmaa (n = 4) tai diabetesta (n = 2) sairastavat aikuiset (> 18 v). Yhdessä tutkimuksista teach-back-menetelmä oli ainoana ohjauskäytäntönä, muissa tutkimuksissa se oli osana muuta ohjausinterventiota.

Kaikkien katsausten menetelmällinen toteutus on kuvattu yksityiskohtaisemmin alkuperäisissä julkaisuissa^{1,2,3}. Katsausten laatu arvioitiin JBI:n järjestelmällisen katsauksen arviointikriteeristöllä.^{***}

Päivitystyöryhmä

1 Virtanen, Heli^{1,2}, sh, TtT, dosentti, yliopisto-opettaja, tutkija

3 Palonen, Mira³, sh, TtT, vanhempi tutkija

4 Eskolin, Silja-Elisa³, sh/th, TtM, TM, nuorempi tutkija

¹Turun yliopisto, ²Varsinais-Suomen hyvinvointialue (Varha), ³Hoitotyön tutkimussäätiö sr

Näyttövinkki 9/2017: Hannele Siltanen ja Heli Virtanen



ALKUPERÄISET JULKAISUT

- Dinh H, Bonner A, Clark R, Ramsbotham J & Hines S.** The effectiveness of the teach-back method on adherence and self-management in health education for people with chronic disease: a systematic review. *JBI Database System Rev Implement Rep* 2016 Jan;14(1):210-47.
- Talevski J, Wong Shee A, Rasmussen B, et al.** Teach-back: A systematic review of implementation and impacts. *PLoS One* 2020; 15: e0231350.
- Choi S, Choi J.** Effects of the teach-back method among cancer patients: a systematic review of the literature. *Support Care Cancer* 2021; 29: 7259–7268.

^{***}**Katsausten laatu:** ¹10/10, ²10/10, ³8/10 JBI: Checklist for Systematic Reviews and Research Syntheses.

MUUT KÄYTETYT LÄHDEVIITTEET

- Shersher V, Haines TP, Sturgiss L, Weller C & Williams C.** Definitions and use of the teach-back method in healthcare consultations with patients: A systematic review and thematic synthesis. *Patient Educ Couns* 2021; 104: 118–129.
- Davis J, Fischl AH, Beck J, et al.** 2022 National Standards for Diabetes Self-Management Education and Support. *Diabetes Care*. 2022; 45(2): 484–494. Erratum in: *Diabetes Care* 2022; 45(5): 1298.
- Diabetesta sairastavan hoidonohjauksen järjestäminen, toteutus ja sisältö.** (Lisätietoa aiheesta artikkelin tunnus: nix00796). Käypä hoito –suosituksessa: Tyypin 2 diabetes. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Sisätautilääkärin yhdistyksen ja Diabetesliiton Lääkärineuvoston asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen lääkäriseura Duodecim, 2024 (viitattu 4/2024). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi.
- van Dongen SI, de Nooijer K, Cramm JM, et al.** Self-management of patients with advanced cancer: A systematic review of experiences and attitudes. *Palliat Med*. 2020; 34(2): 160–178.