

## SYÖMISHÄIRIÖT LÄÄKÄRINTYÖSSÄ

*Tapaatko työssäsi syömishäiriöistä kärsiviä ja kaipaat uusia keinoja vastaanotollesi?*

Syömishäiriöt ei kosketa vain nuoria naisia, vaan syömishäiriöitä voi esiintyä kaikenikäisillä ja erilaisista taustoista tulevilla ihmisillä, riippumatta sukupuolesta tai kehon koosta. Keskimäärin vain kolmannes syömishäiriöistä tunnistetaan terveydenhuollossa. Hoitoa saa vielä harvempi – arviolta vain viidennes syömishäiriöstä kärsivistä saa asianmukaista apua oireisiinsa. Hoidon hakemista voi estää tai viivyttää oireisiin liittyvä häpeä ja syömishäiriöihin edelleen vahvasti liittyvä stigma. Usein ammattilaiset kokevat syömishäiriöiden hoidon hankalaksi tai vaikeaksi, joko oman koetun osaamisen riittämättömyyden, häiriön monimutkaisuuden tai hoitosuhteen haasteiden vuoksi.

Syyskuussa 2024 julkaistu uusi syömishäiriöiden Käypä hoito -suositus korostaa moniammatillista kokonaisvaltaista hoito-otetta ja syömishäiriöiden hoitoon osallistuvien ammattilaisten riittävää osaamista. Suosituksen tavoitteena on parantaa hoidon laatua ja saavutettavuutta sekä tehdä hoitoprosessista inhimillisempi ja kokonaisvaltaisempi. Vaikuttava hoito nojaa ammattilaisten riittävään ymmärrykseen ja osaamiseen syömishäiriöistä. Hyvä hoitosuhde on hoidon onnistumisen kulmakivi. Tutustu suositukseen tarkemmin: [Syömishäiriöt](#).

### **Tule mukaan oppimaan ja oivaltamaan!**

*Miten kohtaat ja hoidat syömishäiriöitä?*

#### **Kouluttajana:**

**Milla Linna**, LT, psykiatrian erikoislääkäri, Syömishäiriöiden Käypä hoito – suosituksen työryhmän jäsen.

Milla Linna on urallaan keskittynyt syömishäiriöiden hoitoon. Hän on tutkinut väitöstyössään syömishäiriöiden vaikutuksia lisääntymisterveyteen sekä psykologista toipumista syömishäiriöistä. Hän on ollut mukana perustamassa Tays Syömishäiriöpoliklinikkaa, toimien sen vastaavana lääkärinä yksikön perustamisvuosina. Hän työskentelee Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueen syömishäiriöyksikössä. Lisäksi hän pitää yksityisvastaanottoa. Hän on pitkään kouluttanut terveydenhuollon ammattilaisia syömishäiriöiden hoidossa.



## Koulutuksen ohjelma:

1. 2.5 h koulutus: MITÄ UUTTA SYÖMISHÄIRIÖIDEN KÄYPÄ HOITO – SUOSITUKSESSA?
  - millä tavoin suositus on uudistunut?
  - miten tutkin ja hoidan perusterveydenhuollossa, hoidon porrastus
  - hoitomotiivaatio, sitoutuminen, toipumisrohkeus
  - syömishäiriöoireiden biologia ja psykologia
  - riskien arvioiminen: onko potilaani vaarassa, mitä tehdä ja millä aikataululla?
  
2. 1.5 h koulutus: RAVITSEMUSHOITO, SOMAATTINEN HOITO, LIIKUNTA
  - ravitsemushoito eri syömishäiriöissä
  - ahminnan noidankehä
  - somaattinen hoito, lisääntymisterveys
  - liikunta syömishäiriöstä toipuessa
  
3. 2 h koulutus: TYÖKALUJA KOHTAAMISEEN
  - puheeksi ottaminen
  - työkaluja kohtaamiseen ja hoitamiseen
  - sensitivisten aiheiden käsittely
  - toipumisen vaihemalli
  - osallistujien tarpeiden mukaiset teemat

## Oppimistavoitteet:

Koulutuksen jälkeen osallistuja:

- osaa paremmin tunnistaa, kohdata ja hoitaa syömishäiriöitä
- on tutustunut syömishäiriöiden käypä hoito-suositukseen ja osaa soveltaa sitä työssään
- ymmärtää syömishäiriöiden biologiaa, psykologiaa ja oireiden merkitystä
- ymmärtää ravitsemushoidon perusteet ja osaa toteuttaa ravitsemushoitoa omassa työssään
- on saanut uusia konkreettisia keinoja syömishäiriöitä sairastavien kohtaamisen ja hoitamisen tueksi
- on saanut uusia omakohtaisia oivalluksia, jotka ovat hyödynnettävissä omaan työhön

## Koulutuksen toteutus:

Koulutus tapahtuu pienessä ryhmässä, mikä mahdollistaa vuorovaikutteisen keskustelevan toteutuksen, sekä osallistujien oppimistarpeiden huomioimisen. Koulutuksessa lisää omaa ymmärrystä syömishäiriöistä voidaksesi kohdata ja hoitaa niitä paremmin. Yhteiselle tutkimiselle, pohtimiselle ja keskustelemiselle on aikaa ja tilaa.

Koulutusten antia on mahdollista syventää vaellusten aikana yhteisen keskustelun ja kokemusten vaihtamisen kautta. Koulutus alkaa tarvekartoituksella, jonka avulla osallistuja pääsee virittäytymään koulutuksen teemaan jo ennalta. Alkukartoitus auttaa kouluttajaa huomioimaan mahdollisuuksien mukaan osallistujien tarpeet ja toiveet sekä kysymykset koulutuksen sisällön painotuksissa.

Et tarvitse ennakkotietoa tai -osaamista syömishäiriöistä. Koulutuksesta on hyötyä myös, vaikka kokemusta syömishäiriöiden kohtaamisesta hoitamisesta olisi jo ehtinyt kertyä.