

Uutta

**KEVÄT
2021**

Terveysportti mullisti tiedonhallinnan 3

**VASTUU TYÖHYVINVOINNISTA ON
KAIKILLA 14**

**PELIRIIPPUVUUTTA VOIDAAN
HOITAA 16**



KUSTANNUS OY
DUODECIM

Sisällys

2



12



- 3** Terveysportti mullisti tiedonhallinnan maailman
- 4** Terveysportti jo 20 vuotta – Mistä kaikki alkoi?
- 6** Koronan kirittäjä digikehitys
- 8** Terveyskirjasto jatkaa vahvana – uusi päätoimittaja tarttuu ruoriin
- 10** Vuorovaikutustaidot osana ammattitaitoa
- 12** Hoitosuunnitelmien ja hoidon linjausten äärellä yhdessä
- 14** Syksyn kirjauutuudet
- 14** Vastuu työhyvinvoinnista on kaikilla
- 16** Peliriippuvuutta voidaan hoitaa
- 18** Omannäköistä merkityksellistä arkea myös vanhana
- 20** Lisää kirjauutuuksia
- 24** Muista myös nämä kirjat
- 25** Kuuntele äänikirjojamme

Terveysportti mullisti tiedonhallinnan maailman

Työurani alkumetreilla 1980-luvulla keskeinen diagnostiikkaa ja hoitopäätöksiä tukeva tieto tiivistyi repussa työpaikalle mukana kulkeutuneisiin puhki alleviivattuihin erikoisalakoh-taisiin oppikirjoihin ja työpaikkojen kirjastohuoneisiin. Lääkärintakin taskut olivat pullollaan erilaisia muistin tukimateriaaleja ja sieltä löytyi myös ruutuvihko, johon raapustettiin muistiinpanoja potilaiden hoidosta kertyneistä kokemuksista ja hyvistä vinkeistä. ICD-luokituskirja ja Pharmaca Fennica -kirja kuuluivat jokaisen huoneen vakiovarustukseen.

1990-luvulla edistyksellisille työpaikoille alkoi ilmaantua ensimmäisiä tietokantoja lerppujen ja korppujen muodossa. Julkaistiin ensimmäinen Yleislääkärin käsikirja, joka kokosi eri erikoisalojen keskeiset, perustason työssä tarvittavat elementit ja hoito-ohjeet yksiin kansiin.

2000-luvun myötä Terveysportti mullisti tiedonhallinnan maailman. Yhden näkymän takaa löytyivät helposti jatkuvasti päivittyvät lääkärin työssä tarvittavat tiedot. Terveyskeskuslääkäreitä haettaessa työpaikkailmoitukseen ilmaantui mainintoja Terveysportista organisaation rekrytoinnin valttikorttina. Terveysportin käyttö oli tuolloin vielä vahvasti kiinni fyysisen työpaikan toimintaympäristössä. Maailma on viimeisen vuosikymmenen aikana muuttunut ajasta ja paikasta riippumattomaksi. Myös Terveysportti on käden ulottuvilla 24/7. Elämme valtavan tietotulvan maailmassa, missä vaaditaan ketteryyttä, nopeutta ja taitoa tunnistaa suomalaisen toimintaympäristöön sovellettavissa oleva tieto.

Terveysportti on lunastanut paikkansa luotettavan tiedon lähteenä ja tänään se on monelle itsestäänselvyys. Se on vuosien saatossa kehittynyt käyttäjien odotusten ja tarpeiden mukaisesti. Tähän kehitystyöhön on tarvittu klinikoiden aktiivisuutta, palautetta ja ideointia, mutta myös ennakkoluulottomasti ideoihin ja tarpeisiin suhtautunut Terveysportin toimitus.

Anu Niemi on toiminut 1980-luvulta asti lääkärinä pääosin perusterveydenhuollossa niin kliinisessä potilastyössä kuin perusterveydenhuollon kehittämis- ja koulutustehtävissä Siun Soten kehittämisjohtajana. Tällä hetkellä hän toimii ylilääkärinä Reformit-yksikössä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksella.

ANU NIEMI

Ylilääkäri,
Reformit-yksikkö/
THL



Terveysportti jo 20 vuotta – mistä kaikki alkoi?

Teksti: Emma Strömberg

INTERNET JA MATKAPUHELIMET alkoivat yleistyä Suomessa kovaa vauhtia vuosituhaten vaihteessa. Samoihin aikoihin, syksyllä vuonna 1999, kaksi lääkäriä, Kustannus Oy Duodecimin toimitusjohtaja **Pekka Mustonen** sekä LT, dosentti, MBA **Markku Kallio**, viettivät iltaa ja pohtivat, miten helpottaa lääkäreiden päivittäistä vastaanottotyötä. Kallio kertoo, että Terveysportin perusrunko ideoitiin koostuvaksi Lääkärin käsikirjasta, Lääketietokannasta, ICD-10-sovelluksesta sekä Uutispalvelu Duodecimin uutisista.

Vaikka idea oli hyvä, sille tarvittiin rahoitus. Ratkaiseva henkilö Terveysportin synnyssä oli Lääkäriseura Duodecimin hallituksen silloinen puheenjohtaja **Leena Niinistö**. ”Hän ymmärsi välittömästi sähköisen tietojärjestelmän edut käytännön klinikoille”, toteaa Mustonen. Asia eteni Duodecimin hallituksessa, rahoitus myönnettiin ja ensimmäiset koodaustyöt aloitettiin välittömästi.

Terveysporttia käytetään poikkeuksellisen paljon ja sillä on ollut merkittävä rooli Suomen kansallisen digitaalisen terveydenhuollon infrastruktuurin kehittämisessä. Kallio kertoo, että edelleen eurooppalaiset kollegat ovat hämästyneitä siitä, että Suomessa lääkärit voivat tarkistaa hoitoon liittyviä yksityiskohtia vastaanotolla potilaan läsnä ollessa.

Tarve ajantasaiselle tiedolle tulee potilaiden hoidossa säilymään aina. Terveysportin kehitystä jatketaan edelleen, vaikka keskeisten peruspalveluiden tarve ei ole juuri alkuvuosilta muuttunut. Käytetyimmät sovellukset ovat edelleen samat kuin 20 vuotta sitten, vaikkakin ne ovat laajentuneet ja nimet ovat muuttuneet. Uusimpia tärkeitä sovelluksia aiempien lisäksi ovat muun muassa Lääkkeiden interaktiot ja haitat sekä Lääkkeiden käyttö munuais-ten vajaatoiminnan ja raskauden sekä imetyksen aikana.

Eurooppalaisia kollegoita hämmästyttää, että Suomessa lääkärit voivat tarkistaa hoitoon liittyviä yksityiskohtia vastaanotolla potilaan läsnä ollessa.

Terveysportin asiakkuuksia hoitavat ja käyttäjien tukena asiakaspalvelussa toimivat markkinointipäällikkö Hannu Koski (toinen vasemmalta), palvelupäällikkö Emma Strömberg (toinen oikealta) ja palvelukoordinaattori Riikka Nummenranta (oikealla). Terveysporttia on alusta asti ollut tekemässä järjestelmäasiantuntija Jari Hakkola (kolmas vasemmalta). Kokonaisuudesta vastaavat toimitusjohtaja Pekka Mustonen (neljäs vasemmalta) ja dosentti Markku Kallio (vasemmalla).

DUODECIM
TERVEYSPORTTI
20 vuotta



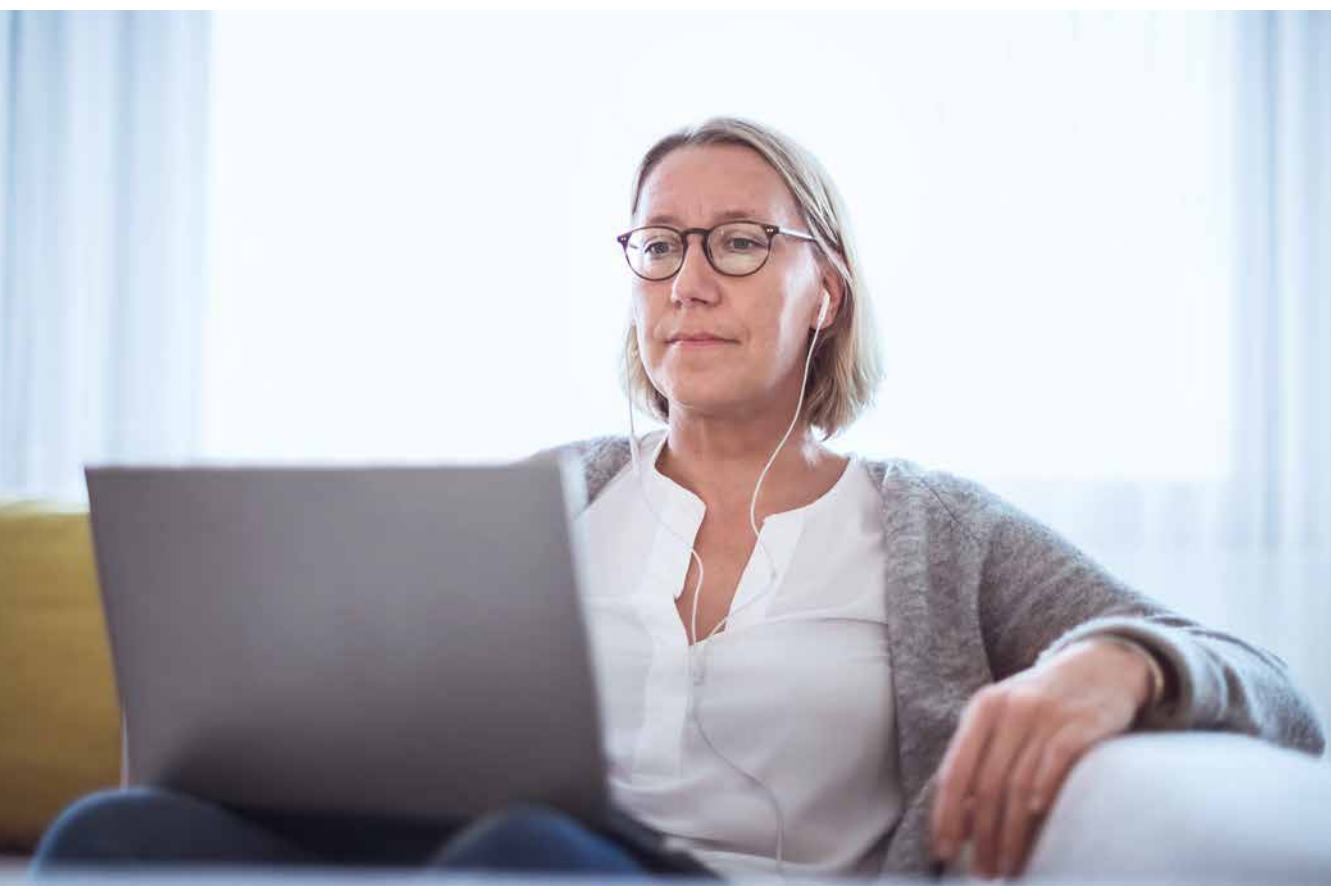
Koronan kirittämä digikehitys

Teksti: Hanna Pelttari

KUSTANNUS OY DUODECIM teki merkittävän siirtymisen verkkojulkaisemisen maailmaan 20 vuotta sitten – syntyi Terveysportti, jonka vaiheista kerrotaan toisaalla tässä julkaisussa. Siitä alkaen erilaisten digitaalisten työkalujen ja tuotteiden osuus tarjonnastamme on tasaisesti kasvanut. Eteneminen on tapahtunut harppauksin, ja viime keväänä, kun uusi koronavirus nopeasti mullisti työnteon ja opiskelun tapoja, olimme erittäin iloisia, kun pystyimme osaltamme helpottamaan tiedonkulkua ja siirtymistä etätoimintaan.

Lääkärin tietokantoihin toimitettiin heti uutta tartuntatautiä käsitteleviä artikkeleita, joita tilanteen päivittäin muuttuessa myös päivittäin tarkastettiin ja muokattiin. *Terveyskirjastoon* tuotiin koronainfektiota koskevia

”Toimiva yhteistyö asiantuntijakirjoittajien, viranomaisten, organisaatioiden ja yritysten kanssa mahdollistaa toimintamme ja sen kehittämisen”





Tarjosimme terveydenhuollon yksiköille koronabotin liitettäväksi heidän omiin kanaviinsa helpottamaan kansalaisten tiedontarvetta.

7

artikkeleita, ja tuhannet kansalaiset löysivät ne päivittäin. *Oppiportti* vahvistui tärkeäksi työkaluksi terveydenhuollon ammattilaisille ja opiskelijoille, ja koronavirusta koskevia koulutusaineistoja tuotiin nopeasti kaikkien ulottuville. Tiedeyhteisö ympäri maailman käynnisti COVID-19:a koskevan tutkimuksen huimalla vauhdilla, ja tuoreimpia tiedeuutisia luotettavista lähteistä koottiin Terveystieteen etusivulle. Tarjosimme terveydenhuollon yksiköille koronabotin liitettäväksi heidän omiin kanaviinsa helpottamaan ihmisten tiedontarvetta.

Iso ponnistus oli Omaolo-palveluun yhteistyössä THL:n ja nykyisen DigiFinland Oy:n kanssa tehty koronavirus-taudin oirearvio, johon tuotimme tiheästi päivittyneen tietosisällön. Koronaoirearvio auttaa sekä kansalaisia että ammattilaisia pandemian hallinnassa, ja sitä on täytetty yli miljoona kertaa.

Kaiken tämän mahdollistaa toimiva yhteistyö monen tahon kanssa: asiantuntijakirjoittajien, viranomaisten, organisaatioiden ja yritysten. Olemme kiitollisia, että saamme olla vahvasti mukana parantamassa terveydenhuollon ammattilaisen työn onnistumisen edellytyksiä!



Terveyskirjasto jatkaa vahvana – uusi päätoimittaja tarttuu ruoriin

Teksti: Martti Teikari

MISTÄ SITÄ TERVEYSTIETOA

oikein haettiin ennen kuin meillä oli Terveyskirjasto? Kansalaiset ovat tottuneet siihen, että haku-koneiden tulostauksissa Terveyskirjaston artikkelit keikkuvat kärjessä. Käyttö on viime vuodet kasvanut kohisten: artikkeleita avataan vuodessa jo reilusti yli 60 miljoonaa kertaa! Valtaosa avauksista tapahtuu nykyisin mobiililaitteilla.

Terveyskirjasto vastaa selkeästi ja luotettavasti ajan-kohtaisiin tiedontarpeisiin. Kirjaston ytimen muodostaa perinteisen ”kodin lääkärikirjan” konseptilla koottu Lääkärikirja Duodecim. Se kattaa kaikki yleisimmät vaivat ja sairaudet ja vastaa peruskysymyksiin: mistä on kyse, millaisia ovat oireet, miten tutkitaan ja todetaan, miten hoidetaan, mitä voi tehdä itse, miten voi ennaltaehkäistä. Tiedon perus-

tana ovat hoitosuositukset, Lääkärin käsikirja, oppikirjat ja tutkimusnäyttö – samat lähteet, joita lääkärit työsään käyttävät.

Myös media on löytänyt Terveyskirjaston luotettavat vastaukset terveyskysymyksiin ja taustoittaa terveysaiheisia juttujaan mielellään Terveyskirjastosta poimituilla faktoilla. Lääkäreille Terveyskirjasto tarjoaa potilasohjeina tulostettavaa lisämateriaalia sanallisen ohjauksen tueksi.

Terveyskirjastoon luetaan: Taloustutkimuksen vuosittaisessa verkkobrändien arvostuskyselyssä Terveyskirjasto oli vuonna 2020 sijalla 7 – sijoitus oli parantunut vielä kahdella pykälällä edellisestä vuodesta.

Infektioaiheisten artikkelien avaustilastot kertovat havainnollisesti, millaiset asiat milloinkin kansalaisia

askarruttavat. Influenssa-artikkelin avauksissa näkyy piikki talvikaudella, myyräkuume huolettaa erityisesti alkukeväästä ja loppusyksystä, kun taas lasten korvatu-lehduksista halutaan tietoa melko tasaisesti läpi vuoden. Keväällä 2020 oman erityisen lisänsä toi koronapandemia: uutta koronavirusartikkelia avattiin muutamassa kuu-kaudessa yli miljoona kertaa, enemmän kuin mitään muuta yksittäistä artikkelia koskaan yhden vuoden sisällä.

Terveyskirjastolla on ikää jo yli 15 vuotta. Ruoriin on tarttumassa neljäs päätoimittaja, yleislääketieteen erikoislääkäri ja ravitsemusterapeutti Satu Tunturi, kun nykyinen päätoimittaja Martti Teikari siirtyy eläkkeelle. Hyväksi havaitulla linjalla jatketaan, johtotähtinä riippumattomuus, luotettavuus ja ajantasaisuus.

Miten olet yleislääkärinä hyödyntänyt Terveyskirjastoa arkityössä?

Satu: Monet Terveyskirjaston artikkelit sopivat sairauden ensitiedon tai itsehoidon tueksi. Lääkärikirjan artikkelit voi kätevästi tulostaa vastaanotolla potilaalle mukaan Terveysportin kohdasta Tietoa potilaalle tai näyttää älypuhelimella, kuinka artikkeli löytyy. Myös puhelin- tai etävastaanotolla on avuksi, kun potilaan voi ohjata lisätiedon äärelle Terveyskirjastoon.

Millaisena näet tulevaisuuden Terveyskirjaston?

Satu: Terveyskirjasto voisi parhaimmillaan toimia paitsi terveystiedon lähteenä myös ohjata yksilöllisemmin terveysvalmennusten ja Omahoidon piiriin sekä toimia yhteydenotto-kanavana terveydenhuoltoon.

Mikä on ollut parasta päätoimittajan työssä?

Martti: On ollut hienoa seurata Terveyskirjaston menestystarinaa ja saada työskennellä innostuneiden, persoonallisten kirjoittajien kanssa – Terveyskirjaston sisällöthän eivät synny tyhjästä, vaan niitä tuottaa sitoutunut joukko eri alojen asiantuntijoita lähes talkootyönä.

Mitkä ovat eväsi uudelle päätoimittajalle?

Martti: Ole rohkea: vaikka perinteitä on syytä sopivasti kunnioittaa, älä takerru liikaa menneeseen. Ja muista, miksi tätä työtä tehdään: kansalaisten hyvinvoinnin lisäämiseksi.

Miten aiot viettää eläkepäiviäsi?

Martti: Uutta opiskellen, ulkoillen, nauttien – ilman aikatauluja! Mutta nyt voitaisiin jatkaa sitä kesken jäänyttä koirakeskustelua: mitä rotua oma koirasi taas olikaan?

Vuorovaikutustaidot osana ammattitaitoa

Teksti: Hanna Pelttari

KOULUTUS JA TUTKIMUS liittyvät kiinteästi kaikkeen terveydenhuollon toimintaan. Osa jokaisen terveydenhuollon ammattilaisen tutkintokoulutuksesta suoritetaan palveluja tuottavissa organisaatioissa, ja jatkuvaan ammatilliseen kehittymiseen tähtäävä oppiminen jatkuu koko työuran ajan.

Terveydenhuollossa ammatilliselta vaaditaan monipuolista osaamista; esimerkiksi tämän kuvauksesta toimii vaikkapa kanadalainen CanMEDS:n visualisointi.

Viitekehyksestä riippumatta yksi osaamisen osa-alue on vuorovaikutusosaaminen. Hyvät vuorovaikutustaidot ovat tarpeen monimutkaisten kokonaisuuksien keskellä toimittaessa. Aihe on noussut julkisiin keskusteluihin useassa yhteydessä viime vuosina Suomessa, ja myös tutkimusnäyttöä vuorovaikutuksen vaikutuksesta hoidon onnistumiseen, organisaation toimintaan ja sen vaikuttavuuteen, kertyy koko ajan.

Kustannus Oy Duodecim on pyrkinyt vastaamaan tarpeeseen tuottamalla vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen liittyviä materiaaleja. Odotettu ja toivottu oppikirja Lääkärin ja potilaan vuorovaikutus (P. Hietanen, J. Kaleva-Kerola, E. Pyörälä, toim.) julkaistiin keväällä 2020. Oppiportin Motivoiva haastattelu -verkko-kurssi on vuodesta toiseen yksi suosituimmista, samoin kuin asiakaspalvelun sujumiseen liittyvä materiaali. Vuorovaikutus vakavasti sairaan potilaan



Esimerkki osaamista kuvaavasta viitekehyksestä (mukaeltu, CanMEDS)

Vuorovaikutukselle on ominaista, että sen laatu heijastuu tapahtumatilanteen ulkopuolelle, ja se voi johtaa negatiivisiin tai positiivisiin seurauksiin. (Hyviä kohtaamisia terveydenhuollossa -verkkokurssi).



kanssa, Ratkaisukeskeinen lähestymistapa ja Hyviä kohtaamisia terveydenhuollossa ovat muita esimerkkejä Oppiportin tarjonnasta. Viimeksi mainitussa filosofi Esa Saarinen tuo näkökulmaa oman tieteenalansa kautta. Koulun terveystietojen puolestaan arvostavan kohtaamisen merkitys tuodaan esiin nuorille ja nuorten parissa toimiville sopivassa kontekstissa.

Työn tekemisen tavat muuttuvat ja kohtaaminen voi olla myös verkossa, mutta vuorovaikutustaitojen asema osana ammatillista osaamista säilyy, ympäristöstä riippumatta.

Lääkärin ja potilaan vuorovaikutus -teos auttaa kehittämään vuorovaikutustaitoja, jaksamaan vaativissa tilanteissa ja antaa käytännön neuvoja.

Hoitosuunnitelmien ja hoidon linjausten äärellä yhdessä

Teksti: Johanna Tulonen-Tapio

”TÄLLAINEN KURSSI OLISI TARVITTU JO KAUAN SITTEN”, pohtii Pirkanmaan sairaanhoitopiirin Perusterveydenhuollon yksikön ylilääkäri **Sari Mäkinen** Oppiportin *Hoitosuunnitelma ja hoidon linjaukset* -verkkokurssista. ”Erityisesti potilaat, joilla on pitkäaikainen hoidon tarve, sekä monipalveluasiakkaat hyötyvät yhdessä laaditusta hoitosuunnitelmasta. Sen avulla annetaan aidosti ihmiselle mahdollisuus olla aktiivinen toimija omassa sairaudessaan. Hoito kytkeytyy hänen arkeensa, ja hän voi ottaa koppia omasta hoidostaan. Vuorovaikutuksessa päästään toiselle tasolle, ja ammattilaisetkin saavat työhönsä tyytyväisyyttä ja onnistumisen kokemuksia.”

”Kurssi toimii perehdytyksenä perusterveydenhuollon toimintaan, myös erikoissairaanhoidon ammattilaisille. Se on geneerinen kurssi kaikille sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille, suosittelen! Kurssia voi käyttää uusien lääkärin peruspakettina ja osaamisperustaisessa koulutuksessa. Voimme parantaa perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyötä hoitosuunnitelmien avulla. Kun sitoudumme potilaan yhteiseen hoitosuunnitelmaan, emme tee päällekkäisiä asioita, vaan tekemisen voi kohdentaa oikeaan kohtaan. Sovitut asiat ovat ammattilaisten ja potilaiden tarkistettavissa. Me Pirkanmaalla hyödynnämme kurssia myös alueen kehittämistyössä”, Mäkinen toteaa.



Ylilääkäri Sari
Mäkinen / PSHP



Puhelimessa tapahtuva hoidon tarpeen arviointi

Etänä tapahtuva hoidon tarpeen arviointi on vaativaa ja siihen tarvitaan erityisosaamista. Apuna tässä on *Puhelimessa tapahtuva hoidon tarpeen arviointi* -verkkokurssi. Oikeanlaiset ja systemaattiset työskentelytavat auttavat ammattilaista tunnistamaan vaaranpaikat, tarvittaessa konsultoimaan ja aloittamaan potilaan hoitoprosessin oikea-aikaisesti. Kurssilla käsitellään myös vuorovaikutusta ja asiakaspalvelua etänä tapahtuvassa hoitotyössä ja annetaan vinkkejä työssä jaksamiseen.

Hoidosuunnitelmasta apua puhelimesta ja vastaanotolla – lisää osaamista työhön verkkokursseilta ja kirjasta

Yleislääketieteen perusteet

Uusi *Yleislääketieteen perusteet* -kirja tarjoaa lääkäreille välineitä päivittäisen työn tekemiseen, arviointiin ja kehittämiseen. Sisällössä painottuvat yleislääkärin työn erityispiirteet, joita ovat valikoimattomien potilaiden kohtaaminen ja hoito, kokonaisuuksien ymmärtäminen ja hallinta, tiimityö sekä epävarmuuden ja muutoksen sieto. Kirjassa tarkastellaan monipuolisesti mm. vuorovaikutusta ja työskentelyä erilaisissa vastaanottotilanteissa sekä erilaisia diagnostisia strategioita ja yksilöllisiä ratkaisuja, hoitoon sitoutumista ja hoitomotivaatiota.



ILMESTYY 1/2021

1. painos 2021, nid., n. 190 s.

Kl 59.563, 36.13

ISBN 978-952-360-113-0

Sh. 34 € / D-jäsen 34 € /

D-opiskelija 34 €

E-kirja

ILMESTYY 1/2021

ISBN 978-952-360-183-3

Äänikirja

ILMESTYY 2/2021

ISBN 978-952-360-182-6



Itsetuntemuksesta apua työhyvinvointiin

Marjo Penonen

Nykypäivän työelämä on haastavaa, ja monilla työhyvinvointi on uhattuna. Kirja kokoaa työhyvinvointiin vaikuttavat asiat yhteen. Kunkin käsiteltävän aihealueen lopussa on pohdintatehtäviä, jotka auttavat lukijaa lisäämään itsetuntemustaan näissä asioissa. Kirjan loppuun on koottu yhteen keinoja kuormittavan tilanteen muuttamiseksi, ja on esitelty tahoja, joiden avulla saa tukea työhyvinvointiin. Kirjaa voi hyödyntää jokainen, joka on halukas kehittämään itsetuntemustaan ja työhyvinvointiaan.

Vastuu työhyvinvoinnista on kaikilla

”TYÖELÄMÄ VOI ahmaista ison osan elämästä tasapainoisen elämän ja hyvinvoinnin kustannuksella. Deadlinet painavat päälle, eikä kiire hellitä. Moni painii jaksamisongelmien kanssa, tekee työtä, josta ei nauti, ja on työpaikassa, josta löytää enemmän kielteisiä kuin myönteisiä asioita. Työhyvinvointi on kateissa.

Työnantajalla on oma vastuunsa työntekijöiden työhyvinvoinnista, kuten huolehtia työympäristön turvallisuudesta ja hyvästä johtamisesta. Työntekijä voi vaikuttaa työhyvinvointiinsa pienin muutoksin esimerkiksi ylläpitämällä työkykyä ja ammatillista osaamista. Hänen tulisi pysähtyä, tutustua itseensä ja kuunnella sisäisiä mielen ja kehon viestejä siitä, mikä on hänelle hyväksi. Itsetuntemuksen näin kasvaessa kukin voi tietoisesti vaikuttaa itseään koskevaan ajatteluun ja toimintaan.”

Psykologian tohtori
ja psykologian ja
kasvatustieteen maisteri
Marjo Penonen.



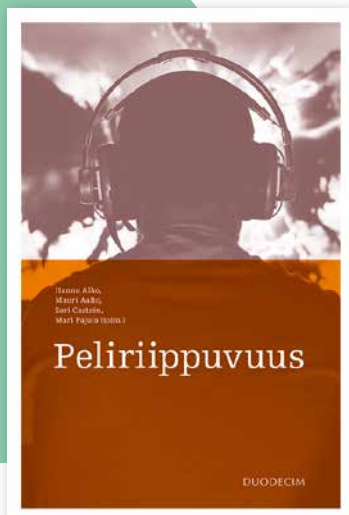
ILMESTYY 1/2021

1. painos 2021, nid., n. 200 s.
KI 59.561

ISBN 978-951-656-939-3

Sh. 55 € / D-jäsen 41,25 € /

D-opiskelija 33 €



Peliriippuvuus

Hannu Alho, Mauri Aalto,
Sari Castrén, Mari Pajula (toim.)

Kirja käsittelee peliriippuvuuden kehittymisen syy- ja riskitekijöitä, ongelmapelaamisen ja peliriippuvuuden tunnistamista ja diagnostiikkaa, tukipalveluita sekä hoitoperiaatteita. Kirja on tarkoitettu terveys- ja sosiaali-alan ammattilaisille, näiden alojen opiskelijoille sekä peliongelmissa kärsiville ja heidän läheisilleen.

Peliriippuvuutta voidaan hoitaa

”RAHAPELAAMISEN JA niin sanotun digipelaamisen on todettu aiheuttavan riippuvuutta. Muita riippuvuutta aiheuttavia toimintoja ovat muun muassa ostoriippuvuus, seksiriippuvuus, urheiluriippuvuus ja sosiaalisen median hallitsematon käyttö. Toiminnalliset riippuvuudet on kuitenkin terminä vielä varsin uusi käsite ja riippuvuuden kriteerit on määritelty toistaiseksi vain rahapeliriippuvuudelle.

Yhteisinä tekijöinä toiminnallisilla riippuvuuksilla ja päihderiippuvuuksilla ovat samankaltaiset neurobiologiset muutokset erityisesti aivojen palkitsemisjärjestelmissä ja impulssin hallinnassa. Myös liitännäisoireet – esimerkiksi masentuneisuus ja unettomuus – ovat samankaltaisia.

Peliriippuvuudessa potilaan kokonaistilanteen arvioiminen on ensiarvoisen tärkeää. Näin hoito voidaan kohdentaa ensisijaiseen ongelmaan ja ottaa huomioon muut hoitoa edellyttävät tekijät. Tällä hetkellä vahvin näyttö peliriippuvuuden hoidossa on motivoivalla haastattelulla ja kognitiivisella käyttäytymismisterapialla.”

Hannu Alho LT, emer.
päihdelääketieteen professori,
tutkimusprofessori, Terveystieteiden
ja hyvinvoinnin laitos.



ILMESTYY 3/2021

1. painos 2021, nid., n. 250 s.
KI 59.8

ISBN 978-952-360-082-9

Sh. 58 € / D-jäsen 43,50 € /

D-opiskelija 34,80 €



Vanhuksen hoidon hyvät käytännöt

Maritta Haavisto, Katri Kakko,
Päivi Mäkimartti, Maria Nuotio
(toim.)

Opas on laadittu päivittäisen työn tueksi. Siinä kuvataan konkreettisesti ja tiiviisti hyvän hoidon periaatteet sekä hyvät toimintatavat eri hoitotilanteissa ja erilaisissa hoitoympäristöissä. Vanhuksen hoidon hyvät käytännöt soveltuu sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille, opiskelijoille ja opettajille. Kirja on hyödyllinen myös hoitopaikkojen toiminnan kehittämisessä.

Omannäköistä merkityksellistä arkea myös vanhana

”HYVÄN HOIDON LÄHTÖKOHTANA ovat aina vanhuksen yksilölliset tarpeet ja toiveet. Tärkeää on kohdata vanhus aidosti ja yksilöllisesti, kuullen hänen omia ajatuksiaan. Hoidon tulee perustua vanhuksen ja ammattilaisen tasavertaiseen asemaan. Vanhus on hoitosuhteesta huolimatta aktiivinen toimija, ei vain hoidon kohde. Keskeistä on, että elämän merkityksellisyys säilyy.

Hyvän hoidon tulee olla kokonaisvaltaista, jolloin sitä toteutetaan sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten yhteisenä työnä. Tavoitteena on vanhuksen toimintakyvyyden säilyminen ja eläminen osana omana yhteisöään mahdollisimman pitkään. Ammattilaisen tulee tukea vanhukseksi tärkeitä ihmissuhteiden säilymistä.

Vanhana tulee voida elää merkityksellistä arkea omien elämäntapojensa mukaisesti ja sellaisessa ympäristössä, jonka kokee viihtyisänä, riippumatta siitä, missä asuu.”

Maritta Haavisto, SH, TtM,
EMBA; Helsingin kaupungin
sosiaali- ja terveystoimialan
idän palvelualueen va. johtaja,
Roihuvuoren seniorikeskuksen
johtaja. Sankku eli Sunshell,
32-vuotias ponirouva, joka viettää
eläkepäiviään Roihuvuoren
seniorikeskuksessa.



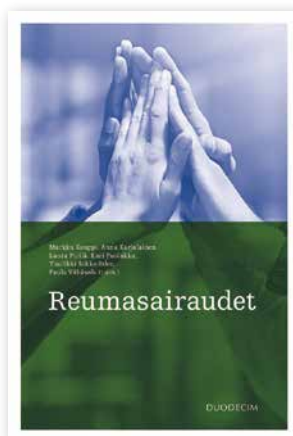


Anestesiologia, teho-, ensi- ja kivunhoito

Klaus Olkkola, Kai Kiviluoma,
Teijo Saari, Minna Tallgren,
Ari Uusaro, Arvi Yli-Hankala
(toim.)

ILMESTYY 1/2021
4., uud. painos 2021, sid., n. 1500 s.
Kl 59.48
ISBN 978-951-656-848-8
Sh. 169 € / D-jäsen 126,75 € /
D-opiskelija 101,40 €

Kirjassa selvitetään anestesia- ja tehohoitotoimintojen järjestely, annetaan anestesia-aineiden farmakologiset tiedot ja käyttösuositukset sekä perehdytään yleisanestesia- ja puudutusmenetelmiin ja valvontasuosituksiin. 4. painokseen sisältö on kauttaaltaan päivitetty.

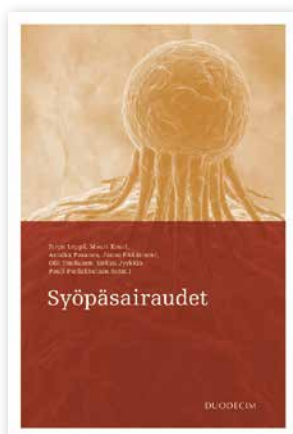


Reumasairaudet

Markku Kauppi, Anna
Karjalainen, Laura Pirilä,
Kari Puolakka, Tuulikki Sokka-
Isler, Paula Vähäsalo (toim.)

ILMESTYY 3/2021
1. painos 2021, sid., n. 500 s.
Kl 59.52
ISBN 978-951-656-331-5
Sh. 109 € / D-jäsen 81,75 € /
D-opiskelija 65,40 €

Reumasairaudet tukee reumasairauksien varhaista toteamista ja ajanmukaista hoitoa. Teoksessa kuvataan reumasairauksien mekanismeja, epidemiologiaa, periytymistä sekä diagnostiikkaa. Hoidon periaatteita tarkastellaan kattavasti. Sisällön painopiste on kliininen. Eri reumasairauksia käsittelevissä luvuissa kuvataan erityisesti käytännön työn kannalta keskeisiä asioita. Teos on suunnattu ensisijaisesti lääketieteen opiskelijoille ja lääkäreille.

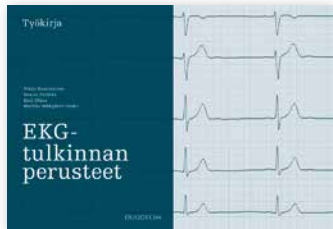


Syöpäsairaudet

Sirpa Leppä, Sirkku Jyrkkiö,
Mauri Kouri, Annika Pasanen,
Janne Pitkäniemi, Pauli
Puolakkainen, Olli Tenhunen
(toim.)

ILMESTYY 6/2021
1. painos 2021, sid., n. 600 s.
Kl 59.54
ISBN 978-951-656-864-8
Sh. 112 € / D-jäsen 84 € /
D-opiskelija 67,20 €

Syöpäsairaudet -kirjassa kuvataan syövän syntyä, syitä ja ehkäisyä, syöpäseulontoja, periytymistä sekä syövän diagnostiikkaa, muun muassa kasvaimerkkaineita ja kuvantamismenetelmiä. Teos tukee syöpäsairauksien varhaista tunnistamista ja hoitojen aloittamista.



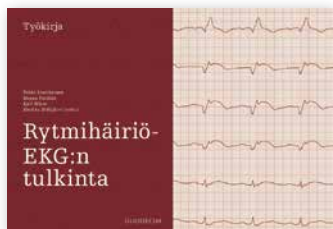
EKG-tulkinnan perusteet

Työkirja

Pekka Raatikainen, Hannu Parikka, Pekka Raatikainen, Kjell Nikus, Markku Mäkijärvi (toim.)

ILMESTYY 11/2020
1. painos 2020, nid., n. 120 s.
Kl 59.534
ISBN 978-951-656-932-4
Sh. 48 € / D-jäsen 36 € /
D-opiskelija 28,80 €

Työkirjan avulla on helppo omaksua tai kerrata EKG:n tulkinnan perusteet. Kirjan tehtävät tarjoavat haasteita ja oivalluksen mahdollisuuksia EKG:n omatoimiseen opiskeluun. Vastausartikkeleista löytyvät EKG-tulkinnan keskeiset asiat tiiviisti ja käytännönläheisesti esitettyinä, ja niissä käsitellään myös muita diagnostiikan ja hoidon kannalta keskeisiä asioita. Kirja korvaa aiemmin ilmestyneen EKG-tulkinnan työkirjan.



Rytmihäiriö-EKG:n tulkinta

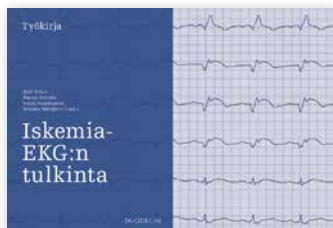
Työkirja

Pekka Raatikainen, Hannu Parikka, Kjell Nikus, Markku Mäkijärvi (toim.)

ILMESTYY 3/2021
1. painos 2021, nid., n. 120 s.
Kl 59.534
ISBN 978-951-656-094-9
Sh. 48 € / D-jäsen 36 € /
D-opiskelija 28,80 €

Työkirjan avulla voi helposti omaksua tai kerrata rytmihäiriö-EKG:n tulkinnan perusteet. Tehtävissä harjoitellaan sekä nopeiden että hitaiden rytmihäiriöiden tulkintaa. Vastaukset sisältävät EKG-tulkinnan keskeiset seikat sekä perusasiat diagnostiikasta ja hoidosta.

21



Iskemia-EKG:n tulkinta

Työkirja

Kjell Nikus, Hannu Parikka, Pekka Raatikainen, Markku Mäkijärvi (toim.)

ILMESTYY 5/2021
1. painos 2021, nid., n. 120 s.
Kl 59.534
ISBN 978-951-656-370-4
Sh. 48 € / D-jäsen 36 € /
D-opiskelija 28,80 €

Työkirjassa käydään läpi iskemiaan liittyvät EKG-muutokset. Tehtävien kautta muutoksia voi opetella tunnistamaan ja tulkitsemaan. Tehtävät tarjoavat haasteita ja oivalluksen mahdollisuuksia omatoimiseen opiskeluun. Vastaukset sisältävät EKG-tulkinnan keskeiset seikat. Sepelvaltimotautikohtauksen kliinisessä arvioinnissa tärkein käytössä oleva tutkimus on EKG.

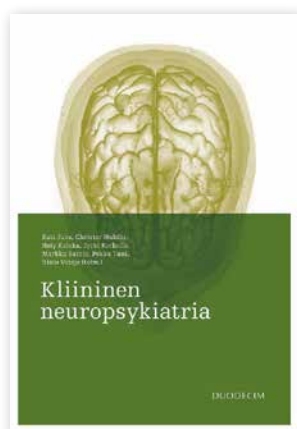


Keuhkosairaudet Diagnostiikka ja hoito

Riitta Kaarteenaho,
Maija Halme, Heikki Koskela,
Tarja Saaresranta (toim.)

ILMESTYY 5/2021
2., uud. painos 2021, sid., n. 500 s.
KI 59.532
ISBN 978-951-656-991-1
Sh. 107 € / D-jäsen 80,25 € /
D-opiskelija 64,20 €

Keuhkosairaudet – Diagnostiikka ja hoito -kirjassa käsitellään yleisimpiä keuhkosairauksia sekä niiden hoitoa ja diagnostisia tutkimuksia. Mukana ovat mm. astma, keuhkoahantauti, keuhkoinfektiot, keuhkosityöpä ja tuberkuloosi. Uutuuksina tässä painoksessa ovat luvut immuunipuolustuksen häiriöihin liittyvistä sairauksista sekä kosteusvauriorakennuksista ja hengitystieoireista.



Klininen neuropsykiatria

Kati Juva, Christer Hublin,
Hely Kalska, Jyrki Korkeila,
Markku Sainio, Pekka Tani,
Risto Vataja (toim.)

ILMESTYY 3/2021
2., uud. painos 2021, sid., n. 600 s.
KI 59.56
ISBN 978-952-360-075-1
Sh. 96 € / D-jäsen 72 € /
D-opiskelija 57,60 €

Kirja tarjoaa kokonaisvaltaisen ajatus- ja lähestymistavan aivojen ja mielen sairauksiin erityisesti silloin, kun niihin liittyy poikkeavaa käyttäytymistä. Käytännönläheisen ja kauttaaltaan päivitetyn teoksen 2. painoksen rakenne on uudistunut ja mukana on uusia aiheita. Kirja antaa eväitä myös tilanteisiin, joissa neurologisten ja psykiatristen oireiden taustalta ei löydy selvää lääketieteellistä diagnoosia, mutta toiminta- tai työkyky on selvästi heikentynyt.

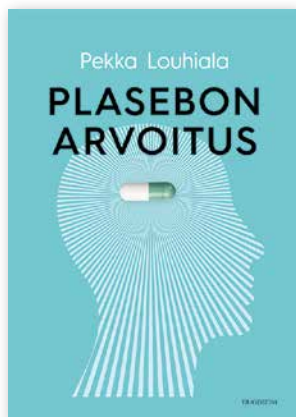


Silmätautien käsikirja

Matti Seppänen, Kai Kaarniranta,
Niko Setälä, Hannu Uusitalo
(toim.)

ILMESTYY 5/2021
3., uud. painos 2021, sid., n. 600 s.
KI 59.59
ISBN 978-952-360-049-2
Sh. 104 € / D-jäsen 78 € /
D-opiskelija 62,40 €

Silmätautien käsikirja sisältää käytännön työn ohjeet diagnostiikkaan ja hoitoon silmätautien erikoislääkäreille ja silmäpotilaita hoitaville sairaanhoitajille. Yleislääkäreille, muiden erikoisalojen lääkäreille ja optometristeille. Teos soveltuu perustiedon lähteeksi samoin kuin oppimateriaaliksi perus- ja erikoistumisvaiheen opintoihin sekä täydennyskoulutukseen.



Plasebon arvoitus

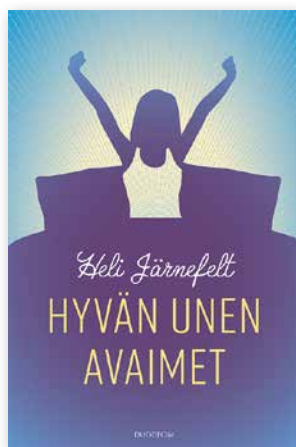
Pekka Louhiala

ILMESTYY 1/2021
1. painos 2021, nid., 140 s.
KI 59
ISBN 978-952-360-157-4
Sh. 32 € / D-jäsen 32 € /
D-opiskelija 32 €

E-kirja
ILMESTYY 1/2021
ISBN 978-952-360-189-5

Äänikirja
ILMESTYY 2/2021
ISBN 9 978-952-360-190-1

Kirjassa käsitellään kahta toisiaan muistuttavaa käsitettä: plaseboa ja plasebovaikutusta. Kirjassa selvennetään käsitteiden välisiä merkitys- ja tulkintaeroja, murretaan tulkintoihin liittyviä myyttejä sekä havainnollistetaan, kuinka plasebovaikutukset ovat pohjimmiltaan kaiken hoidon ytimessä.



Hyvän unen avaimet

Heli Järnefelt

ILMESTYY 4/2021
1. painos 2021, nid., n. 150 s.
KI 59.33
ISBN 978-952-360-158-1
Sh. 34 € / D-jäsen 34 € /
D-opiskelija 34 €

E-kirja
ILMESTYY 4/2021
ISBN 978-952-360-184-0

Äänikirja
ILMESTYY 5/2021
ISBN 978-952-360-185-7

Tällä hetkellä arviolta 10 % aikuisväestöstä kärsii unetomuushäiriödiagnosin kriteerit täyttävästä unettomuudesta. *Hyvän unen avaimet* -opas tarjoaa selkeitä ja helposti lähestyttäviä, hoitosuosituksen mukaisia itsehoitokeinoja unen parantamiseen ja unettomuuden helpottamiseen.

23



Työkirja pakko-oireiden hoitoon

Riitta Suvanto-Witikka

ILMESTYY 1/2021
1. painos 2021, nid., n. 190 s.
KI 59.56
ISBN 978-952-360-159-8
Sh. 32 € / D-jäsen 32 € /
D-opiskelija 32 €

Pakko-oireista kärsii 2—3 % väestöstä. Kirja käsittelee pakko-oireita ilmiönä, hoitomenetelmää ja tarjoaa harjoitteluvinkkejä ja tapausesimerkkejä. Kirjaa voi käyttää oman toipumisprosessin ohjaajana. Kirja on tarkoitettu pakko-oireista kärsiville, heidän läheisilleen ja hoitoalan ammattilaisille.

Muista myös nämä kirjat

24



Ravitsemustiede

ILMESTYY 1/2021
ISBN 978-951-656-798-6



Anestesiologian ja tehohoidon perusteet

ILMESTYY 3/2021
ISBN 978-952-360-065-2



Allergiset sairaudet ja astma

ISBN 978-951-656-931-7



Yleislääketieteen perusteet

ISBN 978-951-656-767-2



Lääkärin ja potilaan vuorovaikutus

ISBN 978-951-656-861-7



Häpeän hoito

ISBN 978-952-360-014-0



Resilienssi arjessa

ISBN 978-952-360-038-6



Työnä kuolema

ISBN 978-952-360-076-8

Kuuntele äänikirjojamme

Äänikirjoja voi ostaa verkkokaupoista tai kuunnella lukuaikapalveluissa.



Aistiva ja tiedostava mieli

ISBN 978-951-656-929-4



Hyvän unen avaimet

ILMESTYY 5/2021
ISBN 978-952-360-185-7



Häpeän hoito

ISBN 978-952-360-074-4



Joustava mieli

ISBN 978-951-656-777-1



Joustava mieli tukena elämänkriiseissä

ISBN 978-951-656-769-6



Joustava mieli parisuhteessa

ISBN 978-951-656-923-2



Kiehtovat geenit

ISBN 978-951-656-915-7



Kiintymyssuhteet elämäntilanteissa

ISBN 978-952-360-020-1



Kuolema Oikeuslääkäri selvittää

ISBN 978-951-656-857-0



Lapset, nuoret ja älylaitteet

ISBN 978-951-656-921-8



Miksi minä? Syöpäsolan tarina

ISBN 978-951-656-859-4



Olen juuri syönyt Läheiselläni on syömishäiriö

ISBN 978-952-360-084-3



Onnentaidot Kohti hyvää elämää

ISBN 978-951-656-856-3



Osalliseksi onnellisuudesta

ISBN 978-951-656-924-9



Plasebon arvoitus

ILMESTYY 2/2021
ISBN 978-952-360-190-1



Pulassa lapsen kanssa

ISBN 978-951-656-782-5



Resilienssi arjessa

ISBN 978-952-360-040-9



Suru

ISBN 978-952-360-029-4



Tunne tunteesi

ISBN 978-951-656-780-1



Työnä kuolema

ISBN 978-952-360-078-2



Työuupumuksen itsehoito

ISBN 978-952-360-135-2



Unentaidot

ISBN 978-952-360-081-2



Unihiekkaa etsimässä

ISBN 978-952-360-022-5



Usko, toivo ja huijaus

ISBN 978-952-360-137-6



Vahvista lasta

ISBN 978-951-656-919-5



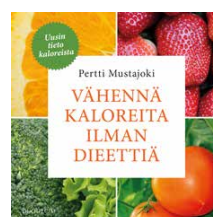
Viisas mieli

ISBN 978-952-360-136-9



Voimat takaisin

ISBN 978-951-656-920-1



Vähennä kaloreita ilman dieettiä

ISBN 978-951-656-918-8

Kevät 2021

Kustannus Oy

Duodecimin

Uutuusluettelo

Kustannus Oy Duodecim

PL 874, Kaivokatu 10 A,
00101 Helsinki
vaihde 09 618 851
www.duodecim.fi

Asiakaspalvelun yhteystiedot

Terveysportti:
terveysportti@duodecim.fi
Oppiportti:
oppiportti@duodecim.fi
Verkkokauppa:
verkkokauppa@duodecim.fi
Median arvostelukappaleet:
kirjat@duodecim.fi
Uutuusluettelon tilaukset
ja osoitteenmuutokset:
kustannus@duodecim.fi

Toimitusjohtaja

Pekka Mustonen

Myynti

Kirjat, myyntipäällikkö
Tiina Saarnimo
Terveysportti, markkinointipäällikkö
Hannu Koski
Oppiportti, liiketoimintapäällikkö
Mari Ketola

Kirjat, jälleenmyynti

Kirjavälitys Oy
puh. 010 345 1520
kvtilaus@kirjavalitys.fi

Myyntipisteet

Verkkokauppa: www.duodecim.fi
Kirjakaupat kautta maan.
Jäsenhintaisten kirjat myös Suomalaisen
Kirjakaupan myymälöistä.
Yleisten tietokirjojen sähkö- ja äänikirjoja voi
ostaa verkkokirjakaupoista, lukea tai kuunnella
lukuaikapalveluista tai lainata kirjastoista.

Luettelon kuvat

Heidi-Hanna Karhu
Getty-images (s. 7 alaosa, s. 13 yläosa)
Valokuvaamo KLIK (s. 12)

Ulkoasu

Dog Design

Taitto

Kirsi Rasinen

*Oikeudet tuote- ja hintamuutoksiin
pidätetään. Hintoihin sisältyy alv 10%.*



Verkkokauppa
www.duodecim.fi

**”Eurooppalaisia kollegoita
hämmästyttää, että Suomessa
lääkärit voivat tarkistaa
hoitoon liittyviä yksityiskohtia
vastaanotolla potilaan läsnä
ollessa.”**