

---

## Lyhytterapioita perusterveydenhuoltoon

Masennuksen ja ahdistuneisuushäiriöiden hoidossa psykososiaalisella hoidolla on vähintään yhtä tärkeä rooli kuin lääkityksellä. Merkittävä osa näistä potilaista voidaan hoitaa perusterveydenhuollossa, kunhan hoitomahdollisuuksia on tarjolla. Tällä hetkellä alkuvaiheessa potilaalle voidaan tarjota käyn-  
tejä psykiatrisen sairaanhoitajan luona tai nettiterapiaa. Kaikille terveyskeskuksen alkuvaiheen tuki ei riitä, ja tällöin tulisi tarjota spesifistä lyhytpsykoterapiaa.

Kelan kuntoutuspsykoterapiaan pääsy on vaikeaa ja hidasta ja riippuu usein siitä, onko potilaalla aktiivinen omainen, joka auttaa lausuntojen hakemisessa ja terapeutin etsinnässä. Intensiivinen ja pitkäaikainen kuntoutuspsykoterapia ei myöskään sovellu kaikille potilaille. Lyhytpsykoterapian tarjoaminen alkuvaiheessa voisi olla selvästi kustannusvaikuttavampaa kuin pitkäaikainen kuntoutuspsykoterapia, kunhan potilasvalinta onnistuu.

Ihmisellä pitäisi olla mahdollisuus lyhytterapiaan jo ennen kuin mielenterveysongelma vaatii pitkäaikaisista kuntoutusta.

Me allekirjoittaneet kaupunginvaltuutetut esitämme, että Helsinki selvittää keinot lisätä lyhytterapioita perusterveydenhuollossa ja psykiatrisessa avohoidossa.

Kaupunginvaltuustossa 28.2.2018

Reetta Vanhanen

Helsingissä 28.02.2018

Vanhanen Reetta (1 + 16)

Moisio Elina

Vepsä Sinikka

Alametsä Alviina

Kolehmainen Joonas

Hernberg Kaisa

Vuorjoki Anna

Hamid Jasmin

Stranius Leo

Harjanne Atte

Månsson Björn

Ohisalo Maria

Kari Emma

Kivelä Mai

Oskala Hannu

Said Ahmed Suldaan

Rantanen Tuomas