

UNILÄÄKETIETEENPÄIVÄT 28-29.10.2019



Unihäiriöpotilaiden erotusdiagnostiset tutkimukset ja hoitointerventiot HUS Psykiatrian Unihäiriöpoliklinikalla



Oyl Katinka Tuisku, psykiatrian dosentti, unilääketieteen erityispätevyys
HUS Psykiatria, Keskitetyt poliklinikat

Lääkintöhallitus 1989: Yliopistosairaaloihin uniklinikat



HUS keskitetty kliininen unilääketieteellinen toiminta:

Iho- ja allergiasairaala, Uniapneapoliklinikka ja Unityöryhmä

Kliinisen neurofysiologian yksikkö, Jorvi

Neurologian poliklinikka, vireyskonsultaatiot

Psykiatrian unihäiriöpoliklinikka 2019

Taustalla: Unihäiriökonsultaatiot 2016-8, Uni psyykkisen terveyden ja toimintakyvyn ennustajana, Unettomuuden hoitopolku, Digitaalinen terveysseuranta, Kokemusasiantuntijaraportti.

Unityöryhmä ja muut asiantuntijat: Professorit Paunio, Partinen, Partonen
LT Anniina Alakuujala, Dos. Christer Hublin, PsT Heli Järnefelt, LT Juha Markkula ym.

Unihäiriökonsultaatio-työryhmää 2016-8

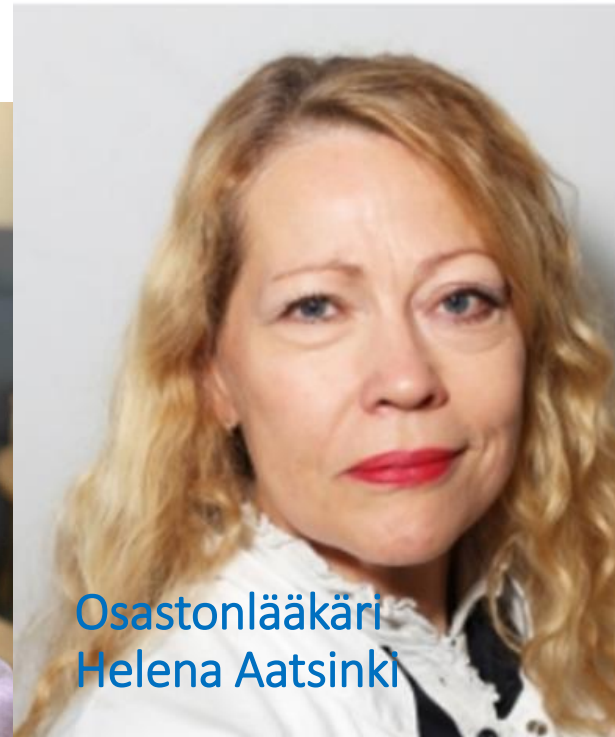
HUS*



Sh Soile Hällfors



Sh Katja Sikstus-Järvenpää



Osastonlääkäri
Helena Aatsinki



Tutkimussihteeri
Tiina Härkönen



Fysioterapeutti Virpi
Vähäkangas



Osastonsihteeri
Marja Kaasinen

Sh Minna Wallenius

OI Tiina Soini

Unihäiriöpoliklinikan työryhmässä 2019

HUS*



Sh Tuula Tanskanen



Sh Eija Hyytiäinen



Ayl Mikael Holma



Ayl Georgios Nikolakaros



Sh Ulla Koskinen

Fyst Erja Landström

Sl Janne Tuomi

Oh Erja Tikka



Oyl Katinka Tuisku



Erikoistuva lääkäri
Kaisa Kettula



Neuropsykologi
Kaisu Paulanto



Psl Ilkka Haapakoski



Psykoterapeutti
Lotta Määttä

Uusi Unihäiriöpoliklinikka 2019

1. Tavoitteet

- Tukea perusterveydenhuoltoon ja muita erikoisalvoja unihäiriöiden vaativassa diagnostiikassa ja hoidossa. Edistää näyttöön perustuvien hoitojen saatavuutta.

2. Kohdennus

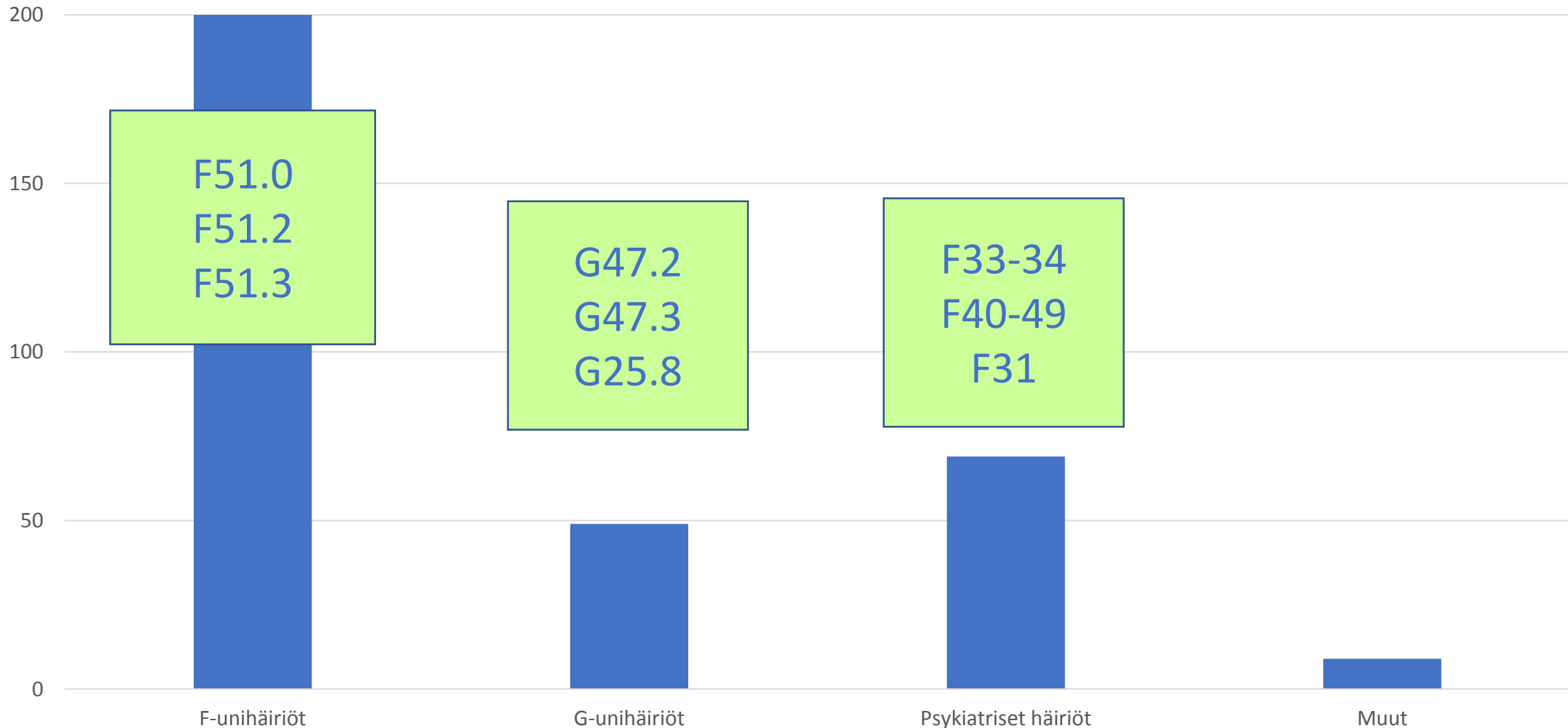
- Toimintakykyä haittaava unihäiriö/epäily unihäiriöstä, jonka diagnostiikka/hoito on vaikeaa.
- Konsultaatiot on kohdennettu ensisijaisesti perusterveydenhuollon työikäisille potilaille, jotka eivät muutoin ole psykiatrisen erikoissairaanhoidon piirissä. Hoitovastuu säilyy lähettävällä lääkärillä.
- Hoidolliset interventiot potilaille, joiden unihäiriöiden hoito kannattaa keskittää (alueelliset ja valtakunnalliset palvelut eivät riittäneet/ soveltuvaa hoitoa ei muualla saatavilla)

3. Toiminnan sisältö

- Kliiniset konsultaatiot ja jatkotutkimukset, niiden pohjalta hoitosuunnitelmat, hoitoon ohjaus ja kohdennetut hoitointerventiot
- Erikoisalojen välinen yhteistyö (Unityöryhmä), arviointi- ja hoitokäytäntöjen kehittäminen ja jalkauttaminen, kouluttaminen, tieteellinen yhteistyö.

Päädiagnoosit unihäiriökonsultaatioissa 2018

- **Päädiagnoosina** F-unihäiriöt 61%, G-unihäiriöt 15%, psyk. häiriöt 21%, muut 3%
- **Diagnooseissa** mukana F unihäiriö >50%, G unihäiriö ~ 50%
- Samoilla potilailla tyypillisesti useita eri diagnooseja



Unihäiriöpoliklinikka, prosessikuvaus 2019



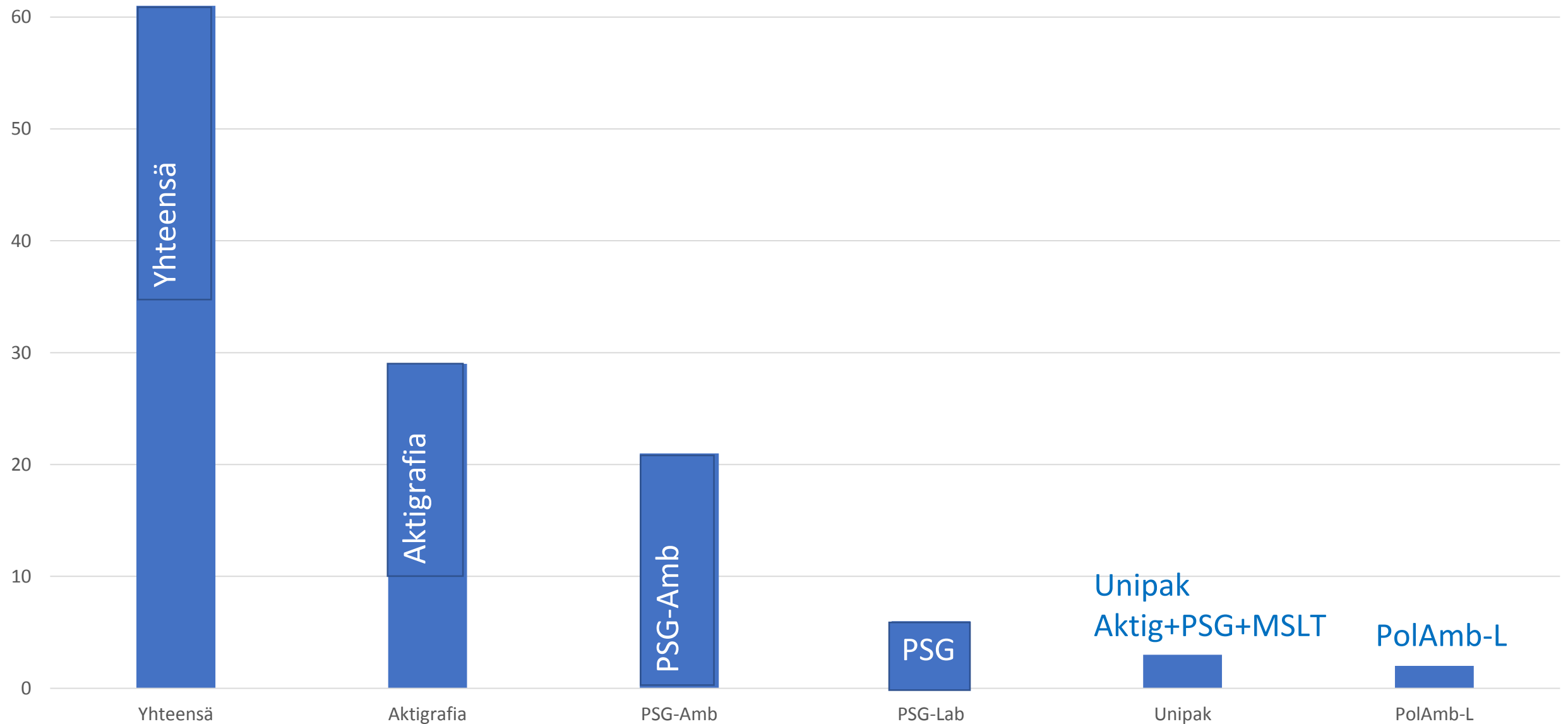
Tutkimukset

- Alkuarvioina **Unipäiväkirja**, Laaja unikysely, ISI, OASIS, BDI ja AUDIT
- Aiemmat KNF raportit ja muut asiakirjatiedot lähetteen liitteeksi/tilataan
- Lab.seulat ALAT, ASAT, CDT, AFOS, PVKT, HbA1C, Gluk, GT, Ca, Na, K, Krea, La,hs-CRP, THS, T4V, Ferrit, TrFesat, Folaatti, B12, D25. (jos ei jo tutkittu muualla)
- Sairaanhoidajan haastattelu -nukkumis- ja terveystottumukset, elämäntilanne ym
- Lääkärin tutkimus (psykiatrinen+erotusdg) –tarv. lisätutkimuksiin ohjaus
- Psykologintutkimus –unihäiriöiden psykologiset mekanismit, psykoterapia-arvio
- Neuropsykologintutkimus –neuropsyk.häiriöiden erotusdg, kognitiiv.toimintakyky
- Fysioterapeutin konsultaatio –voiko kehollisin menetelmin auttaa potilasta?
- KNF -tutkimukset –Aktigrafia, PSG-Amb, PSG, Unipak, PolAmb-L (+ajovireystutk)
- Muiden erikoisalojen konsultaatiot

KNF tutkimuksiin ohjaus Unihäiriöpoliklinikalla

- **AKTIG-2** -unirytmien häiriöiden diagnostiikkaan, ja kun tarvitaan seurantatietoa unen laadusta ja määrästä. Objektivisempi kuin unipäiväkirja. Helppo toteuttaa.
- **PolAmb** -riittää harvoin, yleensä tehty jo perusterveydenhuollossa.
- **PSG-Amb** –tavallisimmin tilattu erotusdiagnostinen tutkimus, joskus myös psyk.indikaatiolla (voimakas unettomuusahdistus ja unen kokemisen häiriö)
- **PSG** -unipolygrafia Jorvin KNF unilaboratoriossa. Vaikeissa parasomnioissa, joissa tarvitaan havaintoja potilaan käyttäytymisestä. NREM vs REM parasomnia.
- **Unipak** - aktigrafia, PSG-Amb ja MSLT-narkolepsian poissulkemiseksi

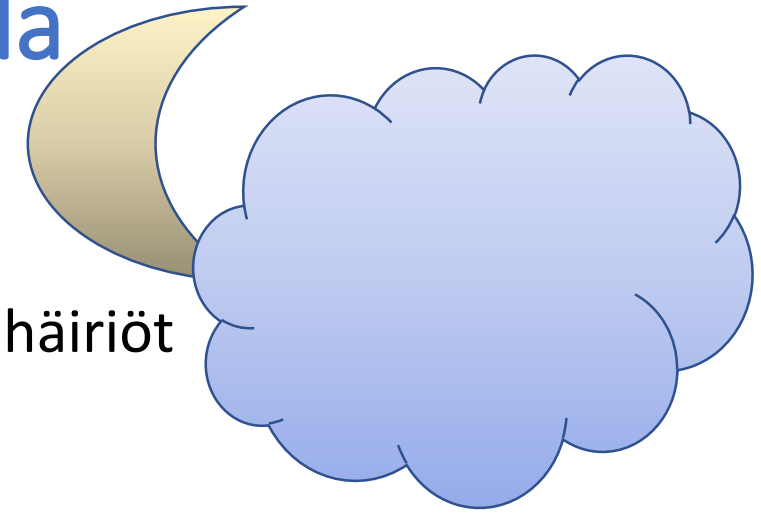
Alkuvuosi 2019: Diagnostisia KNF tutkimuksia 35%:lle tutkimusjaksolla olleista potilaista



Aktigrafia Lähde: HUS KNF ja Alakuujala ym 2018 ESRS

- **Menetelmä:** Aktigrafia perustuu kiihtyvyyden muutoksia rekisteröivään piezoelektriseen anturiin
- **Tarkoitus:** Yöunen ja vuorokausirytmien häiriöiden diagnostiikka.
- **Valmistelu:** Unikysely ja unipäiväkirja
- **Edellytykset:** Riittävä yhteistyökyky, aktigrafimerkinantopainallukset ja unipäiväkirjan pito
- **Toteutus:** Rekisteröinti tapahtuu potilaan tavanomaisessa elinympäristössä ja vuorokausirytmissä.
- **Tulos:** Unitehokkuus, motorisesti rauhallisten jaksojen (~unen) kesto, alku ja loppu-ajankohdat, vuorokauden alimman ja ylimmän aktiivisuuden ajoittuminen. Mittaustuloksen vertaus potilaan omaan kokemukseen.
- Unijakson sijoittuminen, uni-valve rytmi (aikaistunut, normaali, viivästynyt, epäsäännöllinen, rikkonainen, eteenpäin siirtyvä)
- Seuranta-jakson ajalta aktiivisuus- ja lepojaksojen kesto ja rytmi, suuntaa antavaa tietoa unen määrästä ja laadusta.
- **Huom:** Yhtenevyys PSG:n kanssa todettu keskimäärin olevan hyvä, mutta aktigrafia useimmiten yliarvioi unen määrää unettomuushäiriössä ja aliarvioi sitä narkolepsiapotilailla
- Aktigrafia voi aliarvioida unen määrää myös unissakävelyn ja unenaikaisten liikehäiriöiden yhteydessä tulkitessaan motorisen aktiviteetin valveeksi

Hoitointerventiot Unihäiriöpoliklinikalla



Unettomuuden nettiterapia –yleensä varhaisemmassa vaiheessa

Unettomuuden KBT ryhmähoito -täydennetään ostopalveluin

Unettomuuden KBT yksilö –samanaikaisesti huomioitavat muut unihäiriöt

Painajaisunihäiriön IRT –erillisenä tai osana muuta interventiota

Viivästyneen unijakson aikaistus –yksilöllisesti, jatkossa ryhmähoitona

Psykofyysinen fysioterapia -vaikean fyysisen jännittyneisyyden purkaminen, kivunhallinta

Somatosensorinen terapia –unta haittaavat toiminnalliset häiriöt ja kehosuhteen ongelmat

Kuvataidepsykoterapia -unioireen taustalla olevaan/unihäiriötä pahentavaan psyk. häiriöön

Kognitiiviset ja KKT lyhytpsykoterapiat -ostopalveluna F-ryhmän unihäiriöön, johon kevyempi hoito ei riitä, ja unioireita/unihäiriöitä pahentaviin psyk. häiriöihin



Tapausselostus – useat samanaik
Unihäiriöt ja niiden hoito
G47.2, G47.3, G47.4