



Lokakuun lopulla Eila Elijärvi kävi Keski-Suomen keskussairaalan reumapoliiklinikalla, jossa hänellä oli muun muassa fysioterapeutin, toimintaterapeutin, omahoitajan ja reumatologin vastaanotot. Elijärvi teki myös oman toimintakykynsä itsearvioinnin tietokoneella.

Reumapotilaat mukana kännykkäseurannassa

Terveys: Keuruulaisen Eila Elijärven mukaan reumapolilta saatavat tekstiviestit lisäävät turvallisuuden tunnetta. Kivutkin ovat kadonneet.

KEURUU, JYVÄSKYLÄ
Anna Kivinen

Suomessa on ensimmäisenä maailmassa kokeiltu reumapotilaiden kännykkäseurannaa. Kokeilu on vuoden ajan ollut meneillään myös Keski-Suomen keskussairaalan, jossa on dosentti, osastonylilääkäri **Tuulikki Sokka-Islerin** mukaan ollut seurannassa tähän mennessä yli 30 potilasta. Koko Suomessa kännykkäseurannassa on ollut tähän mennessä muutamia satoja potilaita.

Käytännössä kännykkäseuranta toimii niin, että potilaan matkapuhelimeen lähetetään joka toinen viikko tekstiviesti. Viikon kuluttua reumapoliiklinikalla käynnistä lähetetään ensimmäinen tekstiviesti, jossa kysytään, onko potilas käyttänyt hänelle suositeltuja lääkkeitä.

Kahden viikon päästä tulee toinen viesti, jossa kysytään uuden lääkityksen mahdollisista haittavaikutuksista. Myöhemmin tiedustellaan vielä nivelreumaoireiden vaikeutta. Potilas vastaa kysymyksiin kyllä tai ei.



Tuulikki Sokka-Isler on tänään Washingtonissa esittelemässä reumapotilaiden kännykkäseurannaa kansainväliselle yleisölle.

Keuruulainen Eila Elijärvi on yksi tyytyväinen kännykkäseurannassa mukana ollut potilas.

Elijärvellä oli outoja kipuja alkukesästä 2011. Hänellä todettiin nivelreuma joulukuussa 2011. Diagnoosi oli lopulta helpotus pitkään jatkuneiden epämääräisten nivelkipujen jälkeen.

Elijärvi pääsi alusta alkaen mukaan myös kännykkäseurantaan, josta hänelle kerrottiin

reumapoliiklinikalla etukäteen.

– Tekstiviestien saaminen sairaalasta tuntui hyvältä ja lisäsi turvallisuuden tunnetta. Niihin vastaaminen oli helppoa ja onnistui alle viidessä minuutissa. Viestien saamisen myötä tuntui siltä, että apua saa, jos sitä tarvitsee, Elijärvi kertoo.

Kännykkäseurannasta toteutetaan ensimmäisen puolen vuoden ajan siitä, kun potilaalla on

” Viestien saamisen myötä tuntui siltä, että apua saa, jos sitä tarvitsee.

Eila Elijärvi

todettu nivelreuma. Tavoitteena on huomata mahdollisimman nopeasti, jos vaikka potilaan lääkitystä on tarpeen muuttaa.

– Jos vastauksissa on jotain sellaista huolestuttavaa, jonka takia potilaan vointi pitäisi tarkistaa, saamme sähköpostiin hälytysviestin. Tämän jälkeen potilaaseen otetaan yhteyttä kahden työpäivän sisällä, Sokka-Isler kertoo.

Jos kaikki on hyvin, potilaan vastaukset tekstiviesteihin kirjautuvat automaattisesti tietostoon, josta potilaan reumahoitaja ja lääkäri voivat niitä seurata.

Eila Elijärven mukaan oikeanlaisella lääkityksellä reuman oireet helpottivat nopeasti ja myös mieliala parani.

– Useimmiten pystyin kuittaa-

maan tekstiviesteihin, että kaikki ok. Kerran oli omaa hölmöytystäni lääkkeitä loppu, jolloin sain puhelimitse uuden reseptin, Elijärvi sanoo.

Arkielämässä kerrostalokodissa Keuruulla nivelreuman sairastaminen näkyy muun muassa siinä, että Elijärven on otettava päivittäin viittä eri lääkettä. Lisäksi hän antaa omatoimisesti itselleen reuman hoitoon liittyvän pistoksen kerran viikossa.

Lääkkeisiin liittyviä pahoja sivuvaikutuksia hänellä ei ole ollut. Kivutkin ovat hävinneet, ja Elijärvi pystyy kävelemään useita kilometrejä päivässä. Mieheensä **Pekka Matilaisen** kanssa Elijärvi voikin kävellä kylille asioille ja takaisin. Elijärven mukaan eläkeläisellä ei ole kiirettä minnekään, joten asioita tehdään silloin, jos siltä tuntuu.

– Tiedän, että karkuun tätä ei pääse, vaan täytyy elää sairauden mukaan. Iän tuomia oivaluksia on se, että silloin tehdään, kun pystytään, ennen vain tehtiin eikä meinattu.

Eila Elijärvi aikoo liittyä myös paikalliseen reumayhdistykseen.

Läpimurtoa esitellään tänään maailmalla

JYVÄSKYLÄ
Anna Kivinen

Suomalaiset reuma-asiantuntijat, mukana myös Keski-Suomen keskussairaalan dosentti, osastonylilääkäri **Tuulikki Sokka-Isler**, esittelevät reu-

mapotilaiden kännykkäseurannaa tänään 12. marraskuuta Washingtonissa Yhdysvaltojen reumatologikokouksessa. Samalla kännykkäseurannasta esitellään myös kansainväliselle lehdistölle.

Keski-Suomen keskussaira-

laan tulee vuodessa sata uutta nivelreumapotilasta. Tuulikki Sokka-Islerin mukaan nivelreuman toteamisen jälkeen tavoitteena on, että potilaan sairaus saadaan oireettomaksi kolmen kuukauden sisällä.

Vastasairastuneet reumapoti-

laat käyvät keskussairaalan reumayksikössä tutkimuksissa ja seurannassa kolmen kuukauden, puolen vuoden, vuoden ja kahden vuoden päästä sairauden toteamisesta. Kännykkäseuranta on uusi tukimuoto juuri vastasairastuneille, joiden täy-

tyy arjessaan pärjätä nivelreuman kanssa.

– Kännykkäseuranta on potilaan tukena ensimmäisen puolen vuoden ajan nivelreuman toteamisesta, jolloin epätietoisuus on yleensä suurinta, Sokka-Isler kertoo.