

CASE #TERAPIATAKUU

Psykoterapiaan sijoitettu euro merkitsee noin viisinkertaista säästöä



Riittävän varhain aloitettu psykoterapia siirtäisi noin 7500 henkilöä etuuksien piiristä työelämään. Kustannussäästöä tulisi **noin 166 milj. €**

CASE TERAPIATAKUU

Psykoterapia on Käypä hoito -suositusten mukainen tutkimusnäyttöön perustuva vaikuttava hoitokeino, jota muista hoitomuodoista poiketen ei ole tarjolla julkisissa terveyspalveluissa. Varhain annettu hoidollinen lyhytpsykoterapia vähentää inhimillistä kärsimystä, palauttaa työkyvyn ja tuottaa säästöjä.

Kelan pitkittyneelle oireilulle tarkoitettu kuntoutuspsykoterapia ei vastaa varhaisen psykoterapian tarpeeseen. Lisäksi se kohdentuu vain aikuisille, joiden opiskelu- tai työkyky on uhattuna, vaikka tarve on suuri myös työelämän ulkopuolella olevilla. Kuntoutuspsykoterapia jakaantuu myös alueellisesti epätasa-arvoisesti: Uudellamaalla Kelan kuntoutuspsykoterapiassa käydään lähes kolme kertaa useammin kuin Lapissa, vaikka THL:n mielenterveysindeksin mukaan arvioituna psykoterapian tarve on suurempi Lapissa. Kelan psykoterapiakuntoutuksen rinnalle tarvitaan julkiseen terveydenhuollon perustasolle mahdollisuus varhaiseen lyhytpsykoterapiaan.

Terapiatakuulla tarkoitetaan perusterveydenhuollon arvioinnin jälkeen 28 päivän sisällä alkavaa lyhytpsykoterapiaa, joka voi toteutua yksilöterapiana, perheterapiana tai ryhmäterapiana jollei itsehoidosta, vertaistuesta, nettiterapioista tai tukikeskusteluista ole riittävää apua.

Mielenterveyden häiriöiden kokonaiskustannukset Suomessa ovat OECD:n arvion mukaan noin 11 miljardia vuodessa. Valtaosa kustannuksista johtuu sairauslomapäivistä, työkyvyttömyyseläkkeistä ja työelämän kustannuksista.



Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.



Yksi elämän tavoitteena on terveempi Suomi. Aivoliiton, Diabetesliiton, Filhan, Hengitysliiton, Suomen Mielenterveysseuran, Sydänliiton ja Syöpäjärjestöjen yhteiset terveystalokoot edistävät ihmisen terveyttä ja hyvinvointia läpi elämän. Duodecim on mukana asiantuntijatahona.

Kustannukset

Tavoitteena on noin 125 000 lyhytpsykoterapian toteutuminen vuosittain, mikä vastaa noin 800 terapeutin henkilötyövuotta. Lyhytterapian kesto on keskimäärin 6-7 käyntiä, enimmillään 20 käyntiä. Vaadittavaan henkilöstöresurssiin vaikuttaa ryhmäterapian käyttö. Osin terapiatakuu on toteuttavissa suuntaamalla terveydenhuollon nykyisiä henkilöstöresursseja psykoterapiaan. Terapiatakuu vaatisi täysimääräisesti toteutuessaan noin 500 uuden terapeutin työpanoksen, joko palkkaamalla tai ostopalveluna hankittuna. Tästä koituisi terveydenhuollolle noin 30 miljoonan lisäkustannus. Toisaalta varhaisen psykoterapian tiedetään vähentävän muiden terveydenhuoltopalvelujen käyttöä, josta syntyisi noin viiden miljoonan säästö terveydenhuoltosektorille.

Tuotto

Psykoterapiaan sijoitettu pääoma maksaa tutkimusten mukaan itsensä takaisin moninkertaisesti, koska sairautetuoksien käyttö vähenee, työnantajien sairauspoissaolokustannukset vähenevät ja terveydenhuollon muu käyttö vähenee.

Kaksi kolmesta asiakkaasta käy terapiajakson loppuun, ja heistä noin puolet hyötyy merkittävästi psykoterapiasta. Noin 6 prosenttia hoidetuista siirtyy etuuksista työelämään. Peruspalveluissa saatavilla oleva, riittävän varhain aloitettu psykoterapia siirtäisi arviolta noin 7500 henkilöä etuuksien piiristä työelämään, tuottaen noin 166 miljoonan kustannussäästön, perustuen työkyvyttömyyskulujen vähenemiseen (100 miljoonaa) ja ansioerotulojen kasvuun (66 miljoonaa). Näin psykoterapiaan sijoitettu euro merkitsee yli viiden euron säästöä.

Päätelmä

Järjestämällä varhaisia psykoterapiapalveluja osana julkista terveydenhuoltoa ja lisäämällä niiden saatavuutta syntyy merkittävä, kansantaloudellisesti kannattava terveyshyöty. Psykoterapiatakuu lisää psykoterapiapalveluiden integraatiota muihin palveluihin, lisää mahdollisuuksia seurata psykoterapian laatua ja hillitsee psykoterapiahintojen kasvua.