

Sooma Masennushoito

Sooma Masennushoito eli tuttavallisemmin myssyhoito pohjautuu tasavirtastimulaatioon (tDCS), jossa aivojen toimintaan vaikutetaan etuosalohkon alueella heikon sähkövirran avulla. Menetelmällä on Suomessa Käypä hoito -suositus (<https://www.kaypahoito.fi/nak09363>).

Etuosalohko osallistuu mm. ajatusten, käyttäytymisen ja tunteiden säätelyyn sekä havaintojen käsittelyyn. Etuosalohkon puoliskojen toiminnan on huomattu olevan epätasapainossa masennukseen sairastuneilla. Sooma Masennushoito lisää aivojen aktiivisuutta etuosalohkon vasemmalla puolella, jolloin luonnollinen tasapaino aivopuoliskojen toiminnan välillä palautuu ja masennuksen oireet lievittyvät.

”Myssyhoito” on turvallinen ja tehokas hoito masennuksen oireisiin. Hoitoa varten ei tarvita nukutusta tai muita toimenpiteitä. Sooma Klinikin masennuksen hoitajakso toteutetaan kotihoitona siten, että ensimmäinen hoitokerta tehdään ohjatusti yhdessä Sooma Klinikin henkilökunnan kanssa ja loput hoidot potilas tekee itsenäisesti kotonaan.

Sooma Masennushoito voi olla joko yksittäinen hoito tai se voidaan yhdistää muiden hoitomenetelmien kanssa. Voimassa olevaan lääkitykseen ei tarvitse tehdä muutoksia.

Hoidon vaikutus

Sooma Masennushoidon yleisimpiä vaikutuksia ovat mielialan nouseminen, ahdistuneisuuden lieveneminen, yleisen aktiivisuuden tason nousu, unenlaadun paraneminen sekä unirytmien normalisoituminen.

Hoitovaikutus kertyy vähitellen hoitajakson aikana. Se tarkoittaa, että yksittäisellä hoitokerralla ei yleensä ole huomattavaa vaikutusta, joten vaikutuksen saavuttaminen vaatii hoitojen toistamista. Tästä johtuen jakson jokainen hoitokerta kannattaa tehdä, vaikka vaikutusta ei olisi havaittavissa.

Hoitovaikutuksen saavuttaminen on yksilöllistä. Vaikutus on yleensä havaittavissa hoitajakson loppupuolella, mikä yleensä tarkoittaa aikaisintaan kolmannen hoitoviikon jälkeen.

Hoidon vaikutus säilyy yleensä joitain kuukausia hoitajakson päättymisen jälkeen. Vaikutusta voidaan pidentää tai tehostaa jatkohoidon avulla. Jatkohoito määritetään yhdessä lähettävän lääkärin kanssa, ja sen aikana viikoittaista hoitojen määrää sopeutetaan tarpeen mukaan.

Hoidon haittavaikutukset

Tasavirtahoito on kivutonta eikä se aiheuta vakavia sivuvaikutuksia. Hoidosta aiheutuvat haittavaikutukset ovat paikallisia, lieviä ja melko nopeasti ohimeneviä.

Sähkövirta saattaa hoidon aikana tuntua pienenä kuumotuksena tai kihelmöintinä. Joillakin potilailla voi iho hieman punoittaa stimulaatioalueen kohdalla hoidon jälkeen. Ensimmäisten hoitokertojen jälkeen joillain potilailla voi ilmetä lievää lyhytaikaista päänsärkyä.

Mikäli hoidosta aiheutuu ihon ärtymistä tai rikkoontumista, ihovaurio tulisi hoitaa kuntoon ennen hoidon jatkamista. Hoitoalueen ihon voi ennaltaehkäisynä rasvata jokaisen hoitokerran jälkeen esimerkiksi perusvoiteella.

Hoitojakson sisältö

Sooma Klinikalla hoitojakson pituus on kuusi viikkoa. Yhden viikon (eli seitsemän päivän) aikana tehdään yhteensä viisi 30 minuutin pituista hoitokertaa. Hoitojakson aikana hoitokertoja on (6x5 eli) yhteensä 30. Jokaisella viikolla on kaksi päivää, jolloin ei tehdä hoitoja.

Hoitojakson aluksi Sooma Klinikin henkilökunta perehdyttää sinut laitteen käyttöön tapaamisessa, johon kannattaa varata aikaa noin tunti. Ensimmäinen hoitokerta tehdään tapaamisen aikana ohjatusti yhdessä, ja loput hoidot tehdään itsenäisesti kotona.

Hoidot tehdään kotiin jakson ajaksi lainattavalla kannettavalla pienikokoisella Sooma tDCS -hoitolaitteella. Laite on patterikäyttöinen ja toimii äänettömästi.

Kotona hoitoja tehdessään voi esimerkiksi lukea, rentoutua tai tehdä kotiaskareita. Hikoilua ja kastumista on vältettävä.

Ohjaus ja tuki hoitojakson aikana

Hoitojakso toteutetaan ohjattuna kotihoitona. Jakson aikana Klinikin henkilökunta seuraa viikoittain hoidon etenemistä, muistuttaa hoitoviikon alkamisesta ja kannustaa seuraamaan hoitosuunnitelmaa. Mikäli jakson aikana tulee hoitoon liittyviä kysymyksiä, voi Sooma Klinikalle ottaa yhteyttä ohjeita varten.

Ensimmäisessä tapaamisessa hoitojakson aluksi sovitaan yhdessä aikataulu ja tavat, joiden mukaisesti hoitojakson aikana pidetään yhteyttä.



Atomitie 5 C, 00370 Helsinki
+358 10 328 9814
klinikka@soomamedical.com

Potilasohje
30.10.2023

Hoidon jatkaminen

Mikäli akuuttihoitojakson vaikutus on selvästi havaittavissa, hoitoa voi jatkaa tai tehostaa sen vaikutusta jatkohoidon avulla. Jatkohoidosta päätetään aina tapauskohtaisesti. Päätös jatkohoidosta tehdään yhteistyössä lääkärin kanssa.

Hoidon esteet

Sooma Masennushoitoa ei voida antaa, mikäli sinulla on kallonsisäinen implantti, sydämentahdistin tai akuutti ihottuma tai haavauma hoitoalueella. Amalgaamipaikat, hammasraudat tai -implantit eivät ole esteitä hoidolle.

Hoidon kustannukset

Kuuden viikon pituisen hoitojakson hinta Sooma Klinikalla on 599 €.

Hoitoa varten voidaan kirjoittaa maksusitoumus tai sitten potilas vastaa hoidon kustannuksista itse. Hoito ei ole KELA-korvattavaa. Hoidosta toimitetaan pyynnöstä raportti, jonka avulla voi hakea korvausta henkilökohtaisesta vakuutuksesta.

Kuinka voit aloittaa hoitojakson?

Mikäli haluaisit aloittaa Sooma Masennushoidon, pyydä ensin lääkäriäsi kirjoittamaan lähete hoitoa varten. Ohjeet lähetteen kirjoittamista varten löytyvät Sooma Klinikin verkkosivuilta (osoitteesta <https://soomamedical.com/fi/klinikka/lahete-ja-ohjeita/>). Tuo lähete mukana tapaamiseen Sooma Klinikalle, ellei lääkäri ole postittanut tai lähettänyt sitä turvasähköpostina.

Kun olet saanut lähetteen tai tiedon sen kirjoittamisesta, voit ottaa yhteyttä Sooma Klinikalle ja sopia järjestelyistä. Tapaamista ja perehdytystä varten voi varata ajan osoitteessa <https://soomamedical.com/fi/klinikka/ajanvaraus>.

Sooma Klinikka sijaitsee Helsingissä Pitäjänmäen lähistöllä.