

≥ 16 v laihuushäiriöpotilas/epäily perusterveydenhuollossa

Ohje lääkärille.

- Ensikäynnille varattava 40–60 min.
- Huoltajan tai kumppanin olisi hyvä olla vastaanotolla mukana. Keskustele potilaan kanssa myös ilman huoltajan tai kumppanin läsnäoloa.
- Potilaan oman hoitajan (joka tulee huolehtimaan painoseurannan toteuttamisesta) olisi hyvä olla mukana ensikäynnillä.

Anamneesi:

- Aiemmat sairaudet, allergiat, lääkitykset, sairaalahoidot
- Puberteettikehitys, menarkeikä
- Perhe: keitä kuuluu, minkälaiset suhteet perheenjäseniin
- Sukuanamneesi: läheisten sairaudet ja ruumiinrakenne (onko kaikki esim. hyvin laihoja perimältään?)
- Traumaattiset kokemukset
- Aikaisemmat psykiatriset hoitokontaktit
- Toimintakykyarvio:
 - o opiskelun / työn sujuminen (opintomenestys, poissaolot, sosiaaliset suhteet)
 - o harrastukset, liikunta-anamneesi tarkasti (sis. arkiliikunta, liikuntaharrastukset, koululiikunta)
 - o kaverisuhteet ja niiden ylläpito
 - o arjen hallinta (talouden hallinta, kodinhoito, nukkuminen, päihteet, ruutuaika)
 - o oireiden alkuperä: miten ja koska alkanut (esim. lisääntynyt liikunta, laihdutus, terveellisempi ruokailu)
- Oireet:
 - o väsymys, huimaus, palelu, ärtyisyys, keskittymiskyvyn lasku, ahdistuneisuus, oksentelu, ahmiminen, vatsaoireet, rytmihäiriötuntemukset, mielialan lasku
 - o mahdollinen amenorrea ja sen kesto
 - o kompensatiokeinot (pakkoliikunta, oksentelu, laksatiivit)
- Ruokailu:
 - o mitä, kuinka usein, kuinka paljon syö
 - o pystyykö syömään herkkuja
 - o onko ruokavalio kapeutunut, miten
 - o miten ruokailu sujuu (esim. aika, ruuan piilottelu, ristiriitatilanteet ruokailuun liittyen)
- Paino:
 - o lasku/aika
 - o korkein ja matalin paino (mikä ja milloin)
 - o minkä kokee itselleen hyväksi painoksi

Status:

Kerro kaikki poikkeavuudet potilaalle; esim. "näлкиintymisen merkinä sinun verenkiertosi on huonontunut".

- Psyykinen status: masennus, ahdistuneisuus, realiteettitaju, itsetuhoisuus, pakko-oireet
- Pituus, paino, verenpaine, pulssi
- Kilpirauhasen ja leuanalussylikirauhasten palpaatio
- Suun terveyden arvio (karies <-> oksentelu)
- Sydämen ja keuhkojen auskultaatio
- Vatsan palpaatio
- Puberteettistatus
- Iho: kuivuus, kellertäminen, lanugo, mustelmia jumppaamisesta
- Lämpörajat raajoissa
- PVK, La, CRP, S-korsol (Addisonin taudin poissulku) S-tTGAbA, TSH, T4V, p-gluk/fP-gluk, Na, K, Cl (jos oksentelua), Pi, Krea, ekg, Ca-ion, D-25, Prealb

Anna oireilun vaikeusasteesta riippuen informaatiota näлкиintymisen aiheuttamista terveysriskeistä:

- luun tiheyden alenema
- lihaksiston heikkeneminen
- mielialan lasku
- keskittymiskyvyn lasku
- murrosiän edistymisen viive
- vaikutus lisääntymisterveyteen
- ennenaikaisen kuoleman riski

Suunnitelma:

- Tarvittaessa lähete psykiatrialle ja sisätaudeille (kts. lähettämisohejet).
- Tarvittaessa ohjataan somaattiselle osastolle (katso osastolle ottokriteerit).
- Suunnittele somaattisen seurannan toteuttaminen (kuinka usein ja missä painokontrollit, koska seuraava lääkäriin vastaanotto).
- Kerro terveellinen painoalue ja aseta potilaalle realistinen painon lähitavoite
 - o saa olla hoikka, kunhan hoikkuus ei vaaranna terveyttä (eli kuukautisten pitää palata)
 - o neuvo maalaisjärjellä mitä ruokaa pitää lisätä ja kuinka paljon
 - o aseta tarvittaessa liikuntarajoitteet
 - o arvioi kalsium- ja D-vitamiinisubstituution tarve
- Kerro syömishäiriön hoidosta ja mitä seuraavaksi tapahtuu.
- Arvioi ravitsemusterapian tarve.
- Tsemppaa ja kannusta!

Laihuushäiriöpotilaan kontrollikäynti

- Kesto yleensä noin 30–40 min.
- Ota vastaanotolle ensin yksin, vasta lopuksi huoltaja tai kumppani mukaan (tarkista välianamneesitietoja heiltä).

Välianamneesi:

- Miten on voinut viime käynnin jälkeen?
- Miten hoito on toteutunut (ft, rav.terapia, psyk, muu)?
- Miten syöminen sujuu?
- Miten paino on muuttunut? Miltä se tuntuu?
- Onko kompensatiokeinoja käytössä?
- Millainen mieliala on?
- Onko valkovuotoa? Kuukautisia?
- Kysymyksiä lääkärille?

Status kuten yllä:

- Näytä kaikki muutokset (pos ja neg) potilaalle
- Laboratoriokokeet harkinnan mukaan, ei rutiinisti: tavallisimmin PVK, K, Na, Krea, P-gluk, ekg, **ei paastokokeita**

Kertaa informaatio nälkiintymisen aiheuttamista terveysriskeistä. Tsemppaa ja kannusta!