



LÄÄKISLÄISET VÄSYVÄT, MUTTEIVÄT UUVU

Suomen Yleislääkärit ry, kevätpäivä 25.5.2018

**Kristina Kunttu, LT, nuorisolääketieteen erityispätevyys
senioritutkija, YTHS**



Esitys perustuu VUODEN 2016 VALTAKUNNALLISEEN KORKEAKOULUOPIISKELIJOIDEN TERVEYSTUTKIMUKSEEN

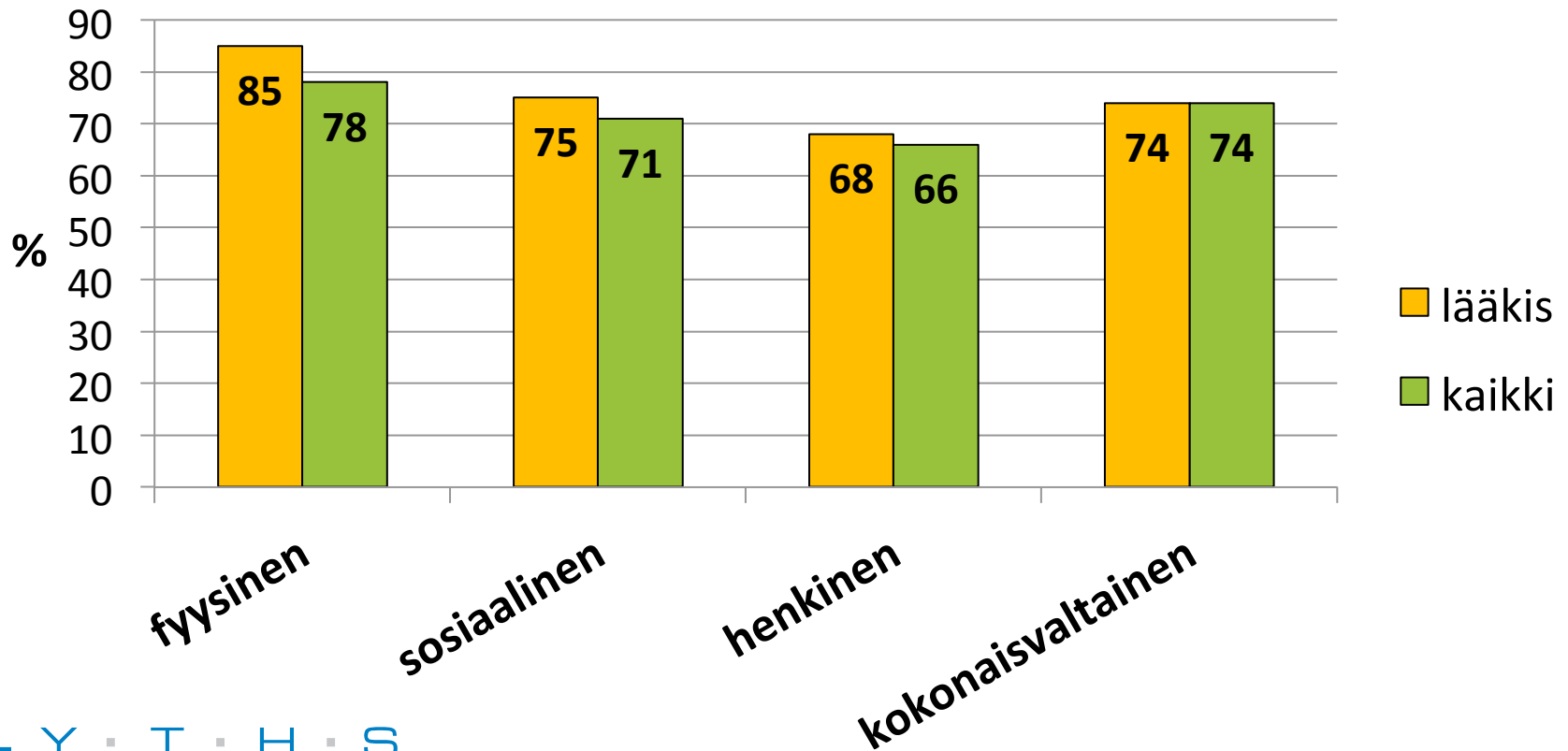
- kaikki yliopistot mukana
- toteutettu v. 2000 alkaen 4 vuoden välein
- vastausaktiivisuus 37 % (v. 2016)
- miehet aliedustettuna, mutta muuten edustavuus hyvä ikäryhmien, opiskelupaikkakuntien, koulutusalojen suhteen.

TARKASTELU KOULUTUSALOITTAIN JA LÄÄKIS VS. KAIKKI OPISKELIJAT

- Koulutusalat
 - Humanistinen, teologinen
 - Yhteiskuntatieteellinen
 - Oikeustieteellinen
 - Luonnontieteellinen, maat. ja metsät., farmasia
 - Kauppatieteellinen
 - Teknillistieteellinen
 - Lääketieteellinen
 - Liikunta, kasvatustiet., terveystiet., psykologia
 - Taide
- Ryhmässä ”LÄÄKIS” mukana myös hammas- ja eläinlääkis
- Dioissa lääkis on keltaisella, koko joukko vihreällä

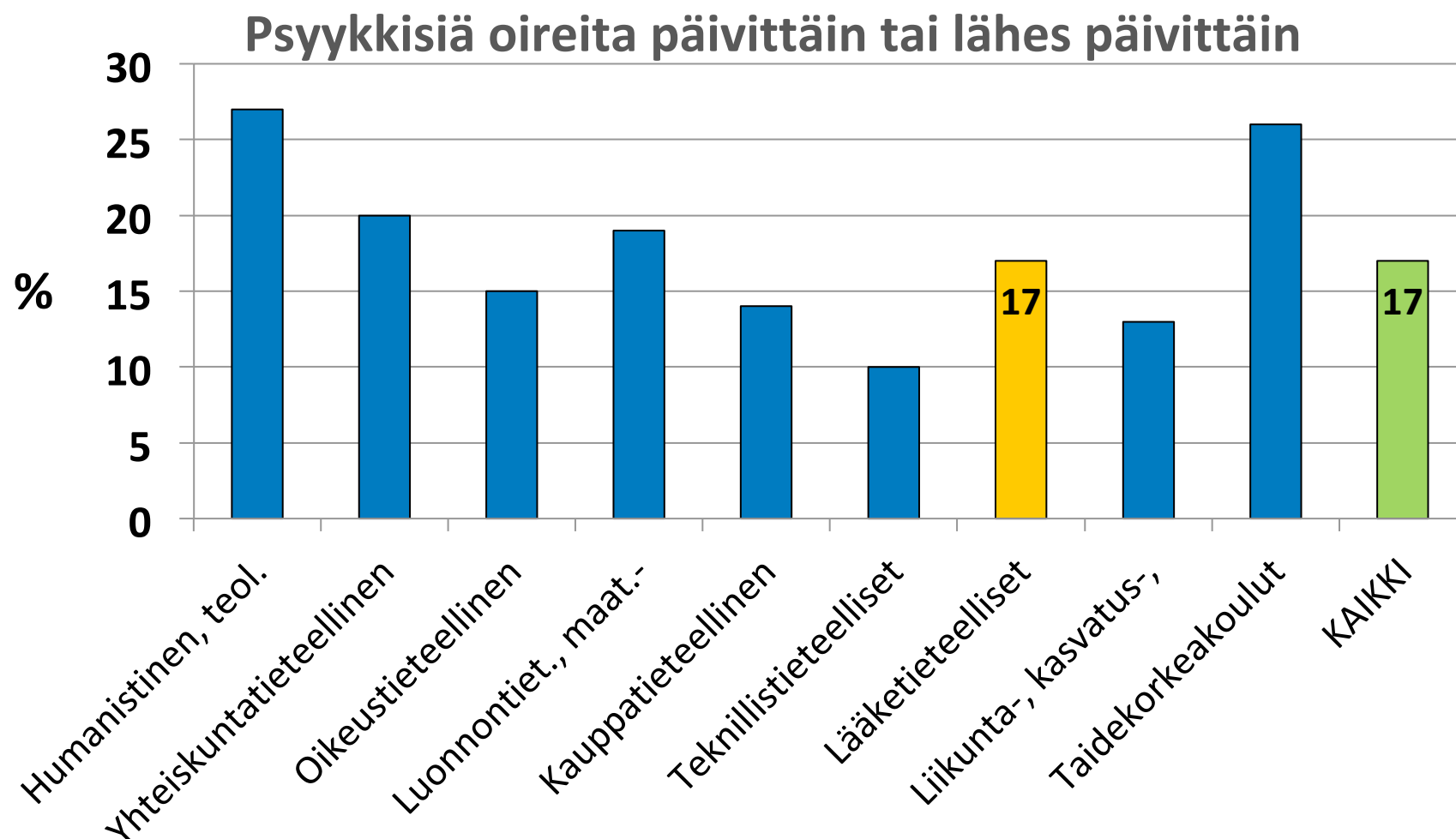
78 % OPISKELIJOISTA KOKEE FYYSISEN HYVINVOINTINSA HYVÄKSI, MUTTA HENKISEN HYVINVOINTINSA VAIN 66 %. Lääkiksessä osuudet hivenen korkeampia

Koettu hyvinvointi hyvä tai erittäin hyvä



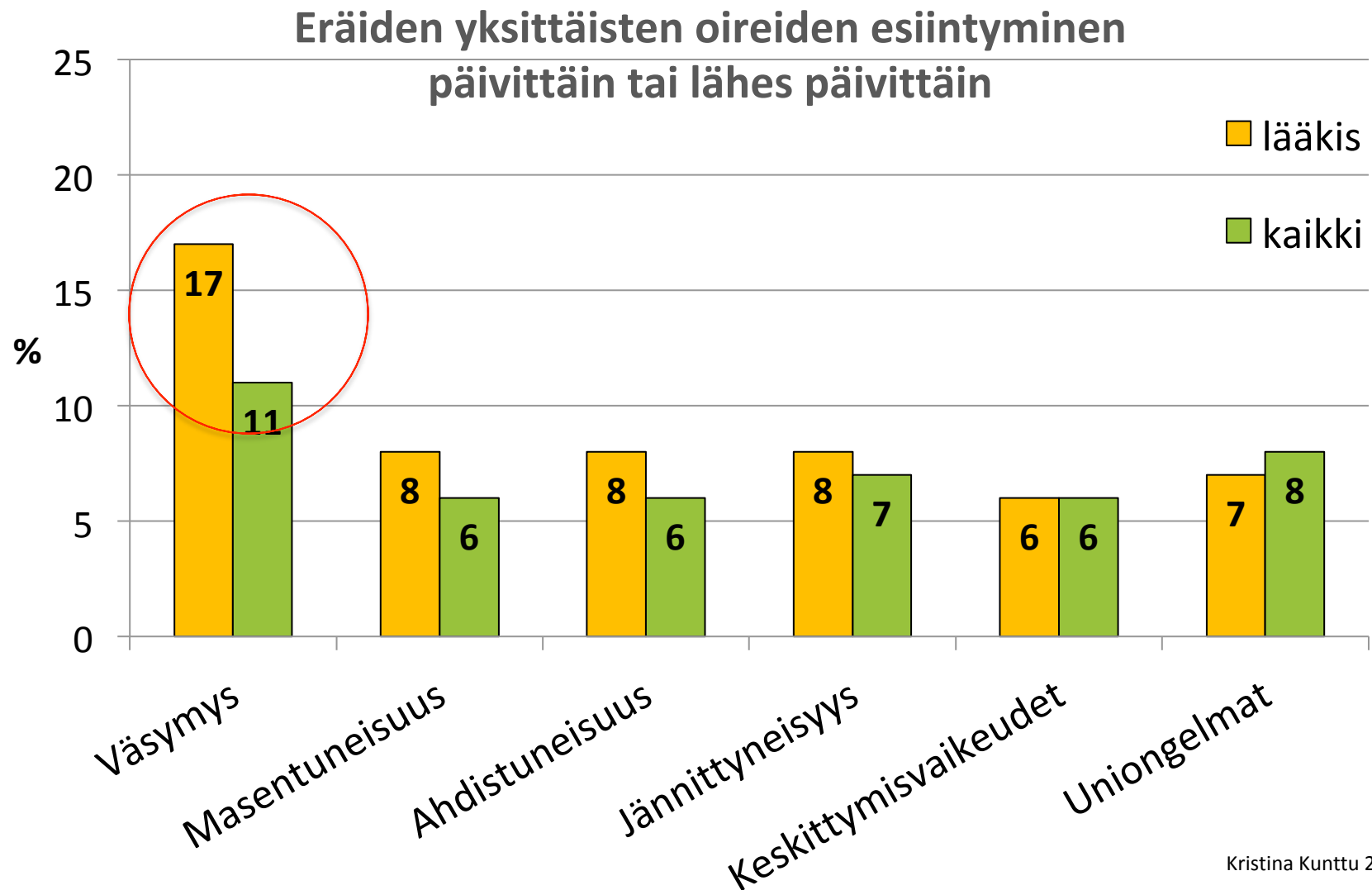
PSYYKKISET OIREET OPISKELIJOILLA YLEISIÄ

Mittarissa mukana: jännittyneisyys, masentuneisuus, ahdistuneisuus, uniongelmat, keskittymisvaikeudet

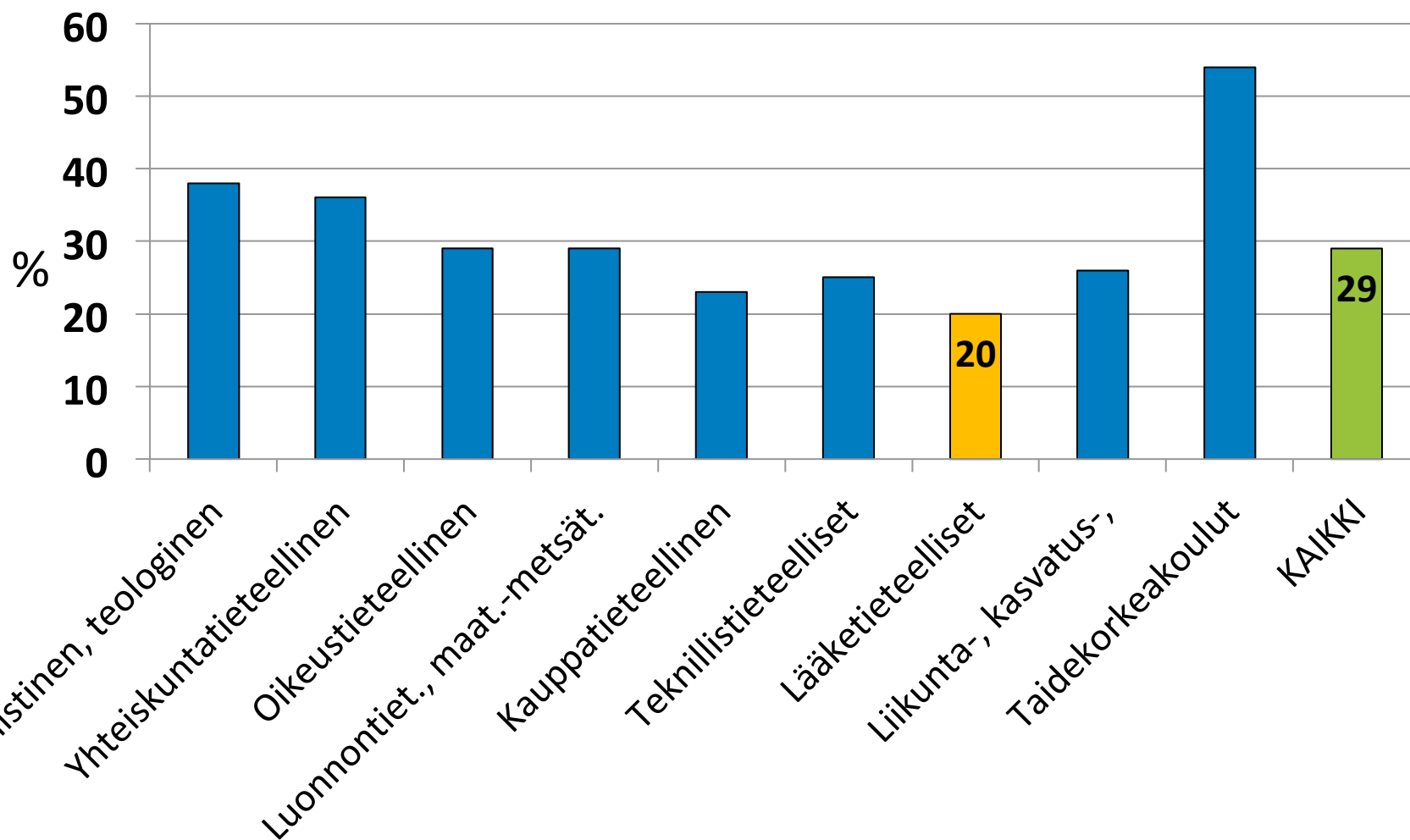


Yksittäisistä oireista

PÄIVITTÄINEN VÄSYMYS TAVALLISEMPAA LÄÄKIKSESSÄ

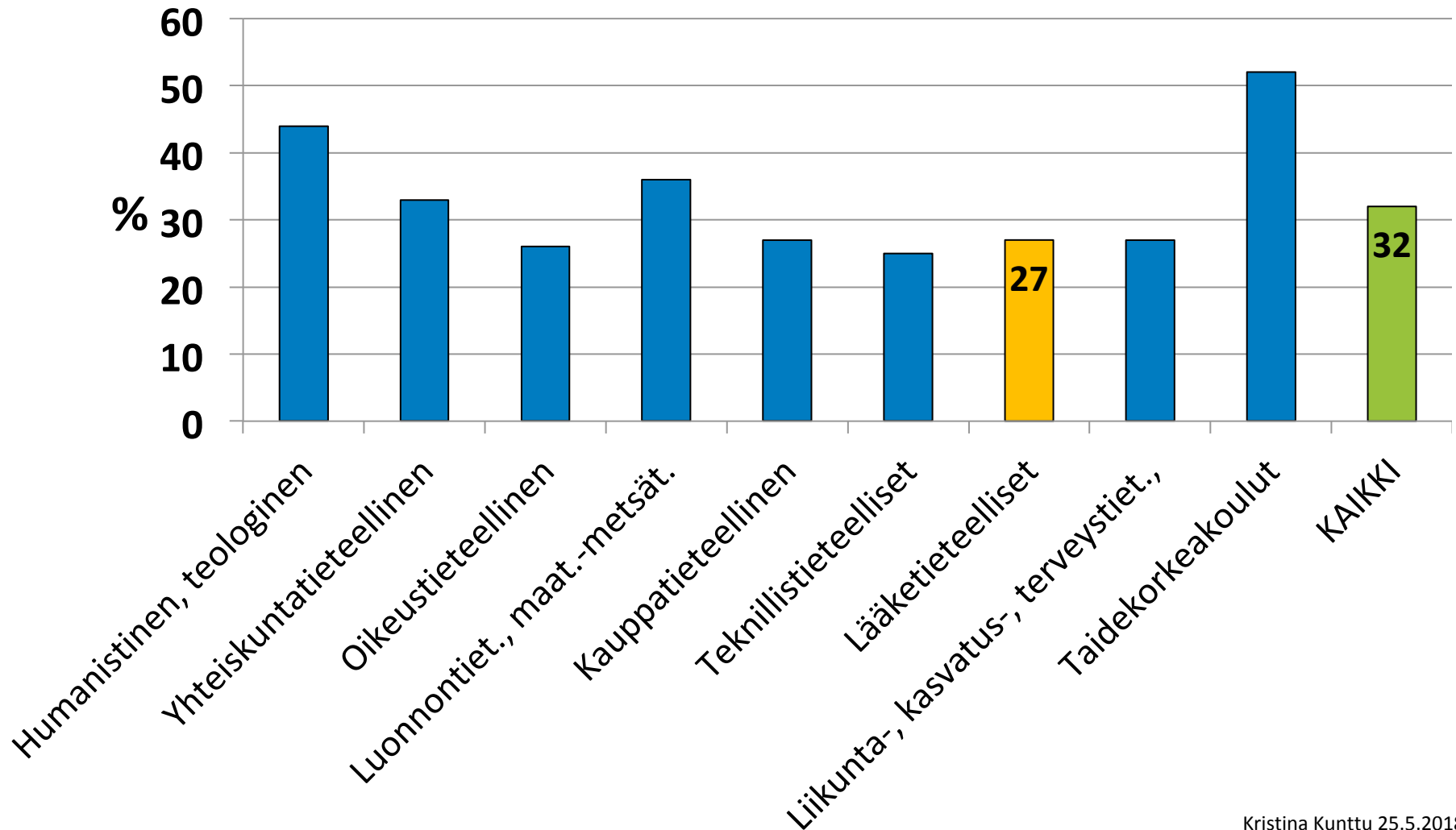


GHQ 12 –seulalla mitattuna PSYKKISIÄ ONGELMAT OPISKELIJOILLA YLEISIÄ, lääkiksessä vähemmän (29 % vs. 20 %)

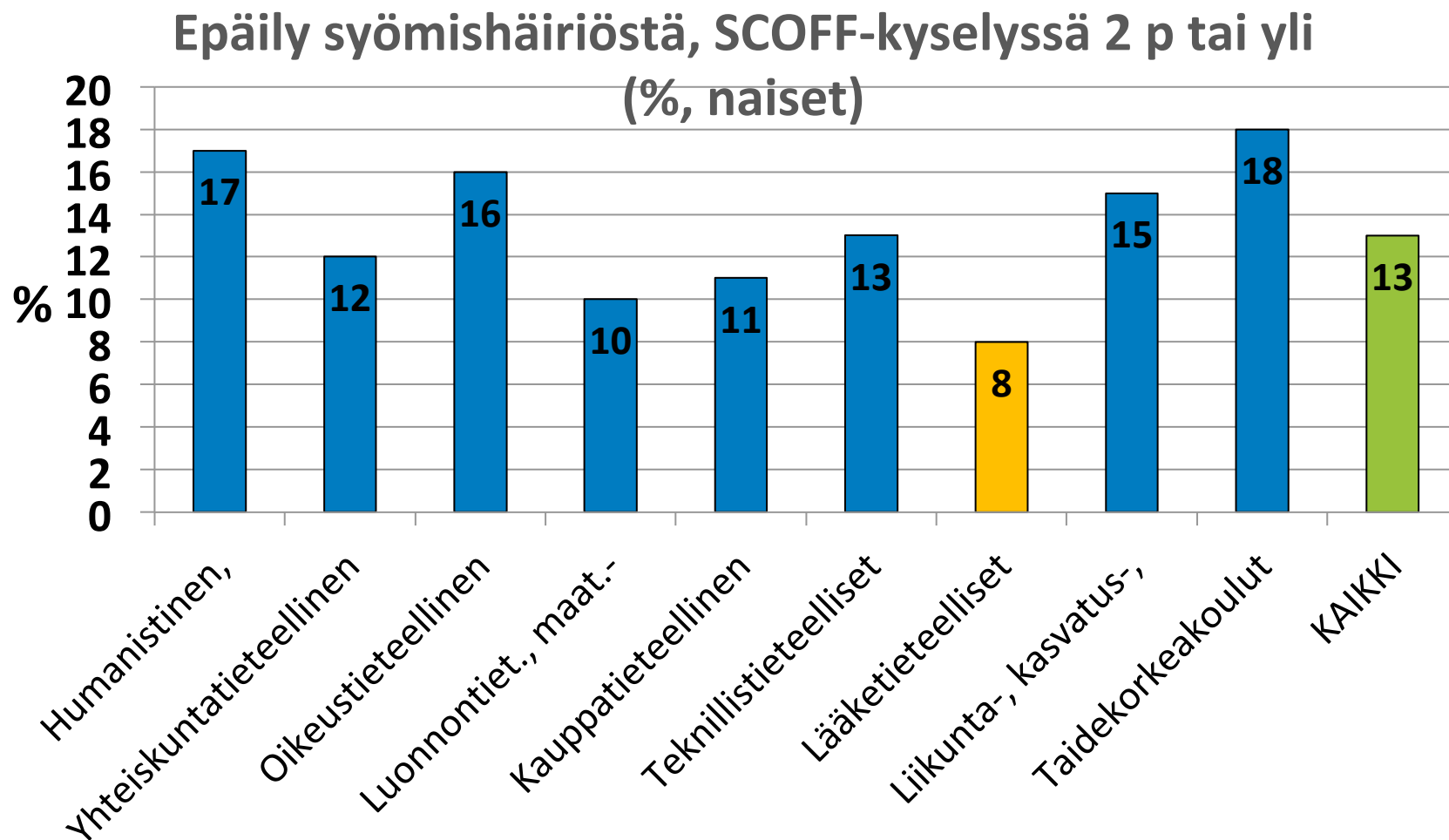


CORE 10 -SEULAN MUKAAN 1/3 OPISKELIJOISTA OIREILEE PSYKKISESTI

Psyykkisen oireilun esiintyminen CORE 10 –mittarin mukaan



SYÖMISHÄIRIÖITÄ LÄÄKIKSEN NAISILLA MUITA VÄHEMMÄN



MITTARINA MYÖS

MIELENTERVEYSSEULA (psykologi, dos. Salli Saari)

- Huomioi laajasti opiskelijan kehitysvaiheen ja elämäntilanteen.
- Mittaa sekä stressiä että kompetenssia asteikko -2 → +2
- Ongelmallisiksi koetut asiat -1 ja -2 → **stressipisteet**.
- Myönteisiksi koetut asiat +1 ja +2 → voimavaroja, **kompetenssipisteet**.

MIELENTERVEYSSEULAN...

...OSIOT LIITTYVÄT

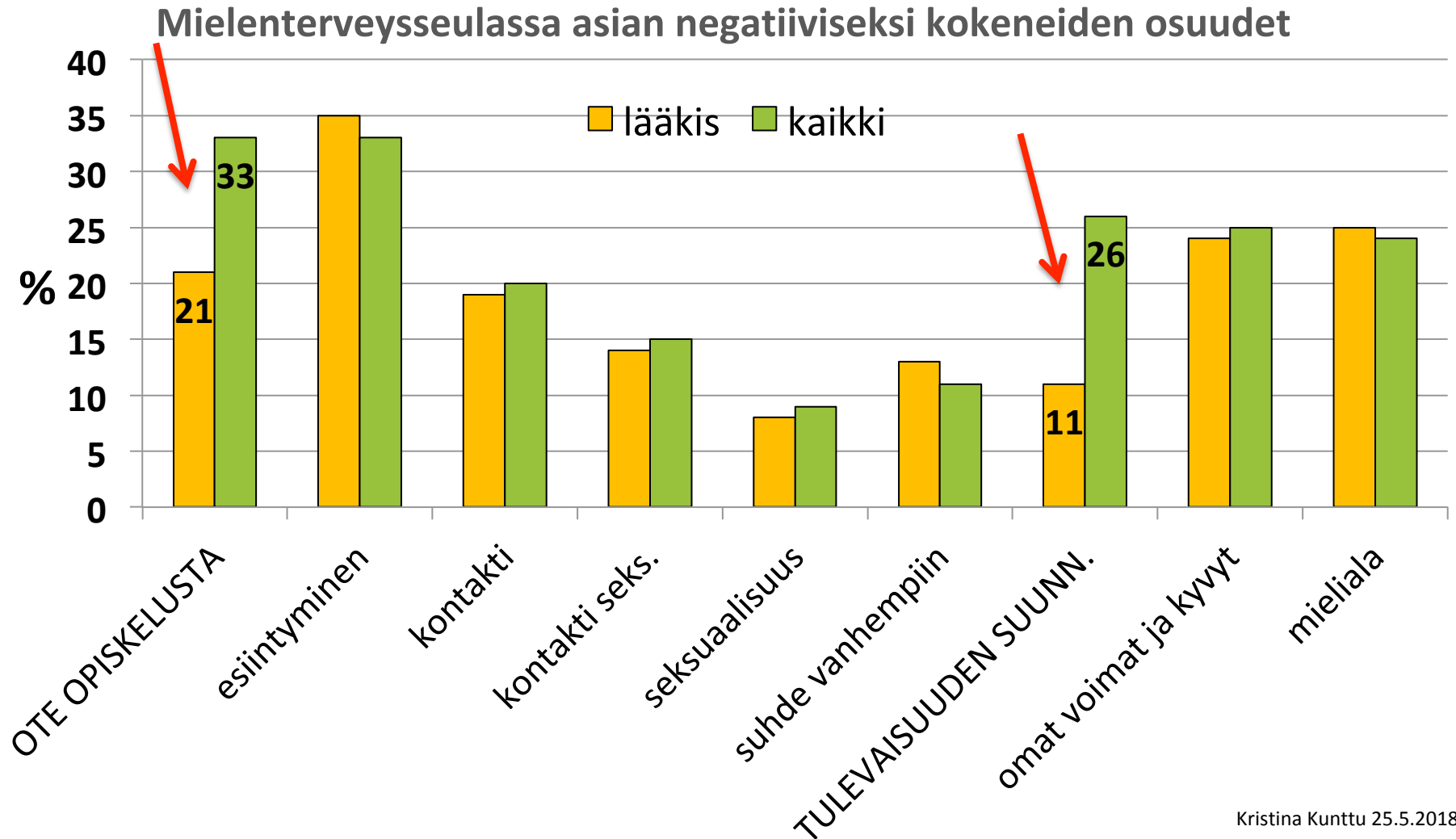
- opiskeluun
- esiintymiseen
- sos. suhteisiin
- seksuaalisuuteen
- tulevaisuusorientaatioon
- uskoon omasta kyvykkyydestä
- mielialaan

...PERUSTEELLA

**lääkiksessä koetaan
muita harvemmin
runsasta stressiä**

- **lääkisläiset 26 %**
- **kaikki opiskelijat 34 %**

Ero stressin kokemisessa syntyy osioista
'otteen saaminen opiskeluun' ja 'tulevaisuuden suunnittelu',
jotka ovat lääkisläisillä harvemmin negatiivisia kuin muilla.



Lääkisläisten JAKSAMISTA LISÄÄVÄT MYÖS:

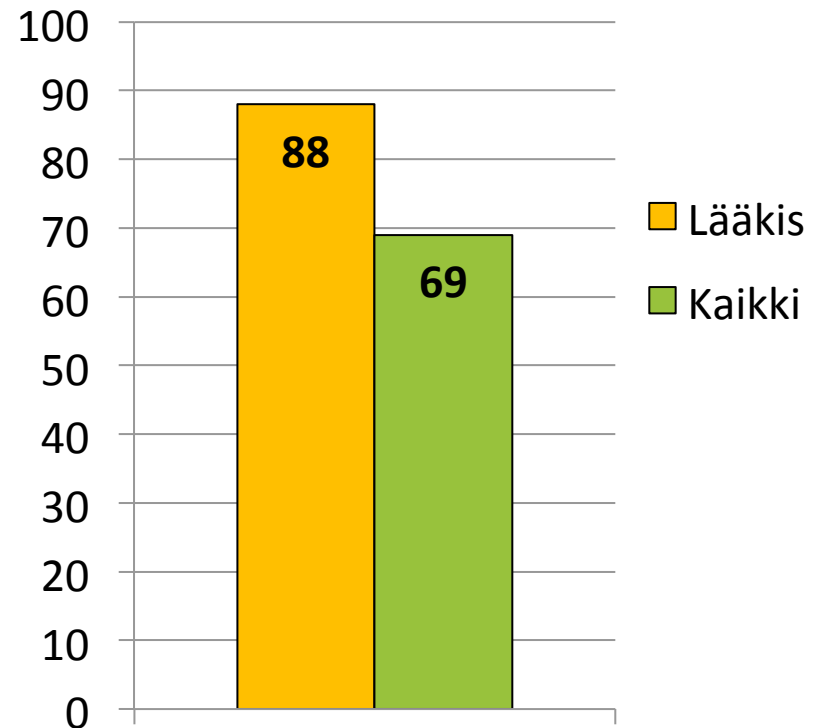
- muita yleisemmät kokemukset hyvästä kompetenssista

Korkeita kompetenssipisteitä (>7p)

- lääkisläiset 55 %
- kaikki opiskelijat 47 %

- ja oikealla alalla olemisesta

Kokee olevansa oikealla opiskelualalla (%)



Tutkimuksessa oli mukana myös **OPISKELU-UUPUMUS -mittari, SBI-9**

sekä OPISKELU-INTO -mittari (Katariina Salmela-Aro)

Exhaustio (SBI-9)

- Opiskeluun liittyvään työmäärään hukkuminen
- Huonosti nukkuminen opiskeluasioiden vuoksi
- Opiskeluasioiden murehtiminen
- Opiskelujen paineen vaikutus ihmissuhteisiin

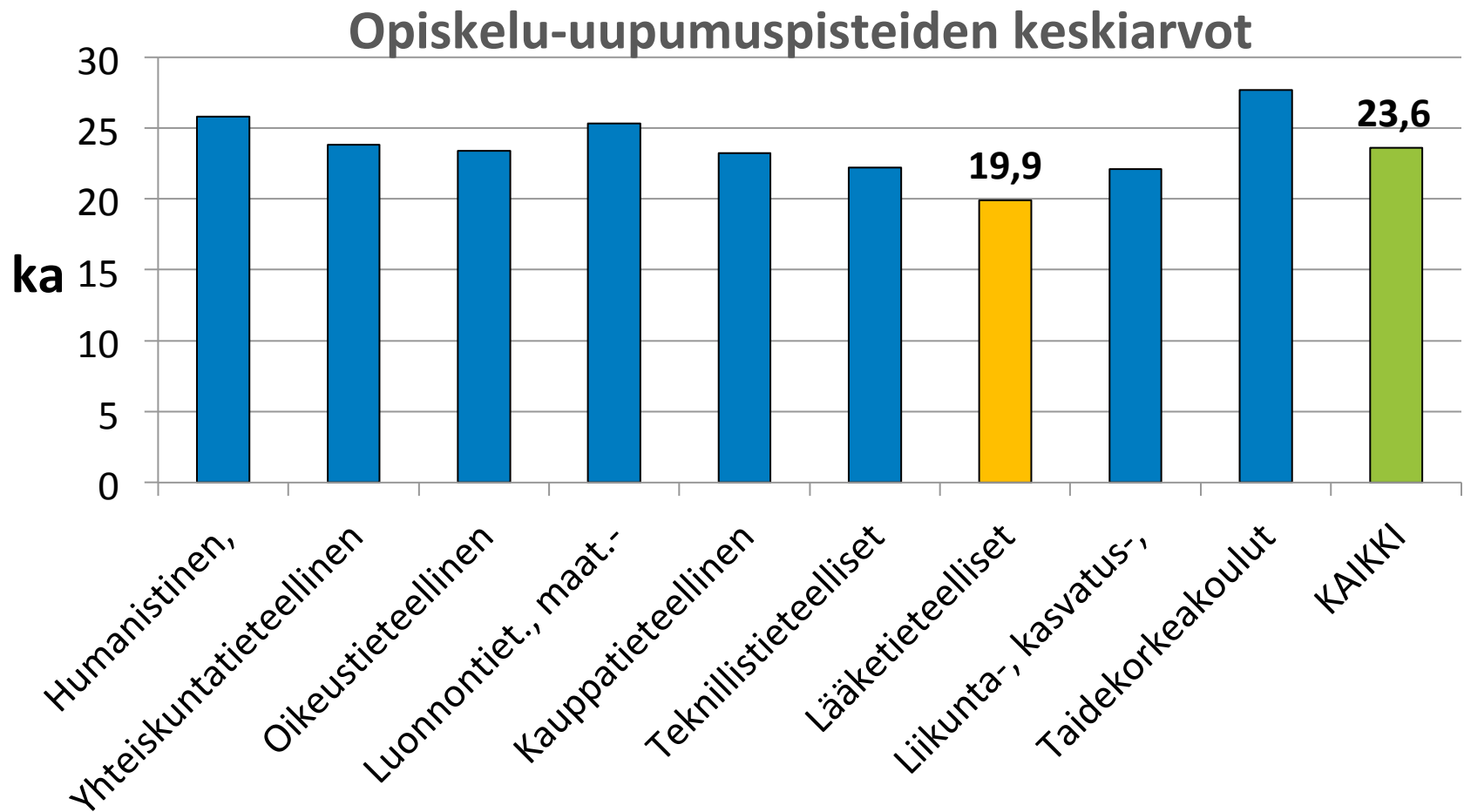
Kyynisyys (SBI-9)

- Haluttomuus opinnoissa
- Kiinnostuksen menetys
- Opiskelun merkityksen pohtiminen

Riittämättömyys (SBI-9)

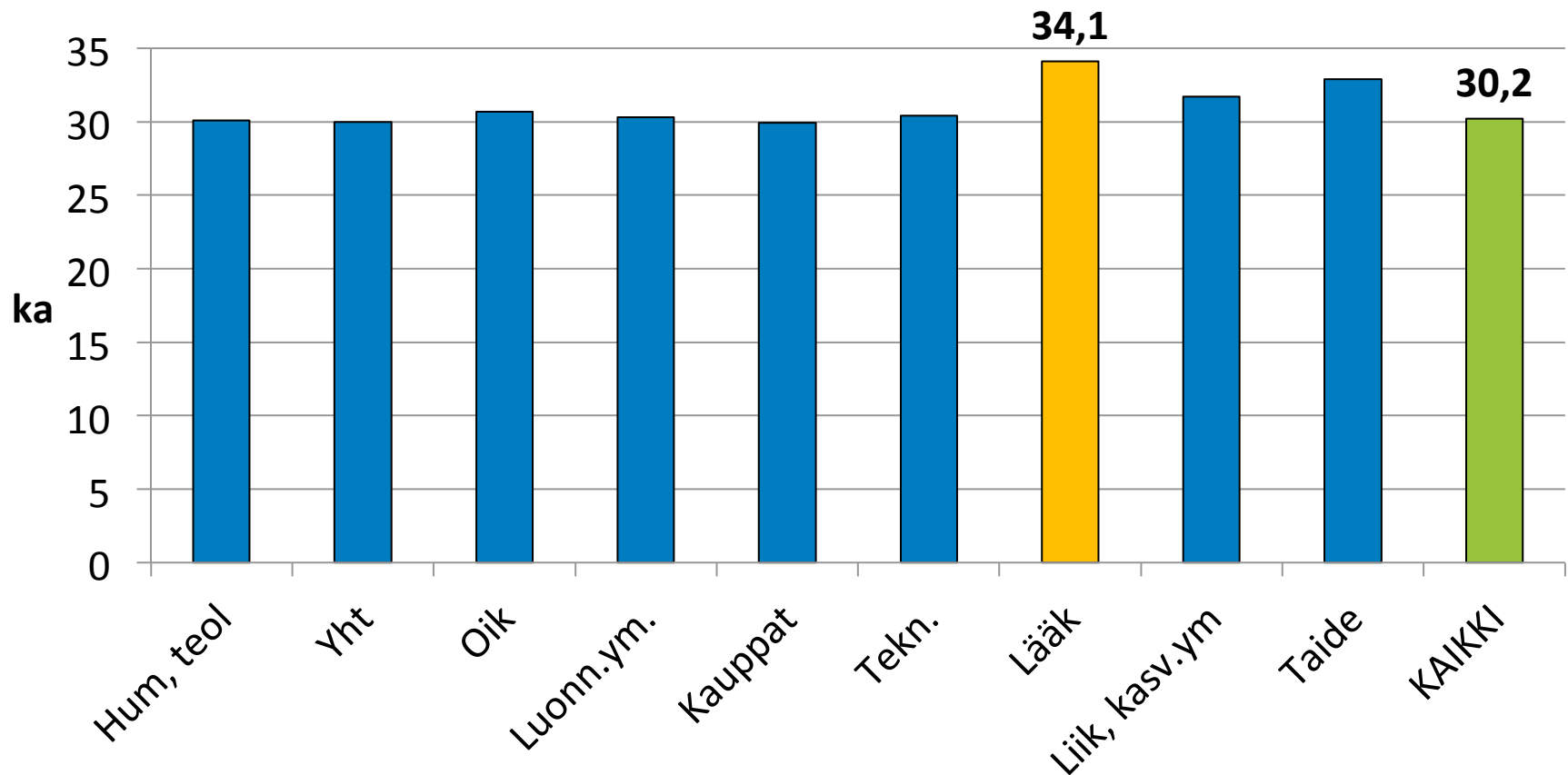
- Riittämättömyyden tunne opinnoissa
- Odotusten väheneminen opinnoissa

OPISKELU-UUPUMUSPISTEIDEN keskiarvon perusteella lääkisläisillä oli uupumusta vähiten,



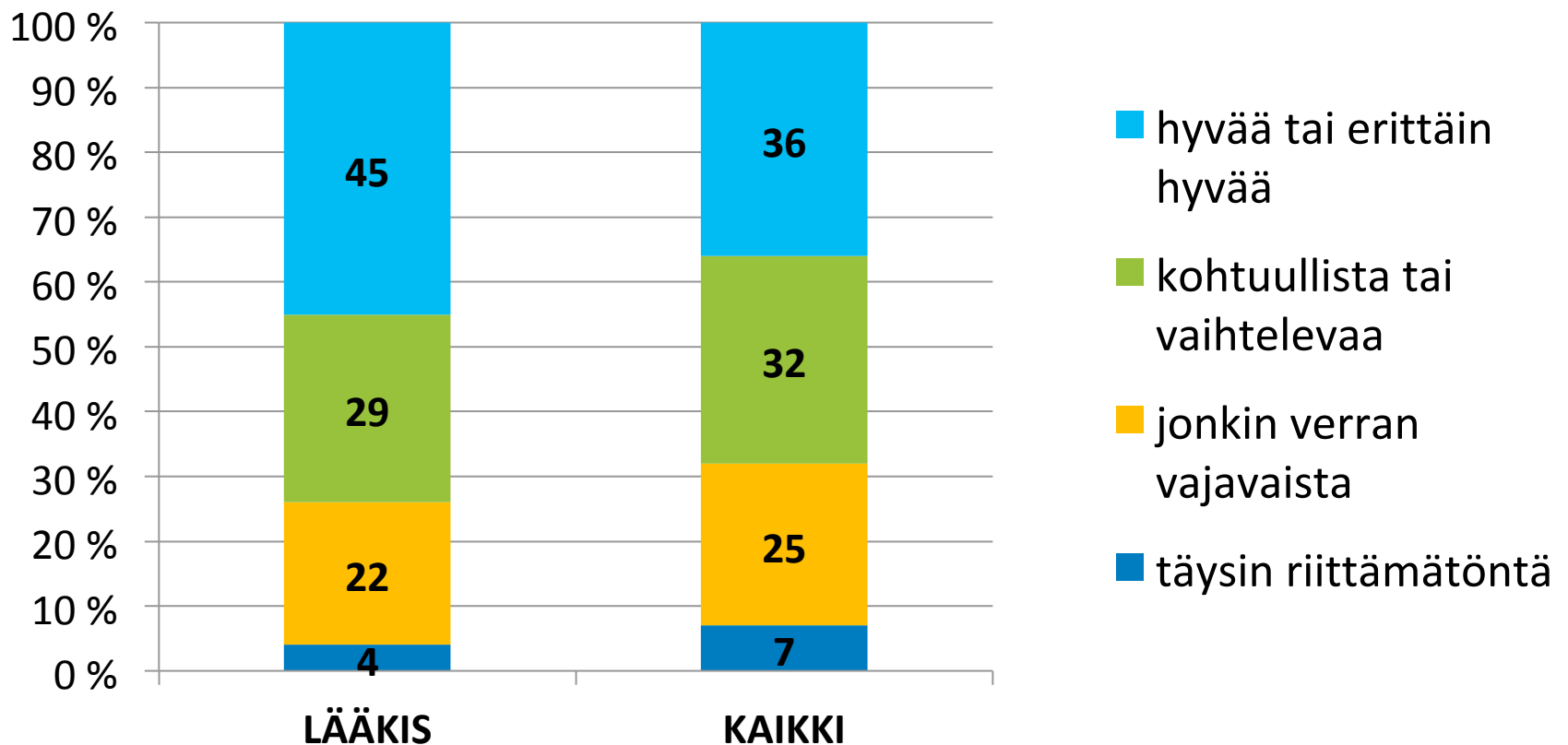
... JA OPISKELUINTO-MITTARIN keskiarvon perusteella intoa eniten

Opiskeluinto-mittarin pisteiden keskiarvot

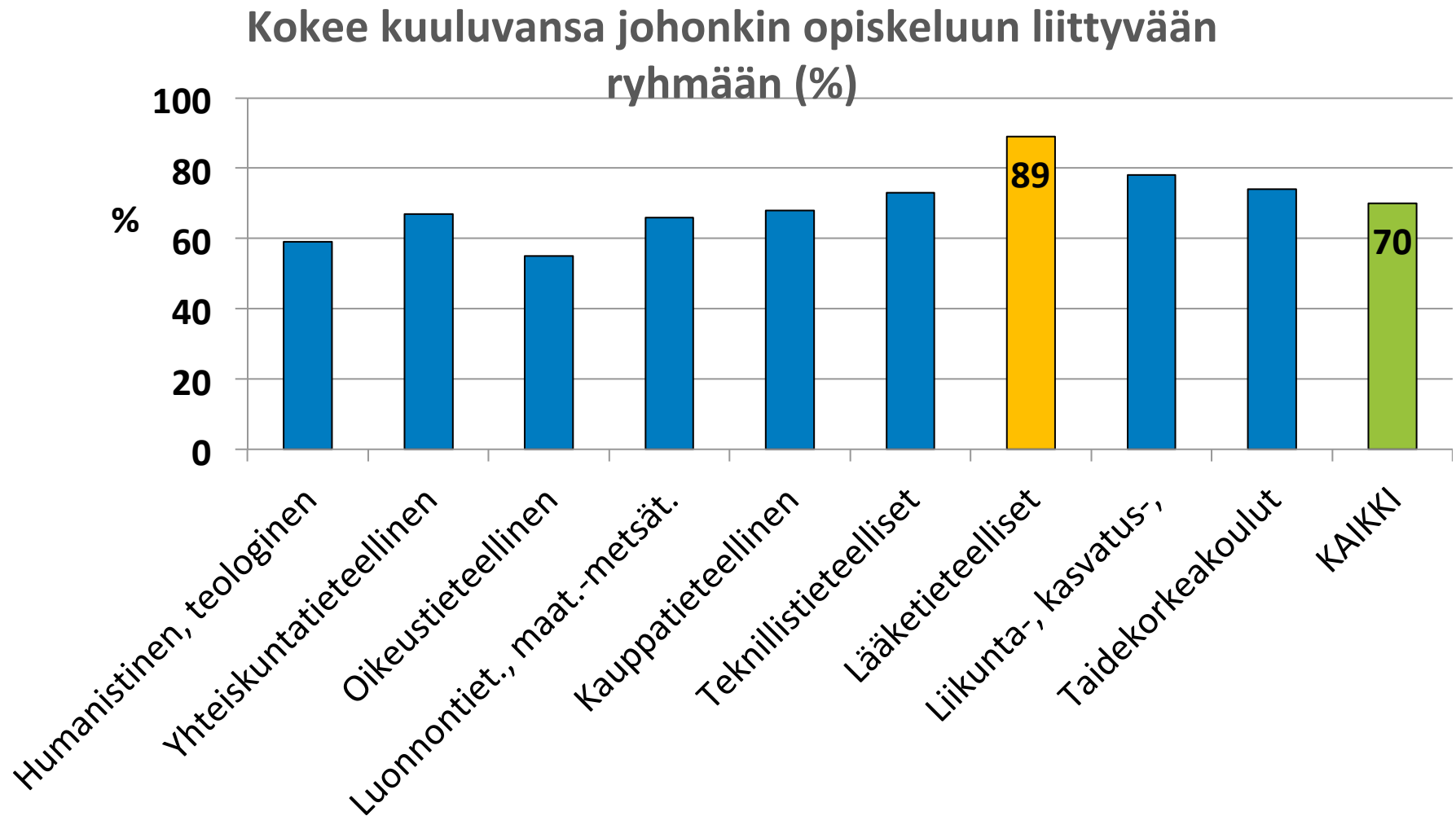


LÄÄKIKSESSÄ OPINTOJEN OHJAUS ON HYVÄÄ YLEISEMMIN KUIN MUILLA ALOILLA

Kokemus opintoihin saadun ohjauksen riittävyydestä (%)

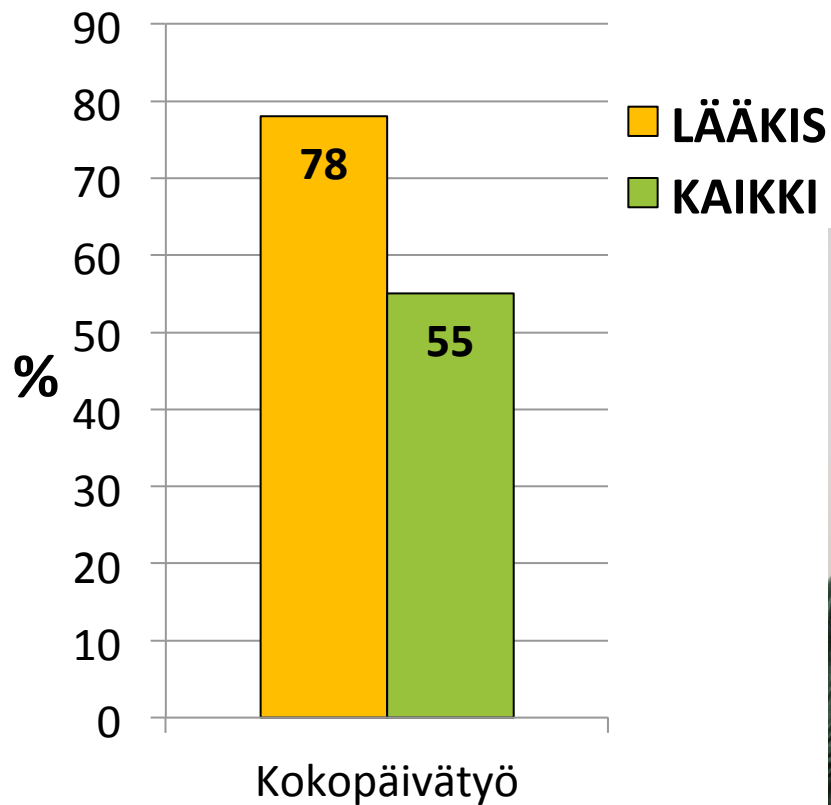


Voimavaroja tuottaa myös KOKEMUS RYHMÄÄN KUULUMISESTA, JOKA OLI YLEISINTÄ LÄÄKIKSESSÄ



LÄÄKISLÄISET PÄÄSEVÄT OMAN ALAN TÖIHIN YLEISEMMIN KUIN OPISKELIJAT YLEENSÄ

Tehnyt oman alan kokopäiväistä ansiotyötä viimeisen vuoden aikana (%)



POHDINTA

- Opiskelijoiden runsas psyykkinen oirehdinta on merkittävää, ja siihen on eri tahojen panostettava, kukin omista lähtökohdistaan:
 - yliopistot
 - tiedekunnat
 - sairaalat, terveyskeskukset, joissa kandeja töissä
 - opiskelijajärjestöt
 - YTHS
- Muihin opiskelijoihin verrattuna lääkisläisillä menee kuitenkin hyvin.
- Opiskelu lääkiksessä on tiivistä ja työtä on paljon, mistä kertoo mm. väsymystä kokeneiden suuri osuus.

KIITOS MIELENKIINNOSTA!