

Koronakriisi ja päihdekuntoutujat

Koronavirusepidemia ja sen leviämisen ehkäisemiseksi tehdyt päätökset ja rajoitukset ovat vaikuttaneet kaikkien arkeen ja hyvinvointiin maaliskuusta 2020 alkaen. Erityistä huolta on herännyt siitä, miten haavoittuvassa asemassa olevat ihmiset ja riskiryhmiin kuuluvat, joiden elämäntilanne on muutenkin haastava, pärjäävät kriisiaikana. Päihdekuntoutujat ovat yksi tällainen ihmisryhmä. Kevään aikana on esitetty erilaisia ennusteita ja asiantuntijapuheenvuoroja koronatoimenpiteiden, eristäytymisen ja palveluiden muutosten vaikutuksista ihmisten päihteiden käyttöön; on pelätty päihteiden käytön lisääntymistä ja oletettu päihdepalveluiden tarpeen kasvavan (esim. THL 17.4., HS 27.3., YLE 29.3.). Päihdehuollon jälkikuntoutuksessa haluttiin tutkia tarkemmin poikkeusajan vaikutuksia päihderiippuvuudesta toipuvien asiakkaiden elämään.

Halusimme selvittää, millaisia seurauksia korona-ajalla on ollut päihdekuntoutujien elämäntilanteisiin sekä sitä, miten epidemia-aika on vaikuttanut asiakkaiden palvelutarpeeseen ja kokemuksiin päihdepalveluiden muuttumisesta osittain etäyhteyksin tapahtuviksi.

Tiedonkeruu päätettiin toteuttaa asiakaskyselyn avulla. Aineistoa kerättiin sekä päihdehuollon jälkikuntoutusyksikössä, että osana päihdepoliklinikoiden sosiaalityöntekijöiden asiakastyötä. Päihdehuollon jälkikuntoutus kuuluu Helsingin kaupungin päihdepalveluihin ja siellä tuetaan kaupunkitasoisesti ihmisiä, jotka ovat edenneet päihderiippuvuudesta toipumisessa myöhäisvaiheeseen ja joiden päihteiden käytön lopettamisesta on jo kulunut jonkin aikaa. Jälkikuntoutuksen tarkoituksena on helpottaa toipujien itsenäisen elämän rakentamista, identiteetin muutostyötä ja integroitumista yhteiskuntaan kokonaisvaltaisella työskentelyllä pureutuen mm. sosiaalisen ja ammatillisen kuntoutuksen kysymyksiin. Jälkikuntoutus toimii Kumppanuustalo Harjulassa, jossa vertaistukiyhdistys Suojatie ry ylläpitää päihteetöntä kohtaamispaikkaa. Päihdepoliklinikoilla taas on asiakkaana eri toipumisen vaiheissa olevia ihmisiä, joita tuetaan päihteettömyydessä tai päihteiden käytön vähentämisessä, elämäntilanteen vakauttamisessa ja kuntoutumisessa.

Sosiaalinen raportointi on osa rakenteellista sosiaalityötä, jonka tarkoituksena on asiakastyöhön perustuvan tiedon tuottaminen asiakkaiden tarpeista, niiden yhteiskunnallisista yhteyksistä sekä sosiaalihuollon vaikutuksista, jotta tätä tietoa voidaan välittää ja hyödyntää hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi. Sosiaalisella raportoinnilla halutaan nostaa esille tietoa asiakkaiden sosiaalisesta hyvinvoinnista ja sosiaalisista ongelmista sekä palveluiden toimivuudesta.

Päihdepoliklinikoilla toteutetaan myös kaupungin omana toimintana opioidiriippuvaisten korvaushoitoa.

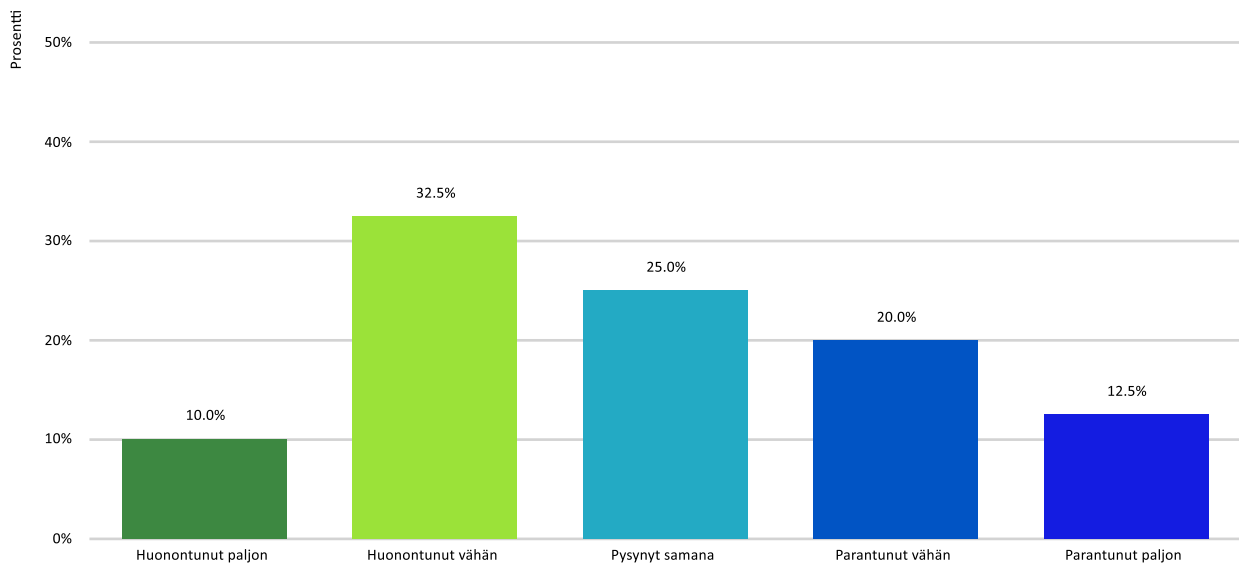
Päihdekuntoutujien elämässä on usein kasautuneena monia erilaisia haasteita. Jälkikuntoutuksen asiakasseurannan (1/2018) mukaan yksikön asiakkaiden päihteiden käyttö on alkanut keskimäärin jo hyvin nuorena, 14-vuotiaana, ja se on kestänyt kauan, 15 vuotta. Monilla ei ole peruskoulun jälkeistä tutkintoa ja työelämän ulkopuolella on oltu pitkään. Taustalla saattaa olla mm. tunnistamattomia neuropsykiatrisia haasteita, ylisukupolvista huono-osaisuutta sekä asumisen ongelmia. Lisäksi suuri osa asiakkaista on velkaantuneita. Tyypillisesti asiakkailla on ollut useiden eri päihteiden, sekä alkoholin että huumeaineiden käyttöä.

Aineiston keräämiseksi toteutettiin vapaaehtoinen nimetön kysely Questback-ohjelmalla ja siihen pyydettiin vastauksia asiakkailta ajalla 11.5.-5.6.2020. Kyselyssä oli sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä. Vastauksia saatiin yhteensä 40 kpl, joista 70% tuli jälkikuntoutuksen asiakkailta, 20% päihdepoliklinikoiden asiakkailta ja 10% muilta. Huomion arvoista on, että kyselyyn vastasi pääsääntöisesti päihdepalveluissa asiakkaana olevia henkilöitä, jotka ovat olleet jo jonkin aikaa päihdehoitojen piirissä ja jotka ovat olleet päihteettömiä ennen korona-aikaa. Vastaukset kertovat myös ensisijaisesti sellaisten päihderiippuvuudesta toipuvien henkilöiden kokemuksista, jotka pystyvät vastaamaan kirjalliseen kyselyyn. Joitain yksittäisiä vastaajia avustettiin kyselyyn vastaamisessa esim. kirjaamalla vastaukset.

Asiakkaat osallistuivat sosiaaliseen raportointiin aineiston tuottamisen lisäksi kommentoimalla kyselyä ennen sen julkaisemista. Syntyneitä aineistoa käytiin läpi sekä jälkikuntoutuksen työntekijöiden, että päihdepoliklinikoiden sosiaalityöntekijöiden kesken keräten samalla myös työntekijöiden kokemuksia korona-ajan ilmiöistä. Vastausten määrä ei mahdollistanut erillistä analyysiä päihdepoliklinikoiden ja jälkikuntoutuksen asiakkaiden vastauksista, mutta vastaukset eivät eronneet suuresti toisistaan. Aineistoa kerättiin ja käsiteltiin prosessin aikana luottamuksellisesti ja yleisiä tutkimuseettisiä periaatteita noudattaen.

Korona-ajan muutokset elämäntilanteisiin

Vastaukset piirtävät hyvin heterogeenisen kuvan korona-ajan tuomista muutoksista päihdekuntoutujien elämiin: toisilla aika on näyttäytynyt positiivisena elämän perusasioiden äärelle rauhoittumisena ja pysähtymisenä, kun taas toiset ovat kokeneet ajan vaikeana oman elämän kannalta esimerkiksi kuntoutusten keskeytyessä, taloudellisen tilanteen heikentyessä ja yksinäisyyden korostuessa. Monet kokivat samanaikaisesti sekä hyviä, että huonoja muutoksia eri elämäntilanteilla. Kuitenkin jopa 57,5 % vastaajista koki toukokuun lopulla, että heidän kokonaishyvintonsa on pysynyt samana tai parantunut korona-aikana. Päihdekuntoutajat vaikuttavat siten pärjänneen eristäytymisajan suhteellisen hyvin.



Kaavio 1. Miten arvioit korona-ajan vaikuttaneen kokonaishyvinvointiisi? (n=40)

Kyselyssä asiakkaita pyydettiin arvioimaan, kuinka korona-aika oli vaikuttanut heidän elämänsä eri osa-alueisiin huonontaan tai parantaen sitä.

Eniten huonontumista koettiin:

- työn, opiskelun ja ammatillisen kuntoutuksen (huonontunut paljon tai vähän 46,1%)
- psyykkisen voinnin (42,5%)
- päihdekuntoutuksen (40%) ja
- fyysisen terveyden (37,5%) osa-alueilla.

Eniten positiivisia muutoksia nähtiin:

- perhesuhteiden (parantunut paljon tai vähän 30%)
- arjen sujumisen (30%)
- ystävyysuhteiden (27,5%) ja
- psyykkisen voinnin (27,5%) osalta.

Sen sijaan korona-ajalla ei nähty olevan suurtakaan vaikutusta:

- päihteiden käyttöön (pysynyt samana 64,9%)
- muihin riippuvuuksiin (73,7%) tai
- asumistilanteeseen (67,5%).

Hajonta oli vastauksissa kuitenkin suurta korostaen koronan yksilöllisiä vaikutuksia ihmisten elämiin. Tämä näkyy erityisesti psyykkisen voinnin kohdalla. Seuraavassa käydään läpi tarkemmin havaintoja perustuen kyselyn vastauksiin sekä työntekijöiden kokemuksiin. Lainaukset ovat kyselyn avovastauksista poimittuja.

Perusasioiden äärelle palaaminen

Kyselyssä nousi esille erilaisia korona-aikana päihdekuntoutujien elämässä tapahtuneita positiivisia muutoksia, jotka liittyivät erityisesti psyykkiseen hyvinvointiin, sosiaalisiin kontakteihin sekä arjen perustoimintoihin.

Korona on vaikuttanut elämäni häkellyttävän vähän ja enimmäkseen positiivisesti.

Kyselyyn vastaajat kuvasivat, kuinka korona-aika on luonut aikaa itsetutkiskelulle, henkisyydelle ja rauhoittumiselle, luvan levätä ja keskittyä elämän tärkeisiin asioihin. Korona on monen kokemuksissa tullut pakollisena pysäyttäjänä elämäntilanteeseen, jota raamittavat yleensä erilaiset sisäiset sekä ulkopuolelta tulevat vaatimukset nopealle kuntoutumiselle ja elämässä eteenpäin menemiselle. Korona-aikana on voinut ottaa aikaa omaan hyvinvointiin.

Olen saanut pysähtyä itseni äärelle ja saanut tehdä itsetutkiskelua saadakseni ymmärryksen siitä mikä mieltäni on painanut viimeiset 2 vuotta.

Vastauksissa kuvattiin myös aktivoitumista tärkeissä ihmissuhteissa ja yhteisöllisyyden tunteen korostumista. Noin 30% vastaajista arvioi perhe- ja ystävyysuhteidensa parantuneen koronan myötä. Toisaalta monella päihdekuntoutujalla on jo valmiiksi haasteita ihmissuhteissa ja suhteet esim. perheenjäseniin saattavat olla löyhiä, eikä korona-aika tuonut tähän muutoksia. Korona-aika saattoi muuttaa yksinäisyyden kokemuksen helpommaksi, koska tällöin ei koettu ulkopuolelle jäämisen tunnetta eikä vertailua muihin. Kaikki muutkin olivat samassa tilanteessa ja eristäytyneitä ilman vaatimuksia aktiivisesta sosiaalisesta elämästä. Sosiaalisten kontaktien vähentyessä tapaamiset ja yhteydenpito päihdetyöntekijän kanssa koettiin tärkeäksi.

Korona-aika on toisaalta ollut myös helpottavaa, ei ole tarvinnut osallistua niin moniin menoihin ja olen saanut levätä. Ulkopuolelle jäämisen pelkoa ei ole juuri ollut sillä ei ole ollut mitään mistä jäädä paitsi.

Moni kertoi arjessa tapahtuneista positiivisista muutoksista kuten liikunnan ja ulkoilun lisääntymisestä, syömisen parantumisesta ja uusien harrastusten ja kiinnostuksen kohteiden löytymisestä. Osa on tutustunut aivan uudella tavalla esim. omaan lähiasuinalueeseen.

Uusia ns harrastuksia löytynyt mistä olen siitä lähtien pitänyt kiinni, eli jos jotain positiivista tästäkin tilanteesta pitää löytää/mainita niin varmaan just uudet kiinnostuksen kohteet mitä olen oppinut pitämään hyvänä ajanvietteenä.

Kyselyyn vastanneella asiakaskunnalla korona-aika ei suuressa määrin näyttänyt vaikuttaneen päihteiden käyttöön tai muihin riippuvuuksiin. Tämä kertonee siitä, että kyselyyn vastanneet päihdepalveluihin kiinnittyneet henkilöt ovat päihderiippuvuudesta toipumisessa vahvasti kiinni ja toipuminen etenee yhteiskuntaa ja elämän rakenteita ravisuttavasta kriisistä huolimatta ainakin parin ensimmäisen kuukauden kokemuksen perusteella.

Heikentyneet elämäntilanteet

Kevätkuukausien aikana monien elämäntilanteet ovat myös heikentyneet ja korona on vaikuttanut elämään selkeästi negatiivisesti. Kuntoutujien suunnitelmat lykkääntyivät ja kokonaiselämäntilanteet jumiutuivat hetkellisesti paikoilleen, kun esimerkiksi kuntouttava työtoiminta ja Kelan kuntoutukset keskeytyivät toteutuen kuitenkin joidenkin osalta etäkuntoutuksina. Keskeytymiset näyttäytyivät joillekin epäoikeudenmukaisina ja eriarvoistavina, kun toisille toimintojen jatkaminen oli mahdollista ja toisille ei. Opiskelijoiden opinnot saattoivat pitkittyä ja työelämässä olevia lomautettiin. Näiden seurauksena taloudellisessa tilanteessa

tapahtui selkeitä heikennyksiä esimerkiksi uusia Kelan etuisuuksia jonottaessa tai työttömyystuen kulukorvausten jäädessä saamatta. Minietyyksillä eläessä pienetkin rahatilanteen muutokset ovat isoja asioita arjen kannalta. Taloudellinen epävarmuus aiheuttaa monilla päihdekuntoutujilla suurta stressiä.

Harmillisesti vapaa-ajan aktiviteettien puuttuminen ja vähyys on hieman masentanut. Myöskin kouluni peruttiin kokonaan tältä keväältä ja se ahdistaa, sillä seuraavaksi vuodeksi tulee enemmän tekemistä.

Osa kuvaili psyykkisen hyvinvoinnin heikentyneen korona-aikana, kun elinpiirin pienentyminen nosti pintaan vaikeita tunteita, epävarmuutta, ahdistusta ja pelkoa sairastumisesta sekä passivoitti arkea. Vapaa-ajan tekemisen puuttuminen koettiin myös vaikeaksi, sillä esimerkiksi kuntosalit ja uimahallit sulkeutuivat ja ryhmäliikunnat jäivät tauolle. On ollut huolestuttavaa kuulla, että jotkut ovat lykänneet perussairauksien hoitoa peruen terveydenhuollon käyntejä ja joillain taas pitkään odotettuja käyntejä oli siirretty palveluista käsin.

Korona aika on kyllä ollut psyykkisesti haastavaa aikaa rajoitettujen tekemisien takia, kuolemanpelko, ahdistus -ja paniikkikohtaukset lisääntyneet, mutta yhdessä tyttöystäväni kanssa tuemme toisiamme.

Sosiaalisten kontaktien vähentymiseen vaikutti monella päihderiippuvuuteen liittyvien kasvokkaisten vertaistukiryhmien (esim. AA ja NA) puuttuminen. Monelle päihdekuntoutujalle ryhmät muodostavat pääasiallisen sosiaalisen verkoston ja vaikka ryhmät siirtyivät etäyhteyksin toimiviksi, ei niiden koettu korvaavan kasvokkain toteutettavia ryhmiä ja niistä saatavaa tukea. Tämä saattoi aiheuttaa yksinäisyyttä. Joidenkin päihdekuntoutujien tapaamisia sijoitettuna olevien lastensa kanssa rajoitettiin koronaan vedoten ja se vaikutti vanhempien hyvinvointia huonontavasti.

Kaipaani vertaistukiryhmiä livenä. Olen käynyt onlinekokouksissa, mutta ne toimivat mielestäni väliaikaisena korvikkeena mukiinmenevästi, eivätkä ole verrattavissa Na-ryhmien livenä tarjoamaan yhteenkuulumisen tunteeseen.

Sosiaali- ja terveyspalveluiden saamisessa näkyi asiakkaiden näkökulmasta monia heikennyksiä: esimerkiksi päihdelaitoshoidon intervallijaksoille pääsyt lykkääntyivät, päihdeettömät kohtaamispaikat sulkeutuivat ja henkilökohtaiset tapaamiset muuttuivat sähköisesti toteutettaviksi lähes kaikissa palveluissa. Kesken olevat tuetun asumisen prosessit eivät edenneet ja asumispalvelut olivat täynnä, kun asukkaiden vaihtuvuutta ei juurikaan ollut. Asunnottomien asiakkaiden tilanne on ollut tavallistakin vaikeampi.

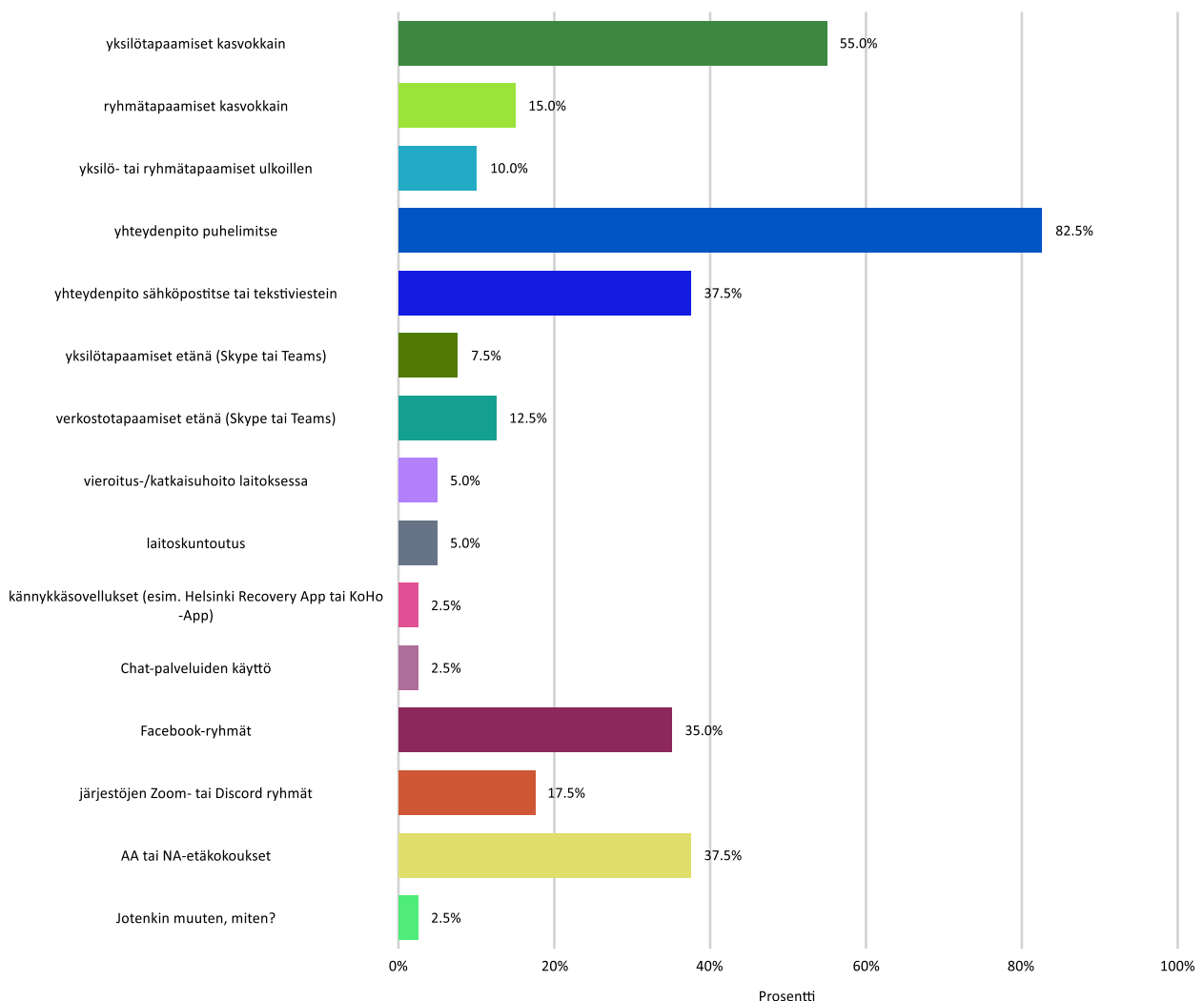
Moni kyselyyn vastanneista nosti esille itsellä heränneen yhteiskunnallisen huolen huono-osaisten tilanteeseen liittyen sekä pelon eriarvoisuuden lisääntymisestä koronan myötä.

Surullisinta tilanteessa on ollut se, että eniten tilanteesta kärsivät kaikkein heikommassa asemassa olevat: ne päihdeongelmaiset jotka eivät ole päässeet/löytäneet/jaksaneet hakeutua tarvitsemansa avun pariin.

Päihdepalveluiden digiloikka

Koronavirustartuntojen leviämisen ehkäisemiseksi Helsingin kaupungin päihdehuollon avopalveluissa siirryttiin maaliskuun puolessa välissä nopealla aikataululla tekemään asiakastyötä pääsääntöisesti puhelimitse ja etäyhteydellä muissa kuin akuuttiasioissa. Ryhmätoiminnot jäivät tauolle ja päihdeettömät kohtaamispaikat kuten Kumppanuustalo Harjula ja Villa Sture suljettiin. Eri yksiköissä alettiin kehittämään uusia vaihtoehtoisia toimintamuotoja, joita voi toteuttaa etäyhteyksin ja työntekijät siirtyivät osittain tekemään etätöitä.

Alusta asti päihdepalveluissa pidettiin tärkeänä, että asiakkaisiin pidetään korona-aikana säännöllistä yhteyttä ja siinä näytetäänkin onnistuneen, sillä 95% kyselyyn vastanneista kertoi olleensa päihdetyöntekijänsä kanssa yhteydessä tavalla tai toisella ja 70% koki saaneensa tukea riittävästi. 92% vastaajista kertoi, että palveluiden muutoksista on ollut helppoa tai neutraalia saada tietoa. Suurimman osan kanssa pidettiin yhteyttä puhelimitse ja noin puolet vastanneista tapasi työntekijänsä kevään aikana myös kasvotusten. Eristäytymisen jatkuessa päihdepalveluissa alettiinkin tavata asiakkaita taas entistä enemmän yksilöajoilla kun koettiin, ettei etäyhteydellä annettava tuki ollut riittävää ja asiakkaat halusivat tulla turvavälein toteutettaville tapaamisille.



Kaavio 2. Millä tavoin olet saanut tukea korona-aikana? (n=40)

Palveluiden digitalisaatio on ajankohtainen kysymys ja erilaisten digivälitteisten palvelukanavien käytön lisääntyminen tulevaisuudessa on asetettu monissa julkisissa palveluissa tavoitteeksi. Digitaaliset päihdepalvelut näyttävät jakavan kyselyn perusteella asiakkaiden mielipiteitä vahvasti: osa kokee niiden käytön teknisesti helppona ja omaa toipumista tukevina, kun taas kyselyn mukaan 37,5% vastanneista ei korona-aikanakaan käyttänyt palveluita lainkaan digitaalisesti. Yllä olevasta kaaviosta näkyy myös, että erilaisia pääasiassa järjestövetoisia toipumiseen liittyviä sosiaalisen median kanavia (mm. Facebook, Discord, Zoom, chat-palvelut, appit) käytti korona-aikana noin 40% vastaajista. Näyttää siis siltä, että jotkut päihderiippuvuudesta toipuvista ei siten osaa, kykene tai halua käyttää päihdepalveluita digitaalisesti.

Moni toi kyselyssä esille, että kaipaa kasvokkaisia tapaamisia niin ammattilaisten kuin vertaistenkin kanssa. Erityisesti AA- ja NA-ryhmissä käyvät kaipasivat kasvokkain tapahtuvia ryhmätapaamisia ja päihdeettömiä kohtaamispaikkoja.

Kaipaen liveryhmiä ja koen niiden puuttumisen olevan iso vaarantava tekijä omalle toipumiselle ja raittiudelle.

Vierastan digijuttuja, eli en ole osallistunut yhteenkään etäkokoukseen.

Etäyhteyksien käyttämisessä nähtiin toisaalta myös etuja: ettei tarvinnut lähteä liikkeelle kotoa ja kynnys osallistua esimerkiksi vertaistukiryhmään on ollut tavallista matalampi. Digitaalisesti toimivat ryhmät ovat myös mahdollistaneet palveluiden käytön maantieteellisesti laajemmin, kuten osallistumisen eri kunnissa tai jopa eri maissa järjestettäviin ryhmiin. Osa toivoi vertaistuen jatkuvan korona-ajan jälkeenkin myös netin kautta.

Toivon ainakin, että NA-ryhmien onlinekokoukset ovat tulleet jäädäkseen. Kynnys osallistua on matalampi sijainnista ja aikataulusta riippumatta.

Myös työntekijöiden etätapaamisten toivottiin jäävän yhdeksi vaihtoehtoiseksi työtavaksi jatkossakin, sillä kokemusten mukaan osa asioista voidaan hoitaa tapaamisen sijasta puhelimitse. Korvaushoidossa olevat ovat kiitelleet kotiannosten lisääntymistä, jotta klinikalla ei ole tarvinnut käydä niin usein. Etäyhteyksien käytön toivottiin olevan jatkossa kuitenkin vain yksi lisävaihtoehto perinteisen kasvokkain tapahtuvan päihdetyön rinnalla, eikä sen korvaajana.

Osan tapaamisista voisi jatkossakin tehdä puhelimitse, skypellä tms. koska jatkuva matkustaminen paikasta toiseen on stressaavaa.

Missään nimessä ei saa käydä niin, että ne korvaavat aiemmin olemassa olleita palvelumuotoja, vaan ovat aidosti uusia, täydentäviä palveluja.

Päihdetyön ammattilaisten säännöllisestä yhteydenpidosta oltiin yleisesti hyvin kiitollisia korona-aikana ja kyselyyn vastaajat kokivat palveluiden toimineen pääsääntöisesti hyvin. Tukea ammattilaisilta haettiin vastausten mukaan suunnilleen samoihin asioihin kuin muutoinkin osana päihdetyötä: päihdeettömänä olemiseen, jaksamiseen ja hyvinvointiin, palveluihin pääsyyn ja asioiden hoitoon sekä tekemisen löytämiseksi arkeen. Annetussa tuessa psykososiaalisen tuen merkitys on kuitenkin korostunut; se että työntekijä oli ainakin yksi pysyvä sosiaalinen kontakti, jonka kanssa puhua ja purkaa ajatuksiaan.

Minulle on ollut todella tärkeää, että jälkikuntoutus on ollut toiminnassa koko ajan ja työntekijän saanut tavata säännöllisesti puhelimella.

Päihdekuntoutajat toivat kyselyssä esille huolta päihdepalveluiden resursoinnista ja hoitojen saamisesta tulevaisuudessa. He miettivät, että miten järjestelmä selviää ja tuen tarpeisiin pystytään vastaamaan siinä vaiheessa, kun korona-ajan vuoksi hoitamatta jääneet ihmiset päätyvät palveluihin. Monella on siis suuri huoli muista, joilla ei ole asiat niin hyvin kuin itsellä. He ennakoivat, että koronatilanne tulee näkymään vielä järjestelmässämme pitkän aikaa.

Jo aiemmin aliresurssoidut palvelut ovat uuden haastavamman tilanteen edessä, kun koronatilanteesta hoitamatta jääneet asiakkaat ongelmiseen vihdoin pääsevät suurin joukoin päihdepalvelujen pariin (toivottavasti!). Mistä rahoitus, kuinka paljon yhteiskunta on valmis näihin palveluihin ohjaamaan tarvittavaa lisärahoitusta, mistä tarvittava lisähenkilöstö, mistä tarvittavat lisätilat, mistä osaaminen uudessa haastavassa tilanteessa?

Yhteenveto

Koronaepidemia on vaikuttanut päihdekuntoutujien elämään eristäytymisen aikana keväällä 2020 hyvin vaihtelevasti tuoden mukanaan sekä positiivisia että negatiivisia muutoksia. Kuntoutujia ei koskaan tulisikaan niputtaa yhteen, vaan kokemukset ovat yhtä yksilöllisiä kuin ovat riippuvuuksista toipujatkin. Jotkut ovat saaneet poikkeuksellisen kokemuksen elämän perusasioiden äärelle rauhoittumisesta, kun taas joillain jaksaminen ja eristäytyminen ovat ottaneet koville. Kokemukset vaihtelevat elämänalueittain: positiivista on tapahtunut erityisesti ihmissuhteissa, arjessa pärjäämisessä sekä psyykkisessä voinnissa, kun taas negatiivisia seurauksia on tullut eniten työn, opiskelun ja ammatillisen kuntoutuksen, päihdekuntoutuksen sekä myös fyysisen ja psyykkisen terveyden osalta.

Koronaepidemia aiheutti maaliskuussa äkkiä suuria muutoksia lähes kaikkiin julkisiin palveluihin mukaan lukien päihdehoito ja -kuntoutuspalvelut. Aluksi päihdehuollon avopalveluissa asiakkaisiin siirryttiin olemaan yhteydessä pääasiassa puhelimitse, mutta kevään edetessä heräsi entistä suurempi tarve tavata asiakkaita myös kasvokkain samalla kun digitaalinen palveluvalikko kehittyi ja laajeni. Kyselyyn vastanneiden mukaan Helsingin kaupungin päihdepalvelut on hoidettu korona-aikana suhteellisen hyvin. Erityisesti kasvokkain kokoontuvia vertaistukiryhmiä, kuten AA- ja NA-ryhmät, kaivattiin kuitenkin paljon ja niiden alkamisella kesäkuun alussa oli monelle suuri merkitys.

Julkisissa sosiaali- ja terveystaluuissa kehitetään tällä hetkellä runsaasti digitaalisia palveluita ja korona-aika on monin paikoin vauhdittanut tätä kehitystä. Osa asiakkaista näyttää hyötyneen tästä, sillä etätoiminnot mahdollistavat kontaktissa olemisen paikasta ja osittain ajasta riippumatta lisäten palveluiden esteettömyyttä. Digipalveluissa kynnys osallistua voi olla matalampi kuin läsnäoloa vaativissa palveluissa, riippuen kuitenkin teknisten välineiden käytön osaamisesta ja tottumuksesta käyttää älylaitteita. Digitaaliset kanavat toimivat myös erityisen tärkeitä tiedon jakamisen välineinä.

Näyttää kuitenkin siltä, että osa asiakkaista ei osaa, pysty tai halua käyttää päihdepalveluita digitaalisesti ja korona-aikana kasvokkain tapahtuvan päihdetyön merkitys on korostunut. Päihdetyö on ytimeltään aikaa ja aitoa kohtaamista vaativaa vuorovaikutustyöskentelyä ja

digiyhteyksin osa vuorovaikutuksesta voi jäädä vaillinaiseksi, fokus saattaa kohdistua väärin asioihin tai kaikki tarpeellinen ei tule esille. Digitaalisia palveluita kehitettäessä olisi tärkeää muistaa, että etäyhteyksin tapahtuva tuki kulkisi kasvokkain tehtävän työn rinnalla tarpeen vaatiessa sen sijaan, että se muodostuisi päihdetyössä pääasialliseksi työmuodoksi. Digityö antaa uusia mahdollisuuksia, mutta se voi myös potentiaalisesti syrjäyttää niitä ihmisiä palveluiden piiristä, jotka eivät käytä älylaitteita. On huomioitava, että etäyhteyksien avulla ei pystytä tavoittamaan etenkin aktiivisesti päihteitä käyttäviä, koska heidän elämänsä on usein kaoottisessa tilassa älylaitteiden ja tunnistautumismateriaalien kuten verkkopankkitunnusten puuttuessa.

Tämä sosiaalinen raportti kertoo koronaepidemian ensikuukausina tehdyistä huomioista pääasiassa niiden päihdekuntoutujien elämässä, jotka tarvitsevat tukea jo saavutetun päihdeettömyyden ylläpitämiseen. Varsinaisista koronan vaikutuksista ei pystytä tekemään kyselyn perusteella johtopäätöksiä, mutta raportti antaa tärkeää ensitietoa ihmisten kokemuksista. Asiaan liittyvää sosiaalista raportointia ja tutkimusta tarvitaan jatkossakin. Muutoksia päihdepalveluiden asiakkaiden ja päihdeiden käyttäjien sosiaali- ja terveystoimien tarpeessa on seurattava pitkäkestoisesti, sillä monet koronakriisin sosiaaliset seuraukset eivät vielä tätä raporttia tehdessä ole tulleet esille. Jatkossa olisi tärkeää selvittää myös tarkemmin päihdekuntoutujien ajatuksia digitaalisista päihdepalveluista: millaiset palvelut koetaan omaa toipumista tukeviksi, mitä mahdollisia tarkempia syitä ja esteitä löytyy sen taustalta, ettei etäyhteydellisiä palveluita haluta käyttää tai miten palveluiden käyttöönottoa ja digitaalisia taitoja voitaisiin tukea niin, että digitaalinen työ valjastettaisiin päihderiippuvuudesta toipumisen tukemiseksi parhaimmalla mahdollisella tavalla.

Toimenpide-ehdotukset

- Koronakriisin sosiaalisia vaikutuksia seurataan sosiaali- ja terveystoimissa järjestelmällisesti ja pitkäkestoisesti. Mahdollisesti vaikeutuneiden elämäntilanteiden ratkaisemiseksi varataan resursseja ja reagoidaan palveluntarpeisiin joustavasti.
- Etäyhteyksiä pidetään jatkossakin päihdepalveluissa yhtenä yhteydenpito- ja palvelukanavana asiakkaiden tarpeiden mukaisesti, mutta palvelut perustuvat kasvokkain tapahtuvalle kohtaamistyölle.
- Vertaistukea voi saada jatkossakin myös etäyhteyksin ja somen välityksellä.
- Päihdepalveluiden asiakkaiden mielipiteitä digitaalisista palveluista selvitetään tarkemmin ja kokemukset huomioidaan palveluiden kehittämisessä.
- Mikäli tulevaisuudessa päädytään vastaaviin rajoitustilanteisiin, panostetaan selkeään ja ajantasaiseen tiedottamiseen asiakkaille ja yhteistyökumppaneille päihdepalveluiden muutoksista ja digitaalisista palveluista.
- Päihdepalvelut kuuluvat välttämättömiin sosiaali- ja terveystoimiin, joiden tulee pysyä mahdollisimman hyvin toiminnassa myös kriisiaikoina.

Lähteet:

THL 17.4.2020: [Poikkeustilanne voi lisätä päihteiden käyttöä ja rahapeliä pelaamista](#)

HS 27.3.2020: [Suomalaisilla on nyt valtava määrä alkoholia kodeissaan, ja se on tikittävä aikapommi, sanoo A-klinikan Kaarlo Simojoki – ”Kulissit romahtavat monissa perheissä”](#)

YLE 29.3.2020: [Asiantuntijat pelkäävät alkoholi-ongelmien kasvavan etätyössä: työkaverit ja pomot eivät näe, missä kunnossa työntekijä on](#)

Jälkikuntoutuksen asiakasseuranta 1/2018: [Sosiaalinen raportointi päihdehuollon jälkikuntoutusyksikön työssä](#)