

# Toimintaterapia mahdollistaa työhön paluun



Tässä artikkelissa esitellään belgialaisten ja hollantilaisten tutkijoiden Désironin<sup>1</sup>, de Rijk<sup>2</sup>, Van Hoofin<sup>3</sup> ja Donceelin<sup>4</sup> tutkimus toimintaterapian ja työhön paluun yhteydestä. Tutkimus on julkaistu tieteellisenä artikkelina BMC Public Health -julkaisussa vuonna 2011.

Sanna Kyllönen

## Tutkimuksen tausta ja tavoite

Työkyvyn ja työhön paluun tukeminen on tärkeä osa työikäisten henkilöiden kuntoutusta. Työhön palaamisella ja työkyvyn palautumisella sairauden tai vammän jälkeen on suuri merkitys sekä työhön palaavalle yksilölle että koko yhteiskunnalle. Mahdollisimman varhaisessa vaiheessa toteutettu työhön paluuta tukeva kuntoutus edesauttaa sairastuneen tai vammautuneen työntekijän työllistymistä ja tukee työkykyä. Lisäksi se ehkäisee sairauspoissaoloja, työttömyyttä ja syrjäytymistä.

Toimintaterapia on vaikuttavaksi todettua työkykyä ja työhön paluuta tukevaa kuntoutusta. Se mahdollistaa osallistumisen jokapäiväisiin toimintoihin, joihin sisältyy olennaisena osana kyky ja mahdollisuus tehdä työtä. Toimintaterapia on usein keskeinen tekijä sekä työkyvyn rajoitteita kokevien että pitkäaikaisen työkyvyttömyyden uhan alla olevien henkilöiden kuntoutuksessa. Toimintaterapia voi toteutua esimerkiksi ammatillisena kuntoutuksena osana työhön paluuseen tähtäävää kuntoutuskokonaisuutta.

Désironin ym. tutkimuksessa haluttiin selvittää toimintaterapian vaikutuksia työhön paluuseen sekä kuvailla, mitkä toimintaterapian muodot tukevat työhön paluuta. Tutkimuksessa haettiin vastausta seuraaviin kysymyksiin:

- Mitkä ovat toimintaterapian vaikutukset työhön paluuseen tähtäävässä ammatillisessa kuntoutuksessa?
- Mitkä toimintaterapian ominaisuudet edesauttavat näitä vaikutuksia?

Désironin ym. tutkimus tarjoaa näyttöön perustuvaa tietoa, jonka pohjalta kuntoutustyöryhmien ammatti-

laiset voivat tehostaa palveluitaan ja parantaa niiden laatua. Tutkimuksen tarjoama tieto auttaa ehkäisemään ansionmenetyksiä ja sairauspoissaoloja sekä parantaa työssä olevien elämänlaatua.

## Tutkimuksen toteutus

Tutkimus toteutettiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena. Katsaukseen valikoitiin aiheeseen liittyviä tutkimuksia tarkasti määriteltyjen kriteerien perusteella sähköisistä tutkimustietokannoista (Cinahl, Cochrane Library, Ebsco, Medline/Pubmed ja PsycInfo).

Kirjallisuuskatsauksen tutkimukset valittiin seuraavin kriteerein:

- Tutkimusten tuli olla joko satunnaistettuja kontrolloituja kokeita (RTC) tai kohorttitutkimuksia.
- Tutkimusten julkaisukieli oli englanti.
- Tutkimuksiin osallistujien tuli olla kuntoutuksessa olleita työikäisiä (18–65 -vuotiaita) henkilöitä.
- Tutkimusten tuli koskea työhön paluuseen tähtääviä moniammatillisia kuntoutusohjelmia, jotka sisälsivät toimintaterapiaa osana kuntoutusta. Lisäksi tutkimusten tuli kohdistua nimenomaan toimintaterapiaan ja sen vaikutuksiin moniammatillisessa kuntoutuksessa.
- Tutkimusten tuli mitata työhön liittyviä tekijöitä, kuten työhön paluuta, sairauslomia ja työllistymistä.
- Tutkimukset oli julkaistu vuosien 1980 ja 2010 (syyskuu) välillä.

Loppujen lopuksi tutkimukseen valittiin yhteensä kuusi kaikki laatukriteerit täyttävää tutkimusta

(Taulukko 1). Nämä kuusi tutkimusta käsittivät yhteensä 899 yli 18-vuotiasta henkilöä, jotka olivat osallistuneet työhön paluuta tukevaan kuntoutusohjelmaan. Tutkimuksiin osallistujilla oli tutkimusajankohtana työpaikka



TAULUKKO 1. KIRJALLISUUSKATSAUKSEEN SISÄLTyneet Tutkimukset ja niiden Asetelmat.

Tutkimuksen tekijät	Diagnoosit	Tutkimusasetelma	Seuranta
Jousset et al., 2004	Krooninen alaselkikipu	RCT/yksöissokko-tutkimus	Arviointi 6 kuukautta kuntoutusohjelman jälkeen
Joy et al., 2001	Alaselkävamma	Retrospektiivinen kohorttitutkimus	Puhelinhaastattelu 4 viikkoa hoito-ohjelman lopettamisen jälkeen
Lambeek et al., 2010	Krooninen alaselkikipu	RCT	Arviointi lähtötilanteessa sekä 3, 6, 9 ja 12 kuukauden kohdalla
Schene et al., 2007	Depressio	RCT	Arviointi lähtötilanteessa sekä 3, 6, 12 ja 42 kuukauden kohdalla
Sullivan et al., 2006	Piiskaniskuvamma	Pitkittäistutkimus/kohorttitutkimus	Strukturoidut haastattelukysymykset 1 vuosi hoidon jälkeen
Vanderploeg et al., 2008	Traumaperäinen aivovamma (sotilashenkilöt)	RCT hoitoaieanalyysi: 2 erilaista hoitoa	Seurantapuhelinsoitot 1, 6, 12 ja 24 kuukautta kotiutumisen jälkeen



ja heillä oli eri tyyppisiä sairauksia, jotka rajoittivat heidän työhön osallistumistaan tai paluutaan. Työhön paluuta arvioitiin kuntoutusohjelman jälkeen ja arviointiajankohdat vaihtelivat viikosta 42 kuukauteen kuntoutuksen päättymisestä.

### Toimintaterapiaa suositellaan työhön paluuta tukevaksi kuntoutukseksi

Désironin ym. tutkimustulokset osoittivat, että toimintaterapialla oli selvä vaikutus ammatilliseen kuntoutumiseen ja työhön paluuseen. Esimerkiksi sairauslomapäivät vähenivät merkittävästi toimintaterapiaan osallistumisen seurauksena. Toimintaterapia paransi myös työntekijän asemaa työmarkkinoilla. Toimintaterapia tuki erityisesti depressiota sairastavien sekä alaselän kivuista ja vammoista kärsivien kuntoutujien työhön paluuta.

Tutkimustulosten perusteella toimintaterapiaa voidaan suositella osaksi työhön paluuta tukevaa kuntoutusta. Toimintaterapiaa sisältävä kuntoutus tukee kuntoutujan työhön paluuta, parantaa asemaa työmarkkinoilla ja vähentää sairauspoissaoloja.

Désironin ym. kirjallisuuskatsauksessa mukana olleet kuusi tutkimusta erosivat toteutustavaltaan toisistaan. Tämän vuoksi työhön paluuta tukevan toimintaterapian ja sen toteutusmuotojen tarkempi selvittäminen ei tässä tutkimuksessa onnistunut.

Désironin ym. mukaan tutkimustulosten yleistettävyyden ja vertailtavuuden parantamiseksi tarvitaan vielä

lisätutkimuksia, joissa sekä toimintaterapian toteutus-tavat että tutkimusten toteutus kuvataan yksityiskohtaisesti. Désiron ym. suosittelevat työhön paluuta tukevan toimintaterapian toteutuksen dokumentointia tämän hetkistä tarkemmin myös jokaisen toimintaterapeutin käytännön työssä. Tämä helpottaa jatkotutkimuksia aiheesta sekä mahdollistaa yhteisten, toimivien käytäntöjen kehittämisen työhön paluuta edistävässä toimintaterapiassa.

#### Lähde:

- Désiron, H.A.M., de Rijk, A., Van Hoof, E. & Donceel, P. 2011. Occupational therapy and return to work: a systematic literature review. BMC Public Health 11, 2-14. <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/11/615>

1 Huguette AM Désiron, MSC, OT. Department of Occupational, Environmental and Insurance Medicine, Katholieke Universiteit Leuven, Kapucijnenvoer 35, B3000 Leuven, Belgium.

2 Angelique de Rijk, Doctor. Department of Social Medicine, Faculty of Health, Medicine and Life Sciences Maastricht University, P.O. Box 616, 6200 MD Maastricht, The Netherlands.

3 Elke Van Hoof, Professor. Department of Experimental and Applied Psychology (EXTO), Faculty of Psychological and Educational Science, Vrije Universiteit Brussel - Pleinlaan 2, B1050 Brussels, Belgium.

4 Peter Donceel, Professor. Belgian Cancer Centre, Scientific Institute of Public Health, Brussels, Belgium.