Uniapneahoitajan osaamisvaatimukset suuhygienistille

1. **Terveydenhuollon ammattitutkinto ja täysipäiväistä uniapneahoitajan työtä tulee olla vähintään vuosi**, kaksi vuotta jos työajasta 50–75 % ja kolme vuotta jos työajasta alle 50 % liittyy uneen
2. **Toimipaikka- tai täydennyskoulutusta** tai ammatillisia lisä- tai erikoistumisopintoja 30 op
3. **On suorittanut hyväksytysti suullisen tai kirjallisen tentin** osastonhoitajalle ja keuhkosairauksien erikoislääkärille teoreettisesta ja käytännön osaamisestaan, jonka jälkeen saanut keuhkoklinikan ylilääkärin tai hänen valtuuttamansa keuhkosairauksien erikoislääkärin myöntämän todistuksen osaamisestaan ja keuhkoklinikan ylilääkärin myöntämän kirjallisen luvan tehtävänsiirtoon. Lupa on uusittava viiden vuoden välein.
4. **Tuntee ja tietää**
   - unen ja hengityksen fysiologian perusteet
   - klinikassa käytössä olevat uniapneapotilailla käytettävät kyselylomakkeet
   - perusperiaatteet uniapnean diagnostiikasta
   - uniapnean tyypit sekä patofysiologian ja fenotyypin vaikutuksen hoitoon
   - uniapnean eri hoitomuodot ja niiden aloituskriteerit
   - alkoholin ja tupakoinnin vaikutuksen uniapneaan
   - keskeiset lääkkeiden vaikutukset uneen ja unenaikaiseen hengitykseen
   - hengitysvajaukseen johtavat tavallisimmat sairaudet
   - erotusdiagnostisia sairauksia uniapnean kaltaisten oireiden aiheuttajina
   - aihepiiriin liittyvät Käypä hoito-suositukset: Lihavuus (aikuiset), Liikunta, Tupakkariippuvuus ja tupakasta vieroitus, Uniapnea (obstruktiivinen uniapnea aikuisilla), Unettomuus
   - aihepiiriin paikalliset ja kansalliset ohjeet mukaan lukien Trafin ohjeet ajoterveydestä ja alueelliset hoitoketjut
   - milloin konsultoi lääkäriä erikseen sovittujen kriteerien mukaan

5. Osaa

- ottaa jäljennökset uniapneakiskoa varten (ei purentaindeksiä)
- sovittaa uniapneakiskon ja ohjeistaa kiskon käytön
- tehdä yksinkertaiset uniapneakiskon korjaukset
- tulkita toimipaikassan uniapneapotilailla käytettävien kyselylomakkeiden tulokset
- ohjata ja motivoida potilasta hoitoon sitoutumisessa
- ohjata uniapnean elintapahoidot, asentohoidon ja CPAP-hoidon ja informoida uniapneakisko- ja leikkaushoidon kriteereistä
- ohjata unenhuoltoa sekä tuntee pääperiaatteet unettomuuden lääkkeettömästä hoidosta
- kouluttaa mm. luentoja pitämällä muita terveydenhuollon ammattilaisia, konsultaatiot

Uniapneahoitajan koulutus

1) TYKS Uni- ja hengityskeskuksen järjestämä koulutus

A. Luennot 3 pv

1. Unenaikaisen hengitysfysiologian perusteet, obstruktiivisen ja sentraalisen uniapnean patofysiologia
2. Uniapnean riskitekijät, oireet, diagnostiikka ja erotusdiagnostiikka mukaan lukien kyselylomakkeiden käyttö Unipäiväkirja, aktigrafia ja kardiorespiratorinen yöpolygrafia
3. Uniapnean eri hoitomuodot, niiden aloituskriteerit ja vaikutukset
4. Painonhallinta
5. Uniapnea ja liitännäissairastavuus
6. Naisten uniapnea
7. Uniapnean fenotyypitys
8. CPAP-hoidon etäseuranta
9. CPAP-hoitoon sitoutuminen ja potilasohjaus
10. Ongelmanratkaisua
11. Unettomuusoireisen uniapneapotilaan hoito

12. Hengitysvajaukseen johtavat tavallisimmat sairaudet ja pitkäaikaisen happihoidon, kaksoispaineventilaatiohoidon sekä ASV-hoidon perusperiaatteet
13. Ajoterveys
14. Suomalaisten uniongelmien ja unen keston epidemiologiaa
15. Unen fysiologia, vuorokausirytmin säätely ja yleisimmät unihäiriöt
16. Uniapnea unettomuuden taustalla
17. Perussairauksien aiheuttama väsymys
18. Unettomuuden lääkkeetön hoito
19. Unettomuuden hoito psykiatrin näkökannalta ja unettomuuden lääkinnällinen hoito

B. Verkko-opetus

1. Virtuaalisairaalan Unihäiriöiden ja hengitysvajeen virtuaalikeskuksen uniapneaosion materiaali
2. Ongelmanratkaisua (potilastapauksia)
3. Uniapneakiskohoidon verkkokoulutus (Apollonia)

2) Toimipaikkakoulutus

1. Milloin konsultoi lääkäriä erikseen sovittujen kriteerien mukaan
2. Oman toimipaikan uniapneapotilailla käytettävien kyselylomakkeiden tulosten tulkinta
3. Hoidon porrastus omalla toimialueella
4. Laitevalmistajien käyttökoulutukset
5. Uniapnean hoitoon hyvin perehtyneiden lääkärien antama koulutus
6. Kokeneiden uniapnean hoitoon perehtyneiden hoitajien antama koulutus

3) Omatoiminen opiskelu

1. Käypä hoito-suositukset: Lihavuus (aikuiset), Liikunta, Tupakkariippuvuus ja tupakasta vieroitus, Uniapnea (obstruktiivinen uniapnea aikuisilla), Unettomuus
2. Uniapnean alueelliset hoitoketjut
3. Paikalliset ja kansalliset aihepiiriin liittyvät ohjeet
4. Keuhkosairauksien oppikirjan (viimeisin painos) aihepiiriin liittyvät kappaleet
5. Seuraavat suomenkieliset artikkelit:

- Trafin kulloinkin voimassa oleva ohjeistus uniapnean osalta
- Anttalainen U, Kalleinen N. Uniapnea ja sydän- ja verisuonisairaudet. Suom Lääkäril 2014;69(48):3267–3272.
- Anttalainen U. Naisten uniapnea - tunnistammeko sen erityispiirteet? Suom Lääkäril 2011;66(10):819–825
- Lassila K, Jernman R, Uotila J, Mäenpää J, Polo O. Unenaikaiset hengityshäiriöt raskauden aikana - pre-eklampsian enne? Duodecim 2014;130(22–23):2290-4.
- Salomaa E-R, Myllylä M, Kurki S, Anttalainen U, Virkkala J, Saaresranta T, Laitinen T. Uniapneapotilas 2000-luvulla: kenelle CPAP-hoito aloitetaan ja miten siihen sitoudutaan? Duodecim 2013;129(20):2175–82.
- Markkula J, Lamusuo S. Unen erityishäiriöt – miten tutkin, miten hoidan ? http://www.laakarilehti.fi/pdf/2017/SLL122017-794.pdf
- Järnefelt H. Psykologiset hoitomuodot tehoavat unettomuuteen. http://www.laakarilehti.fi/pdf/2017/SLL122017-776.pdf
- Aihepiiriin liittyvät toimipaikan, alueelliset, kansalliset tai kansainväliset koulutustilaisuudet viimeisen 5 vuoden ajalta. Koulutusta tulee olla vähintään viisi täysipäiväistä (yht. n. 40 h) koulutusta.