

# Uusia tuulia työelämän kehittämisessä

Terveyden edistämisen YAMK -tutkinnon opinnäytetöiden tiedotteita





Airi Paloste • Reetta Saarnio (toim.)

# **Uusia tuulia työelämän kehittämisessä**

Terveysten edistämisen YAMK -tutkinnon opinnäytetöiden  
tiedotteita

D. Muut julkaisut 6/2019

Lapin ammattikorkeakoulu  
Rovaniemi 2019

© Lapin ammattikorkeakoulu ja tekijät

ISBN 978-952-316-296-9 (pdf)  
ISSN 2342-253X (verkkojulkaisu)

Lapin ammattikorkeakoulun julkaisuja  
D. Muut julkaisut 6/2019

Kirjoittajat: Fisk Anu, Gullsten Merja, Jaako Hanna-Majja, Jaako Linda, Heikka Laura, Heiskanen Aino, Kaakinen Ville, Kangas Helena, Kumpula Anne, Kuusiniva Henna, Lievonen Katri, Lohela Jarmo, Lääkkölä Tiia, Paakki Tiina, Paloste Airi, Pääkkölä Ira, Riihiahio Susanna, Ruokanen Marika, Saarnio Reetta, Salo Satu, Tolonen Marjaana, Valtanen Katja, Vilmi Fanni, Vähäkangas Mervi & Väisänen Katariina  
Toimittajat: Airi Paloste & Reetta Saarnio  
Kansikuva: Pixabay  
Taitto: Lapin AMK, viestintäyksikkö

Lapin ammattikorkeakoulu  
Jokiväylä 11 C  
96300 Rovaniemi

Puh. 020 798 6000  
[www.lapinamk.fi/julkaisut](http://www.lapinamk.fi/julkaisut)

Lapin korkeakoulukonserni



[www.luc.fi](http://www.luc.fi)

Lapin korkeakoulukonserni  
LUC on yliopiston ja  
ammattikorkeakoulun  
strateginen yhteenliittymä. Kon  
serniin kuuluvat Lapin yliopisto  
ja Lapin ammattikorkeakoulu.

# Sisällys

<b>ESIPUHE</b> .....	<b>7</b>
<b>SOTE-UUDISTUKSEEN LIITTYVÄ KEHITTÄMINEN</b> .....	<b>11</b>
Fanni Vilmi, Fysioterapeutti (ylempi AMK)	
<b>SOTE-UUDISTUS HAASTAA FYSIOTERAPEUTTIIEN AMMATILLISEN OSAAMISEN TULEVAISUUDESSA</b> .....	<b>13</b>
Ammatillinen osaaminen tulevaisuuden tarpeita vastaavaksi .....	13
Ydinosaamisessa korostuu jatkuva itsensä kehittäminen .....	13
Asiakaslähtöisyys- ja moniammatillisuusosaamista yhdistää ympäristön huomioiminen .....	14
Lähde .....	14
Merja Gullsten, Terveystenhoitaja (ylempi AMK)	
<b>KÄTILÖN UUSI TYÖNKUVA LUO TURVALLISIA JA LUOTETTAVIA PALVELUITA MERI-LAPIN RASKAANA OLEVILLE JA SYNNYTTÄNEILLE NAISILLE JA HEIDÄN PERHEILLEEN</b> .....	<b>15</b>
Sote-uudistuksessa tulee turvata asiakaslähtöisyys ja palveluiden saatavuus sosiaali- ja terveydenhuollon julkisten palvelujen lähtökohtana .....	15
Raskaana olevan ja synnyttäneen naisen turvallinen hoito edellyttää kätilön erityisosaamista .....	15
Lähde .....	16
Satu Salo, Sairaanhoitaja (ylempi AMK)	
<b>KÄTILÖIDEN TYÖNKUVA SUURESSA MUUTOKSESSA</b> .....	<b>17</b>
Kätilöiden osaamisen hyödyntäminen yli terveydenhuollon rajojen tärkeitä .....	17
Kätilöiden työkenttänä koko naisen elinkaaren palvelut.....	17
Lähde .....	18
Katri Lievonen, Sairaanhoitaja (ylempi AMK)	
<b>PALJON SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUJA KÄYTTÄVÄT ASIAKKAAT SEKÄ SITÄ TOTEUTTAVAT SAIRAANHOITAJAT OVAT SAANEET OULUN TERVEYSASEMILLA KÄYTETTÄVÄSTÄ TOIMINTAMALLISTA PALJON HYÖTYJÄ</b> .....	<b>19</b>
Toimintamallin myötä työhyvinvointi sekä moniammatillinen yhteistyö on parantunut.	19

Asiakkaat toivovat omaa hoitajaa ja lääkäriä.....	19
Toimintamallin avulla voidaan turvata paljon palveluja tarvitsevien asiakkaiden hoidon jatkuvuus .....	20
Lähde .....	20

**Laura Heikka, Terveystenhoitaja (ylempi AMK)**

**ASIAKASKOORDINAATTORI TOIMINNALLA PARANNETAAN PALJON SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLON PALVELUJA TARVITSEVIEN ASIAKKAIDEN HOIDON KOKONAISVALTAISUUTTA JA JATKUVUUTTA.. 21**

Toimintamallista on hyötyä.....	21
Toimivalla yhteistyöllä helpotetaan työn kuormittavuutta.....	22
Paljon palveluja tarvitsevan asiakkaan tunnistaminen on tärkeää.....	22
Lähde .....	22

**Anne Kumpula Sairaanhoitaja (ylempi AMK)**

**ETÄVASTAANOTOLLA VOIDAAN VÄHENTÄÄ ALUEELLISTA ERIARVOISUUTTA..... 23**

Toimiva etävastaanotto kotihoidon asiakkaille edellyttää onnistuneen hoitopolun .....	23
Tutkimuksen mukaan hyvä suunnittelu takaa toimivan etävastaanoton .....	23
Etävastaanotolla voidaan vähentää alueellista eriarvoisuutta ja turvata syrjäseutujen lääkäripalvelut .....	23
Lähde .....	24

**Ira Pääkkölä, Terveystenhoitaja (ylempi AMK)**

**HOITOPOLKU VARMISTAA ONNISTUMISEN: HYVIN SUUNNITELTU ETÄVASTAANOTTO SÄÄSTÄÄ AIKAA JA TERVEYSKESKUSKÄYNTJÄ JA VÄHENTÄÄ ALUEELLISTA ERIARVOISUUTTA. .... 25**

Lähde .....	26
-------------	----

**Anu Fisk Sairaanhoitaja (ylempi AMK)**

**TORNION TERVEYSKESKUKSESSA SYDÄN- JA VERISUONITAUTI POTILAAT HOIDETAAN JATKOSSA SAIRAANHOITAJAN VASTAANOTOLLA..... 27**

Lähde .....	28
-------------	----

**Linda Jaako Sairaanhoitaja (ylempi AMK)**

**PAREMPAA HOITOA PITKÄAIKAISSAIRAILLE SAIRAANHOITAJAN VASTAANOTOLLA TORNION TERVEYSKESKUKSESSA ..... 29**

Lähde .....	30
-------------	----

**TYÖYHTEISÖN JA TYÖHYVINVOINNIN KEHITTÄMINEN ..... 31**

**Ville Kaakinen, Sairaanhoitaja (ylempi AMK)**

<b>OYS YHTEISPÄIVYSTYKSEN JA TARKKAILUOSASTON HOITOTYÖNTEKIJÖIDEN TYÖHYVINVOINTIA VOISI EDISTÄÄ PAREMPI TYÖVUOROSUUNNITTELU .....</b>	<b>33</b>
Vuorotyö kuormittaa .....	33
Työvuorosuunnittelussa ergonomiasta etua .....	33
Lähde .....	34
<b>Jarmo Lohela, Sairaanhoidaja (ylempi AMK)</b>	
<b>VUOROTYÖN VAIKUTUKSESTA UNEN LAATUUN JA TYÖSTÄ PALAUTUMISEEN .....</b>	<b>35</b>
Lähde .....	36
<b>Katja Valtanen, Sairaanhoidaja (ylempi AMK)</b>	
<b>UHKA- JA VÄKIVALTATILANTEIDEN KÄSITTELY TYÖYHTEISÖSSÄ.....</b>	<b>37</b>
Uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinti on tärkeää .....	37
Henkilökunnalla ja esimiehillä samanlaiset toiveet jälkipuinnin suhteen .....	37
Ennaltaehkäisy ja jälkipuinti samalle tasolle .....	38
Lähde .....	38
Lähde .....	40
<b>Katariina Väisänen, Sairaanhoidaja (ylempi AMK)</b>	
<b>UUDEN OHJAUSMALLIN OPAS REDU:N LÄHIHOITAJAOPIKELIJOIDEN TYÖELÄMÄSSÄ OPPIMISEEN .....</b>	<b>43</b>
Vastuuta ottamalla opit -malli .....	43
Ohjausmallin opas lähihoitajaopiskelijoille ja heidän ohjaajilleen .....	44
Lähde .....	44
<b>Aino Heiskanen Sairaanhoidaja (ylempi AMK)</b>	
<b>HOITOTYÖN RAKENTEISEN KIRJAAMISEN KEHITTÄMINEN KIRJAAMISOPPAAN AVULLA.....</b>	<b>45</b>
Rakenteinen kirjaaminen.....	45
Kirjaamisopas .....	45
Kirjaamisoppaan hyöty.....	46
Lähde .....	46
<b>Marjaana Tolonen, Sairaanhoidaja (ylempi AMK)</b>	
<b>KIRJAAMISOPPAAN AVULLA KEHITETÄÄN RAKENTEISTA JA YHTENÄISTÄ HOITOTYÖN KIRJAAMISTA .....</b>	<b>47</b>
Kirjaamisen merkitys .....	47
Kirjaamisopas kirjaamisen apuna .....	48

Johtopäätökset.....	48
Lähde .....	48
<b>Hanna-Maija Jaako, Sairaanhoitaja (ylempi AMK)</b>	
<b>SAIRAANHOITAJASTA ANESTESIAHOITAJAKSI.....</b>	<b>49</b>
Lähde .....	50
<b>Tiia Lääkkölä, Sairaanhoitaja (ylempi AMK)</b>	
<b>TORNION KOTISAIRAALALLE TOIMINTAPERIAATTEET YAMK- OPINNÄYTETYÖNÄ .....</b>	<b>51</b>
Lähde .....	51
<b>Helena Kangas, Sairaanhoitaja (ylempi AMK)</b>	
<b>NUORET JA SEKSUAALISUUS LASTEN JA NUORTEN SIJAISHUOLTOYKSIKÖSSÄ.....</b>	<b>55</b>
Lähde .....	56
<b>Marika Ruokanen, Sairaanhoitaja (ylempi AMK)</b>	
<b>NUORTEN MIELENTERVEYSPALVELUT EIVÄT RIITÄ KASVAVAAAN HOIDON TARPEESEEN .....</b>	<b>57</b>
Lähde .....	58
<b>Susanna Riihiaho, Terveystenhoitaja (ylempi AMK)</b>	
<b>SYÖDÄÄN JA OPITAAN YHDESSÄ: SUOSITUSTEN MUKAINEN KOULURUOKAILU TULISI TOTEUTUA KAIKISSA KOULUISSA .....</b>	<b>59</b>
Lähde .....	60
<b>Henna Kuusiniva, Liikunnanohjaaja (ylempi AMK)</b>	
<b>IKÄÄNTYNEIDEN LIIKKUMISTA TUKEVA SENIORIKORTTI EDISTÄÄ MYÖS SOSIAALISTA VUOROVAIKUTUSTA JA AKTIIVISUUTTA.....</b>	<b>63</b>
Lähde .....	64
<b>Mervi Vähäkangas, terveydenhoitaja (ylempi YAMK)</b>	
<b>OMAISHOITAJIEN KOKEMUKSIA HYVINVOINTI- JA TERVEYSTARKASTUKSISTA PERUSPALVELUKUNTAYHTYMÄ KALLION ALUEELLA.....</b>	<b>65</b>
Tausta .....	65
Opinnäytetyön tarkoitus.....	65
Menetelmät .....	65
Tulokset ja johtopäätökset.....	66
Lähde .....	66
<b>KIRJOITTAJIEN ESITTELY .....</b>	<b>67</b>



# Esipuhe

Työelämä muuttuu nopeasti, minkä vuoksi työntekijöiden ammattitaitoon ja työelämän osaamiseen kohdistuu jatkuvasti yhä vaativampia odotuksia. YAMK-Master tason tutkinnot tuottavat työelämän tarpeista lähtöisin olevaa koulutusta ja siten osaamisen siirtymistä käytäntöön. Ammattikorkeakoulut ovat myös vahvasti potentiaalisia työelämän kehittämiskumppaneita sekä toteuttajia niin koulutuksessa kuin tutkimus-, kehittämis- ja innovaatio (TKI) -toiminnassa. TKI-toiminta kytkeytyy koulutukseen erityisesti työelämälähtöisten opinnäytetöiden kautta sekä TKI-hankkeissa. Opinnäytetyöt suuntautuvat pääosin opiskelijoiden taustaorganisaatioihin, ja työelämän mentorit ovat mukana opinnäytetöinä tehtävissä kehittämisprojekteissa. Kemissä Terveyden edistämisen koulutusohjelmassa opiskelleet ovat jo vuodesta 2004 lähtien opinnäytetöissään kehittäneet laajasti sosiaali-, terveys- ja liikunta-alaa yhdessä työelämän kanssa. Koulutuksen työelämäyhteistyö on merkittävää ja jatkuvan kehittämisen kohde. Tämä nousi esille myös Kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen (KARVI) toteuttamassa Lapin ammattikorkeakoulun auditoinnissa keväällä 2017. Auditoinnin lopputuloksena ulkoinen auditointiryhmä antoi parhaan mahdollisen arvosanan; edistynyt, Lapin AMKin Terveyden edistämisen YAMK-koulutuksen laadunhallinnalle. [https://karvi.fi/app/uploads/2017/08/KARVI\\_1917.pdf](https://karvi.fi/app/uploads/2017/08/KARVI_1917.pdf)

Vuosittain noin 60 sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan korkeakoulutettua työntekijää päättää ottaa etäisyyttä arkityöhönsä ja siirtyä kehittäjän rooliin aloittamalla ylempään korkeakoulututkintoon tähtäävät opinnot Lapin ammattikorkeakoulussa Kemissä ja Rovaniemellä. Sairaanhoidaja, terveydenhoitaja, fysioterapeutti, liikunnanohjaaja tai geronomi kuuluu usein työpaikkansa kantaviin voimiin. Vaikka työssä ja työpaikalla saatetaan nähdä kehitettävää, voi arkityön ohessa olla vaikeaa irrottautua omista velvollisuuksista työpaikan kehittäjäksi. Lapissa erityisesti sosiaali- ja terveysalan toimijat ovat huomanneet kehittämispotentiaalin, joka sisältyy työntekijöiden jatkotutkinto-opintoihin. Ylempään AMK-tutkintoon (YAMK) kuuluva opinnäytetyö (30 op) on useimmiten omalle työpaikalle tehtävä kehittämissyö.

Opinnäytetyön osaamistavoitteena opetussuunnitelmassa on kuvattu seuraavaa: ”Opiskelija osaa toteuttaa ja johtaa itsenäisesti oman alan työelämän tutkimus-kehittämis- ja innovaatio toimintaa. Hän osaa soveltaa opinnäytetyössään alansa näyttöön perustuvaa tietoa ja valita perustellusti soveltuvia tiedonhankintamenetelmiä työelämän kehittämistehtävään. Opiskelija kykenee luovaan ja innovatiiviseen ongelmanratkaisuun työssään. Hän osaa arvioida ja opponoida tutkimusyhteisömaisesti opinnäytetöitä taustan, toteutuksen, tulosten ja raportoinnin suhteen. Hän osaa raportoida tutkimus- ja kehittämistyönsä tulokset sekä suullisesti

että kirjallisesti. Opiskelija osaa kirjoittaa opinnäytetyönsä alalta kypsyysnäytteen, jolla hän osoittaa perehtyneisyyttä alaan sekä suomen kielen taitoa.”  
[https://soleops.lapinamk.fi/opsnet/disp/fi/ops\\_OpetTapTekstabs/tab/tab/sea?oppettap\\_id=12963304&stack=push](https://soleops.lapinamk.fi/opsnet/disp/fi/ops_OpetTapTekstabs/tab/tab/sea?oppettap_id=12963304&stack=push)

Vuoden 2018 aikana Lapin ammattikorkeakoulun Terveyden edistämisen YAMK-koulutusohjelman opinnäytetöitä valmistui 24. Suurimmassa osassa opinnäytetöistä kehitettiin jotain osastoa, osatoimintaa tai hoitoprosessia Lapin tai Länsi-Pohjan keskussairaaloissa, Pohjois-Pohjanmaan yliopistollisessa sairaalassa ja terveyskeskuksissa, jotka ovatkin toiminnallisesti ja työnantajina Lapin ja Oulunseudun suurimmat terveydenhuollot yksiköt. Tämä julkaisu on koostettu Terveyden edistämisen koulutusohjelman opiskelijoiden laatimista opinnäytetöiden tiedotteista. Julkaisu on tarkoitettu lisäämään tietoisuutta työelämän ja Lapin ammattikorkeakoulun tiivistä yhteistyöstä työelämän kehittämisessä.

Työyhteisön ja työhyvinvoinnin teemoihin liittyviä kehittämishankkeita Terveyden edistämisen koulutusohjelman vuoden 2018 opinnäytetöissä olivat; hoitotyöntekijöiden kokemukset vuorotyön vaikutuksesta unen laatuun ja työstä palautumiseen, uhka- ja väkivaltatilanteiden käsittely työyhteisöissä. Sote uudistukseen liittyviä kehittämistöitä olivat kättilön muuttuva työnkuva sote-uudistuksen yhteydessä Länsi-pohjan sairaanhoitopiirissä ja sote-uudistuksen aiheuttamat muutokset fysioterapeuttien osaamiselle. Etävastaanoton kehittäminen Kolarin kunnan terveyskeskukseen. Lisäksi kehitettiin Oulun terveysasemien paljon palveluita tarvitsevien sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaiden toimintamallin arviointi ja kehittäminen. Tornion terveyskeskukseen kehitettiin pitkäaikaissairauksien hoidon sairaanhoitajan vastaanotto toimintaa.

Mentorointiohjelma sairaanhoitajasta anestesiahoitajaksi tuotettiin Mehiläinen Länsi-Pohja Oy:n leikkaus- ja anestesiaosastolle. Hoitotyön kirjaamisopas kehitettiin Sauvosaaressa sairaalaan Kemiin. Ikääntyneiden terveyden edistämisen teemaan liittyviä kehittämishankkeita olivat mm. omaishoitajien kokemuksia peruspalvelukuntayhtymä Kallion alueella hyvinvointi ja terveystarkastuksista sekä asiakkaiden kokemuksia seniorikortin käytön vaikutuksista koettuun fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Lähihoitajien koulutukseen kehitettiin käytännön harjoittelun opas opiskelijoille ja ohjaajille sekä kouluruokailusuositusten jalkauttaminen toteutettiin Pohjois-Pohjanmaan ja Lapin kuntiin.

Opiskelijapalautteiden mukaan opiskelijat ovat olleet erittäin tyytyväisiä koulutuksessa hankkimaansa osaamiseen. Samoin opinnäytetöiden toimeksiantajat ja organisaatiot siihen, että tutkinto tuottaa työelämän muutoksiin uutta ja vaativaa asiantuntijaosaamista ja merkittävää kehittämistoimintaa. Opinnäytetöiden kehittämiskohteet sovitaan taustaorganisaatioiden ja -yritysten kanssa etukäteen, joten on oletettavaa, että tuloksia ollaan toimeksiantajataloissa myös halukkaita hyödyntämään.

Opinnäytetyön tavoitteena on opinnäytetyön oppaan mukaan, kehittää ja osoittaa kykyä soveltaa tutkimustietoa ja käyttää valittuja menetelmiä työelämän

ongelmatilanteiden erittelyyn ja ratkaisemiseen sekä valmiutta itsenäiseen vaativaan asiantuntijatyöhön (Lapin Amk Opinnäytetyönopas 2016-2019). Terveyden edistämisen koulutuksesta valmistuneet Master –tason ammattilaiset osaavat vaativan tason asiantuntijoina kehittää, uudistaa ja johtaa terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen monialaisia palveluja.

Kemissä 5.6. 2019 Airi Paloste ja Reetta Saarnio



# Sote-uudistukseen liittyvä kehittäminen



Fanni Vilmi, Fysioterapeutti (ylempi AMK)

# Sote-uudistus haastaa fysioterapeuttien ammatillisen osaamisen tulevaisuudessa

Fysioterapeuttien tulee tulevaisuudessa kehittää omaa osaamistaan jatkuvasti. Asiakaslähtöisyysosaamisessa huomiota tulee kiinnittää yksilöllisen fysioterapian toteuttamiseen ja asiakkaan aktiiviseen osallistamiseen. Moniammatillisuusosaamisessa puolestaan korostuu vuorovaikutustaitojen hallitseminen ja yhteistyötaidot.

Lapin ammattikorkeakoulun Terveystieteiden edistämisen koulutusohjelman YAMK-opiskelija Fanni Vilmi tutki opinnäytetyössään yksityisellä sektorilla työskentelevien fysioterapeuttien kokemuksia siitä, miten sote-uudistus tulee muuttamaan ammatillisia osaamistarpeita.

## **Ammatillinen osaaminen tulevaisuuden tarpeita vastaavaksi**

Fanni Vilmi kuvasi tutkimuksessaan fysioterapeuttien kokemuksia siitä, miten ydin-, asiakaslähtöisyys- ja moniammatillisuusosaaminen tulevat muuttamaan tulevaisuudessa sote-uudistuksen myötä. Ylemmässä ammattikorkeakoulututkinnossa opinnäytetyönä toteutettu tutkimus liittyy Optimoitu sote-ammattilaisten koulutus- ja osaamisuudistus -hankkeeseen. Tutkimushankkeessa tuotetun tiedon avulla pystytään kohdentamaan ammattilaisten osaamista tulevaisuuden tarpeita vastaaviksi.

Tutkimus tuottaa tietoa siitä, miten uudistus tulee vaikuttamaan fysioterapeutin osaamistarpeisiin yksityisellä sektorilla. Työnantajan kannalta työn tulokset antavat näkökulmia kehittää työvalmiuksia ja toimintakäytäntöjä tulevaisuuden tarpeita vastaaviksi. Tutkimuksen aineisto kerättiin teemahaastattelun keinoin ryhmähaastattelemalla yksityisen sektorin fysioterapeutteja.

## **Ydinosaamisessa korostuu jatkuva itsensä kehittäminen**

Tutkimuksen mukaan fysioterapeuttien ammatillisen ydinosaamisen haasteet ovat tulevaisuudessa jatkuvassa itsensä kehittämisessä ja sosiaalisten taitojen hallitsemisessa. Myös teoretiedon osaaminen työn perustelemisen kannalta koettiin tärkeäksi. Fysioterapeutin työn perustana on fysioterapeuttisten perustaitojen hallitseminen myös sote-uudistuksen myötä.

## **Asiakslähtöisyys- ja moniammatillisuusosaamista yhdistää ympäristön huomioiminen**

Asiakslähtöisyysosaamisen haasteina ovat tutkimuksen mukaan fysioterapeutin oma sitoutuneisuus asiakslähtöiseen työskentelyyn, yksilöllisyyden toteutuminen sekä asiakkaan aktiivinen osallistaminen fysioterapiaan.

Moniammatillisuusosaamisessa keskiöön nousivat fysioterapeutin vuorovaikutustaidot, työnjaon ymmärtäminen sekä yhteistyötaidot. Tärkeänä osaamisen alueena nähtiin myös toisten ammattilaisten työn kunnioittaminen.

Yhteistä molemmille osaamisalueille oli ympäristön huomioiminen. Asiakslähtöisyysosaamisessa tulee ottaa huomioon asiakslähtöisyyttä estävät tekijät, kuten esimerkiksi lähiympäristön vaikutuksen huomioiminen sekä asiakkaan omat pelot ja epävarmuus. Moniammatillisuusosaamisessa puolestaan on tärkeää lähiympäristön voimavarojen ja mahdollisen epävarmuuden huomioiminen osana työskentelyä sekä lähiympäristön ottaminen mukaan moniammatilliseen työskentelyyn.

### **Lähde**

Vilmi, F. 2018. Yksityisellä sektorilla työskentelevien fysioterapeuttien kokemuksia ammatillisista osaamishaasteista sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen myötä. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu



# Kätilön uusi työnkuva luo turvallisia ja luotettavia palveluita Meri-Lapin raskaana oleville ja synnyttäneille naisille ja heidän perheilleen

Mikäli maakuntauudistus ja kiireellisen hoidon päivystysasetus lopettavat synnytystoiminnan Meri-Lapin alueella, on kätilöiden erityisosaamista ja ammattitaitoa hyödynnettävä uudella tavalla ja luotava alueen raskaana oleville ja synnyttäneille naisille turvallinen ja luotettava hoito.

Lapin ammattikorkeakoulun Terveysten edistämisen koulutusohjelman YAMK-opiskelijat **Merja Gullsten** ja **Satu Salo** tutkivat opinnäytetyössään, millaisia palveluita alueen raskaana olevat naiset ja synnytyssalissa työskentelevät kätilöt kokivat tärkeiksi järjestettävä kätilöiden toimesta ja kuinka hyödynnetään jatkossa alueen kätilöiden erityisosaamista.

## **Sote-uudistuksessa tulee turvata asiakaslähtöisyys ja palveluiden saatavuus sosiaali- ja terveydenhuollon julkisten palvelujen lähtökohtana**

Merja Gullsten ja Satu Salo selvittivät, millainen on turvallinen ja luotettava palvelujärjestelmä alueen raskaana oleville ja synnyttäneille naisille sekä heidän perheilleen. Minkälaisia toimenpiteitä tulee tehdä uuden palvelujärjestelmän luomiseksi. Opinnäytetyön tuloksena syntyi ehdotus kätilön uudesta työnkuvasta.

Tutkimuksen aineisto kerättiin asiakaskyselynä alueen raskaana olevilta naisilta sekä Länsi-Pohjan keskussairaalan synnytysosaston synnytyssalissa työskenteleviltä kätilöiltä. Asiakas- ja henkilöstökyselyn tulosten sekä näyttöön perustuvan tiedon pohjalta tuotettiin Länsi-Pohjan sairaanhoitopiirille tietoa, jota voidaan käyttää uusien palvelurakenteita suunniteltaessa. Ehdotus kätilön uudesta työnkuvasta luotiin palvelumuotoilua hyödyntäen.

## **Raskaana olevan ja synnyttäneen naisen turvallinen hoito edellyttää kätilön erityisosaamista**

Uudessa työnkuvassa kätilön työn painopiste on polikliinisessä toiminnassa. Jo olemassa olevien palveluiden eli naistentautien- ja äitiyspoliklinikan lisäksi uutena palvelumuotona toimisi vieripoliklinikka, joka painottuisi mm. vastasyntyneen jatkoseurantaan sekä kätilöpoliklinikka, jossa hoidettaisiin esimerkiksi synnytyspelkoa, synnytysvalmennusta, seksuaalineuvontaa. Lisäksi kyselyn tuloksista nousi esille huoli pitkistä välimatkoista synnytyssairaalaan ja uudessa

työnkuvassa kätilö voisi tehdä synnytyksen tilannearvioita tai lähteä saattajaksi matkalle synnytysairaalaan. Näiden toimintojen lisäksi sähköiset palvelut ja puhelinneuvonta kuuluisivat kätilön työnkuvaan.

Kätilöiden erityisosaamisen hyödyntäminen yli terveydenhuollon rajojen lisää synnyttäjien sekä vastasyntyneiden turvallisuutta, parantaa raskaudenaikaisen ja lapsivuodeajan terveyttä sekä lisää alueen vetovoimaisuutta nuorten lapsiperheiden näkökulmasta.

### **Lähde**

Gullsten, M. & Satu, S. 2018. Kätilön muuttuva työnkuva sote-uudistuksen yhteydessä Länsi-Pohjan sairaanhoitopiirissä. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu

# Kätilöiden työnkuva suuressa muutoksessa

Tuleva sote-uudistus aiheuttaa ympäri Suomen muutoksia terveydenhuollon palvelurakenteisiin. Vuodeosastohoitoa pyritään vähentämään ja polikliinisia toimintoja lisäämään. Kätilöiden uutta työnkuvaa suunniteltaessa on otettava huomioon laajan koulutuksen tuoma osaaminen, synnytys- ja naistentautien- sekä lisääntymisterveyden alalta sekä kokemuksen tuoman ”hiljaisen tiedon” merkitys. Lapin ammattikorkeakoulun Terveyden edistämisen koulutusohjelman YAMK-opiskelijat Merja Gullsten ja Satu Salo tutkivat opinnäytetyössään, millaiseksi kätilön uusi työnkuva voisi muodostua sote-uudistuksen jälkeen Länsi-Pohjan sairaanhoitopiirissä.

## **Kätilöiden osaamisen hyödyntäminen yli terveydenhuollon rajojen tärkeää**

Merja Gullsten ja Satu Salo selvittivät, millainen kätilön uusi työnkuva voisi olla, jos synnytystoiminta Meri-Lapin alueella siirtyy suurempiin yksiköihin. Opinnäytetyön tuotoksena syntyi ehdotus muuttuvasta kätilön työnkuvasta.

Tutkimuksen aineisto kerättiin sekä asiakkailta että henkilökunnalta. Asiakkaiden kyselylomake oli puolistrukturoitu ja henkilökunnan kvalitatiivinen. Vastausten mukaan kätilöiden erityisosaamisen hyödyntäminen yli terveydenhuollon rajojen lisää sekä synnyttäjien että vastasyntyneiden turvallisuutta, parantaa raskaudenaikaisen ja lapsivuodeajan terveyttä ja lisää alueen vetovoimaisuutta nuorten lapsiperheiden näkökulmasta.

## **Kätilöiden työkenttänä koko naisen elinkaaren palvelut**

Tutkimuksen mukaan tulevaisuudessa kätilöt voisivat työskennellä synnytysvalmennukseen ja -pelkoon liittyvissä palveluissa, raskausdiabetespotilaiden ohjaamisen, synnytysten vaiheen arvioinnissa ja ensihoidon suorittamisissa synnyttäjien siirroissa, puhelinohjauksessa sekä raskausaikana että synnytysten jälkeen varhain kotiutuneiden perheiden osalta ja sähköisten palveluiden tuottamisessa. Lisäksi naistentautien syöpä, -tulehdus ja -leikkauspotilaiden hoito sisällytettiin kätilön muuttuvaan työnkuvaan. Asiantuntijuutta tulisi soveltaa käyttöön sekä perus- että erikoissairaanhoidon yksiköissä. Keskeisenä kätilöiden työalueena tutkimuksessa nähtiin siis seksuaali- ja lisääntymisterveyteen liittyvät palvelut.

Gullstenin ja Salon mukaan asiakkailta kerätyssä aineistossa nousi esiin matkasynnytyksiin ja välimatkoihin liittyvät huolet sekä suuremman synnytysyksikön ohjauksen ja hoidon laatuun liittyvät kysymykset. Kätilöiden vastauksissa huolet liittyivät omien töiden jatkumiseen, työnkuvan muutokseen, Meri-Lapin elinvoimaisuuteen sekä synnyttäjien ja vastasyntyneiden turvallisuuteen. Myös digitalisaation merkitystä terveydenhuollon palveluiden tarjonnassa korostettiin ja sen kehittämistä pidettiin tärkeänä. Jatkossa Meri-Lapin alueella olisi syytä pohtia

lähipalveluiden tarjoamista raskaana oleville ja synnyttäneille naisille sekä heidän perheilleen.

**Lähde**

Gullsten, M. & Satu, S. 2018. Kätilön muuttuva työnkuva sote-uudistuksen yhteydessä Länsi-Pohjan sairaanhoitopiirissä. Opinnäytetyö, Terveystieteiden tutkimus, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu

# **Paljon sosiaali- ja terveyspalveluja käyttävät asiakkaat sekä sitä toteuttavat sairaanhoitajat ovat saaneet Oulun terveysasemilla käytettävästä toimintamallista paljon hyötyjä**

Oulun kaupungin terveysasemilla aloitettiin syyskuussa 2017 toimintamalli, jonka tavoitteena on vahvistaa paljon palveluita tarvitsevan asiakkaan hoidon oikea-aikaisuutta ja jatkuvuutta. Tätä varten terveysasemille on nimetty asiakaskoordinaattoreita. Asiakaskoordinaattoreina toimivat sairaanhoitajat, joiden tehtävänä on kartoittaa asiakkaan tilannetta ja ohjata oikean hoidon tai tuen piiriin. Toimintamallin kautta pyritään vahvistamaan myös moniammatillista yhteistyötä.

Lapin ammattikorkeakoulun Terveiden edistämisen koulutusohjelman YAMK-opiskelijat Laura Heikka ja Katri Lievonen selvittivät opinnäytetyössään Oulun kaupungin avoterveydenhuollon paljon sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja tarvitseville asiakkaille suunnitellun toimintamallin toimivuutta asiakaskoordinaattoreiden ja asiakkaiden näkökulmasta.

## **Toimintamallin myötä työhyvinvointi sekä moniammatillinen yhteistyö on parantunut**

Tutkimuksen tulosten mukaan asiakaskoordinaattorit kokivat, että toimintamallin myötä moniammatillinen yhteistyö on parantunut ja päällekkäinen työ on vähentynyt. Työhyvinvoinnin paranemiseen vaikutti se, että asiakaskoordinaattorit pystyivät jakamaan vastuuta muiden asiakaskoordinaattoreiden kanssa. Lisäksi heille oli tunne, että he pystyvät toimintamallin myötä vaikuttamaan enemmän omaan työhönsä.

## **Asiakkaat toivovat omaa hoitajaa ja lääkäriä**

Asiakkaat kaipaavat lääkärin ja hoitajan yhteisvastaanottoa, jolloin asiakas kuulisi heti myös lääkärin näkemyksen asiakkaan omasta tilanteesta. Lisäksi he toivoivat omalääkäriä, joka olisi enemmän töissä. Myös asiakaskoordinaattorit kokivat

omahoitajuuden tärkeäksi, sillä he kokivat, että hoitajat sitoutuvat omahoitajuuteen, lisäksi koko muukin hoitohenkilökunta hyötyy omahoitajuudesta. Asiakkaan kanssa sovitut yhteydenpidot lisäsivät luottamusta asiakkaan ja hoitajan välillä.

### **Toimintamallin avulla voidaan turvata paljon palveluja tarvitsevien asiakkaiden hoidon jatkuvuus**

Asiakkaiden vastausten perusteella hoidon jatkuvuus koettiin parantuneen. Arviokäynnin myötä asiakkaalle järjestettiin tarvittava jatkohoito ja asiakkaat kokivat luottamuksen lisääntyneen hoidon jatkuvuuteen. Lisäksi hoito koettiin kokonaisvaltaiseksi. Vastauksista ilmeni palveluiden saatavuuden säilymisen tärkeys.

### **Lähde**

Heikka, L. & Lievonen, K. 2018. Paljon sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja tarvitsevat asiakkaat. Oulun terveysasemien toimintamallin kehittäminen. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

Laura Heikka, Terveystenhoitaja (ylempi AMK)

# **Asiakaskoordinaattori toiminnalla parannetaan paljon sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja tarvitsevien asiakkaiden hoidon kokonaisvaltaisuutta ja jatkuvuutta**

Oulun kaupungin terveysasemien toimintamalli auttaa paljon palveluja tarvitsevien asiakkaiden varhaisessa tunnistamisessa.

Oulun kaupungin terveysasemilla aloitettiin syyskuussa 2017 toimintamalli, jonka tarkoituksena on edistää paljon palveluja tarvitsevien asiakkaiden hoidon jatkuvuutta. Toimintamallin myötä pyritään myös vahvistamaan moniammatillista yhteistyötä. Toimintamallin keskiössä on asiakaskoordinaattori, jonka vastaanotolla muun muassa kartoitetaan paljon palveluja tarvitsevien asiakkaiden voimavaroja ja tuen tarvetta. Asiakaskoordinaattori nimeää asiakkaalle terveysasemalla omahoitajan ja tarpeen mukaan järjestää moniammatillisen tiimin.

## **Toimintamallista on hyötyä**

Lapin ammattikorkeakoulun Terveysten edistämisen koulutusohjelman YAMK-opiskelijat Laura Heikka ja Katri Lievonen tutkivat opinnäytetyössään, mitä kokemuksia asiakaskoordinaattoreilla ja asiakkailla on toimintamallista ja miten sitä voitaisiin kehittää. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää toimintamallin toimivuutta niin asiakaskoordinaattoreiden kuin asiakkaiden näkökulmasta ja antaa suosituksia, joiden avulla toimintamallia voidaan kehittää palvelemaan paremmin sekä asiakkaita että hoitohenkilökuntaa.

Tutkimuksen aineisto kerättiin haastattelemalla asiakaskoordinaattoreita ja heidän vastaanotolla käyneitä asiakkaita. Keskeisenä tuloksena tutkimuksessa oli se, että toimintamallia on suositeltavaa jatkaa. Erityisesti omahoitajuudesta on koettu olevan hyötyä niin asiakkaille kuin koko hoitohenkilökunnalle.

### **Toimivalla yhteistyöllä helpotetaan työn kuormittavuutta**

Asiakaskoordinaattorin rooli voi ajoittain olla henkisesti kuormittavaa. Toimintamallin toteuttamiselle on suunniteltava riittävästi aikaa. Lisäksi asiakaskoordinaattorit kokivat hyötyvänsä saamastaan työnohjauksesta ja asiakaskoordinaattorikollegan konsultoinnista, jos se oli mahdollista terveysasemalla.

Tutkimustulosten mukaan toimintamallin myötä moniammatillinen yhteistyö on parantunut ja yhteydenpito eri toimijoiden välillä on lisääntynyt. Yhteystiedot on syytä pitää ajan tasalla eri toimijoiden välillä. Tulevaisuuden kannalta olisi tärkeää sitouttaa eri toimijoita yhteistyöhön muun muassa selkiyttämällä rooleja asiakkaan hoidossa sekä madaltamalla entisestään kynnystä yhteydenpitoon ja konsultointiin.

### **Paljon palveluja tarvitsevan asiakkaan tunnistaminen on tärkeää**

Paljon sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja tarvitsevat asiakkaat ovat valtakunnallisesti haastava ja kallis kohderyhmä. Oulun kaupungin terveysasemien toimintamallia hyödyntämällä voidaan vaikuttaa asiakkaiden kokonaisvaltaiseen ja kustannustehokkaampaan hoitoon, jolloin saadaan hillittyä terveydenhuollon kustannuksia. Näiden asiakkaiden tunnistaminen on tärkeää, jotta heidät osataan ohjata oikea-aikaisesti oikeaan hoitoon tai palveluun.

### **Lähde**

Heikka, L. & Lievonen, K. 2018. Paljon sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja tarvitsevat asiakkaat. Oulun terveysasemien toimintamallin kehittäminen. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.



# Etävastaanotolla voidaan vähentää alueellista eriarvoisuutta

Hyvin suunniteltu etävastaanotto tarjoaa monenlaisia mahdollisuuksia viedä terveydenhuollon palveluita harvaan asutun Lapin maakunnan alueelle. Etävastaanotto vähentää syrjäseuduilla asuvien pitkiä ja aikaa vieviä terveyskeskuskäyntejä ja vähentää osaltaan alueellista eriarvoisuutta.

## **Toimiva etävastaanotto kotihoidon asiakkaille edellyttää onnistuneen hoitopolun**

Lapin Ammattikorkeakoulun Terveyden edistämisen YAMK koulutusohjelmassa opiskelleet Ira Pääkkölä ja Anne Kumpula ovat tutkineet opinnäytetyössään, millainen on toimiva etävastaanoton hoitopolku ja minkälainen on toimiva etävastaanotto sekä mitä asioita tulee ottaa huomioon ja mitä toimenpiteitä tulee tehdä toimivan etävastaanoton kehittämiseksi. Opinnäytetyön tuloksena syntyi myös hoitopolku Kolarin kunnan kotihoidon asiakkaiden etävastaanotolle.

Tutkimuksen aineisto etävastaanoton kokemuksista kerättiin kotihoidon henkilökunnalta *Learning Cafe- menetelmällä*, kotisairaanhoitajalta ja palvelukodin sairaanhoitajalta sekä johtavalta lääkäriltä kyselylomakkeella. Vastausten mukaan riittävästä resurssista on huolehdittava toimivan etävastaanoton onnistumiseksi. Lisäksi on otettava huomioon kotihoidon henkilökunnan teknologia osaaminen ja tarvittaessa siihen kouluttaminen.

## **Tutkimuksen mukaan hyvä suunnittelu takaa toimivan etävastaanoton**

Etävastaanoton nähtiin tutkimuksen mukaan sopivan useimmille kotihoidon asiakkaille. Kotihoidon asiakkaille tulee tehdä suunnitellusti tarvittavat tutkimukset ja terveydentilan seuranta ennen lääkärin etävastaanottoa. Lisäksi ikääntyneiden asiakkaiden ohjaaminen tarvittavan laitteiston käytössä ja laitteiston toimivuuden tarkistaminen ennen etävastaanottoa nähtiin tärkeäksi.

Kotihoidossa olevilla asiakkailla esiintyy usein perinteiselle vastaanotolle menoa vaikeuttavia tekijöitä esim. korkea ikä ja liikkumisen rajoitteet. Lisäksi pitkät etäisyydet vaativat kuljetuksen lisäksi usein myös saattajan. Nämä voivat hankaloittaa vastaanotolle pääsyä ja hyvin suunniteltu etävastaanoton järjestäminen tuo asiakasystävällisen vaihtoehdon perinteiselle vastaanotolle.

## **Etävastaanotolla voidaan vähentää alueellista eriarvoisuutta ja turvata syrjäseutujen lääkäripalvelut**

Kolarin kunnassa kokeiltiin syksyn 2017 ja kevään 2018 aikana *Toimiva Kotihoito Lappiin-* hankkeen yhteydessä etävastaanottoa Kolarin kunnan kotihoidon asiakkaille.

Hankkeen tavoitteena on kehittää ikäihmisille tarjottavien palveluiden saatavuutta ja tällä kokeilulla pyrittiin osaltaan palveluiden alueelliseen kehittämiseen.

Etävastaanotto voi opinnäytetyön mukaan tulevaisuudessa tarjota monia mahdollisuuksia myös eri terveydenhuollon ammattilaisille. Etävastaanotto voi tukea mm. kotipalvelun ja kotisairaanhoidajan yhteistyötä. Lisäksi mobiililaitteen avulla voitaisiin tukea aluksi terveyskeskuksen vuodeosastolta kotiutuvan yhteyttä hoitoyksikköön. Fysioterapeutin ja ravitsemusterapeutin tarjoamia terveyden edistämisen palveluja voitaisiin myös hyödyntää etävastaanoton kautta.

### **Lähde**

Kumpula, A. & Pääkkölä, I. 2018. Etävastaanoton kehittäminen Kolarin kunnan kotihoitoon. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# **Hoitopolku varmistaa onnistumisen: hyvin suunniteltu etävastaanotto säästää aikaa ja terveystakeskuskäyntejä ja vähentää alueellista eriarvoisuutta.**

Hyvä suunnittelu on kotihoidon asiakkaiden etävastaanoton toimivuuden ta.

Lapin ammattikorkeakoulun Terveyden edistämisen koulutusohjelma YAMK - opiskelijat Anne Kumpula ja Ira Pääkkölä tutkivat opinnäytetyössään, millaisia asioita tulee ottaa huomioon ja mitä toimenpiteitä tulee tehdä ennen etävastaanottoa. Kumpula ja Pääkkölä loivat opinnäytetyössään hoitopolun Kolarin kunnan kotihoidon asiakkaiden etävastaanotolle.

Tutkimuksen perusteella etävastaanotto sopii useimmille asiakkaille, kunhan asiakas valmistellaan vastaanottotilanteeseen, ja tarvittavat tutkimukset sekä terveydentila seurannat huolehditaan ennalta lääkärille. Lisäksi tärkeänä nähtiin laitteiston käytön ohjaaminen ja toimivuuden tarkastaminen ennen etävastaanottoa.

Opinnäytetyössä nähtiin etävastaanoton tulevaisuudelle monia mahdollisuuksia: vastaanotto voisi tukea kotipalvelun ja kotisairaanhoidajan yhteistyötä, ja mobiililaitteella voitaisiin tukea terveystakeskukseen vuodeosastolta kotiutuvaa ja pitää yllä kontaktia hoitoyksikköön. Esimerkiksi ravitsemusterapeutin ja fysioterapeutin tarjoamia terveyden edistämisen palveluja voitaisiin hyödyntää paremmin etävastaanoton kautta.

Kolarin kunnassa kokeiltiin lääkärin etävastaanottoa kotihoidon asiakkaille syksyllä 2017 ja keväällä 2018. Kunta oli mukana Toimiva kotihoito Lappiin -hankkeessa, jossa kehitettiin kotihoidon ikäihmisille tarjottavien palveluiden saatavuutta.

Kotihoidon asiakkaan vastaanotolle menoon liittyy monia vaikeuttavia asioita, kuten korkea ikä, vammat tai pitkät etäisyydet, mikä vaatii sekä kuljetuksen että saattajan. Asiakkaan omainen voi asua pitkienkin matkojen päässä eikä pääse käyttämään asiakasta vastaanotolla. Näissä tilanteissa etävastaanotto voi olla sekä asiakasta että työntekijää helpottava tekijä.

Etävastaanotto vähentää osaltaan alueellista eriarvoisuutta ja turvaa lääkäripalveluiden saatavuuden syrjäseuduilla.

Etävastaanoton toteutumiseksi on otettava huomioon kotihoidon henkilökunnan teknologinen osaaminen ja tarvittaessa tähän kouluttaminen. Lisäksi riittävästä resursseista on huolehdittava toimivan etävastaanoton onnistumiseksi.

Hoitajien kokemuksia etävastaanottotilanteista kerättiin opinnäytetyötä varten Learning Cafe -menetelmällä sekä haastattelemalla johtavaa lääkäriä, kotisairaanhoitajaa sekä Palvelukoti Tannan sairaanhoitajaa.

### **Lähde**

Kumpula, A. & Pääkkölä, I. 2018. Etävastaanoton kehittäminen Kolarin kunnan kotihoitoon. Opinnäytetyö, Terveystieteiden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# Tornion terveystieteiden keskuksessa sydän- ja verisuonitauti potilaat hoidetaan jatkossa sairaanhoidajan vastaanotolla

Perusterveydenhuollossa hoidon saatavuus on ollut huonoa jo pitkään, hoitotakuu ei toteudu ja lääkäreiden vastaanottojonot ovat kasvaneet pitkiksi. Tornion terveystieteiden keskuksessa asiaan haluttiin vaikuttaa muuttamalla terveystieteiden keskuksen käytäntöjä hyödyntämällä sairaanhoidajan ammattitaitoa pitkäaikaissairauksien hoidossa. Pitkäaikaissairauksien hoidon kehittäminen sairaanhoidajan vastaanotolla Tornion terveystieteiden keskuksessa on YAMK opinnäytetyö. Sen tarkoituksena on kehittää pitkäaikaissairauksien hoitoa Tornion terveystieteiden keskuksessa.

Hyvässä hoitotasapainossa olevat sydän- ja verisuonitauti potilaat kutsutaan jatkossa määräämiskontroleihin sairaanhoidajan vastaanotolle. Kohdentamalla resurssit tehokkaammin pyritään parantamaan sydän- ja verisuonitautia sairastavan potilaan oikea-aikaista hoitoon pääsyä sekä hoidon saatavuutta. Sairaanhoidajien ammattitaitoa ja kliinistä osaamista hyödyntäen pyritään sitouttamaan potilas hoitoonsa ja motivoitumaan omahoitoonsa. Pitkäaikaissairauksien hoidossa nämä asiat ovat ensiarvoisen tärkeitä.

Hoidon kehittämiseksi laadittiin ohjeistukset määräämiskäytön toteuttamiseksi sairaanhoidajan vastaanotolla. Pitkäaikaissairauksien osalta keskityttiin sydän- ja verisuonisairauksien seurantaan ja hoitoon. Opinnäytetyössä laadittiin potilaslähtöinen pitkäaikaissairaahan potilaan hoitopolku, joka ohjaa potilaan hoitoa, riippuen potilaan hoitotasapainosta. Sairauskohtaiset laboratorio paketit laadittiin verenpaine- ja sepelvaltimotautipotilaille sekä sydämen vajaatoimintaa sairastaville potilaille. Sairaanhoidajan vastaanotolle laadittiin työn tueksi vastaanoton runko, työkalu, joka helpottaa ja ohjaa sairaanhoidajan työtä. Potilaan omahoidon tueksi kehitettiin verenpaineen, pulssin, painon ja turvotusten seurantaan lomake, johon potilas kirjaa tekemänsä omaseurannat ennen vastaanotolle tuloaan. Potilaalle laadittiin myös omahoito lomake täytettäväksi ennen vastaanotolle tuloa, johon potilas kirjaa huolellisesti käyttämänsä lääkityksen, oman arvionsa terveydentilastaan ja arjessa selviytymisestäään.

Kotimaiseen ja ulkomaiseen näyttöön perustuvan tutkimustiedon mukaan potilaiden kokemukset hoitajavetoisista vastaanotoista ovat positiivisia. Sairaanhoidajan vastaanotot on koettu turvallisiksi ja laadukkaiksi. Tutkimusten mukaan kokenut sairaanhoidaja pystyy hoitamaan suuren osan perusterveydenhuollon vastaanoton

potilaista. Espoossa Matinkylän terveysasemalla on kehitetty potilaslähtöinen hoitomalli pitkäaikaissairaille potilaille. Matinkylän terveysasema on toiminut edelläkävijänä hoitajavetoisten sairaanhoitajan vastaanottojen kehittämisessä Suomessa. Terveysaseman toimintaan tutustuttiin benchmarking -vierailulla. Tutkitun tiedon ja benchmarking-vierailun pohjalta laadittiin ohjeistukset pitkäaikaissairauksien hoitoon Tornion terveyskeskukseen. Toiminnan käynnistymisen myötä voidaan sydän- ja verisuonitautipotilaiden määräaikaikontrolleja siirtää lääkäreiden vastaanotoilta sairaanhoitajan vastaanotolle.

### **Lähde**

Fisk, A. & Jaako, L. 2018. Pitkäaikaissairauksien hoidon kehittäminen sairaanhoitajan vastaanotolla Tornion terveyskeskuksessa. Opinnäytetyö, Terveiden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# Parempaa hoitoa pitkäaikaissairaille sairaanhoidajan vastaanotolla Tornion terveyskeskuksessa

Hoitajavetoisessa pitkäaikaissairauksien hoidossa ja seurannassa on kokonaisvaltainen ja potilaslähtöinen työote. Potilaan omahoidolla on merkittävä osuus pitkäaikaissairauksien hoidossa, ammattitaitoinen hoitaja tukee potilasta omahoidon onnistumisessa.

Lapin ammattikorkeakoulussa valmistuneessa sairaanhoitajien (YAMK) opinnäytetyössä kehitettiin pitkäaikaissairaiden hoitoa sairaanhoitajan vastaanotolla Tornion terveyskeskuksessa. Opinnäytetyön tarkoitus oli luoda ohjeistus sydän- ja verisuonisairauspotilaiden määräaikaistarkastukseen sairaanhoitajan vastaanotolle ja siirtää hyvässä hoitotasapainossa olevien potilaiden tarkastuksia lääkäreiltä hoitajille. Näillä keinoilla tavoitellaan potilaiden oikea-aikaista hoitoon pääsyä ja osaltaan helpotetaan perusterveydenhuollon palveluiden saatavuutta.

Opinnäytetyössä luotiin hoitopolku, jossa ilmenee kuviona potilaan hoitoprosessi vaiheittain, puhelinyhteydenotosta jatkosuunnitelmaan saakka. Hoitopolulla on tarkoitus helpottaa hoitohenkilökunnan lisäksi lääkäreitä hahmottamaan pitkäaikaissairaahan potilaan hoidon prosessia. Mallinnettu polku pyrkii turvaamaan samanlaisen palvelun saatavuuden vastaanottavasta työntekijästä riippumatta. Hoitopolun lisäksi keskeinen tuotos oli ohjeistus määräaikaistarkastusten toteuttamiseksi hoitajan vastaanotolla. Ohjeistus toimii vastaanoton runkona, joka sekin takaa laadukkaan ja strukturoidun tavan toimia. Lisäksi opinnäytetyössä suunniteltiin Tornion terveyskeskuksen omat esitietolomakkeet pitkäaikaissairaalle potilaalle. Lomakkeet lähetetään potilaalle ennen vastaanottoa täytettäväksi. Esitietolomakkeille potilas kirjaa sairautensa, lääkityksensä, vointinsa ja omahoitoonsa liittyvät ongelmat. Tärkeä osa potilaan esityötä on myös kotona suoritettavat mittaukset, kuten verenpaineen ja painon seuranta.

Kotimaisen ja kansainvälisen tutkimustiedon mukaan hoitajavetoinen työskentelymalli perusterveydenhuollossa ja etenkin pitkäaikaissairaiden osalta on suositeltava. Hoitajien ammattitaidossa korostuu kokonaisvaltainen ja potilaslähtöinen työote. Hoitaja toimii kontaktina ja hoidon koordinoijana. Toimivalla ja jatkuvalla hoitosuhteella voidaan parhaimmillaan vähentää lääkärikäyntien määrää, tutulla hoitajalla riittää todennäköisesti lääkäriä enemmän aikaa ja ammattitaitoa

potilaan omahoidon ohjaamiseen ja tukemiseen. Lääkäri vastaa edelleen lääketieteellisestä osasta potilaan hoidossa.

Suomessa Espoon Matinkylän terveysasema on ollut ensimmäisiä hoitajavetoisen pitkäaikaissairaanhoidon mallin käyttönottajia. Opinnäyteyön puitteissa tehtiin benchmarking- eli vertailukehittämisen vierailukäynti Espoon Matinkylän terveysasemalle. Käynnillä tutustuttiin toimivaan ja hyväksi havaitun mallin käytäntöihin ja kuultiin asemalla työskentelevien ammattilaisten näkemyksiä toiminnasta. Espoon toimintamallista poimittiin parhaat käytänteet Tornion terveyskeskuksen toimintamallin kehittämiseen. Espoon tapaan myös Torniossa toivotaan jatkossa hoitajavetoisesta toimintamallista olevan helpotusta pitkiin odotusaikoihin.

### **Lähde**

Fisk, A. & Jaako, L. 2018. Pitkäaikaissairauksien hoidon kehittäminen sairaanhoitajan vastaanotolla Tornion terveyskeskuksessa. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.



# **Työyhteisön ja työhyvinvoinnin kehittäminen**



Ville Kaakinen, Sairaanhoidaja (ylempi AMK)

# OYS yhteispäivystyksen ja tarkkailuosaston hoitotyöntekijöiden työhyvinvointia voisi edistää parempi työvuorosuunnittelu

Vuorotyössä työvuorosuunnittelu vaikuttaa työntekijöiden työhyvinvointiin merkittävästi. Hyvinvoiva työntekijä on tehokas ja omaa voimavaroja tehdä työtä sen vaatimalla tavalla. Riittävä ja laadukas uni ovat perusta työstä palautumiselle.

Ville Kaakinen ja Jarmo Lohela tekivät keväällä 2018 kyselytutkimuksen Oulun yliopistollisen sairaalaan yhteiskäytönyksikön hoitotyöntekijöille. Tutkimukseen vastasi 151 vastaajasta 99. Kyselytutkimus liittyi Lapin ammattikorkeakoulun terveyden edistämisen ylemmän ammattikorkeakoulun tutkintoon kuuluvaan opinnäytetyöhön. Toimeksiantajana opinnäytetyölle on ollut Pohjois- Pohjanmaan sairaanhoitopiirin työhyvinvoinninpalvelut.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, kuinka hoitotyöntekijät kokevat vuorotyön vaikuttavan heidän unen laatuun ja työstä palautumiseen. Kyselytutkimuksen vastausten mukaan yhteiskäytönyksikössä (yhteispäivystys ja tarkkailuosasto) yö- ja iltavuoron jälkeen nukutaan yleisesti huonosti ja työstä palautuminen ei ole riittävää.

## **Vuorotyö kuormittaa**

Hoitotyöntekijät kokevat yleisesti vuorotyön kuormittavan heitä monin eri tavoin. Eräs merkittävä kuormitustekijä ovat työvuorot. Yhteiskäytönyksikössä tehdyn kyselyn mukaan hoitotyöntekijät kokivat erityisesti iltavuoron ja seuraavan päivän aamuvuoron välisen yön ongelmalliseksi nukkumisen kannalta. Tämän johdosta he ovat usein väsyneenä illan jälkeisessä aamuvuorossa, eikä työstä palautumista ehdi tapahtua riittävästi. Työvuorosuunnittelussa olisikin hyvä huomioida, ettei iltavuorojen jälkeen tulisi aamuvuoroa. Iltavuoron jälkeen on vastausten mukaan yleisesti vaikeuksia nukahtamisessa. Yövuoron jälkeen hoitotyöntekijät kokivat usein vaikeuksia nukkua ja uni ei tällöin virkistänyt. Sukupuolten välillä asioita koettiin eri tavoin. Miehet palautuivat vastausten perusteella työstä paremmin kuin naiset.

## **Työvuorosuunnittelussa ergonomiasta etua**

Kyselyyn vastaajat suunnittelivat työvuoronsa ergonomisesti harvemmin kuin ei ergonomisesti, vaikka siitä olisi etua. Ergonomisen työvuorosuunnittelun etuna tutkimuksessa ilmeni, että hoitotyöntekijät toteuttaessaan ergonomista

työvuorosunnittelua palautuivat työstä yleisesti paremmin. Opinnäytetyön tekijöiden mielestä työelämän kehittämisen näkökulmasta olisikin tärkeää panostaa työvuorosunnitteluun. Tutkimuksen perusteella suuri osa työntekijöistä hyötyisi ergonomisesta työvuorosunnittelusta. Työyksiköissä tulisikin kerrata ergonominen työvuorosunnittelu ja ohjata työntekijöitä suunnittelemaan työvuoronsa mahdollisuuksien mukaan siten. Tällä tavoin edistettäisiin työhyvinvointia ja työntekijöiden työssä jaksamista.

Kyselytutkimukseen laadittu mittari tulee laajemmin käyttöön Pohjois- Pohjanmaan sairaanhoitopiirin henkilökunnan työhyvinvoinnin edistämisessä työhyvinvointipalvelujen toimesta. Opinnäytetyöstä saatua tietoa voidaan käyttää hyväksi työyksiköiden ja työntekijöiden työhyvinvoinnin suunnittelussa ja erityisesti hoitotyöntekijöiden työvuorosunnittelun tukena.

### **Lähde**

Kaakinen, V. & Lohela, J. 2018. Hoitotyöntekijöiden kokemuksia vuorotyön vaikutuksesta unen laatuun ja työstä palautumiseen. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# Vuorotyön vaikutuksesta unen laatuun ja työstä palautumiseen

Vuorotyötä tekevien hoitotyöntekijöiden uni-valverytmi poikkeaa säännöllistä päivätöitä tekevien rytmistä. Vuorotyötä tekevillä työstä palautuminen on haastavaa ja unen laatu on katkonaista.

Ihminen tarvitsee unta 7,5-8 tuntiin vuorokaudessa. Vuorotyöntekijälle haasteen riittävään uneen aiheuttaa yövuoron jälkeinen nukkuminen, sekä työvuoro jolloin iltavuorosta tullaan seuraavan päivän aamuvuoroon. Varsinkin terveydenhoitoalalla on perinteisesti iltavuoro loppunut klo 21.30 ja aamuvuoro alkaa klo 07.00, tällöin voi uni jäädä jopa viiden-kuuden tunnin mittaiseksi. Tämä aiheuttaa väsymystä aamuvuorossa eikä palautumista tapahdu riittävästi. Työhyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että työvuorot suunnitellaan ergonomista työvuorosuunnittelua hyväksi käyttäen.

Lapin ammattikorkeakoulussa tehdyssä ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä etsittiin vastauksia hoitotyön vuorotyöntekijöiltä kuinka kokevat vuorotyön vaikuttavan unen laatuun ja työstä palautumiseen. Selvitettiin myös kuinka erilaiset taustamuuttujat ovat yhteydessä unen laatuun ja työstä palautumiseen.

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin yhteiskäytön yksikön hoitotyöntekijät, jotka tekevät vuorotyötä. Tutkimuksessa pilotoitiin kyselymittari Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin työhyvinvointipalvelujen käyttöön. Kyselymittari toimii osana työntekijöiden terveyden edistämisen suunnitelmaa.

Vuorotyötä tekevät hoitotyöntekijät kokivat iltavuoron jälkeisen yön ongelmalliseksi nukkumisen kannalta. Hoitotyöntekijät kokivat olevan univaikeuksia, joka esiintyi heräämisinä kesken unen, nukahtamisvaikeuksina heräämisen jälkeen ja uni ei tuntunut virkistävältä nukkumisen jälkeen. Tämä heijastuu väsymyksenä työvuorossa ja siten voi vaikuttaa potilasturvallisuuteen.

Hoitotyöntekijät kokivat, että työ ja vapaa-aika ei ole tasapainossa keskenään eikä koeta palautuvan vapaa-ajalle ennen seuraavaa työvuoroa. Sen vuoksi vuorotyötä tekevien työvuorosuunnitteluun tulisi kiinnittää huomiota. Suosia ergonomista työvuorosuunnittelua ja kouluttaa sekä ohjata työntekijöitä suunnittelemaan työvuoronsa ergonomisesti.

Hoitotyöntekijöiden palautuminen on hidasta, johon osaltaan vaikuttaa epäsäännöllinen työ, mutta myös perhe-elämän ja työn haasteet. Työnkuormittavuudella voidaan auttaa vuorotyötä tekevien palautumista työstä. Nuorilla työntekijöillä palautuminen oli hidasta vapaa-ajalla, mutta varhaiskeski-ikäiset palautuivat kaikista ikäryhmistä huonoiten. Tähän vaikutti varmaan osaltaan perhe-elämän ja työn yhteensovittaminen.

Ergonomista työvuorolistaa suunnittelevat hoitotyöntekijät palautuivat paremmin työstä kuin jotka eivät suunnitelleet ergonomisesti työvuorolistoja. Ergonomisesti suunnittelevat olivat myös tyytyväisempiä työvuorojärjestelyihin sekä työn ja perhe-elämän yhteensovittamiseen. Harrastuksille ja ystäville kokivat olevan enemmän aikaa ja voimavaroja.

### **Lähde**

Kaakinen, V. & Lohela, J. 2018. Hoitotyöntekijöiden kokemuksia vuorotyön vaikutuksesta unen laatuun ja työstä palautumiseen. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# **Uhka- ja väkivaltatilanteiden käsittely työyhteisössä**

Työväkivalta koskettaa yhä useampaa suomalaista vuosittain ja se vaikuttaa negatiivisesti niin työntekijään kuin työnantajaankin. Työväkivallan ennaltaehkäisyyn lisäksi huomiota tulisi kiinnittää myös väkivaltatilanteiden jälkipuintiin, koska sen kehittämistä hyötyvät niin työntekijät kuin työnantajatkin. Tämän vuoksi Oulun yliopistollisen sairaalan eräällä vuodeosastolla selvitettiin, minkälaista uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinnin tulisi olla hoitohenkilökunnan ja heidän lähiesimiestensä mielestä ja tuotettiin kirjallinen ohje uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuintiin. Tutkimuksen tavoitteena on, että saatua tietoa ja tuotettua ohjetta hyödynnetään uhka- ja väkivaltatilanteiden käsittelyn kehittämisessä ja järjestämisessä.

Lapin ammattikorkeakoulun Terveiden edistämisen koulutusohjelman YAMK-opiskelija Katja Valtanen selvitti opinnäytetyössään, minkälaisia toiveita hoitohenkilökunnalla ja heidän esimiehillään on uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinnin suhteen ja miten jälkipuintia voitaisiin kehittää.

## **Uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinti on tärkeää**

Opinnäytetyössään Katja Valtanen selvitti, minkälaisia uhka- ja väkivaltatilanteita hoitohenkilökunta kohtaa työssään, minkälaisia toiveita henkilökunnalla on jälkipuinnin suhteen ja miten jälkipuintia voitaisiin kehittää. Opinnäytetyön tuloksena syntyi ohje uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuintiin.

Tutkimuksen aineisto kerättiin kahden sähköisen kyselyn kautta Oulun yliopistollisen sairaalan erään vuodeosaston hoitohenkilökunnalta ja lähiesimiehiltä. Hoitohenkilökunnalle osoitettu kysely lähetettiin 46 vastaajalle ja vastausprosentti oli 61%. Esimiehille osoitettu kysely lähetettiin saman osaston osastonhoitajalle ja kahdelle apulaisosastonhoitajalle. Tähän kyselyyn vastauksia tuli kaksi. Vastausten mukaan uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuintia pidetään työyhteisössä tärkeänä. Aineiston perusteella sattuneista uhka- ja väkivaltatilanteista on helpompi puhua tuttujen työkavereiden kanssa ja vain vakavimmissa tilanteissa paikalle toivottiin myös ulkopuolista apua. Esimiehen tuki ja paikallaolo jälkipuinnissa koettiin erityisen tärkeäksi. Aineistosta nousi myös selkeitä kehittämisohjeita, jotka liittyivät henkilökunnan koulutukseen, defusing-toiminnan aloittamiseen sekä HAIPRO-ilmoituksen kehittämiseen.

## **Henkilökunnalla ja esimiehillä samanlaiset toiveet jälkipuinnin suhteen**

Hoitohenkilökunnalle osoitetusta kyselystä selvisi, että uhka- ja väkivaltatilanteet ovat työyksikössä yleisiä. Lähes jokainen vastaaja kertoi kohdanneensa uhka- ja väkivaltatilanteita nykyisessä työssään. Molemmista kyselyistä nousi selvästi esille, että hoitoalalla uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinti tulisi tapahtua nopeasti,

vaivattomasti ja mahdollisimman pian tilanteen jälkeen. Tutkimuksessa selvisi myös, että suurimmalla osalla hoitohenkilökunnasta ei ollut tietoa siitä, minkälaista apua Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri tarjoaa henkilökunnalleen uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkeen eikä siitä, miten tilanteita tulisi käsitellä työyhteisössä. Toiveita uhka- ja väkivaltatilanteiden nopeasta ja vaivattomasta jälkipuinnista tukee defusing-toiminnan aloittaminen. Uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinnin järjestäminen on esimiesten vastuulla ja heidän työtään helpottaisi, jos uhka- ja väkivaltatilanteiden ilmoituslomakkeessa (HAIPRO-lomake) kysyttäisiin tarvetta jälkipuintiin. Tällä hetkellä siinä kysytään vain, onko tilannetta käsitelty työyhteisössä. Koska kaikilla vastaajilla ei ollut tiedossa, miten uhka- ja väkivaltatilanne tulisi käsitellä työyhteisössä, opinnäytetyön tuotoksena syntyi ohje uhka- ja väkivaltatilanteiden nopeaan ja vaivattomaan käsittelyyn. Kehittämisehdotuksena opinnäytetyössä suositellaan myös henkilökunnalle suunnattua koulutusta uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinnista.

### **Ennaltaehkäisy ja jälkipuinti samalle tasolle**

Terveysthuollossa on viime vuosina keskitytty pääsääntöisesti uhka- ja väkivaltatilanteiden ennaltaehkäisyyn, mikä on tietysti tärkeää. Ennaltaehkäisyn rinnalle tulisi kuitenkin nostaa myös uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuinti, koska jälkipuintia kehittämällä pystytään vähentämään työntekijöiden työstressiä. Työssä koettu uhka- ja väkivalta on suurin yksittäinen työstressin aiheuttaja terveydenhuollossa. Terveysthuollon suurin ongelma viime vuosina on ollut osaavan henkilökunnan puute ja osaltaan tähän ovat vaikuttaneet henkilöstön siirtyminen vähemmän väkivaltaisille aloille sekä ennenaikainen eläkkeelle siirtyminen työstressin vuoksi.

Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää terveydenhuollossa kehitettäessä ja järjestettäessä uhka- ja väkivaltatilanteiden jälkipuintia.

### **Lähde**

Valtanen K. 2018. Uhka- ja väkivaltatilanteiden käsittely työyhteisössä hoitoalalla. Opinnäytetyö, Terveysthuollon edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.



**Tiina Paakki, Terveystenhoitaja (ylempi AMK)**

# **Lisää työhyvinvointia ja apua työssä jaksamiseen työaika-autonomian avulla**

Kirurgisen vuodeosaston henkilökunta pitää työaika-autonomiia saavutettuna etuutena, jota ei haluta antaa pois, vaikka sen toteuttaminen välillä kangertelisikin. Autonominen työvuorosuunnittelu koettiin tärkeänä työhyvinvoinnin ja työssä jaksamisen edistäjänä, jonka avulla työntekijä koki etenkin työn ja vapaa-ajan yhteensovittamisen helpommaksi.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla hoitotyöntekijöiden kokemuksia työaika-autonomian toimivuudesta ja merkityksestä koettuun työhyvinvointiin ja työssä jaksamiseen. Tutkimuksen mukaan tärkeimmät työhyvinvointiin ja työssä jaksamiseen vaikuttavat asiat olivat työyhteisö, työajan suunnittelu ja työn sisältö. Muita työhyvinvointiin ja työssä jaksamiseen vaikuttavia asioita olivat työn ulkopuolinen elämä ja johtaminen. Autonominen työvuorosuunnittelu oli lisännyt työhyvinvointia ja työssä jaksamista, mutta vaatii onnistuakseen riittävää kommunikointia työntekijöiden kesken. Mikäli kommunikointia ei ole riittävästi tai se puuttuu kokonaan, ovat itse suunnitellut vuorot vaarassa jäädä toteutumatta. Kun itse suunnitellut työvuorot eivät toteutuneet, koettiin sen heikentävän työhyvinvointia ja työssä jaksamista. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää työaika-autonomian käyttöönottoa suunnittelevissa vuorotyötä tekevissä terveys- ja hyvinvointialan yksiköissä.

Tutkimuksen perusteella työyhteisöllä ja työajan suunnittelulla koettiin olevan yhtä suuri merkitys koettuun työhyvinvointiin ja työssä jaksamiseen. Työyhteisössä vallitseva keskinäinen luottamus, hyvä yhteishenki sekä tuen saaminen työkavereilta vahvistivat työpaikan hyvää ilmapiiriä. Työajan suunnittelussa suurin merkitys koettiin olevan työaika-autonomialla, joka helpotti työn ja vapaa-ajan yhteensovittamista ja mahdollisti vuorojen suunnittelun siten, että ne tukivat työstä palautumista. Sen sijaan kommunikoinnin puute ja piittaamattomuus säännöistä vaikuttivat heikentävästi koettuun työhyvinvointiin ja työssä jaksamiseen. Esimerkiksi yksilöllisten ominaisuuksien huomioiminen vuorosuunnittelussa ei onnistu ilman kommunikointia. Riittämätön kommunikointi mahdollistaa myös tilanteet, joissa vuoroihin on suunniteltu joko yli- tai alimiehitystä. Kun vuorosuunnittelun perusteena on organisaation tarve, käy niin, ettei itse suunnitellut vuorot toteudukaan.

Työyhteisöä ja yksilöä tukeva esimies sekä hyvät johtamiskäytännöt vaikuttivat myös myönteisesti koettuun työhyvinvointiin ja työssä jaksamiseen. Tasavertaisuuden liiallinen vaaliminen voi johtaa ristiriitoihin ja aiheuttaa kateutta, mutta

oikeudenmukaisella johtamisella kadehtimista voidaan hillitä. Lisäksi työntekijöiden on osattava ottaa itsekkin vastuuta työvuorosunnittelun onnistumisesta. Etenkin muutostilanteet luovat epävarmuutta ja voivat sitä kautta luoda myös ristiriitoja. Selkeät, jokaista työntekijää koskevat samat säännöt ja esimiehen tuki vaikeissa tilanteissa on tarpeen. Työaika-autonomia vaatii johtamista toteutuakseen.

### **Lähde**

Paakki, T. 2019. työaika-autonomia työhyvinvoinnin tukena. Työaika-autonomian kehittäminen kirurgisella vuodeosastolla. Opinnäytetyö, Terveystieteiden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# **Koulutuksen, esimiestyön ja johtamisen kehittäminen**



# Uuden ohjausmallin opas REDU:n lähihoitajaopiskelijoiden työelämässä oppimiseen

Ammatillinen koulutus uudistui vuoden 2018 alusta. Keskeisintä uudistuksessa oli yksi yhteinen osaamisperusteinen ja asiakaslähtöinen laki aikuisille ja nuorille, työpaikoilla tapahtuvan oppimisen lisääntyminen sekä opintojen joustavuus ja yksilöllistyminen. Tavoitteena on, että toisen asteen koulutus tulee vastaamaan paremmin tulevaisuuden osaamistarpeita. Opiskelijat tulevat saamaan itsenäisemmän ja vastuullisemman roolin oman oppimisensa suhteen ja erilaisia oppimisympäristöjä ja ohjausmalleja tullaan varmasti kehittämään. Useammassa koulutuskuntayhtymässä on jo aiemmin päädytty soveltamaan hollantilaista alkuperää olevaa *Vastuuta ottamalla opit (VOO)* -ohjausmallia ja nyt myös Lapin koulutus-keskus REDU:n palvelu- ja hyvinvointialalla, sosiaali- ja terveystieteiden perustutkinnossa on tavoitteena ottaa *Vastuuta ottamalla opit* -malli käyttöön tulevan vuoden aikana.

## **Vastuuta ottamalla opit -malli**

Vastuuta ottamalla opit on Hollannissa terveydenhuoltoalan opiskelijoiden työssäoppimiseen kehitetty oppimisen malli. Tärkeää mallissa on toiminnallinen oppiminen ja aktiivinen tiedon rakentamisen prosessi, jolloin opiskelijoiden ammatilliset taidot, työelämätaidot, itseohjautuvuus, ongelmanratkaisutaidot ja kyky itsenäiseen työskentelyyn kasvavat. Alkuperäisestä mallista on Suomessa eri hankkeiden myötä jalostuneet muun muassa *oppimisosasto* ja *opiskelijamoduuli* -mallit.

Perinteisestä työssäoppimisesta VOO -malli eroaa siten, että opiskelijat saavat työpaikalla järjestettävään koulutukseen isompana ryhmänä. Perehdytyksen jälkeen työpaikkaohjaaja jättäytyy harjoittelun edetessä enenevässä määrin pois työtehtävistä niin, että lopulta opiskelijat kykenevät itsenäiseen työskentelyyn kussakin vuorossa ohjaajan puuttuessa heidän toimintaansa vain tarvittaessa. Tällä tavalla toimien opiskelijoiden vastuulle voidaan antaa esimerkiksi tietty moduuli, muutama huone tai asiakas työpaikan luonteesta ja rakenteesta riippuen. Opiskelijat ottavat siis oikeasti vastuun hoidon suunnittelusta, toteutuksesta ja arvioinnista, mutta he työskentelevät kuitenkin aina ohjaajien vastuulla ja viime kädessä *potilasturvallisuudesta vastaavat aina yksikön hoitajat*.

## **Ohjausmallin opas lähihoitajaopiskelijoille ja heidän ohjaajilleen**

Lapin koulutuskeskus REDU:n palvelu- ja hyvinvointialalla, sosiaali- ja terveystalouden perustutkinnossa on tavoitteena ottaa *Vastuuta ottamalla opit* –malli käyttöön tulevan vuoden aikana. Tähän liittyen Lapin ammattikorkeakoulun Terveystalouden edistämisen koulutusohjelman YAMK-opiskelija Katariina Väisänen perehtyi opinnäytetyössään mallin käyttöönottamiseen tarvittavan perehdytyksen tarpeeseen ja sisältöön. Kehittämistyön tuloksena syntyi REDU:n käyttöön *Vastuuta ottamalla opit, ohjausmallin opas lähihoitajaopiskelijoille ja heidän ohjaajilleen*.

Kehittämistyön menetelmänä käytettiin systemoitua kirjallisuuskatsausta, jonka aineisto koostui Opetushallituksen *Vastuuta ottamalla opit* 1, 2 ja 3 –hankkeiden väli- ja loppuselvityksistä vuosilta 2013-2016. Kirjallisuuskatsauksen tuloksien perusteella sisällönanalyysia apuna käyttäen muodostuivat oppaan otsikot; perehdytys, oppimista edistävä arviointi sekä käsitteet.

### **Lähde**

Väisänen, K. 2018. *Vastuuta ottamalla opit. Ohjausmallin opas lähihoitajaopiskelijoille ja heidän ohjaajille. Opinnäytetyö, Terveystalouden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.*

# **Hoitotyön rakenteisen kirjaamisen kehittäminen kirjaamisoppaan avulla**

Opinnäytetyönä tuotettiin kirjaamisopas Kemin kaupungin Sauvosaaren sairaalaan. Hoitotyön rakenteinen kirjaaminen on jatkuvassa kehityksessä, jonka mukana hoitotyöntekijöiden tulee pysyä. Tämän asian vuoksi aihe on ajankohtainen ja tärkeä kehittämiskohteena. Opinnäytetyön tuloksena syntyi kirjaamisopas Sauvosaaren sairaalaan, mikä kehittää kirjaamisen laatua ja yhtenäistää hoitotyön rakenteista kirjaamista. Kirjaamisoppaan sisältö kerättiin aivoriihimenetelmällä, koska menetelmä sopi ideoiden tuottamisen kannalta hyvin oppaan tekoon. Ideoiden tuottamista varten muodostettiin kirjaamisryhmä, joka koostui sattumanvaraisesti valikoiduista työntekijöistä.

## **Rakenteinen kirjaaminen**

Suomalainen hoitotyön toimintoluokitus SHToL ja suomalainen hoidon tarveluokitus SHTaL koostuvat 17 komponentista eli hoitotyön sisältöalueesta, joka on kehitetty yhteneväisen kirjaamisen avuksi. Jokainen komponentti sisältää eri määrän pää- ja alaluokkia. Sähköisessä potilastietojärjestelmässä ovat kirjaamisen apuna valmiit luokitukset, joiden alle kirjataan tietoja potilaasta. Kirjaaminen FinCC-luokitusten avulla on haasteellista useiden komponenttien, pää- ja alaluokkien vuoksi. Oppaan yhtenä tarkoituksena on helpottaa komponenttien pää- ja alaluokkien valintaa hoitosuunnitelmaa laadittaessa.

Suurimpana hyötynä rakenteisessa kirjaamisessa on se, että tietoa ei tarvitse kirjata kuin kerran, koska saman asian kirjaaminen moneen paikkaan altistaa virheille. Tiedot kirjataan rakenteisessa kirjaamisessa luokitusten avulla, jossa kirjattava tietoa on rakenteistettu tietorakenteeksi. Yhteisen ymmärryksen potilaan tiedoista hoitoon osallistuvien henkilöiden välillä mahdollistavat yhdenmukaiset tietorakenteet ja erilaisten terminologioiden käyttö sähköisessä potilaskertomuksessa. Kun kirjaaminen toteutetaan kaikkialla yhdenmukaisella tavalla käyttäen sovittua termistöä, kirjaaminen on vertailukelpoista eri hoitoyksiköissä ja organisaatioissa.

## **Kirjaamisopas**

Hoitotyön kirjaamisopas Sauvosaaren sairaalaan on 17 sivua sisältävä opas hoitotyön kirjaamiseen liittyvistä tärkeimmistä asioista. Opas sisältää kolme isompaa aihekokonaisuutta, joita ovat lain ohjaama kirjaaminen, hoitosuunnitelma ja hoitotyön lähete. Lain ohjaama kirjaamisosio sisältää tietoa kirjaamisesta potilasasiakirjaan eli mitä, miksi ja miten kirjataan sekä hoidon kulkua koskevat merkinnät osastohoidossa. Hoitosuunnitelmaosio sisältää tietoa hoitosuunnitelmasta yleisesti sekä esimerkein on kuvattu, miten suunnitelma laaditaan komponenttien, pää- ja alaluokkien avulla.

Hoitotyön yhteenvedo-osio sisältää yleistä tietoa yhteenvedosta sekä yhteenvedoesimerkin.

### **Kirjaamisoppaan hyöty**

Kirjaamisoppaasta hyötyy eri ammattiryhmien työntekijät, mm. sairaanhoitajat, lähihoitajat, perushoitajat ja fysioterapeutit, jotka oppaan esimerkkejä apuna käyttäen osaavat kirjata yhtenäisesti ja rakenteisesti. Myös hoitoalan opiskelijat työharjoittelussa osastoilla, saavat tärkeää kirjaamistietoa oppaasta. Kirjaamisoppaan avulla saadaan parannettua potilasturvallisuutta kirjaamiskäytäntöjen yhtenäistämällä. Esimerkit hoitosuunnitelman laadinnasta sekä hoitotyön yhteenvedosta yhtenäistää kirjaamiskäytäntöjä.

Kirjaamisopas esiteltiin ennen käyttöön ottoa ja kyselylomakevastauksilla saatiin palautetta oppaan toimivuudesta. Esitestaajat katsoivat kirjaamisoppaan helpottavan kirjaamisen hahmottamista ja jäsentämistä sekä olevan helppolukuinen.

### **Lähde**

Heiskanen, A. & Tolonen, M. 2018. Hoitotyön kirjaaminen. Kirjaamisopas SauvoSaaren sairaalaan. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.



# **Kirjaamisoppaan avulla kehitetään rakenteista ja yhtenäistä hoitotyön kirjaamista**

Hoitotyön kirjaaminen kuuluu jokaisen potilasta/asiakasta hoitavan terveydenhuollon ammattihenkilön työnkuvaan. FinCC- eli Suomalaisen toiminto- ja tarveluokituksen mukaista rakenteista kirjaamista painotetaan yhä enenevässä määrin, jonka mukaan kaikkien hoitotyön ammattilaisten tulisi kirjata. Aiheen ajankohtaisuuden ja tärkeyden vuoksi ylemmän ammattikorkeakoulun koulutuksen opinnäytetyön aiheeksi valikoitui hoitotyön kirjaaminen, jonka tarkoituksena oli tuottaa hoitotyön kirjaamisopas Sauvosaaren sairaalan osastoille. Tavoitteena oli kehittää kirjaamisen laatua ja yhtenäistää hoitotyön rakenteista kirjaamista oppaan avulla.

## **Kirjaamisen merkitys**

Useissa hoitotyön kirjaamiseen liittyvissä tutkimuksissa on käynyt ilmi, että potilaan hoidosta on kirjoitettu liian vähän tai hoitoon liittyvästä oleellisesta asiasta ei löydy kirjausta laisinkaan. Tiedot ovat myös mahdollisesti kirjoitettu väärään paikkaan. Laissa kuitenkin määritellään muun muassa, mitä potilaskertomuksiin tulee olla kirjattuna ja miten merkinnät pitää tehdä. Lain määäämien asioiden lisäksi kirjaamisohjeita julkaisee kansalliset asiantuntijalaitokset, esimerkiksi Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viimeaikaiset kirjaamisohjeet painottuvat rakenteiseen ja yhtenevään hoitotyön kirjaamiseen. Potilaskertomuksen rakenteisella kirjaamisella helpotetaan potilastiedon hakua, käyttöä ja hoidon seurantaan sekä yhtenäistetään kirjaamista. Potilastiedot ovat saatavilla eri potilastietojärjestelmissä paikasta riippumatta. Tärkeää on myös se, että kirjattu tieto on ajantasaisena käytettävissä siellä, missä sitä tarvitaan. Hoidon jatkuvuus turvataan kirjaamisella tiedon siirtyessä eteenpäin lisäten potilasturvallisuutta.

Kansalaisten kiinnostus omaa terveystään ja hoitoaan kohtaan on lisääntynyt. Kanta-palvelujen avulla heidän osallisuus oman hoidon seurantaan on tehty mahdolliseksi. Potilasasiakirjojen siirtyminen Kanta-palveluihin vaatii hoitotyöntekijöiltä erityistä tarkkaavaisuutta ja huolellisuutta tiedonmuodostukseen sekä vastuun ottamista kirjoitetusta tiedosta. Eettisyys tulee ottaa huomioon kirjaamisessa.

## **Kirjaamisopas kirjaamisen apuna**

Projektityönä toteutettu opas hoitotyön kirjaamisesta tulee työelämän tarpeeseen Sauvosaaren sairaalaan. Kemin kaupungissa sijaitsevaan Sauvosaaren sairaalaan kuuluu kaksi samantyylistä akuuttiosastoa, joissa hoidetaan perusterveydenhuollon sairaanhoitoa tai pitkäaikaista laitoshoidoa tarvitsevia potilaita. Hoitohenkilökunta on siirtynyt hiljaiseen raportointiin, jolloin rakenteisen ja yhtenäisen kirjaamisen tärkeys tulee erityisesti esille. Hoitohenkilökunta tekee myös vuoroja molemmilla osastoilla, jolloin hoidon jatkuvuuden kannalta rakenteisella kirjaamisella on suuri merkitys oikean ja ajantasaisen tiedon löytämiseksi potilasturvallisuutta vaarantamatta.

Aivoriihimenetelmällä tuotettu kirjaamisopas sisältää hoitotyön kirjaamisen keskeisimpiä asioita: mitä, miten ja milloin kirjataan. Opas sisältää lakiin perustuvaa tietoa hoitotyön kirjaamisesta sekä tietoa hoitosuunnitelmasta ja hoitotyön yhteenvedosta potilasesimerkein. Kirjaamisoppaasta hyötyy eri ammattiryhmien työntekijät eli sairaanhoitajat, lähihoitajat, perushoitajat ja fysioterapeutit, jotka opasta apuna käyttäen osaavat kirjata yhtenäisesti ja rakenteisesti. Myös hoitoalan opiskelijat, jotka tekevät työharjoitteluja osastoilla, saavat tärkeää kirjaamistietoa oppaasta.

## **Johtopäätökset**

Kirjaamisoppaan esitestaukseen osallistuneet lähi- ja sairaanhoitajat olivat sitä mieltä, että oppaasta on apua kirjaamisessa ja aikovat käyttää sitä jatkossakin. Näin ollen kirjaamisopasta hyödyntäen hoitotyön kirjaamisesta saadaan yhtenäistä kaikkien Sauvosaaren sairaalan hoitotyöntekijöiden kesken. Rakenteinen kirjaaminen parantaa potilasturvallisuutta, kun käytetään samanlaisia käsitteitä kirjaamisessa ja kirjataan samoihin kohtiin potilastietojärjestelmässä. Tietojen löytäminen potilastietojärjestelmästä helpottuu, kun asiat on kirjattu oikeiden luokitusten alle.

Kukaan ei ole koskaan täysin valmis kirjaamisen suhteen. Työkokemuksen karttuessa, koulutuksiin hakeutuessa ja asiasta keskusteleminen toisten työkavereiden kanssa parantaa kirjaamista. Erilaiset oppaat tuovat myös uutta tietoa, jota toivottavasti hyödynnetään.

## **Lähde**

Heiskanen, A. & Tolonen, M. 2018. Hoitotyön kirjaaminen. Kirjaamisopas Sauvosaaren sairaalaan. Opinnäytetyö, Terveiden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# **Sairaanhoitajasta anestesiahoitajaksi**

Sairaanhoitajan ammattitutkinto (AMK) tarjoaa monitieteellisen peruskoulutuksen hoitotyön asiantuntijaksi. Sairaanhoitajat työskentelevät monilla erikoisaloilla ja työyksiköiden mukaan vaihtelevat sairaanhoitajan työn sisältö ja osaamisvaatimukset. Suomessa anestesiahoitajan työtä tekee laillistettu sairaanhoitaja (AMK), joka on perehdytetty anestesiahoitotyöhön työyksikössään. Länsi-Pohjan keskussairaalan leikkaus- ja anestesiaosastolla perehdytystä haluttiin yhtenäistää ja sitä kautta mahdollisesti myös nopeuttaa.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää anestesiahoitajien näkemyksiä anestesiahoitotyöstä ja tulosten pohjalta laatia mentorointiohjelma Mehiläinen Länsi-Pohja Oy:n leikkaus- ja anestesiaosaston anestesiahoitotyön aloittavalle sairaanhoitajalle. Tavoitteena on, että toimeksiantaja ottaa käyttöön mentorointiohjelman kaikille uusille anestesiahoitajille ja näin yhtenäistää uuden anestesiahoitajan työpaikalla tapahtuvaa oppimista. Tutkimus oli luonteeltaan laadullinen ja tutkimusmenetelmänä on tapaustutkimus. Tutkimusaineisto kerättiin keväällä 2018 Länsi-Pohjan keskussairaalan leikkaus- ja anestesiaosaston anestesiahoitajilta Webropol-ohjelmalla. Aineisto analysoitiin käyttämällä induktiivista sisällönanalyysia.

Opinnäytetyön teon aikana tapahtui organisaatiomuutos ja Mehiläinen Länsi-Pohja Oy aloitti toimintansa 18.6.2018, jonka vuoksi opinnäytetyön ja mentorointiohjelman nimi vaihtui Sairaanhoitajasta anestesiahoitajaksi-mentorointiohjelma Mehiläinen Länsi-Pohja Oy:n leikkaus- ja anestesiaosastolle.

Matka sairaanhoitajaksi alkaa ammattikorkeakoulusta. Koulutus tuottaa työelämään osaavia ja monipuolisen ammattitaidon omaavia hoitotyön ammattilaisia erilaisiin työtehtäviin, niin julkiseen terveydenhuoltoon kuin yksityisenkin sektorin palvelukseen. Ammatillinen koulutus pelkästään ei takaa ammatillista pätevyyttä. Suomessa ei ole anestesiahoitajan suojattua ammattinimikettä, vaan anestesiahoitajana työskentelee sairaanhoitaja (AMK), joka on perehdytetty anestesiahoitotyöhön työyksikössään. Koulutuksen puuttuessa on työnantajalla lainmääräämä velvollisuus järjestää uudelle työntekijälle perehdytys, jonka aikana uusi työntekijä saa tarvittavat taidot työstä suoriutumiseen, tiedot työvälineistä, työstä, työyhteisöstä, organisaatiosta ja työolosuhteista sekä työturvallisuusasioista. Mentorointi on oppimisprosessi, jossa kokenut työntekijä, mentori, ohjaa kokemattomampaa työntekijää, mentoroitavaa. Tavoitteena mentoroinnissa on työn laadullisuus ja turvallisuus. Mentorointi hyödyntää myös työyhteisöä, kun uusi työntekijä hallitsee työnsä nopeasti ja voi hyvin.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että anestesiahoitotyötä aloittava sairaanhoitaja tarvitsee tukea, aikaa ja järjestelmällistä mentorointia sekä luottamuksellisen, turvallisen työilmapiirin kasvaakseen itsenäiseksi anestesiahoitajaksi. Vaikka opinnäytetyön tulokset ja tuotos ovat yksikkökohtaisia, voidaan opinnäytetyön tuotosta helposti muuntaa muitakin samankaltaisia työyksiköitä palvelevaksi.

*”Sosiaali- ja terveysalan työ on hoivaa ja hoitoa, joka syntyy pään käden ja sydämen yhteistyönä. Kun tiedot ja taidot yhdistyvät oikeanlaiseen asenteeseen, työstä tulee laadukasta ja asiakkaat ovat tyytyväisiä saamiinsa palveluihin.”* (Laine ym. 2010).

### **Lähde**

Jaako, H-M. 2018. Sairaanhoitajasta anestesiahoitajaksi. Anestesiahoitajan mentorointiohjelma Mehiläinen Länsi-Pohja Oy:n leikkaus- ja anestesiaosastolle. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

Laine, A., Ruishalme, O., Salervo, P., Siven, T. & Välimäki P. 2010. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. WSOYPro, Helsinki.

# Tornion kotisairaалalle toimintaperiaatteet YAMK-opinnäytetyönä

Kotisairaалatoiminta laajentaa kotihoidon mahdollisuuksia. Monipuoliset hoitotyön keinot mahdollistavat jopa kotisaattohoidon. Kotisairaala on sairaalatasoisen hoidon viemistä asiakkaan kotiin. Hoito perustuu aina asiakkaan omaan haluun tulla hoidetuksi kotona sekä hoitavan lääkärin arvioon hoidon toteutuksesta.

Lapin Ammattikorkeakoulun terveyden edistämisen YAMK-opinnäytetyönä toteutettiin työelämän kehittämishanke. Hankkeen tarkoituksena oli laatia Tornion kotisairaалalle toimintaperiaatteet. Kehittämishankkeen tuotoksena syntyi opas kotisairaalan hoitohenkilökunnalle, joka kuvaa Tornion kotisairaalan toimintaperiaatteet sekä asiakkaan hoitopolun. Opas toimii myös hoitohenkilökunnan perehdytyksen tukena.

Tornion kotisairaala käynnisti toimintansa helmikuussa 2018. Uuden toiminnan aloittaminen vaatii aina yhteisten periaatteiden luomisen. Myös asiakkaan hoitopolku on hyvä tehdä näkyväksi kaikille yhteistyökumppaneille, jotta toiminta olisi sujuvaa. Tornion kotisairaalan hoitoon kuuluu yleisimpien infektioiden hoito, vaativat haavanhoidot sekä kotisaattohoito. Kaikista yleisin hoitomuoto on lääkainjektion tai -infuusion anto asiakkaan kotona.

Opinnäytetyönä toteutetun kehittämishankkeen pohjalta kotisairaalan toimintaperiaatteita lähdettiin luomaan tiedonkeruun kautta. Terveyskeskuksessa järjestettiin Learning Gafe -tilaisuus hoitohenkilökunnalle sekä Kemin kotisairaalaan toteutettiin vierailukäynti. Näistä saadun ammattilaisten kokemustiedon ja teoriasta saadun tiedon pohjalta työstettiin opas hoitohenkilökunnalle.

Opas on Tornion kotisairaalan hoitohenkilökunnan käytössä. Opasta voidaan käyttää myös yhteistyökumppaneille annettavasta informaatiosta kotisairaalan toiminnasta.

## Lähde

Lääkkölä, T. 2019. Tornion kotisairaalan toimintaperiaatteet. Opas hoitohenkilökunnalle. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.



# Nuorten terveyden edistäminen





# Nuoret ja seksuaalisuus lasten ja nuorten sijaishuoltoyksikössä

Opinnäytetyössäni käsittelen nuorten seksuaalisuutta. VillaNuttu Oy:n sijaishuoltoyksikön työntekijöille on tuotettu opas seksuaalikasvatuksesta ja seksuaaliterveyden edistämisestä. Oppaan avulla työntekijät voivat tarjota nuorille seksuaalikasvatusta ja seksuaaliterveyden edistämistä nuorten ikä taso ja tarpeet huomioiden. Opasta voi hyödyntää myös erilaisissa keskusteluissa, jotka tapahtuvat nuorten kanssa, joko yksilökeskusteluina tai ryhmässä. Nuorten kanssa on tärkeä keskustella seksuaalisuuteen ja seksiin liittyvistä asioista ammatillisesti, sekä olemalla nuorille turvallinen aikuinen.

Opas työstettiin alustavasti yhteistyössä työntekijöiden ja nuorten kanssa aivoriihityömenetelmää hyödyntäen. Aivoriihityöskentely antoi pohjan niille asioille, joita oppaassa käsitellään. Aivoriihi työskentelyssä tuli esille paljon asioita, joista työntekijät sekä nuoret haluavat saada tietoa koskien seksuaalisuutta ja seksiä. Mietimme asioita nuorten näkökannalta ja mistä asioista nuorille olisi mahdollisimman paljon hyötyä ja vastaisi heidän tarpeisiin.

Oppaassa kerrotaan, mitä tarkoittaa seksuaaliterveyden edistäminen ja seksuaalikasvatus ammatilliselta näkökulmalta ja mitkä velvollisuudet ovat meillä aikuisilla seksuaalikasvattajina. Opas sisältää tietoa seksuaalisuudesta ja sen eri ulottuvuuksista, koskien lasten ja nuorten seksuaalista kehitystä. Oppaassa on lisänä jokaiseen käsiteltyyn aiheeseen liittyviä internet-linkkejä, joissa on käsitelty asiaa tarkemmin ja laajemmin. Oppaassa olevissa internet-linkkeissä on myös nuorten kanssa yhdessä pohdittavia asioita, pelejä, kyselyjä yms. Tämä mahdollistaa sen, että voimme käsitellä asioita eri tavalla nuorten kanssa.

Sijaishuoltoyksikössä on paljon erilaisia nuoria, joiden kanssa työskennellään. Yhä useammalla nuorella on ongelmia seksiin ja seksuaalisuuteen liittyvien asioiden kanssa. Traumatisoituneiden nuorten elämässä seksuaalisuus ja seksi saattavat olla hyvinkin ylikorostuneessa asemassa. On myös tutkittua tietoa siitä, että terveyden edistäminen ja seksuaalikasvatus ovat yhtenä tärkeimmistä asioista tukemassa nuorten ikätasosta kasvua ja kehitystä, mikä vaikuttaa myös osana hyvään elämään.

Seksuaalisuus on kokonaisuudessa eettinen ja arka aihe. Seksuaalisuus nähdään henkilökohtaisena asiana ja tämä tulisi ottaa huomioon myös, kun työskentelemme nuorten kanssa. Itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen on tärkeää ja on hyvä tuoda se avoimesti esille myös nuorille. Seksuaalisuutta ja seksiä käsitellessä nuorten kanssa

täytyy olla hienotunteinen. Nuorten traumatausta, joka saattaa olla hyvinkin raju tuo asioihin aina omat haasteet, jotka täytyy huomioida aina yksilöllisesti.

Opas on erittäin tarpeellinen työkalu työntekijöille nuorten kanssa tehtävään työhön. Jatkoaiheena tulee olemaan oppaan uudelleen päivitystä, jolla turvataan, että opas pysyy ajan tasalla. Jatkona ohjaajien oppaalle olisi uuden oppaan suunnitteleminen nuorten käyttöön.

### **Lähde**

Kangas, H. 2018. Hei, puhutaan seksistä. Opas seksuaalikasvatuksesta sijaishuoltoyksikön työntekijöille.

Opinnäytetyö, Terveiden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# Nuorten mielenterveyspalvelut eivät riitä kasvavaan hoidon tarpeeseen

Nuoruus on keskeistä aikaa mielenterveyden perustan kehittymiselle. Masennus on yleisin mielenterveydenhäiriö ja noin 20-25 % nuorista kärsii jostain mielenterveydenhäiriöstä. Masennusoireisia nuoria pitäisi pyrkiä hoitamaan ensisijaisesti perustasolla kuten koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa ja perheneuvolassa. Läheskään kaikki nuoret eivät saa tarvitsemaansa hoitoa tai joutuvat odottamaan hoitoon pääsyä liian pitkään.

Opinnäytetyön aihe nousi esiin työelämän tarpeesta, kun Lapin sairaanhoitopiirin psykiatrian tulosalue ja Rovaniemen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalvelut yhdistyivät. Nuorten matalan kynnyksen mielenterveyspalvelut siirtyivät nuorisopsykiatrian yksikön järjestettäväksi yhdessä koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kanssa. Nuorten matalan kynnyksen mielenterveyspalvelut ovat nuorten mielitiimi ja varhaintyö, joiden lähtökohtana on olla konsultatiivisia ja perustasoa tukevia palveluita. Mikäli perusterveydenhuollon palvelut katsotaan riittämättömiksi, tulee hoito siirtää erikoissairaanhoidon järjestettäväksi. Riittävien palveluiden rakentaminen perustasolle mahdollistaisi hoidon koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa erikoissairaanhoidon muuttuessa enemmän avohoitopainotteiseksi ja perustason palveluita konsultoivaksi.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää masentuneen 13-18-vuotiaan nuoren hoitoa Rovaniemen koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa yhdessä nuorisopsykiatrian matalan kynnyksen toimijoiden kanssa. Opinnäytetyöhön haastateltiin koulu- ja opiskeluterveydenhoitajat sekä nuorten mielitiimin ja varhaintyön työntekijät. Haastatteluiden tarkoituksena oli selvittää nuorten masennuksen hoidon nykytilaa ja kehittämistarpeita. Tutkimustulosten ja kehittämistarpeiden pohjalta laadittiin masentuneen nuoren mielenterveyttä tukevien palveluiden kehittämissuunnitelma. Tutkimustulosten perusteella riittävästä resurssoinnista tulisi huolehtia. Työmenetelmien- ja ajanpuute kuormittavat tällä hetkellä terveydenhoitajia. Terveydenhoitajat tarvitsevat koulutusta ja uusia työkaluja, jotta lieviä- ja keskivaikeita masennuksia sairastavia nuoria voitaisiin hoitaa koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa pidempikestoisesti ja tavoitteellisesti. Tärkeänä nähtiin myös yhteistyön ja työparityöskentelyn kehittäminen yli sektorirajojen. Työssä tarkasteltiin myös IPC-menetelmää (interpersoonallinen ohjanta), joka on strukturoitu hoitomalli nuorten lievien- ja keskivaikeiden masennusten hoidossa. Malli mahdollistaisi masentuneen nuoren hoidon koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa ja lisäksi se vahvistaisi yhteistyötä nuorisopsykiatrian yksikön kanssa.

Kehittämistyössä saatiin paljon arvokasta tietoa työntekijöiltä mielenterveyspalveluiden nykytilanteesta ja kehittämistarpeista. Toivottavasti työelämä osaa hyödyntää opinnäytetyötä kehittämällä nuorten mielenterveyttä tukevia palveluita. Uusien toimintatapojen ja työmenetelmien suunnittelu on parasta nuorten mielenterveyden edistämistä.

### **Lähde**

Ruokanen, M. 2018. Masentuneen nuoren mielenterveyttä tukevien palveluiden kehittäminen Rovaniemellä. Opinnäytetyö, Terveystyön edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# Syödään ja opitaan yhdessä: suositusten mukainen kouluruokailu tulisi toteutua kaikissa kouluissa

Syödään ja opitaan yhdessä –kouluruokailusuositukset uudistuivat keväällä 2017. Suositukset tukevat lainsäädännön mukaisen kouluruokailun toteuttamista edistämällä lasten ja nuorten terveyttä, hyvinvointia ja oppimista. Suositukset sisältävät tietoa täysipainoisesta kouluateriasta ja välipalasta, kouluruokailun järjestämisestä, seurannasta sekä arvioinnista, ohjauksesta ja ruokakasvatuksesta.

Tavoitteena on että, kaikissa Suomen kouluissa kouluruokailu toteutuu suositusten mukaisesti. Suositukset ovat tarkoitettu ruokapalveluista vastaavien lisäksi opetuksen järjestäjille, opetushenkilökunnalle, oppilaille sekä heidän vanhemmilleen. Pohjois- Pohjanmaan ja Lapin alueella järjestettiin neljä saman sisältöistä tilaisuutta uudistuneista kouluruokailusuosituksista kouluruokailusta vastaaville henkilöille ja kuntalaisille. Tilaisuudet järjestettiin Kuusamossa, Nivalassa, Oulussa ja Rovaniemellä yhteistyössä paikkakuntien hyvinvointikoordinaattoreiden tai ravitsemusterapeutin kanssa. Tilaisuuksissa käytiin läpi mitä tarkoittaa suositusten mukainen kouluruokailu ja millaisia asioita sen järjestämisessä tulisi ottaa huomioon. Lisäksi tilaisuuksissa käsiteltiin muun muassa kouluterveyskyselyn tuloksia sekä kodin ja koulun merkitystä ruokakasvatuksessa. Lopuksi pohdittiin miten kaikki koulun oppilaat saataisiin syömään koululounas.

Tilaisuudet koettiin saadun palautteen mukaan ajankohtaisiksi ja tarpeellisiksi koulutuksiksi. Tilaisuudet lisäsivät tietoa uudistuneista kouluruokailusuosituksista ja tukivat suositusten käytäntöön vientiä. Tilaisuudessa olleet aikoivat lähteä tukemaan koululaisten säännöllistä ateriointia ja terveellisiä ruokatottumuksia, tekemään monialaista yhteistyötä ja tiedottamaan muita uusista käytänteistä. Toimet edistävät pitkällä tähtäimellä lasten ja nuorten terveyttä ja hyvinvointia sekä terveellisiä ruokatottumuksia.

Kouluruokailuun panostaminen on yksi tärkeä toimi, jolla voimme edistää kansanterveyttä, ehkäistä terveysongelmia ja niistä johtuvia kustannuksia. Elintavoilla on suuri merkitys terveyden edistämässä niin yksilö- kuin väestötasolla. Yleisimmät nykypäivän sairaudet ovat sidoksissa elintapoihin,

kuten epäterveelliseen ravitsemukseen ja liikunnan vähäisyyteen. Ravitsemussuositusten mukainen ruokavalio ehkäisee ylipainoa ja eri sairauksien puhkeamista muiden elintapojen ohella. Lapsilla, joiden vanhemmilla ei ole riittävästi kapasiteettia keskittyä lasten päivittäiseen terveystäyttämiseen, kouluruokailun merkitys terveellisten elintapojen edistämässä korostuu.

Keskeistä maksuttoman kouluruokailun vaikuttavuudella on, että kaikki syövät monipuolisen ja täysipainoisen koululounaan. Tavoitteena on, että kaikki oppilaat syövät koululounaan vuoteen 2020 mennessä. Se onnistuu yhteistyöllä ja kasvatuskumppanuudella. Oikea-aikainen ja kiireetön kouluruokailu, maukas ja terveellinen ruoka sekä viihtyisä ja ohjattu ruokailutapahtuma houkuttaa syömään tuottaen ruokailoa ja oppimista.

Kouluruokailusuositusten jalkauttaminen oli osa Maa- ja metsätalousministeriön rahoittamaa kansallista kouluruokailusuositustenhanketta.

### **Lähde**

Riihiaho, S. 2018. Syödään ja opitaan yhdessä – kouluruokasuositusten jalkauttaminen Pohjois-Pohjanmaan ja Lapin alueen kuntiin. Opinnäytetyö, Terveystieteiden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# **Ikääntyneiden terveyden edistäminen**





# **Ikääntyneiden liikkumista tukeva seniorikortti edistää myös sosiaalista vuorovaikutusta ja aktiivisuutta**

Juuri valmistuneessa ylemmän ammattikorkeakoulun laadullisessa opinnäytetyössä selvitettiin seniorikortin vaikutuksia asiakkaiden koettuun fyysiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn Oulussa. Tutkimuksen mukaan merkittävimmät vaikutukset koettiin sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja aktiivisuudessa. Ikääntyneiden liikunnassa onkin tärkeää huomioida myös sen sosiaalinen ulottuvuus.

Tutkimus vahvistaa osaltaan näkemystä siitä, että seniorikortista on terveyteen ja toimintakykyyn liittyviä hyötyjä käyttäjilleen, ja että se on erityisen tärkeää sosiaalisesta näkökulmasta. Tämä tukee seniorikortin säilyttämistä myös tulevaisuudessa. Lisäksi tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää ikääntyneiden liikuntapalveluiden suunnittelussa ja kehittämisessä niin Oulussa kuin myös muualla. Opinnäytetyön tutkimusaineisto kerättiin haastatteleamalla kuntosalivuoroilla käyneitä asiakkaita. Haastatteluissa nousi esille, kuinka vuoroilla käyminen ja muiden tapaaminen olivat tärkeitä vastaajille. Erityisesti yksin asuville se voikin olla päivän ainoa sosiaalinen kontakti. Kuten eräs vastaaja totesi, ”se on kauhian tärkeä asia!”. Yleisesti jokainen haastatelluista koki seniorivuorojen edistäneen sosiaalista kanssakäymistä. Fyysiseen toimintakykyyn vaikuttavista tekijöistä merkittävimmät vaikutukset koettiin lihaskunnossa. Tämä selittyy ainakin osittain sillä, että haastattelut toteutettiin kuntosalilla, joten kuntosaliharjoittelu oli suuressa osassa useimpien viikoittaista harjoitusohjelmaa.

Säännöllisen liikunnan terveyshyödyistä kaikissa väestö- ja ikäryhmissä on olemassa kiistatonta tutkimusnäyttöä. Sillä on erittäin tärkeä merkitys ikääntyneiden toimintakyvyn säilyttämisessä. Parantunut toimintakyky mahdollistaa itsenäisen selviytymisen kotona ja arjessa pidempään, mikä voi myös parantaa elämäntyytyväisyyttä.

Tehdyn opinnäytetyön tulokset eivät ole yllättäviä, vaan ne ovat selkeästi linjassa aiempien tutkimusten kanssa myös sosiaalisten vaikutusten osalta. Seniorikortin pääpaino on omaehtoisessa liikunnassa, mutta se ei sulje pois liikunnan sosiaalisuutta, päinvastoin. Vaikka esimerkiksi kuntosalilla jokainen voi halutessaan harjoitella

yksin oman harjoitusohjelmansa mukaisesti, samalla voi silti kokea yhteisöllisyyttä olemalla samassa tilassa ja tilanteessa muiden kanssa.

On tärkeää huomata, että tutkimusten mukaan jo vähäiselläkin liikunnalla on vaikutusta terveyden edistämiseen. Kannattaakin ajatella, että jokaisella liikkumiseen käytetyllä hetkellä voi vaikuttaa omaan terveyteen. Tämä voi osaltaan madaltaa kynnystä myös liikunnan aloittamiseen. Olemalla fyysisesti ja sosiaalisesti aktiivinen ikääntynyt ihminen voi parantaa elämänlaatuaan ja lisätä terveitä elinvuosia.

### **Lähde**

Kuusiva, H. 2018. Asiakkaiden kokemuksia seniorikortin käytön vaikutuksista koettuun fyysiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Opinnäytetyö, Terveyden edistäminen, ylempi AMK, Lapin ammattikorkeakoulu.

# Omaishoitajien kokemuksia hyvinvointi- ja terveystarkastuksista peruspalvelukuntayhtymä Kallion alueella

## Tausta

Tämä ylemmässä ammattikorkeakoulussa tehty tutkimuksellinen opinnäytetyö kuvaa omaishoitajien kokemuksia vuosilta 2017-2018 peruspalvelukuntayhtymä Kallion alueella omaishoitajille tehdyistä hyvinvointi- ja terveystarkastuksista. Tavoitteena on tulosten kautta ymmärtää omaishoitajien kokemuksia ja tarpeita hyvinvointi- ja terveystarkastuksista. Sosiaali- ja terveysministeriön kuntainfon suositusten mukaan asiakaslähtöisen toiminnan kehittäminen edellyttää, että omaishoitajilta saadaan palautetta hyvinvointi- ja terveystarkastuksista. Tämä toiminta on yhteiskunnallisesti merkittävä koska väestö ikääntyy ja omaishoitajien määrä kasvaa jatkuvasti.

## Opinnäytetyön tarkoitus

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvailla omaishoitajien kokemuksia hyvinvointi- ja terveystarkastuksista peruspalvelukuntayhtymä Kallion alueella. Tutkimus käsittelee naisten ja miesten ajatuksia. Tutkimuksen tavoitteena on auttaa ymmärtämään omaishoitajien ajatuksia tarkastuksista. Tutkimuksessa haettiin vastauksia haastattelun perusteella kysymyksiin tarkastuksen sisällöstä, tarkastuksen jaksamisen vahvistamisesta ja omaishoitajan ajatuksista kehittää tarkastuksia.

## Menetelmät

Tutkimuksen lähtökohta on kvalitatiivinen ja aineisto on kerätty haastattelemalla omaishoitajia kesällä 2018. Tiedon hankinta tähän tutkimukseen on tehty yksilöhaastatteluna puolistrukturoidulla teema-haastattelulla. Aineisto on koottu luonnollisissa, todellisissa tilanteissa. Haastatteluihin tutkija laati valmiit keskustelun aihepiirit. Haasteltavat neljä omaishoitajaa valittiin satunnaisotantana omaishoitajista, joille tarkastus oli tehty. Analyysi menetelmänä käytettiin induktiivista sisällönanalyysiä. Opinnäytetyössä perehdyttiin tutkimustehtävinä erityisesti omaishoitajien kokemuksiin tarkastuksen sisällöstä, omaishoitajien kokemuksiin siitä miten tarkastus vahvisti jaksamista ja mitä omaishoitajat halusivat kehittää tarkastuksen sisällössä.

## **Tulokset ja johtopäätökset**

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että omaishoitajat kokivat tarkastusprosessin toimivaksi ja hoitajan toiminnan ammatillisesti päteväksi. Haastateltavat kokivat fyysisen terveydentilan selvityksen vahvistaneen jaksamista. Lisäksi henkinen hyvinvointi auttaa jaksamaan. Omaishoitajat toivoivat hyvinvointi- ja terveystarkastusprosessiin omalääkäritoimintaa työkyvyn säilyttämiseksi. Hyvinvointi- ja terveystarkastuksia toivottiin tehtävän tiheämmin.

Toiveena omaishoitajilla oli terveystarkastusten tekemisen vaihtoehtona tai tarkastuksen rinnalla tehtävän kotikäyntejä. Työelämän kehittämisessä voidaan hyödyntää opinnäytetyöni tuloksia. Tulosten pohjalta Kallion alueella on mahdollisuus kehittää omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastuksia. Peruspalvelukuntayhtymä Kallion alueella voidaan selvittää, onko mahdollisuutta järjestää omaishoitajille hyvinvointi- ja terveystarkastusten jatkotutkimuksiin liittyen omalääkäritoimintaa. Kehitysajatuksena voidaan pohtia omaishoidon näkökulmasta, voidaanko hyvinvointi- ja terveystarkastusten rinnalle ottaa tarvittaessa kotikäyntejä. Hyötyisivätkö kotona hoitotyötä tekevät omaishoitajat työn kuormitustekijöiden arvioinnista heidän kotonaan.

## **Lähde**

Vähäkangas, M. 2018. Omaishoitajien kokemuksia hyvinvointi- ja terveystarkastuksista peruspalvelukuntayhtymä Kallion alueella. Opinnäytetyö, Terveystieteiden tutkimuskeskus, Lapin ammattikorkeakoulu.

# Kirjoittajien esittely

Fisk Anu, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Gullsten Merja, terveydenhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Jaako Hanna-Maija, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Jaako Linda, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Heikka Laura, terveydenhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Heiskanen Aino, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Kaakinen Ville, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Kangas Helena, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Kumpula Anne, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Kuusiniva Henna, liikunnanohjaaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Lievonen Katri, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Lohela Jarmo, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Lääkkölä Tiia, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Paakki Tiina, terveydenhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Paloste Airi, yliopettaja, Lapin ammattikorkeakoulu  
Pääkkölä Ira, terveydenhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Riihiaho Susanna, terveydenhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Ruokanen Marika, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Saarnio Reetta, yliopettaja, Lapin ammattikorkeakoulu  
Salo Satu, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Tolonen Marjaana, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Valtanen Katja, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Vilmi Fanni, fysioterapeutti (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Vähäkangas Mervi, terveydenhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu  
Väisänen Katariina, sairaanhoitaja (ylempi AMK), Lapin ammattikorkeakoulu

**Tämä Lapin ammattikorkeakoulun julkaisu** on koostettu vuoden 2018 Terveyden edistämisen koulutusohjelman opiskelijoiden laatimista opinnäytetöiden tiedotteista. Julkaisu on tarkoitettu lisäämään tietoisuutta työelämän ja Lapin ammattikorkeakoulun tiivistä yhteistyöstä työelämän kehittämisessä.

Julkaisun teemoissa korostuu sote -uudistukseen liittyvä kehittämistyö, työyhteisö ja työhyvinvointi sekä nuorten ja ikääntyneiden terveyden edistäminen. Muina teemoina käsitellään esimiestyötä ja johtamista sekä koulutuksen kehittämistä.

Julkaisun taustalla olevat opinnäytetyöt kokonaisuudessaan ovat saatavilla Theseus tietokannasta. (YAMK-opinnäytetöitä terveysalalta (Kemi): <http://www.theseus.fi/handle/10024/70009>

Toivomme, että tämä julkaisu löytää lukijansa sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan työelämän edustajista, tulevista Master -tason opiskelijoista, toimijoista, kouluttajista ja kehittäjistä.



**LAPIN AMK**<sup>7</sup>  
Lapland University of Applied Sciences

[www.lapinamk.fi](http://www.lapinamk.fi)

ISBN 978-952-316-296-9