

Palanssi

terveyden tietotori



Palanssin historiaa

- Keski-Suomen keskussairaala on kuulunut vuodesta 1998 kansainväliseen WHO:n Health Promoting Hospitals (HPH) – verkostoon sekä vuonna 2001 perustettuun Suomen terveyttä edistävät sairaalat ry:n
- HPH edistää sairaaloiden laatujohtamista tuottamalla jäsensairaaloiden käyttöön **näyttöä terveyden edistämisestä** sekä **tukemalla yhteistyötä** ja hyvien käytäntöjen vaihtoa
- **terveyden edistäminen nähdään yhtenä sairaalan toiminnan laadun osa-alueena**

Palanssin historiaa

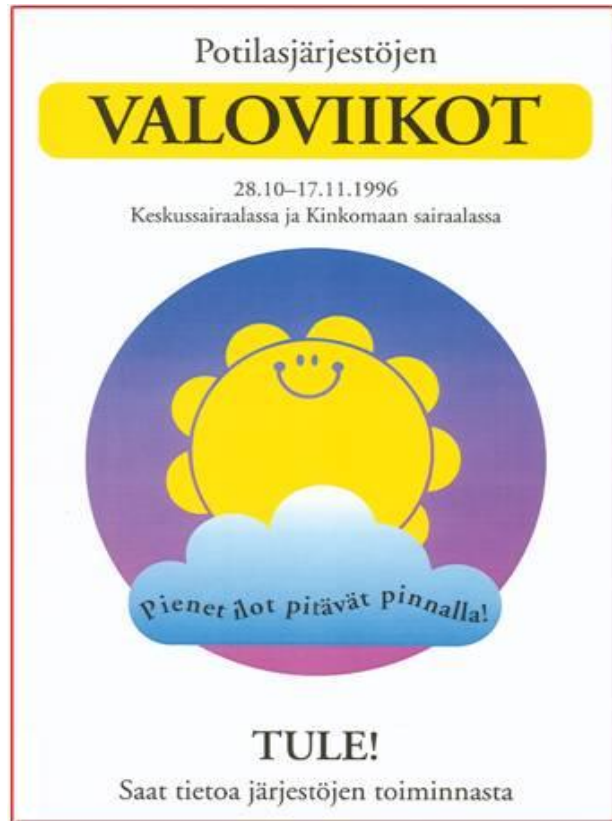
- kansainvälinen esimerkki Health Promoting Hospitals (HPH) – verkoston jäsensairaaloiden kautta – potilasoppimiskeskus
- Suomen ensimmäinen Terveyttä edistävä sairaala – ohjelma 2001–2006
- yhteistyö potilas-, vammais- ja kansanterveysjärjestöjen kanssa käynnistyi sairaalan terveystietokeskuksen yhteistyöryhmän aloitteesta vuonna 1994
 - nämä yhdessä kannustivat perustamaan terveystietokeskuksen



Palanssin historiaa

- ensimmäiset **Potilasjärjestöjen Valoviikot** järjestettiin vuonna 1995
- potilas- ja vammaisjärjestöt esittelevät toimintaansa ja tuovat valoa sairastuneen ja hänen läheisensä elämään tarjoamalla **vertaistukea, tietoa, kursseja ja apua arjessa selviytymiseen**
 - toimivat tällä tavoin ammattilaisten työn tukena

Palanssin historiaa



Toimintaperiaate

- Edistää Keski-Suomen alueen väestön terveyttä tarjoamalla terveysneuvontapalveluja yhteistyössä
 - terveydenhuollon ammattilaisten
 - sairaanhoitopiirin eri ammattiryhmät
 - perusterveydenhuolto
 - potilas-, vammais- ja kansanterveysjärjestöjen
 - oppilaitosten kanssa
 - yliopisto, ammattikorkeakoulu, ammattiopisto

Toimintaperiaate

- Tarjota palvelut

- potilaille ja heidän läheisilleen
- sairaanhoitopiirin henkilökunnalle
- opiskelijoille
- kaikille, jotka ovat kiinnostuneita terveyteen, hyvinvointiin ja sairauksiin liittyvistä asioista.

Terveystietokeskus Palanssi

- perustettu yhteistyössä potilas- ja vammaisjärjestöjen kanssa
- avattu 1.9.2005
- avoinna maanantaista torstaihin klo 12–16 tai sovitusti muina aikoina esim. ryhmät
- maksuton palvelu
- puh. 014-269 5070
- palanssi@ksshp.fi
- www.ksshp.fi/palanssi

Terveystietokeskus Palanssi

- Suomessa toimii kuusi lähes vastaavanlaista terveystietokeskusta: Hyvinkään sairaalassa Soppi, Mikkelissä OmaHyvis, Jyväskylässä Palanssi lisäksi Helsingissä, Tampereella ja Turussa
- Palanssissa on asiakkaiden käytettävissä kaksi tietokonetta tiedonhakuun ja asioimiseen
- monipuolisesti terveysneuvontamateriaalia
- potilasjärjestöjen julkaisuja, lehdet
- kirjallisuutta
- opinnäytetöitä
- mahdollisuus omatoimiseen verenpaineen ja painon mittaukseen



Toimintamuodot

- täydentää ja tukea osastoilla annettavaa terveysneuvontaa, toimia potilasneuvonnan tukena
- tiivistää terveydenhuollon ja järjestöjen välistä yhteistyötä
- olla yhtenä linkkinä hyvinvoinnin ja terveydenedistämisen ketjussa
- toimia osana kansanterveystyön kenttää
- huomioida valtakunnallisia terveysteemaviikkoja ja kampanjoita muun muassa Allergia- ja astmaviikko, Epilepsiaviikko, Sydänviikko, Keuhkoahdistumaviikko

Toimintamuodot

- reagoida mediassa oleviin ajankohtaisiin terveysteemoihin
- helpottamaan terveyden-, hyvinvoinnin- ja sairauksien tiedon saantia
- materiaalipalvelu, terveysneuvontamateriaalitulaukset pääsairaalan, Kinkomaan -, Kangasvuoren – ja Juurikkaniemen sairaaloiden eri yksiköihin neljä kertaa vuodessa
- palvelut kuuluvat myös talon henkilökunnalle

Kävijät

- potilaat, omaiset, läheiset, henkilökunta, järjestöjen edustajat, oppilaitosten henkilökunta ja opiskelijat
- kiinnostuneita terveyden edistämiseen ja itsehoitoon liittyvistä asioista mm. ravitsemus, liikunta, painonhallinta ja mielenhyvinvointi
- tietoa
 - terveyden- ja hyvinvoinnin palvelujärjestelmästä
 - eri sairauksista
 - potilas-, vammais- ja kansanterveysjärjestöjen toiminnasta

Tietoa

Hyvin monenlaisia kysymyksiä ja asioita selvittäään.

- **kuntoutusasiat;** tietoa eri sopeutumisvalmennus- ja kuntoutuskursseista, hakemusprosessin selvittäminen
- **sosiaaliasioita;**
 - ohjausta muiden palvelujen piiriin
 - muun muassa potilasasiamies, Potilasvakuutuskeskus, sosiaalityöntekijä, oma terveyskeskus, Kriisikeskus Mobile, järjestöt

Tietoa

- **eri sairauksiin liittyviä kysymyksiä;**
tiedonhakua muun muassa
 - www.hyvintointipolku.fi
 - Terveyskirjasto
 - Terveysportti
 - Käypä hoito –suositukset

Kokemuksia

- Palanssiin on helppo tulla – matalan kynnyksen paikka – ei ajanvarausta – ainoastaan ryhmille
- henkilökunnan helppo saavutettavuus ja lähestyttävyys
- potilaan, asiakkaan aito kohtaaminen, selvittäminen mikä hänelle on tärkeää
- kuunteleminen ja perehtyminen, mitä asioita vaivojen taakse kätkeytyy
- luottamuksellinen ilmapiiri

**terveyttä edistävä ja sairauksia ehkäisevä
lähestymistapa**



Kokemuksia

- asiakkaan rohkaiseminen ja omatoimisuuteen ohjaaminen olemalla aktiivinen osallistuja oman elämänhallinnassa - unohtamatta asiakkaan tukiverkostoja esim. perhe, ystävät

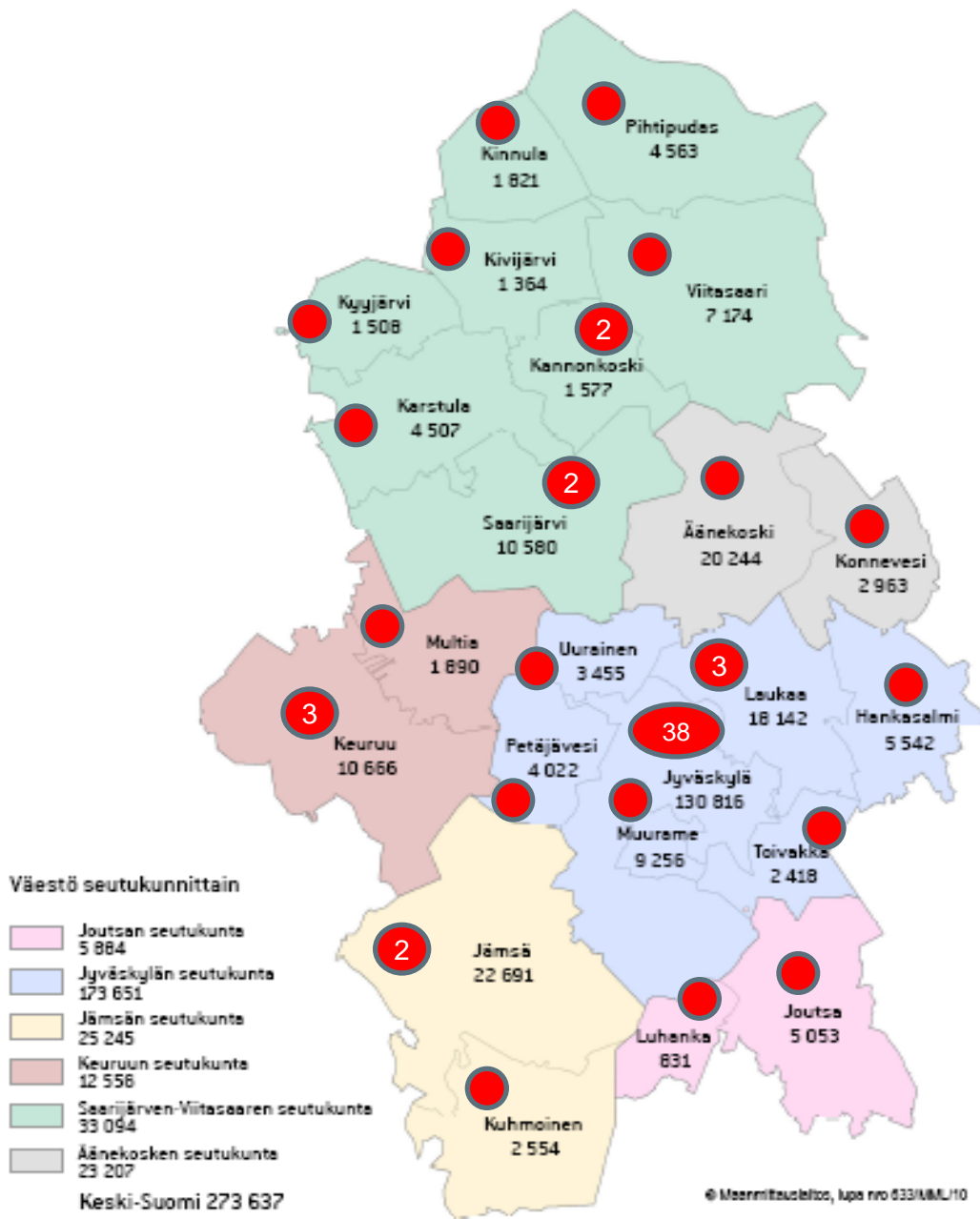
koskaan ei voi tietää mitä asiakkaalla on kysyttävää tai millainen on hänen elämäntarinansa

Terveystietotuvat

Kanerva-KASTE –hanke

Kroonisten kansansairauksien ennaltaehkäisy ja varhainen hoito





● Terveystietotupa

Terveystietotuvat

- hankkeet taustalla
- Keski-Suomen EVI-hanke vuosina 2006–2007, Elämäntapasairauksien varhaistunnistaminen ja interventio, perustettu 11 tupaa terveysasemille
- Kanerva-KASTE –hanke 1.11.2008-31.10.2010 ja meneillään II – hanke 31.10.2012 saakka
- luoda edellytyksiä väestön osallisuudelle, tukea omaehtoista toimintaa ja aktiivisuutta omasta terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtimisessa, ennaltaehkäisy

Terveystietotuvat

- yhteensä noin 70 tupaa Keski-Suomen alueella
- kaikille avoimia paikkoja, koko väestölle ja ns. korkean riskin asiakkaille ja ennaltaehkäisevästi
- mahdollisuus etsiä itsenäisesti tietoa terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä asioista
- arvioida ja seurata omaa terveydentilaa testien ja mittausten avulla, oma hoidontukena

Terveystietotuvat

- avoinna toimipisteen aukioloaikana; terveysasemat, sairaalat, kirjastot, uimahallit, sosiaaliasema, poliisitalo, ammattikorkeakoulut, päiväkeskukset, työ- ja elinkeinotoimisto, yhteispalvelupisteet
<http://www.hyvinvointipolku.fi/web/polku/keski-suomen-terveystietotuvat>
- yhtenäinen esitemateriaali; ravitsemus, liikunta, tupakka, alkoholi, uni ja lepo, mielenterveys
<http://www.hyvinvointipolku.fi/web/polku/terveystietotupien-esittely-materiaalia>
- materiaaleissa painotettu mainosten puuttumista ja maksuttomuutta

Terveystietotuvat

- tietokone, ns. kioskitoiminnoin varustettuna → www.hyvinvointipolku.fi – terveysportaalin käyttömahdollisuus
- lisäksi suurimassa osassa verenpainemittari mittaus- ja tulosten tulkitsemisohjeineen, henkilövaaka, vyötärönympärysmitta
- joissain vain esitemateriaalia ilman mittausvälineitä (päiväkeskukset)
- suositeltavaa olla tietoa paikallisista yhdistyksistä ja paikkakunnalla järjestettävästä terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä tapahtumista

Terveystietotuvat

- nimetty tupayhdyshenkilö
- perustamisvaiheessa tiivis yhteistyö verkostojen ja paikallisten toimijoiden kanssa
- sijoituspaikat suunniteltu järjestötoimijoiden, terveydenhuollon työntekijöiden ja joillakin alueilla kuntaedustajien kanssa

Terveystietotuvat

- tuvan ulkonäkö siisti -> houkutteleva
- terveystietotuvan tiedottaminen; avajaiset, eri mediat (paikallislehdet ja – radio), kotisivut, ilmoitustaulut, esitteet ja kunnan eri hallinnonalat, järjestöt, yritykset
- materiaali päivitykset ja täydennykset

www.hyvintointipolku.fi/web/polku/terveystietotuvat

Terveystietotuvat

- tuvissa järjestetty tempauksia ja muita aktiivisia toimintoja, esim. Jyväskylän Ammattikorkeakoulun Hyvinvointiyksikön opiskelijat ”Tuvat toimimaan” – kehittämishanke syksyllä 2010
- tupaideologia, käytössä toimintaohje-laminaatit www.hyvinvointipolku.fi
- vuosikello – yhdistysten teemapäivät ja -viikot 2012, tiedottaminen ja lanseeraus
- mahdollisuus järjestää tietoiskuja, teemapäiviä, kampanjoita (järjestöt, opiskelijat, paikalliset toimijat)

Arviointia

- Lampi Päivi: Terveystietotuvat aikuisten terveydenedistäjinä
<https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/24401>
- 11 terveysasemaa, vastaajia 162 (74 % naisia) eniten ikähaarukassa 36-65 vuotta
- Terveystietotuvasta oli kuultu henkilökunnalta, tuttavilta tai paikallislehdestä
- 41 % verenpaineasioissa, 4 % internetissä
- 50 % haki tietoa ravitsemuksesta, 42 % sairauksien hoito ja 32 % liikunta, tupakka 12 %, alkoholi 8 %
- Vastanneista 30 % oli tehnyt elämäntapamuutoksia
- Tiedotus, henkilökuntaa paikalle, tapahtumia, vertaistukea

Henkilökunnan kokemuksia

- Verenpaineen mittausta tuvissa aktiivisesti
 - Pelkän verenpaineen mittauttajat selvästi vähentyneet vastaanotoilta
 - Osa mittaa verenpaineen muun asioinnin yhteydessä
- Satunnainen kävijä ottaa materiaalia
- Tupaan ei aina muista ohjata
- Tapahtumien yhteydessä kävijämäärät kasvavat
- Vaatii jatkuvaa aktiivista tiedottamista
- Paikan sijainnilla merkitystä

Kehitettävää

- Kuinka ohjausta voisi siirtää tupiin enemmän?
 - Henkilökunnan aktiivisuus
 - Uudenlainen tapa toimia
- Mikä tekee tuvasta houkuttelevan asioida?
- Arvioinnin haasteellisuus
- Tietotekniikkaa hyödynnetään vähän
- Kuntien elämäntaparyhmien ohjaus ja asiointi tupiin?
- Teemaviikot ja kampanjat, sama materiaali ei pitkään kiinnosta
 - Koululaisryhmiä: hammasteema, sokeriteema
 - Yhteistyötä monien eri toimijoiden kanssa

Kiitos mielenkiinnostanne



Lisätietoja: Eija Turunen
palanssi@ksshp.fi

