



TERVEYSTARKASTUSOHJELMA, OPPILAS- JA OPISKELIJAHUOLTO SEKÄ TERVEYDELLISTEN OLOJEN VALVONTA 2012

**Koulu- ja opiskeluterveyden-
huolto**

22.11.2012

Copyright ©

Helsingin terveysterveyskeskus
Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto
050 409 4372



Sisällysluettelo

1. KOULUTERVEYDENHUOLTO

- 1.1 Kouluterveydenhuollon perustehtävä
- 1.2 Kouluterveydenhuolto osana oppilashuoltoa ja terveydellisten olojen valvontaa
- 1.3 Kouluterveydenhuollon terveystarkastukset
 - 1.3.1 Määräaikainen terveystarkastus
 - 1.3.2 Laaja terveystarkastus
 - 1.3.3 Muut terveystarkastukset
 - 1.3.4 Yksilöllisen tarpeen mukaiset tapaamiset
 - 1.3.5 Kutsukäytännöt
 - 1.3.6 Terveystarkastuksesta poisjääneet
- 1.4 Terveystarkastukset luokka-asteittain
- 1.5 Terveysneuvonta

2. OPISKELUTERVEYDENHUOLTO

- 2.1 Opiskeluterveydenhuollon perustehtävä
- 2.2 Opiskeluterveydenhuolto osana opiskelijahuoltoa ja terveydellisten olojen valvontaa
- 2.3 Opiskeluterveydenhuollon terveystarkastukset
 - 2.3.1 Terveyskysely
 - 2.3.2 Toisen asteen oppilaitoksessa opiskelevien terveystarkastukset
 - 2.3.3 Ammattikorkeakoulussa opiskelevien terveystarkastukset

3. LUOKKAKOHTAISET TAULUKOT

LIITTEET

- Liite 1. Puberteettikehityksen asteet (Tannerin mukaan)
- Liite 2. Ryhtitarkastus
- Liite 3. Audit
- Liite 4. Nuorten päihdemittarin interventiosuositukset
- Liite 5. Nuorten päihdemittari (Adsume)
- Liite 6. Opettajan arvio oppilaasta (tulossa)



1. KOULUTERVEYDENHUOLTO

1.1 Kouluterveydenhuollon perustehtävä

Helsingin terveystieteiden kouluterveydenhuollon perustehtävänä on tukea jokaisen koululaisen mahdollisimman tervettä kasvua ja kehitystä sekä vahvistaa oppimisen ja terveen aikuisuuden edellytyksiä. Kouluterveydenhuolto edistää terveyttä terveysneuvonnan keinoin, tunnistaa ja vahvistaa terveyttä suojaavia tekijöitä sekä pyrkii puuttumaan ongelmiin mahdollisimman varhain. Kouluterveydenhuolto toimii asiakaslähtöisesti ja oikeudenmukaisesti perhekeskeisyyttä ja yksilöllisyyttä kunnioittaen. Kouluterveydenhuollon henkilöstön toiminnassa korostuvat ammattitaito, luottamuksellisuus, vastuullisuus sekä oman osaamisen jatkuva kehittäminen. Kouluterveydenhuolto ohjaa koululaisia tarvittaessa jatkotutkimuksiin ja hoitoon, toimii yhteistyössä lapsen perheen kanssa ja kehittää terveellistä ja turvallista oppimisympäristöä moniammatillisessa yhteistyössä muiden hallintokuntien kanssa. (Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 380/2009; Kansanterveyslaki 77/1972; Kansanterveysasetus 802/1992; Sosiaali- ja terveysministeriön kouluterveydenhuollon laatusuositus 2004:8; Helsingin koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon toimintasuunnitelma 2010–2011).

1.2 Kouluterveydenhuolto osana oppilashuoltoa ja terveydellisten olojen valvontaa

Oppilashuolto on oppimista, oppilaiden psyykkistä ja fyysistä terveyttä sekä sosiaalista hyvinvointia edistävää, ylläpitävää ja tehostavaa toimintaa. Oppilashuollon tehtävänä on ehkäistä ja poistaa oppimisvaikeuksia sekä terveydellisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia. Kouluterveydenhuolto toimii asetuksen (380/2009) mukaisesti moniammatillisessa yhteistyössä muun oppilashuollon kanssa tukien erityisesti niitä oppilaita, joilla on vaikeuksia koulussa, kotona tai sosiaalisessa toimintaympäristössä. Opettaja voi oppilashuoltoryhmän puitteissa tuoda esiin erityistä huolta aiheuttavat oppilaat, joihin terveystarkastuksessa tulisi kiinnittää huomiota. Näitä voivat olla esimerkiksi oppilaat, joilla on oppimisvaikeuksia, käyttäytymisongelmia tai runsaasti poissaoloja. Moniammatillista yhteistyötä tehdään myös alueen muiden toimijoiden kanssa.

Terveystieteiden rooli oppilashuoltoryhmässä on toimia terveydenhuollon asiantuntijana. Terveystieteilijä osallistuu oppilashuoltoryhmän jäsenenä koko kouluyhteisön hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Toiminta sisältää oppilaiden hyvinvoinnin ja terveyden seuraamista, arviointia ja edistämistä, sekä oppimisen, tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien tunnistamista ja selvittämistä yhteistyössä muun oppilashuoltohenkilöstön kanssa. Koululääkäri osallistuu oppilashuoltoryhmään tarvittaessa.

Oppilaiden terveyden edistämiseksi opiskelu ympäristön terveellisyys ja turvallisuus tarkastetaan joka kolmas vuosi. Tarkastus tehdään yhteistyössä kouluterveydenhuollon, koulun ja sen



oppilaiden, terveystarkastajan, henkilöstön työterveyshuollon, työsuojeluhenkilöstön ja tarvittaessa muiden asiantuntijoiden kanssa. Tarkastuksessa todettujen puutteiden korjaamista seurataan vuosittain. Lisäksi [terveydellisten olojen valvonta](#) edellyttää jatkuvaa havainnointia kouluympäristössä.

1.3 Kouluterveydenhuollon terveystarkastukset

Terveystarkastuksella tarkoitetaan kliinisillä tutkimuksilla tai muilla tarkoituksenmukaisilla ja luotettavilla menetelmillä suoritettua terveydentilan ja toimintakyvyn tarkastusta sekä terveyden edistämiseen liittyvää terveyden tilan selvittämistä. Kouluterveydenhuollossa terveystarkastuksen sisältöä ohjaa asetuksen (380/2009) soveltamisohje (STM 2009:20).

Asetuksen (380/2009) mukaan terveystarkastuksessa on selvitettävä tarkastettavan ikävaiheen ja yksilöllisen tarpeen mukaan kasvua, kehitystä ja hyvinvointia haastattelulla ja kliinisillä tutkimuksilla sekä tarvittaessa muilla menetelmillä. Perheen hyvinvointia selvitetään terveystarkastuksissa haastattelulla. Tarkastettavien toivomukset ja mielipiteet on selvitettävä ja otettava huomioon kehitystason edellyttämällä tavalla.

Asetus (380/2009) linjaa, että erityisen tuen tarpeen tunnistamisessa ja tuen järjestämisessä on tärkeää yhteistyö sekä lapsen, nuoren ja hänen perheensä kanssa että koulun kanssa osana oppilashuoltoa. Terveystarkastuksissa pyritään löytämään ne lapset ja nuoret, jotka saattavat tarvita tehostetumpaa seurantaan tulevaisuudessa.

1.3.1 Määräaikainen terveystarkastus

Terveydenhoitaja tapaa oppilaat vuosittain. Määräaikainen terveystarkastus järjestetään kaikille ennalta määriteltyyn ikä- tai vuosiluokkaan tai muuhun erityisryhmään kuuluville. Tavoitteena on lasten, nuorten ja perheiden tasa-arvoinen asema terveyden ja hyvinvoinnin seurannassa. Terveystarkastuksessa selvitetään oppilaan ikävaiheen ja yksilöllisen tarpeen mukaan terveyttä, kasvua ja kehitystä sekä oppilaan hyvinvointia perhe huomioiden. Tarkastuksissa korostuvat oppilaan omien voimavarojen tukeminen, terveydenedistäminen ja omien vahvuuksien löytäminen, mahdollisten terveysongelmien ennaltaehkäisy sekä terveysneuvonta. Terveystarkastuksessa käytetään hyödyksi oppilaan aikaisempia terveystietoja sekä mahdollisesti vanhemmilta, opettajalta tai oppilashuoltoryhmältä saatua tietoa. (Asetuksen 380/2009 soveltamisohje; STM 2009:20)

1.3.2 Laaja terveystarkastus

Luokilla 1, 5 ja 8 tehdään laaja-alaiset terveystarkastukset, johon sisältyy terveydenhoitajan tekemän tarkastuksen lisäksi lääkärintarkastus sekä vanhempien tapaaminen ja haastattelu. Huoltajien kirjallisella suostumuksella laajaan terveystarkastukseen voidaan lisäksi pyytää



opettajan arvio oppilaan selviytymisestä koulussa niiltä osin kuin se on välttämätöntä hoidon ja tuen järjestämisen kannalta.

Laajojen terveystarkastusten tarkoituksena on selvittää oppilaan ja hänen perheensä hyvinvointia. Vanhemmilla on mahdollisuus myös tutustua terveystarkastuksen yhteydessä kouluterveydenhoitajaan ja lääkäriin. Laajassa terveystarkastuksessa selvitetään perheen terveyteen ja hyvinvointiin liittyvät asiat, kuten perheen terveystottumukset ja huolenpito lapsesta. Lapsen tai nuoren ikävaihe huomioon ottaen pyritään vahvistamaan ja tukemaan vanhempien ja koko perheen omia voimavaroja. Vanhemmilla ja lapsilla on terveystarkastuksen aikana mahdollisuus kertoa tunteistaan sekä ajatuksistaan ja samalla he saavat tietoa lapsen selviytymisestä kouluyhteisössä. (Asetuksen 380/2009 soveltamisohje; STM 2009:20)

1.3.3 Muut terveystarkastukset

Terveystarkastuksia voidaan järjestää yksilöllisen tarpeen mukaan myös muina ajankohtina tai muille kuin edellä mainituille ryhmille erityisen tuen tai hoidon suunnittelemiseksi ja järjestämiseksi. Muut terveystarkastukset sisältävät tarvittavat seurantakäynnit. (Asetuksen 380/2009 soveltamisohje; STM 2009:20)

1.3.4 Yksilöllisen tarpeen mukaiset tapaamiset

Terveystarkastusten lisäksi järjestetään yksilöllisen tarpeen mukaisia tapaamisia. Työntekijällä on mahdollisuus tavata lasta, nuorta ja hänen perhettään joustavasti oman huolensa perusteella. Lisäksi lapsilla, nuorilla ja heidän perheillään on mahdollisuus hakeutua vastaanotolle yksilöllisten tarpeidensa ja elämäntilanteensa mukaan. (Asetuksen 380/2009 soveltamisohje; STM 2009:20)

1.3.5 Kutsukäytännöt

Kouluterveydenhoitaja sopii yhdessä rehtorin tai luokanvalvojan kanssa toimivat käytännöt terveystarkastusten suorittamiseksi. Näin varmistetaan tarkastusten sujuvuus ja minimoidaan tarkastuksista poisjäännit.

Koulun aloittaville oppilaille ja heidän vanhemmilleen voidaan lähettää tieto tulevasta terveystarkastuksesta ja kouluterveydenhuollon yhteydenotto-ohjeet oppilaaksiottamispäätöksen mukana kotiin. Mikäli huoltajat eivät ota yhteyttä terveydenhoitajaan, terveydenhoitaja on yhteydessä heihin. Muiden luokka-asteiden terveystarkastusten ajankohdasta ja tiedottamisesta sovitaan oppilaan, perheen ja luokanvalvojan kanssa. Oppilas tai hänen perheensä voi tuoda esiin tarpeen määräaikaan terveystarkastukseen halutessaan myös muuna aikana.



Kouluterveydenhoitajan laatima saatekirje terveystarkastusten aloittamisesta voidaan lähettää kotiin esimerkiksi Wilman kautta tai terveystarkastuslomakkeen mukana. Varattaessa aikoja laajoihin terveystarkastuksiin vanhempien toiveet ja mahdollisuudet osallistua tarkastuksiin otetaan huomioon.

Oppilaan kutsumisessa ja yhteistyössä perheen kanssa otetaan huomioon perheen äidinkieli. Tarvittaessa käytetään tulkkia.

1.3.6 Terveystarkastuksesta poisjääneet

Asetuksen (380/2009) mukaan terveystarkastuksesta pois jääneen oppilaan tuen tarve selvitetään ja tehdään jatkosuunnitelma yhdessä huoltajan ja/tai oppilashuoltoryhmän kanssa. Tarvittaessa oppilashuoltoryhmä tai muu mahdollinen tukiverkosto voi tarjota kotikäyntimahdollisuuden. Sovitut asiat kirjataan potilastietojärjestelmään. Kouluterveydenhuollon palvelut ovat kuitenkin käyttäjilleen vapaaehtoisia. Tarkastuksista poisjääneiden määriä seurataan ja selvitetään poisjäännin syitä.

1.4 Terveystarkastukset luokka-asteittain

- 1. luokka,** laaja terveystarkastus sisältää terveydenhoitajan ja lääkärin tekemän tarkastuksen. Koulun terveydenhoitaja saa päiväkodin palautteen, tiedot neuvolaseurannasta, mahdollisista kouluvalmiustutkimuksista, puheterapiasta ym. päiväkodin kanssa pidettävässä nivelpalaverissa ennen terveystarkastusta. Terveydenhoitaja kutsuu koulun aloittavan oppilaan terveystarkastukseen yhdessä vanhempien tai huoltajien kanssa. Terveystarkastus voidaan järjestää jo kesällä ennen koulun alkamista.

Tarkastuksen lähtökohdaksi saadaan terveystietoja vanhempien täyttämästä terveystarkastuslomakkeesta (Tekoul-70) ja neuvolan seurantatiedoista. Terveydenhoitajan tarkastuksessa arvioidaan lapsen fyysistä ja psyykkistä terveydentilaa. Lapsen ja perheen kanssa keskustellaan koulunkäynnin sujumisesta, lapsen mielialasta, kaverisuhteista ja muista jokapäiväisen hyvinvoinnin osa-alueista. Terveystarkastuksessa otetaan huomioon koko perheen hyvinvointi ja erityisesti lapsen uuden elämänvaiheen mukanaan tuomat muutokset liittyen koulun aloittamiseen. Kartoitetaan perheen voimavaroja ja huolenpitoa lapsesta.

Lapsen kasvua ja kehitystä seurataan tutkimalla pituus, paino, ryhti, puberteettikehitys sekä näkö, kuulo ja verenpaine. Tarvittaessa annetaan rokotusohjelman mukaisia rokotuksia.

Peruskoulun 1. luokalla tehtävään laajaan terveystarkastukseen kuuluu lääkärintarkastus pääsääntöisesti kevätlukukaudella. Lääkäri tekee lapselle klinisen



tutkimuksen ja arvioi seulatutkimusten tulokset. Lääkärintarkastuksen yhteydessä lapsen ja hänen vanhempiensa kanssa keskustellaan perheen terveydestä ja hyvinvoinnista. Selvitetään perheen terveystottumuksia ja tehdään perheen hyvinvointisuunnitelma, joka sisältää hyvinvoinnin arvion. Lääkärillä on käytettävissä opettajan arvio oppilaasta, mikäli huoltaja on antanut tähän suostumuksensa.

- 2. luokka:** Terveystarkastus sisältää oppilaan terveyden, kasvun ja hyvinvoinnin seurannan ja arvioinnin. Terveystarkastuksessa selvitetään lapsen mielialaa, koulutyöstä ja arjesta selviytymistä sekä sosiaalisia suhteita. Lapsen kasvu ja kehitys tutkitaan. Terveysneuvonnan keinoin edistetään lapsen terveyttä sekä vahvistetaan ja tuetaan lapsen ja perheen voimavaroja. Tarvittaessa tehdään yksilöllinen hyvinvointi- ja terveyssuunnitelma yhdessä lapsen tai hänen perheensä kanssa tai tarkistetaan aikaisemmin tehtyä suunnitelmaa.
- 3. luokka:** Terveystarkastus sisältää oppilaan terveyden, kasvun ja hyvinvoinnin seurannan ja arvioinnin. Terveystarkastuksessa selvitetään lapsen mielialaa, koulutyöstä ja arjesta selviytymistä sekä sosiaalisia suhteita. Lapsen kasvu ja kehitys tutkitaan. Terveysneuvonnan keinoin edistetään lapsen terveyttä sekä vahvistetaan ja tuetaan lapsen ja perheen voimavaroja. Tarvittaessa tehdään yksilöllinen hyvinvointi- ja terveyssuunnitelma yhdessä lapsen tai hänen perheensä kanssa tai tarkistetaan aikaisemmin tehtyä suunnitelmaa. Vanhemmat ja lapsi täyttävät terveystietolomakkeen (Tekoul-75) yhdessä.
- 4. luokka:** Terveystarkastus sisältää oppilaan terveyden, kasvun ja hyvinvoinnin seurannan ja arvioinnin. Terveystarkastuksessa selvitetään lapsen mielialaa, koulutyöstä ja arjesta selviytymistä sekä sosiaalisia suhteita. Lapsen kasvu ja kehitys tutkitaan. Terveysneuvonnan keinoin edistetään lapsen terveyttä sekä vahvistetaan ja tuetaan lapsen ja perheen voimavaroja. Tarvittaessa tehdään yksilöllinen hyvinvointi- ja terveyssuunnitelma yhdessä lapsen tai hänen perheensä kanssa tai tarkistetaan aikaisemmin tehtyä suunnitelmaa.
- 5. luokka,** laaja terveystarkastus sisältää terveydenhoitajan ja lääkärin tekemän tarkastuksen. Vanhemmat tai huoltajat osallistuvat lääkärin tekemään terveystarkastukseen.

Terveystarkastus sisältää oppilaan terveyden, kasvun ja hyvinvoinnin seurannan ja arvioinnin. Terveystarkastuksessa selvitetään lapsen mielialaa, koulutyöstä ja arjesta selviytymistä sekä sosiaalisia suhteita. Lapsen kasvu ja kehitys tutkitaan. Terveysneuvonnan keinoin edistetään lapsen terveyttä sekä vahvistetaan ja tuetaan lapsen ja perheen voimavaroja. Terveystarkastuksessa käydään läpi lapsen luokassa täyttämä terveystietolomake (Tekoul-60) sekä vanhempien täyttämä terveystietolomake (Tekoul-80).



Terveystarkastuksessa arvioidaan yläasteelle siirtymistä varten tarvittavia mahdollisia tukitoimia tai lisätutkimuksia.

Lääkärintarkastuksessa tehdään kliininen tutkimus, arvioidaan puberteetin kehityksen vaihe Tannerin asteikolla sekä huomioidaan mahdolliset aiemmat sairaudet ja lääkitys. Lääkärintarkastuksen yhteydessä lapsen ja hänen vanhempiensa kanssa keskustellaan perheen terveydestä ja hyvinvoinnista. Selvitetään perheen terveystottumuksia ja päivitetään perheen hyvinvointisuunnitelma, joka sisältää hyvinvoinnin arvion. Vahvistetaan vanhemmuutta ja perheen voimavaroja lapsen kehitysvaihe huomioiden. Tarkastuksessa kiinnitetään erityistä huomiota lapsen mahdollisiin päihdekokeiluihin ja syrjäytymisriskeihin sekä muuhun erityisen tuen tarpeeseen. Lääkärillä on käytettävissä opettajan arvio oppilaasta, mikäli huoltaja on antanut tähän suostumuksensa.

- 6. luokka:** Terveystarkastuksen tekemä nivelvaiheen terveystarkastus sisältää oppilaan terveyden, kasvun ja hyvinvoinnin seurannan ja arvioinnin. Terveystarkastuksessa selvitetään lapsen mielialaa, koulutyöstä ja arjesta selviytymistä sekä sosiaalisia suhteita. Lapsen kasvu ja kehitys tutkitaan. Terveysneuvonnan keinoin edistetään lapsen terveyttä sekä vahvistetaan ja tuetaan lapsen ja perheen voimavaroja. Päivitetään yksilöllinen hyvinvointi- ja terveyssuunnitelma yhdessä lapsen tai hänen perheensä kanssa. Terveystarkastaja huolehtii, että lapsen terveystiedot ovat ajan tasalla ja vastaa tietojen siirtymisestä yläkoulun terveystarkastajalle yhdessä lapsen ja huoltajien kanssa.

Muut luokat

Starttiluokka: 1. luokan laaja terveystarkastus. Starttiluokalla selvitetään moniammatillisen työryhmän toimesta tukitoimien jatkotarve ja opetuksen järjestäjä arvioi lapsen tulevan koulumuodon.

Valmistava luokka: Noudatetaan luokka-asteen mukaista terveystarkastusohjelmaa. Huomioi kaupungin sisäiset sopimukset maahantulotarkastuksesta. [Ohje: Maahanmuuttajien terveystarkastus ja rokotukset.](#) [Pysyväisohje: Ulkomaalaisen oikeushoitoon, maksut ja korvaukset.](#)

Muut erityisoppilaat (pidennetyn oppivelvollisuuden oppilaat, monimuoto-, EHA-tai kotiopetuksessa olevat ym.): Noudatetaan luokka-asteen mukaista terveystarkastusohjelmaa.

- 7. luokka:** Yläasteella aloittava oppilas osallistuu terveystarkastukseen vanhempien tai huoltajien kanssa. Terveystarkastus voidaan tehdä kesällä ennen koulun alkua.



Vanhemmat ja nuori täyttävät terveystarkastusta varten terveystarkastuslomakkeen (Tekoul-35). Yhteistyössä vanhempien kanssa selvitetään nuoren ja perheen hyvinvointia sekä elinoloja. Keskustellaan mielialasta, opiskelun ja arjen sujumisesta sekä sosiaalisista suhteista. Kiinnitetään huomio nuoren ja perheen vahvuuksiin ja voimavaroihin.

Lisäksi terveystarkastuksessa tutkitaan nuoren fyysinen kasvu ja kehitys. Vanhemmilta tai nuorelta saadaan mahdollisten aikaisempien hoitajaksojen sairauskertomukset, joista selviää suunniteltu seurannan ja lisätuen tarve. Terveysneuvonnan keinoin edistetään nuoren terveyttä keskustelemalla nuoren ja koko perheen terveystottumuksista. Tarkastuksessa hyödynnetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelman tietoja tai mahdollisesti terveydenhoitajan ja oppilashuoltoryhmän nivelpalaverissa esiin tulleita asioita.

- 8. luokka:** laaja terveystarkastus sisältää terveydenhoitajan ja lääkärin tekemän tarkastuksen. Vanhemmat tai huoltajat osallistuvat lääkärin tekemään terveystarkastukseen.

Terveydenhoitajan tekemä terveystarkastus sisältää oppilaan terveyden, kasvun ja hyvinvoinnin seurannan ja arvioinnin. Terveystarkastuksessa selvitetään nuoren hyvinvointia keskustelemalla esimerkiksi mielialasta, opiskelun ja arjen sujumisesta sekä sosiaalisista suhteista. Lapsen kasvu ja kehitys tutkitaan. Terveysneuvonnan keinoin edistetään lapsen terveyttä sekä vahvistetaan ja tuetaan lapsen ja perheen voimavaroja. Terveydenhoitaja esittäytää lääkärintarkastuksen yhteydessä nuorelle annettavan nuorisonterveystodistuksen (Pegasoksen nuorisonterveystodistus tai poikkeustapauksissa lomake Te-610).

Huoltajat osallistuvat lääkärin tekemään tarkastukseen, mutta nuorelle annetaan mahdollisuus tavata lääkäri myös ilman vanhempia. Nuorelle tehdään kliininen tutkimus ja arvioidaan puberteettikehitys. Lisäksi keskustellaan nuoren kanssa hänen elämäntavoistaan, harrastuksistaan, koulunkäynnistään ja tulevaisuudensuunnitelmistaan. Lääkärin huomioi myös ammatinvalintaan liittyvät kysymykset, kuten oppimisvaikeudet, allergiat sekä näkö- ja kuulopoikkeavuudet. Lääkärintarkastuksen yhteydessä kirjoitetaan Nuorison terveystodistus.

- 9. luokka:** Terveydenhoitajan tekemä terveystarkastus sisältää oppilaan terveyden, kasvun ja hyvinvoinnin seurannan ja arvioinnin. Selvitetään nuoren hyvinvointia ja elinoloja keskustelemalla mielialasta, opiskelun ja arjen sujumisesta sekä sosiaalisista suhteista. Kiinnitetään huomio nuoren vahvuuksiin ja voimavaroihin. Lisäksi käsitellään ikävaiheelle tyypillisiä asioita, kuten nuoren seksuaaliterveyteen ja mahdolliseen seurusteluun liittyvät kysymykset tai mahdolliset päihdekokeilut ja päihteiden käyttö.



Terveystarkastuksessa seurataan nuoren fyysinen kasvua ja kehitystä sekä arvioidaan terveydentilaa jatko-opinnoista selviytymisen kannalta. Tarkistetaan rokotusohjelma ja annetaan puuttuvat rokotteet, tulostetaan rokotuskortti oppilaalle. Terveystiedot siirretään lukioon tai ammatilliseen oppilaitokseen. Ulkopaikkakuntien välillä kulkeviin terveystietoihin tarvitaan alaikäisen kohdalla huoltajan ja täysi-ikäisen kohdalla oma kirjallinen siirtolupa.

10.luokka: Mahdollista syrjäytymisriskiä pyritään vähentämään moniammatillisen yhteistyön keinoin esimerkiksi opinto-ohjaajan ja kuraattorin kanssa. Ammatinvalintaan vaikuttavia terveydellisiä asioita käsitellään ja ohjataan mahdolliseen jatkoselvittelyyn. Tarkastuksessa huomioidaan nuoren seksuaaliterveyteen ja mahdolliseen seurusteluun liittyvät asiat, mahdollinen päihteiden käyttö sekä muut kysymykset. Tehdään yhteistyötä oppilaan, perheen ja oppilashuollon kanssa.

1.5. Terveysneuvonta

Terveysneuvonnalla tarkoitetaan terveydenhuollon ammattihenkilöstön toimintaa, jossa lasten, nuorten ja heidän kehitysympäristöjensä hyvinvointia tuetaan suunnitelmallisella terveyslähtöisellä vuorovaikutuksella ja viestinnällä yksilö-, ryhmä- ja väestötasoilla. Asetuksen (380/2009) mukaan terveysneuvontaa toteutetaan yksilöllisen tarpeen ja kehitysvaiheen mukaisesti yhteistyössä yksilön ja perheen kanssa siten, että se tukee tiedon soveltamista käytäntöön ja vastuun ottamista omasta terveydestä.

Terveysneuvonnassa huomioidaan koulun opetussuunnitelman mukaiset eri-ikäisten oppilaiden terveysneuvonnan osa-alueet yhteistyössä opettajien kanssa. Terveysneuvonnassa käsitellään koulu- ja opiskeluterveydenhuollon terveyden edistämisen painopistealueita:

- Mielenterveyden edistäminen
- Päihteiden käytön ennaltaehkäisy
- Seksuaaliterveyden edistäminen
- Ylipainon ennaltaehkäisy
- Koulukiusaamisen ja fyysisen uhan varhainen tunnistaminen ja niihin puuttuminen
- Koululaisten ja opiskelijoiden syrjäytymisen ehkäisy

Lisäksi käsitellään eri luokka-asteiden terveystarkastusohjelman mukaisia painopistealueita.

Terveysneuvonnan tukena käytettävän ja jaettavan ohjausaineiston tuotannossa ja valinnassa noudatetaan seuraavia kriteerejä:



- Aineisto on ajantasaista
- Aineisto pohjautuu näyttöön perustuvaan tietoon
- Palvelujen käyttäjien äidinkieli, moninaisuus ja kulttuuri on huomioitu
- Aineisto on puolueetonta
- Aineisto on kaikkien saatavissa esteettömästi (Asetus 380/2009)

2. OPISKELUTERVEYDENHUOLTO

2.1 Opiskeluterveydenhuollon perustehtävä

Helsingin terveyskeskuksen opiskeluterveydenhuollon perustehtävänä on edistää opiskelijoiden terveyttä ja opiskelukykyä sekä valvoa opiskeluympäristön terveydellisiä oloja.

Opiskeluterveydenhuolto toimii asiakaslähtöisesti, luottamuksellisesti ja oikeudenmukaisesti opiskelijan yksilöllisyyttä ja itsemääräämisoikeutta kunnioittaen. Opiskeluterveydenhuolto vahvistaa nuoren omia voimavaroja, torjuu syrjäytymistä, tukee nuorta aikuistumisessa ja vahvistaa nuoren elämänhallintaa. Opiskeluterveydenhuollon henkilöstön toiminnassa korostuvat ammattitaito, vastuullisuus, saavutettavuus ja oman osaamisen jatkuva kehittäminen.

Opiskelija saa sairaanhoitopalvelut pääsääntöisesti oman asuinalueensa terveysasemalta ja ulkokuntalainen opiskelija siltä terveysasemalta, jonka alueella oppilaitos sijaitsee. Kaikki päätoimisesti Helsingissä opiskelevat voivat kotikunnastaan riippumatta saada suun terveydenhuollon palveluja Helsingin terveyskeskuksesta. Opiskeluterveydenhuollon palvelut ovat käyttäjilleen vapaaehtoisia. (Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 380/2009; Kansanterveyslaki 77/1972; Kansanterveysasetus (802/1992); Sosiaali- ja terveysministeriön kouluterveydenhuollon laatusuositus 2004:8; Helsingin koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon toimintasuunnitelma 2010–2011).

2.2 Opiskeluterveydenhuolto osana opiskelijahuoltoa ja terveydellisten olojen valvontaa

Opiskelijahuolto on oppimista, opiskelijoiden fyysistä ja psyykkistä terveyttä sekä sosiaalista hyvinvointia edistävää, ylläpitävää ja tehostavaa toimintaa. Opiskelijahuollon tavoitteena on luoda terveellinen ja turvallinen oppimis- ja opiskeluympäristö, suojata mielenterveyttä, ehkäistä syrjäytymistä ja edistää opiskeluyhteisön hyvinvointia sekä yhteisöllisen että yksilöllisen tuen avulla (Opiskeluterveydenhuollon opas STM2006:12).

Opiskeluterveydenhuollon henkilöstö toimii yhteistyössä oppilaitoksen henkilöstön kanssa opiskelijahuoltoryhmässä tai hyvinvointityöryhmässä. Opiskelijahuoltoryhmässä voidaan esimerkiksi yhdessä sopia opiskelijalle järjestettävästä tuesta ja työnjaosta. Opiskelijahuoltoryhmässä voidaan käsitellä laajempia kokonaisuuksia, kuten oppilaitoksen kriisi-



tai turvallisuussuunnitelmaa. Moniammatillista yhteistyötä tehdään myös alueen muiden toimijoiden kanssa.

Terveystarkastajan rooli opiskelijahuoltoryhmässä on toimia terveydenhuollon asiantuntijana. Terveystarkastaja osallistuu opiskelijahuoltoryhmän jäsenenä koko opiskeluyhteisön hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Toiminta sisältää opiskelijoiden hyvinvoinnin ja terveyden seuraamista, arviointia ja edistämistä, sekä oppimisen, tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien tunnistamista ja selvittämistä yhteistyössä muun opiskelijahuoltohenkilöstön kanssa. Tarvittaessa lääkäri osallistuu opiskelijahuoltoryhmään.

Opiskelijoiden terveyden edistämiseksi opiskeluympäristön terveellisyys ja turvallisuus tarkastetaan joka kolmas vuosi. Tarkastus tehdään yhteistyössä opiskeluterveydenhuollon, oppilaitoksen ja sen opiskelijoiden, terveystarkastajan, henkilöstön työterveyshuollon, työsuojeluhenkilöstön ja tarvittaessa muiden asiantuntijoiden kesken. Tarkastuksessa todettujen puutteiden korjaamista seurataan vuosittain. Lisäksi [terveydellisten olojen valvonta](#) edellyttää jatkuvaa havainnointia opiskeluympäristössä.

2.3 Opiskeluterveydenhuollon terveystarkastukset

Terveystarkastuksen tehtävänä on edistää opiskelijan terveyttä ja hyvinvointia. Nuorta ohjataan tekemään terveyttä edistäviä valintoja ja tuetaan itsenäistymisessä. Terveystarkastuksessa selvitetään opiskelijan opiskelukykyä ja elämäntilannetta, itsetuntoa, voimavaroja ja vastuuta omasta terveydestään. Tarvittaessa tehdään laajempi motivaation, riskien, muutoshalukkuuden ja muutoksen esteiden selvittäminen. Opiskeluterveydenhuollossa on tärkeää tunnistaa opiskelijat, jotka tarvitsevat erityistä tukea ja heitä ohjataan opiskelun aikana tarvittavien tukitoimien piiriin (Asetuksen 380/2009 soveltamisohje; STM 2009:20).

Opiskelukykyyhin voivat vaikuttaa

- mielenterveys- ja päihdeongelmat
- sosiaaliset ongelmat
- muutto toiselta paikkakunnalta
- pitkäaikaissairaus
- kiusaaminen
- oppimisvaikeudet

Muut mahdollisesti tukea tarvitsevat

- maahanmuuttajat ja ulkomaalaiset opiskelijat
- uudelleen koulutukseen tulevat opiskelijat
- opiskelijat, joiden edellisistä opinnoista on kauan
- perheelliset opiskelijat
- opiskelun ohessa työssäkäyvät opiskelijat



Opiskelijoiden terveystarkastustoiminnan tavoitteena on

- selvittää yhdessä opiskelijan kanssa opiskelijan elämäntilanne, elämäntavat, sosiaaliset verkostot ja opiskelu osana hyvinvoinnin kokonaisuutta
- tukea ja vahvistaa opiskelijan voimavaroja havaita elämäntapoihin liittyviä riskejä ja antaa ohjausta ja neuvontaa niiden vähentämiseksi
- arvioida opiskelijan terveydentilaa opinnoista selviytymisen kannalta huomioida syrjäytymisvaarassa olevat opiskelijat
- ohjata opiskelija tarvittavien palvelujen piiriin, jos toimintakykyä uhkaavia tai sitä haittaavia ongelmia havaitaan
- selvittää raskauden ehkäisyn ja seksuaaliterveysneuvonnan tarve
- suunnitella tarvittaessa kroonisten sairauksien seuranta, hoito ja kuntoutus opiskelun ajaksi
- selvittää erityisopiskelijan tarvitsemat kuntoutus- ja tukitoimet yhdessä oppilaitoksen ja muiden tahojen kanssa
- arvioida jatkotapaamisten tarve
- tiedottaa opiskeluterveydenhuollon tarjoamista palveluista

Opiskelijan terveystarkastuksessa tulee arvioida opiskelijan terveydentilaa opinnoista selviytymisen kannalta. Palveluja kohdennetaan koko ikäluokan kattavien määräaikaisten terveystarkastusten lisäksi erityisesti niille, jotka tarvitsevat enemmän opiskeluterveydenhuollon ammattihenkilöiden apua tai ohjausta.

Terveystarkastuksesta poisjääneiden osalta selvitetään mahdollisen tuen tarve. Terveystarkastuksesta poisjääneelle opiskelijalle tarjotaan uutta aikaa. Jos opiskelija toistuvasti jättää tulematta terveystarkastukseen, otetaan yhteyttä alle 18-vuotiaan vanhempiin ja tarvittaessa opiskelijan tilannetta selvitetään opiskelijahuoltoryhmässä.

2.3.1 Terveyskysely

Opiskelijan terveystarkastuksen tarve ja kiireellisyys selvitetään opintojen alussa täytettävällä terveyskyselyllä ja aiempiin terveystietoihin perehtymällä. Opiskelijat saavat terveyskyselylomakkeen täytettäväksi opiskelupaikan varmistuttua tai opintojen alettua. Terveyskyselyssä selvitetään opiskelijan terveydentilaa, terveyskäyttäytymistä sekä opiskeluun ja ihmissuhteisiin liittyviä asioita. Terveyskyselyn tuloksen avulla voidaan arvioida terveystarkastukseen kutsumisen kiireellisyys.

Ensimmäisen vuoden terveystarkastuksia voidaan pitää ikäryhmä- tai elämänvaihetarkastuksina, sillä tässä elämänvaiheessa pahenevat monet sellaiset mielenterveysongelmat, jotka voivat johtaa syrjäytymiseen ja varhaiseen eläkkeelle joutumiseen. Vakavan masennuksen, vetäytymisen ja ajatushäiriöiden havaitseminen on tärkeitä. Mahdollinen kiusaaminen tunnistetaan ja siihen puututaan (STM 2006b).



Terveyskyselyn tehtävänä on myös suunnata opiskelija pohtimaan monipuolisesti terveytensä liittyviä tekijöitä ja auttaa opiskelijaa havaitsemaan omat mahdollisuutensa terveytensä ja hyvinvointinsa edistämiseksi. Kysely tarjoaa opiskelijalle helpon mahdollisuuden hakea tukea terveydenhuollon ammattihenkilöltä.



2.3.2 Toisen asteen oppilaitoksessa opiskelevien terveystarkastukset

Terveystarkastaja tekee kaikille lukiossa ja ammatillisessa perus- tai aikuiskoulutuksessa ensimmäistä vuotta opiskeleville terveystarkastuksen. Terveystarkastuksia varten tilataan tarvittaessa aiemmat terveystiedot. Terveystarkastuksen osana käytetään opiskelujen alussa täytettävää terveystarkastusta, Tekoul -45 tai Tekoul -40 terveystarkastuslomaketta ja terveystarkastuksesta saatavia tietoja. Terveystarkastuksen yhteydessä suositellaan täyttämään Pegasos-sairauskertomuksen terveystottumuslomake. Ammatillisen koulutuksen terveystarkastuksissa kiinnitetään lisäksi huomiota opiskelualaan liittyviin terveydellisiin vaatimuksiin ja otetaan huomioon työelämää koskevat lait ja säädökset.

Lääkärintarkastus järjestetään toisen asteen koulutuksessa opiskeleville ensimmäisenä tai toisena opiskeluvuonna. Mikäli lääkärintarkastus on tehty opiskelijavalinnan yhteydessä kyseisen opiskelualan lainsäädännöstä tai erityispiirteiden vuoksi, ja siitä on kirjoitettu Nuorison terveystodistus tai vastaava, erillistä lääkärintarkastusta ei tarvitse enää tehdä, ellei terveydenhoitajan terveystarkastuksessa ilmene siihen uutta tarvetta. Opiskeluterveydenhuollon lääkärintarkastus on perusteltua tehdä miespuolisille opiskelijoille sinä vuonna, kun opiskelija on kutsunanalainen.

Lääkärintarkastus tehdään ensimmäisenä opiskeluvuotena kuitenkin aina

- erityisopiskelijoille
- opiskelijoille, joilla on opiskelualaan tai tulevaan ammattiin vaikuttava pitkäaikaissairaus tai vamma
- opiskelijoille, jotka joutuvat opiskeluaikanaan alttiiksi erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttaville töille
- terveydenhoitajan arvion mukaan

Lääkärintarkastuksessa selvitetään nuoren voimavarat ja mahdolliset tuen tarpeet sekä psyykinen ja fyysinen terveydentila. Tarkastuksessa huomioidaan terveystottumukset ja mahdolliset aikaisemmat sairaudet. Terveystarkastuksen painopisteitä ovat mielenterveyden tukeminen, ruokailu- ja liikuntatottumukset, päihteiden käytön ehkäisy ja seksuaaliterveys. Lääkärintarkastuksen yhteydessä kirjoitetaan Nuorison terveystodistus ja kutsunanalaisille kirjoitetaan lääkärintodistus terveydentilasta puolustusvoimille. Tarvittaessa nuori ohjataan lisätutkimuksiin tai jatkohoitoon.

Aikuiskoulutuksessa lukiotutkintoa suorittavien, alle 18-vuotiaiden opiskelijoiden terveystarkastusohjelma toteutetaan lukion 1. luokan tarkastusohjelman mukaisesti. Aikuiskoulutuksen opiskelijat, jotka ovat suorittamassa vain yhtä kurssia aikuiskoulutuksessa, eivät kuulu terveystarkastusten piiriin.

2.3.3 Ammattikorkeakoulussa opiskelevien terveystarkastukset

Ensimmäisenä opiskeluvuonna opiskelijoilla on mahdollisuus täyttää sähköinen terveystarkastus (syksy 2011 alkaen), jonka perusteella arvioidaan terveystarkastuksen tarve ja kiireellisyys. Terveystarkastuksen tekemää terveystarkastusta tarjotaan kaikille 1. vuoden ammattikorkeakoulussa opiskeleville. Osa opiskelijoista kutsutaan henkilökohtaisesti tarkastukseen terveystarkastuslomakkeen tai sähköisesti lähetetyn terveystarkastuksen perusteella.

Terveystarkastuksen perusteella terveystarkastukseen kutsutaan opiskelijat, jotka

- ovat terveystarkastuksessa vastanneet haluavansa osallistua opiskeluterveydenhuollossa tehtävään terveystarkastukseen
- joutuvat opiskeluaikanaan alttiiksi erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttaville töille
- terveystarkastuksen perusteella tarvitsevat terveydenhuollon ammattihenkilön apua tai ohjausta eteenpäin terveysongelmien selvittämiseksi tai hoitamiseksi
- terveystarkastuksen perusteella arvioiden hyötyisivät terveydenhuollon interventioista riskikäyttäytymisen tai epäterveellisten terveystottumusten vuoksi tai muiden terveysriskien vuoksi

Opiskeluterveydenhuollon terveystarkastuksia varten tilataan tarvittaessa aiemmat terveystiedot. Lisäksi terveystarkastuksen lähtökohtana ovat aikaisemmat terveystiedot, Tekoulu-65 terveystarkastuslomakkeen tiedot ja terveyskeskustelusta saatavat tiedot. Terveystarkastuksen yhteydessä suositellaan täyttämään Pegasos-sairauskertomuksen terveystottumuslomake.

Ammattikorkeakoulussa opiskeleville varataan aika lääkärin vastaanotolle terveydenhoitajan arvion perusteella. Erityisesti otetaan huomioon opiskelijat, joilla on tulevaan ammattiin vaikuttavia terveysriskejä. Tällaisia voivat olla esimerkiksi mielenterveys- ja päihdeongelmat, opiskelukykyyn vaikuttava lääkitys, fyysiset rajoitukset ja allergiat tai ihottumat.

3. LUOKKAKOHTAISET TAULUKOT

Laaja terveystarkastus 1. lk		
Terveystarkastaja 60 min (huoltaja mukana)	Lääkäri 30 min (huoltaja mukana)	Terveystarkastus ja keskustelun aiheet
Lapsen terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • harrastukset • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • terveystottumukset • lapsen huolenaiheet	Lapsen terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen (opettajan arvio oppilaasta –lomake, mahdolliset oppimisvaikeudet, kiusaaminen, tarvittavat tukitoimet) • terveystottumukset • lapsen sosiaaliset taidot , harrastukset • aiemmat sairaudet ja mahdollinen lääkitys • muut hoitotahot • lapsen huolenaiheet • tehdään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma	• Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset - o terveellinen ravinto • esikoululaisesta koululaiseksi • selviytyminen arjesta, ”koululaisen arki” • iltapäivätoiminta, koulumatkat, turvallisuus, yksin oleminen • lapsen vahvuudet • lapsen fyysinen ja psyykinen terveydentila • suun terveys
Lapsen kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • iho • näkö (kauko- ja lähinäkö) • kuulo • puberteettikehitys kysellen • verenpaine ja pulssi • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Lapsen kasvu ja kehitys • kasvukäyrän tarkastelu ja näyttäminen huoltajille/vanhemmille • yleisvaikutelma (fyysinen ja psyykinen olemus, vuorovaikutus) • Kliininen tutkimus (alusvaatteillaan): • sydämen, keuhkojen auskultaatio (tarv. RR, pulssi) • suun, nielun ja korvien tarkastus • kilpirauhasen ja kaulan alueen nodusten palpaatio • ihon tarkastus (ihottumat, luomet, arvet) • vatsan palpaatio ja reisivaltimopulssit • puberteettikehitys (Tannerin luokitus) ja pojilla kiveksen palpaatio • ryhtitarkastus (tukirangan asento seisten, alaraajojen pituuseron korjaus mittalaudoin ja eteentaivutuksen kylkikohouma skoliometrillä) • jalkojen asento • tarvittaessa: neurologinen status, silmien peittokoe, kuulon äänirautatestausta, eturhinuskopia	Käytettävät apuvälineet • 1. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva kysely, huoltajan lomake • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL Materiaali (tarvittaessa) • Vanhemmuuden roolikartta • Klaari: Alaikäiset ja tupakka, vinkkejä vanhemmille • Terveystarkastus, Koulun- ja opiskeluterveydenhuolto • Mannerheimin lastensuojeluliitto • Opetusvirasto
Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen rakenne ja –tilanne • perheen terveystottumukset (huom. arkirythmi ja päihteiden käyttö) • lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitautitietoisuudet) • huolenpito lapsesta • perheen voimavarat, perheen vastuun korostaminen • vanhemmuuden vahvistaminen, vahvuuksien huomioinen • lapsen tai vanhempien huolenaiheet	Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen terveystottumukset (huom. arkirythmi ja päihteiden käyttö) • lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitautitietoisuudet) • huolenpito lapsesta • perheen voimavarat, perheen vastuun korostaminen • vanhemmuuden vahvistaminen, vahvuuksien huomioinen • lapsen tai vanhempien huolenaiheet	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan laajana terveystarkastuksena

Moniammatillinen yhteistyö • Palaute päivähoitosta (nivelpalaveri) , tiedot neuvolaseurannasta, palaute mahdollisista kouluvalmiustutkimuksista, puheterapiasta ym. • huoltajan luvalla opettajan arvio lapsen selviytymisestä (lomake lääkärin tarkastukseen) • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • iltapäivähoito, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa (esim. lastenneuvola, päiväkot)

Määräaikainen terveystarkastus 2. lk (huoltajat osallistuvat tarpeen mukaan)	
Terveystarkastaja 30 min	Terveystarkastus ja keskustelun aiheet
Lapsen terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • lapsen huolenaiheet • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunitelma	• Terveystottumusten uudelleen arviointi: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset - o terveellinen ravinto ja kouluruokailu • koululaisen arki • mediakasvatus • nettivihje • lapsen vahvuudet • lapsen fyysinen ja psyykkinen terveydentila
Lapsen kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • puberteettikehitys kysellen • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Käytettävät apuvälineet • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
	Materiaali • tarvittaessa • MLL, Onni löytyy arjesta
	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • tulkkikeskus, lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	

Määräaikainen terveystarkastus 3. lk (huoltajat osallistuvat tarpeen mukaan)	
Terveystarkastus 30 min	
Lapsen terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • mahdolliset oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • lapsen huolenaiheet • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunitelma	Terveystarkastus ja keskustelun aiheita • Terveystottumukset: - o rentoutuminen ja vapaa-aika - o vuorokausirytmi (uni ja lepo) - o ruutuaika - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o terveellinen ravinto • koululaisen arki • lapsen vahvuudet • lapsen fyysinen ja psyykkinen terveydentila • päihteettömyyden tukeminen
Lapsen kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • puberteettikehitys kysellen • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Käytettävät apuvälineet • 3. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
	Materiaali • Lapset, nuoret ja perheet, THL • Hiiri hukassa? –esite, Klaari
	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	

Määräaikainen terveystarkastus 4. lk (huoltajat osallistuvat tarpeen mukaan)	
Terveystarkastaja 30 min	Terveysneuvonta ja keskustelun aiheita
Lapsen terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • lapsen huolenaiheet • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunitelma	• Terveystottumukset: - o terveellinen ravinto (kalsiumin saannin turvaaminen), painonhallinta - o hygienia - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset • kaverit • koululaisen arki • lapsen vahvuudet • mediakasvatus (esimerkiksi ikäsuositukset) • lapsen fyysinen ja psyykkinen terveydentila
Lapsen kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • puberteettikehitys kysellen • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Käytettävät apuvälineet • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
	Materiaali • MLL, Onni löytyy arjesta
	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • tulkkikeskus, lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	

Laaja terveystarkastus 5. lk		
Terveystarkastaja 60 min (huoltaja tarvittaessa mukana)	Lääkäri 30 min (huoltaja mukana)	Terveysneuvonta ja keskustelun aiheita
Lapsen terveys ja hyvinvointi • murrosiän kasvu ja kehitys • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • päihdekokeilut • lapsen huolenaiheet	Lapsen terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen (opettajan arvio oppilaasta –lomake, oppimisvaikeudet, yläasteelle siirtymiseen tarvittavat tukitoimet), poissaolot, kiusaaminen • terveystottumukset • aiemmat sairaudet ja mahdollinen lääkitys • muut hoitotahot • lapsen huolenaiheet • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunitelma	• Terveystottumukset: - o päihteet - o mialiala - o murrosiän kasvu ja kehitys - o fyysinen kunto, liikuntatottumukset - o uni, lepo, rentoutuminen - o harrastukset - o terveellinen ravinto - o tietokoneella olo, pelaaminen • koululaisen arki • mediakasvatus • lapsen vahvuudet • lapsen fyysinen ja psyykkinen terveydentila

Lapsen kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • puberteettikehitys kysellen • verenpaine ja pulssi • näkö tarvittaessa • kuulo tarvittaessa • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Lapsen kasvu ja kehitys • kasvukäyrän tarkastelu ja näyttäminen oppilaalle ja huoltajille/vanhemmille • yleisvaikutelma (fyysinen ja psyykkinen olemus, vuorovaikutus) • Kliininen tutkimus (alusvaatteisillaan): • sydämen ja keuhkojen auskultaatio (tarv. RR, pulssi) • suun, nielun ja korvien tarkastus • kilpirauhasen ja kaulanalueen nodusten palpaatio • ihon tarkastus (ihottumat, luomet, arvet) • vatsan palpaatio • puberteettikehitys (Tannerin luokitus) ja pojilla kivesten palpaatio ja tarv. mittaus • ryhtitarkastus (tukirangan asento seisten, alaraajojen pituuseron korjaus mittalaudoin ja eteentaivutuksen kylkikohouma skoliometrillä) • jalkojen asento • tarvittaessa: neurologinen status, silmien peittokoe, kuulon äänirautatestaus, eturhinoskopia • lähete jatkotutkimuksiin tarvittaessa	Käytettävät apuvälineet • 5. luokan oppilaan terveydentilaa ja hyvinvointia koskeva kysely, huoltajan lomake • 5. luokan oppilaan terveydentilaa ja hyvinvointia koskeva kysely, oppilaan lomake • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen rakenne ja –tilanne • perheen terveystottumukset • lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitaustaiset perheet) • huolenpito lapsesta • perheen voimavarat, perheen vastuun korostaminen • perheen terveys (kysytään päihteiden käytöstä) • vanhemmuuden vahvistaminen, vahvuuksien huomioinen • muut mahdolliset lapsen tai vanhempien huolenaiheet	Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen terveystottumukset • lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • huolenpito lapsesta • perheen voimavarat, perheen vastuun korostaminen • perheen terveys (kysytään päihteistä ym.) • vanhemmuuden vahvistaminen, vahvuuksien huomioinen • lapsen tai vanhempien huolenaiheet perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitaustaiset perheet)	Materiaali • Hei mitä mulle tapahtuu? –esite (Väestöliitto, Kosti-tilauksella hankintakeskuksesta) • Tytöt ja ruoka, pojat ja ruoka –esite (Kosti-tilauksella hankintakeskuksesta) • Nuoren ihonhoidon opas • Tupakoimaton välttyy näiltä vaikutuksilta • MLL, Nuortennetti • Väestöliitto, Nuoret • Päihdelinkki Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan laajana terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • huoltajan luvalla opettajan arvio lapsen selviytymisestä (lomake lääkärintarkastukseen) • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa		

Määräaikainen terveystarkastus 6. lk (huoltajat osallistuvat tarpeen mukaan)	
Terveydenhoitaja 30 min	Terveysneuvonta ja keskustelun aiheita
Lapsen terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • lapsen huolenaiheet • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunitelma	• kaverit • lapsen vahvuudet • yläasteelle siirtyminen • ergonomia ja työskentelyasennot • Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset - o terveellinen ravinto • koululaisen arki • mediakasvatus • lapsen fyysinen ja psyykkinen terveydentila
Lapsen kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • puberteettikehitys kysellen • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen) Lapsen terveystiedot ajantasalle, suunnitellut, seurannat ja tietojen siirto yläkoulun terveydenhoitajalle.	Käytettävät apuvälineet • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL Materiaali • Nuoren ihonhoidon opas • Tupakoimaton välttyy näiltä vaikutuksilta • MLL, Nuortennetti • Väestöliitto, Nuoret • Päihdelinkki Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	

Määräaikainen terveystarkastus 7. lk (huoltajat kutsutaan mukaan)	
Terveystarkastus 30-45 min (60 min jos erityisen tuen tarve)	
Nuoren terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • nuoren huolenaiheet • ergonomia ja työskentelyasennot • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma	Terveystarkastus ja keskustelun aiheita • Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o terveellinen ravinto - o tietokoneella olo, pelaaminen • kodin ja koulun säännöt ja rajat, huolenpito ja vanhempien vastuu • päihteet • koululaisen arki (harrastukset, ajankäyttö, mediakasvatus) • nuoren vahvuudet • nuoren fyysinen ja psyykinen terveydentila • tiedonsiirto edellisestä koulusta (terveydenhoitaja ja oppilashuoltoryhmä)
Nuoren kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • värinäkö • puberteettikehitys kysellen • rokotukset tarvittaessa (THL, Rokottaminen) Vanhemmilta tai nuorelta aikaisempien hoitojaksojen sairauskertomukset, joista selviää oppilaan suunniteltu seurannan ja lisätuen tarve.	Käytettävät apuvälineet • 7.-10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, huoltajan lomake • 7. -10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, oppilaan lomake • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen rakenne ja –tilanne • perheen terveystottumukset • nuoren ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • huolenpito nuoresta • perheen voimavarat, perheen vastuun korostaminen • perheen terveys (kysytään päihteiden käytöstä) • vanhemmuuden vahvistaminen murrosiän haasteet huomioiden, vahvuuksien huomioiminen • nuoren tai vanhempien huolenaiheet • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitaustaiset perheet)	Materiaali • Nuoren ihonhoidon opas • Tupakoimaton välttyy näiltä vaikutuksilta • MLL, Nuortennetti • Väestöliitto, Nuoret • Väestöliitto, Tukea murrosiän kanssa vanhemmille • Päihdelinkki • uni –esite • D-vitamiinin käyttösuositus 2-18 -vuotiaille • Hyvä välipala • Tytöt ja ruoka, pojat ja ruoka –esite (Kosti-tilauksella hankintakeskuksesta) • Kondomin käyttöopas
	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, opinto-ohjaaja, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema, nuorisoseura • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	

Laaja terveystarkastus 8.lk pyritään tekemään yhteistarkastuksena 45 min		
Terveydenhoitaja 30 min	Lääkäri 30 min (huoltaja mukana)	Terveysneuvonta ja keskustelun aiheita
Nuoren terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen (opettajan arvio oppilaasta –lomake, oppimisvaikeudet, poissaolot, tarvittavat tukitoimet) • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet, kiusaaminen • harrastukset • terveystottumukset • päihteiden käyttö • seksuaaliterveys, mahdollinen seurustelu, ehkäisy • nuoren huolenaiheet	Nuoren terveys ja hyvinvointi (keskittyy nuoren, perheen ja terveydenhoitajan esille tuomiin asioihin) • mieliala • koulutyöstä selviytyminen (opettajan arvio oppilaasta –lomake), mahdolliset oppimisvaikeudet, poissaolot, tarvittavat tukitoimet, tulevaisuuden suunnitelmat) • terveystottumukset, elämäntavat • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet, kiusaaminen • päihteiden käyttö • seksuaaliterveys, seurustelu, ehkäisy • nuoren huolenaiheet • aiemmat sairaudet ja mahdollinen lääkitys • muut hoitotahot • kirjoitetaan Nuorison terveystodistus • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma	• Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset - o terveellinen ravinto - o päihteet - o tietokoneella olo, pelaaminen • nuoren arki, arkirythmi • mediakasvatus • nuoren vahvuudet • nuoren fyysinen ja psyykinen terveydentila • terveysneuvonnassa otetaan huomioon ammatinvalintaan liittyvät kysymykset
Nuoren kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • näkö • värinäkö tarvittaessa • kuulo • puberteettikehitys kysellen • verenpaine ja pulssi • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Nuoren kasvu ja kehitys • kasvukäyrän tarkastelu ja näyttäminen oppilaalle ja huoltajille • yleisvaikutelma (fyysinen ja psyykinen olemus, vuorovaikutus) • Kliininen tutkimus (alusvaatteillaan): • sydämen ja keuhkojen auskultaatio (tarv. RR, pulssi) • suun, nielun ja korvien tarkastus • kilpirauhasen ja kaulan alueen nodusten palpaatio • ihon tarkastus (ihottumat, luomet, arvet) • vatsan palpaatio ja reisivaltimopulssit • puberteettikehitys (Tannerin luokitus) ja pojilla kiveksen palpaatio ja tarv. mittaus • ryhtitarkastus (tukirangan asento seisten, alaraajojen pituuseron korjaus mittalaudoin ja eteentaivutuksen kylkikohouma skoliometrillä) • jalkojen asento • näkökentät sormiperimetrialla • tarvittaessa: neurologinen status, silmien peittokoe, kuulon äänirautatestaus, eturhinuskopia	Käytettävät apuvälineet • 7.-10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, huoltajan lomake • 7.-10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, oppilaan lomake • Adsume • RBDI-13 - seulptaohje • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen rakenne ja –tilanne • perheen terveystottumukset • nuoren ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • huolenpito nuoresta • perheen voimavarat, perheen vastuun korostaminen • perheen terveys (kysytään päihteiden käytöstä)	Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen terveystottumukset • nuoren ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu • huolenpito nuoresta • perheen voimavarat, perheen vastuun korostaminen • perheen terveys (kysytään päihteistä ym.), jaksaminen • vanhemmuuden vahvistaminen murrosiän haasteet	Materiaali • MLL, Nuortennetti • Väestöliitto, Nuoret • Kondomin käyttöopas • Tupakoimaton välttyä näiltä vaikutuksilta • Päihdelinkki • uni-esite • D-vitamiinin käyttösuositus 2-18 -vuotiaille • MLL, Opas murrosikäisen huoltajille –esite

• vanhemmuuden vahvistaminen murrosiän haasteet huomioiden, vahvuuksien huomioiminen • nuoren tai vanhempien huolenaiheet • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitaustaiset perheet)	• huomioiden, vahvuuksien huomioiminen • nuoren tai vanhempien huolenaiheet • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitaustaiset perheet)	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan laajana terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • huoltajan luvalla opettajan arvio lapsen selviytymisestä (lomake terveydenhoitaja ja lääkärin tarkastukseen) • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema, nuorisoasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa		

Määräaikainen terveystarkastus 9. lk (huoltajat osallistuvat tarpeen mukaan)	
Terveystarkastaja 30 min	Terveystarkastus ja keskustelun aiheet
Nuoren terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • mahdolliset oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • seksuaaliterveys • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • nuoren huolenaiheet • ergonomia ja työskentelyasennot • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma, tiivistetään kaikki olennainen tieto peruskoulun ajalta.	• nuoren vahvuudet • nuoren fyysinen ja psyykkinen terveydentila • Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset - o terveellinen ravinto - o päihteet - o tietokoneella olo, pelaaminen • nuoren arki, arkirythmi, elämänhallintataidot • mediakasvatus • tulevaisuuden suunnitelmat, jatko opiskelu • terveysneuvonnassa otetaan huomioon ammatinvalintaan liittyvät kysymykset
Nuoren kasvu ja kehitys • pituus • paino • ryhti • puberteettikehitys kysellen • verenpaine ja pulssi tarvittaessa • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Käytettävät apuvälineet • 7.-10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, huoltajan lomake • 7. -10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, oppilaan lomake • Adsume • RBDI-13, tarvittaessa • RBDI-13 - seulontaohje • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen terveystottumukset • nuoren ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • huolenpito nuoresta • perheen voimavarat • perheen terveys (mm. kysytään vanhempien suhtautumisesta päihteisiin) • nuoren tai vanhempien huolenaiheet • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitaustaiset perheet)	Materiaali • MLL, Nuortennetti • Väestöliitto, Nuoret • Kondomin käyttöopas • Tupakoimaton välttyy näiltä vaikutuksilta • Päihdelinkki • uni – esite • Rokotustodistus, tulostetaan Pegasoksesta
Huomioidaan siirtovaiheessa keskeneräiset asiat. Otetaan yhteyttä vanhempiin seurattavista asioista.	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, opinto-ohjaaja, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema, nuorisoasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoido • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	

Määräaikainen terveystarkastus 10. lk ja ammattistartti (huoltajat osallistuvat tarpeen mukaan)	
Terveydenhoitaja 30 min	Terveysneuvonta ja keskustelun aiheita
Nuoren terveys ja hyvinvointi • mieliala • koulutyöstä selviytyminen • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • seksuaaliterveys • perhesuhteet • fyysinen kunto, liikunta • terveystottumukset • päihteet ja muut riippuvuudet (pelit, Internet ym.) • nuoren huolenaiheet • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma	• Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o terveellinen ravinto - o tietokoneella olo, pelaaminen • nuoren fyysinen ja psyykinen terveydentila • arjen sujuminen, elämänhallinta, harrastukset • päihteet • nuoren vahvuudet • tulevaisuuden suunnitelmat
Nuoren kasvu ja kehitys • pituus • paino, vyötärön ympärys (jos BMI 26-30) • ryhti, • verenpaine tarvittaessa • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen)	Käytettävät apuvälineet • 7.-10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, huoltajan lomake • 7.-10. luokan oppilaan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva lomake, oppilaan lomake • Palaute huoltajille terveystarkastuksesta • Adsume • RBDI-13, tarvittaessa • RBDI-13 - seulontaohje • tulkkipalvelut tarvittaessa • Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa, menetelmäkäsikirja, THL
Perheen terveys ja hyvinvointi • perheen terveystottumukset • nuoren ja vanhemman välinen vuorovaikutus • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • huolenpito nuoresta • perheen voimavarat • perheen terveys (mm. kysytään vanhempien suhtautumisesta päihteisiin) • nuoren huolenaiheet • perheen hyvinvointiarvio (erityishuomio eri kulttuuri- ja kielitaustaiset perheet)	Materiaali • Tupakoimaton välttyy näiltä vaikutuksilta • MLL, Nuortennetti • Väestöliitto, Nuoret • Päihdelinkki • uni – esite • Kondomin käyttöopas
Huomioidaan siirtovaiheessa keskeneräiset asiat. Otetaan yhteyttä vanhempiin seurattavista asioista.	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • oppilashuoltoryhmä, koulupsykologi, koulukuraattori, opinto-ohjaaja, lastensuojelu, perhetyö • terveysasema, nuorisoasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, lasten erityispalveluiden poliklinikka (puheterapia, foniatria), ravitsemusterapia, erikoissairaanhoito • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	

Terveystarkastus lukio 1lk. ja ammatilliset oppilaitokset 1. lk. (sekä kutsuntaikäiset ja asetuksessa erikseen mainitut ryhmät)		
Terveystarkastaja 60 min	Lääkäri 30 min kutsuntaikäiset ja asetuksessa erikseen mainitut ryhmät	Terveysneuvonta ja keskustelun aiheita
Nuoren terveys ja hyvinvointi • mieliala • opinnoista selviytyminen • mahdolliset oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • seksuaaliterveys • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • päihitteet ja muut riippuvuudet (pelit, Internet ym.) • nuoren huolenaiheet • ergonomia ja työskentelyasennot • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma	Nuoren terveys ja hyvinvointi • mieliala • opinnoista selviytyminen, oppimisvaikeudet, poissaolot, tarvittavat tukitoimet, tulevaisuuden suunnitelmat, motivaatio, voimavarat • terveystottumukset, elämäntavat • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet, kiusaaminen • mahdollinen päihteiden käyttö ja riippuvuudet • seksuaaliterveys, mahdollinen seurustelu, ehkäisy • nuoren huolenaiheet • aiemmat sairaudet ja mahdollinen lääkitys • muut hoitotahot • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma • nuorison terveystodistus • Lääkärin lausunto terveydentilasta kutsunnanalaisille	• Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset - o terveellinen ravinto - o tietokoneella olo, pelaaminen • opiskelijan arki • nuoren vahvuudet • nuoren fyysinen ja psyykkinen terveydentila • tulevaisuuden suunnitelmat • opintoalaan liittyvät työsuojelulliset kysymykset
Nuoren kasvu ja kehitys • pituus • paino • vyötärön ympärys (BMI 26–30) • verenpaine ja pulssi • ryhti tarvittaessa • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen) • laboratoriotutkimukset tarvittaessa	Nuoren kasvu ja kehitys • kasvukäyrän tarkastelu ja näyttäminen oppilaalle • yleisvaikutelma (fyysinen ja psyykkinen olemus, vuorovaikutus) • Kliininen tutkimus (alusvaatteisillaan): • sydämen ja keuhkojen auskultaatio (tarv. RR, pulssi) • suun, nielun ja korvien tarkastus • kilpirauhasen ja kaulan alueen imusolmukkeiden tunnustelu • ihon tarkastus (ihottumat, luomet, arvet) • vatsan palpaatio • puberteettikehitys (Tannerin luokitus) ja pojilla kiveksen palpaatio ja tarv. mittaus • ryhtitarkastus (tukirangan asento seisten, alaraajojen pituuseron korjaus mittalaudoin ja eteentaivutuksen kylkikohouma skoliometrillä) • jalkojen asento • näkökentät sormiperimetrialla • tarvittaessa: neurologinen status, silmien peittokoe, kuulon äänirautatestaus, eturhinoskopia • lähete jatkotutkimuksiin tarvittaessa	Käytettävät apuvälineet • Toisen asteen opiskelijan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva kysely • Adsume • Audit -lomake, tulostettava • Audit -nettilomake ja palaute • Nikotiiniriippuvuudesta tarvittaessa • SCOFF-syömishäiriöseula, tarvittaessa • RBDI-13, tarvittaessa • RBDI-13 - seulontaohje • RBDI, tarvittaessa • tulkkipalvelut tarvittaessa • STM, Opiskeluterveydenhuollon opas Materiaali • MLL, Nuortenetti • Väestöliitto, Nuoret • Tupakoimaton välttyy näiltä vaikutuksilta • Päihdelinkki • Palaute huoltajille tarvittaessa • Rokotustodistus, tulostetaan Pegasoksesta Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena

Moniammatillinen yhteistyö - koulupsykologi, koulukuraattori - terveysasema, nuorisoasema - suun terveydenhuolto, fysioterapia, ravitsemusterapia, erikoissairaanhoido - lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt - verkostotyö alueen toimijoiden kanssa
--

Terveystarkastus lukio 2. lk ja ammatilliset oppilaitokset 2. lk		
Terveystarkastus lukio 2. lk ja ammatilliset oppilaitokset 2. lk		
Terveystarkastus 45 min	Lääkäri 30 min (kutsuntaikäiset ja asetuksessa erikseen mainitut ryhmät, jos ei ole tehty 1. lk)	Terveystarkastus ja keskustelun aiheita
Nuoren terveys ja hyvinvointi - mieliala, motivaatio, voimavarat - opiskelukyky - oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet - sosiaaliset taidot, kaverisuhteet - perhesuhteet kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta seksuaaliterveys - fyysinen kunto, liikunta - harrastukset - terveystottumukset päähteet ja muut riippuvuudet (pelit, Internet ym.) - ergonomia ja työskentelyasennot - tartuntatautiin ehkäisy (mm. ammatilliseen koulutukseen liittyvät harjoittelut) - päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma - nuoren huolenaiheet	Nuoren terveys ja hyvinvointi - mieliala - opinnoista selviytyminen, oppimisvaikeudet, poissaolot, tarvittavat tukitoimet, tulevaisuuden suunnitelmat, motivaatio, voimavarat - terveystottumukset, elämäntavat - sosiaaliset taidot, kaverisuhteet, kiusaaminen - päihteiden käyttö - seksuaaliterveys, mahdollinen seurustelu, ehkäisy - nuoren huolenaiheet - aiemmat sairaudet ja mahdollinen lääkitys - tartuntatautiin ehkäisy - muut hoitotahot - päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma - nuorison terveystodistus - Lääkärin lausunto terveydentilasta kutsunnanalaisille	- Terveystottumukset: - uni, lepo, rentoutuminen - liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - terveellinen ravinto - tietokoneella olo, pelaaminen - opiskelijan arki, harrastukset nuoren vahvuudet - nuoren fyysinen ja psyykinen terveydentila - tulevaisuuden suunnitelmat - opintoalaan liittyvät työsuojelliset kysymykset
Nuoren kasvu ja kehitys - pituus - paino - vyötärön ympärys (BMI 26–30) - ryhti tarvittaessa - näkö - kuulo - verenpaine ja pulssi - tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen) - laboratoriotutkimukset tarvittaessa	Nuoren kasvu ja kehitys - kasvukäyrän tarkastelu ja näyttäminen oppilaalle - yleisvaikutelma (fyysinen ja psyykinen olemus, vuorovaikutus) Kliininen tutkimus (alusvaatteillaan): - sydämen ja keuhkojen auskultaatio (tarv. RR, pulssi) - suun, nielun ja korvien tarkastus - kilpirauhasen ja kaulan alueen nodusten palpaatio - ihon tarkastus (ihottumat, luomet, arvet) - vatsan palpaatio - puberteittikehitys (Tannerin luokitus) ja pojilla kivesten palpaatio ja tarv. mittaus - ryhtitarkastus (tukirangan asento seisten, alaraajojen pituuseron korjaus mittalaudoilla ja eteentäivytysten kylkikohouma skoliometrillä) - jalkojen asento - näkökentät sormiperimetrialla - tarvittaessa: neurologinen status, kuulo	Käytettävät apuvälineet 1. lukuvuoden tietojen päivittäminen terveystarkastuslomakkeisiin Toisen asteen opiskelijan hyvinvointia ja terveydentilaa koskeva kysely Adsume Audit -lomake, tulostettava Audit -nettilomake ja palaute Nikotiiniriippuvuudesta tarvittaessa SCOFF-syömishäiriöseula, tarvittaessa RBDI-13, tarvittaessa RBDI-13 - seulontaohje Beckin depressioseula, tarvittaessa - tulkkipalvelut tarvittaessa STM, Opiskeluterveydenhuollon opas
		Materiaali - Rokotustodistus, tulostetaan Pegasoksesta Työterveyslaitos, ergonomia

	äänirautatestaus, eturhinoskopia • lähete jatkotutkimuksiin tarvittaessa	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • koulupsykologi, koulukuraattori • terveysasema, nuorisoasema • suun terveydenhuolto, fysioterapia, ravitsemusterapia, erikoissairaanhoido • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa		

Terveystarkastus AMK 1. lk terveystarkastuksen perusteella (lääkärintarkastus tarvittaessa)	
Terveystarkastus 60 min	Terveystarkastus ja keskustelun aiheet
Nuoren terveys ja hyvinvointi • mieliala • opinnoista selviytyminen • oppimisvaikeudet, kiusaaminen, poissaolot, tarvittavat tukitoimet • sosiaaliset taidot, kaverisuhteet • seksuaaliterveys • perhesuhteet • kaltoinkohtelu, turvallisuus ja väkivalta • fyysinen kunto, liikunta • harrastukset • terveystottumukset • päähteet ja muut riippuvuudet (pelit, Internet ym.) • nuoren huolenaiheet • ergonomia ja työskentelyasennot • tartuntatauti- ehkäisy (mm. opiskeluun liittyvät harjoittelut) • päivitetään terveys- ja hyvinvointisuunnitelma	• Terveystottumukset: - o uni, lepo, rentoutuminen - o liikunta ja ulkoilu, liikuntatottumukset - o harrastukset - o terveellinen ravinto - o tietokoneella olo, pelaaminen • opiskelijan arki • nuoren vahvuudet • nuoren fyysinen ja psyykinen terveydentila • tulevaisuuden suunnitelmat • opintoalaan liittyvät terveydelliset kysymykset
Nuoren kasvu ja kehitys • pituus • paino • vyötärön ympärys (BMI 26-30) • ryhti tarvittaessa • näkö (väärinäkö tarvittaessa) • kuulo • verenpaine ja pulssi • tarkistetaan rokotustiedot ja annetaan puuttuvat rokotteet (THL, Rokottaminen) • laboratoriotutkimukset tarvittaessa	Käytettävät apuvälineet • Opiskeluterveystarkastus (Tekoulu-65) tai sähköinen kysely • Audit -lomake, tulostettava • Audit -nettilomake ja palaute • Nikotiiniriippuvuustesti tarvittaessa • SCOFF-syömishäiriöseula, tarvittaessa • Beckin depressioseula, tarvittaessa • Tulkkipalvelut tarvittaessa • STM, Opiskeluterveydenhuollon opas
	Materiaali • Tupakoimaton välttyä näiltä vaikutuksilta • MLL, Nuortennetti • Väestöliitto, Nuoret • Päihdelinkki • Oppilaitoksen omat hyvinvointisivut internetissä
	Kirjaaminen ja tilastointi • Kirjaamisohje • Tilastoidaan terveystarkastuksena
Moniammatillinen yhteistyö • opintopsykologi, kuraattori • terveysasema, nuorisoyhteisö • suun terveydenhuolto, fysioterapia, ravitsemusterapia, erikoissairaanhoidot • lähipoliisi, nuorisotoimi, järjestöt • verkostotyö alueen toimijoiden kanssa	



Puberteettikehityksen asteet (Tannerin mukaan)

Rinnat

- M1 Lapsen: vain nänni on koholla.
- M2 Nuppuaste: rinta ja nänni ovat hieman koholla, ja rauhaskudosta tuntuu tunnusteltaessa; nännipiha on suurentunut.
- M3 Rinta ja nännipiha ovat suurentuneet, ja niiden ääriviiva muodostaa sivulta katsoen yhtenäisen kaaren.
- M4 Nännipiha on koholla ja muodostaa erillisen kummun.
- M5 Kypsä rinta: vain nänni on koholla rinnasta; nännipiha on laskeutunut takaisin yhtenäiseen ääriviivaan.

Häpykarvoitus

- P1 Lapsen: häpyseudun karvoitus ei poikkea vatsan karvoituksesta.
- P2 Häpyhuulissa tai siittimen tyvessä on niukasti pitkiä, heikosti pigmentoituneita, untuvaisia, suoria tai hieman kihartuvia karvoja.
- P3 Huomattavasti tummempi, karkeampi ja kiharampi karvoitus, joka leviää niukasti häpyliitoksen päälle.
- P4 Aikuistyyppinen karvoitus, mutta vielä huomattavasti pienemmällä alueella; ei leviä reisien sisäisivuille.
- P5 (-P6) Karvoitus leviää myös navan suuntaan.

Pojan sukupuolielimet

- G1 Kivekset (pituus < 20 mm), kivespussi ja siitin ovat kooltaan ja mittasuhteiltaan suunnilleen samanlaiset kuin varhaislapsuudessa.
- G2 Kivespussi ja kivekset ovat suurentuneet (> 20 mm), kivespussin iho on punertunut ja ohentunut, mutta siitin ei ole vielä suurentunut.
- G3 Siitin on pidentynyt, kivekset ja kivespussi ovat suurentuneet.
- G4 Siitin on kasvanut ja myös paksuuntunut, terska on kehittynyt, kivekset ja kivespussi ovat suurentuneet, kivespussi on tummentunut.
- G5 Sukuelimet ovat samankokoiset ja -muotoiset kuin aikuisella.

Puberteettikehityksen seulontasäännöt

- Ks. taulukko 1.
- Vähintään 1,0 vuoden poikkeamat keskiarvosta vanhempien puberteettiaikataulussa (keskiarvo: äidin kuukautiset alkaneet 13,0 vuoden iässä, isän nopein kasvu ajoittunut 14,0 vuoden ikään) sallivat lapselle 1,0 vuoden lisäpoikkeaman vastaavaan suuntaan. On kuitenkin tärkeää, että nuorta informoidaan asiasta.
- Kehityksistä adoptoitujen lasten puberteetti alkaa usein poikkeavan varhain. Samoja seulontasääntöjä on kuitenkin sovellettava myös heihin.



- Lihavuuden puberteettia varhaistava vaikutus ilmenee vain tytöillä, eikä se ole kovin merkittävä.

Taulukko 1. Puberteettikehityksen seulontasäännöt

	Ei ennen	Viimeistään
Tytöt		
M2	8,0 v	13,0 v ja 1,25 v:n kuluttua P2:sta
P2	9,0 v	13,5 v
Kasvu nopeutuu	9,0 v	13,5 v
Kuukautiset alkavat	10,5 v	15,5 v ja 4,5 v:n kuluttua M2:sta
Pojat		
G2	9,5 v	13,5 v
P2	10,0 v	14,0 v
Kasvu nopeutuu	10,5 v	15,5 v

Lähde: Lääkärin käsikirja www.terveysportti.fi



Ryhtitarkastus

Terveystenhoitaja tarkastaa ryhdin mitatessaan pituuden ja painon sekä kirjaa skoliometrillukeman ja muut havainnot KOU- lomakkeelle. Ryhti tarkastetaan ilman paitaa, päällyshousuja ja sukkia. Ryhdissä kiinnitetään huomio selän tasapainoon eli onko vartalo symmetrinen takaa katsottuna. Tarkastetaan selän taivutukset eteen, taakse ja sivuille. Eteentaivutuksessa sormien tulisi taipua lähelle lattiaa. Sivuille taivuttaessa selän tulisi kaareutua tasaisesti, samoin kuin eteen ja taakse taivutuksessa. Selän taivutus eteen tarkastetaan myös sivulta katsoen. Kanta-pää tulisi voida saada kädellä vietyä kiinni pakaraan.

Lääkärintarkastuksessa ryhdin tarkastus tehdään samalla tavoin.

Skolioosi

Skolioosin määritelmä

- selkärangan käyristyminen sivusuuntaan ja rtg:ssä Cobbin kulma yli 10 astetta

Toiminnallinen skolioosi

- oikenee, kun perussyä korjataan, esim. jalkojen pituusero.

Rakenteellinen skolioosi

- idiopaattinen, 85 % kaikista, tytöt/pojat =10:1, kohouma yleensä oikealla
- lihas- ja hermokudossairaus
- synnynnäinen nikamasairaus
- muu

Skolioosin seulonta

- selän kliininen arviointi
 - o yleisvaikutelma (ryhti)
 - o tasapaino, symmetria on tärkeä
 - o hartioiden ja lantion asento, vinoudet
 - o skolioosi, kyfoosi, lordoosi, rotaatio (kiertymä)
 - o eteentaivutus hyvä katsoa myös sivulta, jolloin näkyy selkärangan kaareutumisen muoto: tulisi kaareutua tasaisesti, jos jyrkkä mutka, ohjaa lääkärille
- jos selän taivutuksessa epäsymmetriaa, tee skoliometrin mittausta thorakaali- ja lannerangan kohdalta eteentaivutuksessa kämmenet vastakkain sormet varpaiden kärkiä kohti. Jos poikkeava, tasaa jalkojen pituusero taseauslaudalla ja mittaa uudelleen.
- jos skoliometrillukema on 3-5 astetta, terveystenhoitajan kontrolli 4 – 6 kk välein kasvuiässä
- jos skoliometrillukema on 8 astetta tai yli, lähettää lääkäri rtg-tutkimukseen
- jos skoliometrillukema <8 astetta, mutta merkittävä epätasapaino ryhdissä, syytä tehdä rtg-tutkimus (lääkäri lähettää tai konsultoi)
- jos rtg:ssä todettu Cobbin kulma alle 10 astetta, normaali seuranta
- jos rtg:ssä todettu Cobbin kulma 10 – 20 astetta, lääkärin seuranta 4 – 6 kk välein skoliometrillä, rtg kontrolli lääkärin harkinnan mukaan n. vuoden kuluttua tai jos skoliometrillä merkittävää progressiota
- jos rtg:ssä todettu Cobbin kulma yli 10 astetta ja merkittävä vartalon epäsymmetria, tai skolioosi progredioi 10 asteesta 15 asteeseen 6 kk seurannassa, tai rtg:ssä jokin rakennepoikkeama, lähetä ortopedian pkl:lle (Huom. Cobbin kulman määrittämisessä on n. 5 asteen virhemahdollisuus!)



- jos Cobbin kulma yli 20 astetta, lähete lasten ortopedian pkl:lle
- skolioosiseurannan voi lopettaa, kun pituuskasvu on päättynyt

Scheuermannin tauti

- tarkoittaa kasvuiän loppuvaiheessa ilmenevää selkänikaman etuosan kasvuruston häiriötä, mikä johtaa kyfoottiseen virheasentoon
- tauti on pojilla 4 kertaa yleisempää kuin tytöillä.
- voi esiintyä rintarangan kipuja, usein oireeton
- korostunut rintarangan kyfoosi, selän liikkeiden jäykkyys ja hamstring-lihasten kireys
- diagnoosi perustuu rtg-kuvaan
- hoitona kaikenlaisen liikunnan aktivointi, erityisesti ojennusharjoitukset (esim. uinti)
- Röntgenkuvan kyfoosikulman ylittäessä 50 astetta lähete ortopedille

Spondylolyysi ja -olisteesi

- nikamaliukuma useimmiten L5 tasolla
- oireena alaselkäkipu rasitukseen liittyen
- voi olla oireeton
- ortopedille jos röntgenkuvassa mitattu siirtymä on 30 % tai esiintyy kipua. Hoitona voi olla korsetti tai leikkaushoito

Alaraajojen pituusero

- jos jalkojen pituudessa vaikuttaa olevan eroa, seurataan vuosittain
- jos jalkojen pituusero vaikuttaa olevan yli 1,5 cm, lähetetään rtg-tutkimukseen ”alaraajojen ortopedinen mittaus”
- jos rtg-kuvassa jalkojen pituusero yli 1,5 cm, lähetetään ortopedin tutkimukseen
- jos pituusero on yli 1 cm, voidaan tarvittaessa suosittaa kengässä sisäkorkoa, joka on puolet pituuserosta

Polvet

- lievät pihtipolvet ja länkisääret normaalilöydöksiä
- oireettomia ei tarvitse hoitaa
- jos epäilee poikkeavaa löydöstä, voi otattaa rtg kuvan polvista
- jos rtg kuvassa lausunnon mukaan on yli 16 asteen polven kulmapoikkeama, lähetetään ortopedille (polven kulma on reisiluun akselin ja sääriluun akselin välinen kulma)

Jalkaterät

- jalkaholvin tulee muodostua lapsen noustessa varpaille ja jalan ollessa ilman kuormitusta
- jos jalkaholvi ei kaareudu sisäänpäin varpaille noustessa tai isoa varvasta aktiivisesti nostaessa, on syytä lähettää ortopedille
- oireeton lattajalka ei tarvitse hoitoa eikä tukipohjallisia
- epäsymmetriset jalkaterät on syytä lähettää ortopedille
- liian korkea ja jäykkä jalkaholvi on syytä lähettää ortopedille.



Audit

(Alcohol Use Disorders Identification Test)

YKSI ALKOHOLIANNOS = pullo (33 cl) keskiolutta tai siideriä
 lasi (12 cl) mietoa viiniä
 pieni lasi (8 cl) väkevää viiniä
 ravintola-annos (4 cl) väkeviä

1. Kuinka usein käytät alkoholia?
0 En koskaan
1 Noin kerran kuussa tai harvemmin
2 2–4 kertaa kuukaudessa
3 2–3 kertaa viikossa
4 4 kertaa viikossa tai useammin
2. Kun käytät alkoholia, montako annosta tavallisimmin otat päivässä?
0 1–2 annosta
1 3–4 annosta
2 5–6 annosta
3 7–9 annosta
4 10 annosta tai enemmän
3. Kuinka usein juot kerrallaan vähintään kuusi annosta?
0 En koskaan
1 Harvemmin kuin kerran kuussa
2 Kerran kuussa
3 Kerran viikossa
4 Päivittäin tai lähes päivittäin
4. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et ole aloitettuasi pystynyt lopettamaan juomistasi?
0 Pystyn aina lopettamaan
1 Harvemmin kuin kerran kuussa
2 Kerran kuussa
3 Kerran viikossa
4 Päivittäin tai lähes päivittäin
5. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et juomisesi takia ole pystynyt tekemään, mitä olet aikonut?
0 Juominen ei koskaan estä suunnitelmiani
1 Harvemmin kuin kerran kuussa
2 Kerran kuussa
3 Kerran viikossa
4 Päivittäin tai lähes päivittäin



6. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana olet tarvinnut krapularyyppyjä?
0 En koskaan
1 Harvemmin kuin kerran kuussa
2 Kerran kuussa
3 Kerran viikossa
4 Päivittäin tai lähes päivittäin
7. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana olet tuntenut syyllisyyttä tai katumusta juomisen jälkeen?
0 En koskaan
1 Harvemmin kuin kerran kuussa
2 Kerran kuussa
3 Kerran viikossa
4 Päivittäin tai lähes päivittäin
8. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et juomisesi takia ole muistanut edellisen illan tapahtumia?
0 Muistan aina, mitä tapahtui
1 Harvemmin kuin kerran kuussa
2 Kerran kuussa
3 Kerran viikossa
4 Päivittäin tai lähes päivittäin
9. Oletko juomisellasi aiheuttanut tapaturmia itsellesi tai seuralaisellesi?
0 En
2 Kyllä, mutten vuoden sisällä
4 Kyllä, vuoden sisällä
10. Onko sukulainen, ystävä, lääkäri tai joku muu henkilö ollut huolissaan juomisestasi tai ehdottanut, että vähentäisit tai lopettaisit juomisesi?
0 Ei
2 Kyllä, muttei vuoden sisällä
4 Kyllä, vuoden sisällä

VIIKOSSA JUON _____ annosta

TESTISSÄ SAIN _____ pistettä

Jos sait 8 pistettä tai enemmän
tai jos viikkokulutuksesi on yli 16 annosta (nainen)
tai yli 24 annosta (mies),
on sinun syytä pysähtyä tarkkailemaan alkoholinkäyttöäsi.

Lähde: opiskeluterveydenhuollon opas, STM 2006 www.stm.fi

Nuorten päihdemittarin (16–20 -vuotiaat) pisteet, päihdekäytön neljä tasoa sekä päihteiden käyttöön liittyvän huolen ja yhteistyötarpeen selvittäminen sekä interventiosuositukset					LIITE 4
Pisteet					
3Alkoholi ja tupakka	Muut päih-teet	Kuvaus nuoren päihteiden käytöstä	Huolen vyöhykkeen ja yhteis-työn tarpeen määrittäminen	Interventiosuositukset	
0-3	0	Raitis nuori tai satunnainen kokeilu	Ei huolta	Voimavaroja vahvistava interventio - Myönteinen palaute raittiudesta tai satunnaisista kokeiluista - Keskustelu selviämiskeinoista tilanteissa, joissa päihteitä saatetaan tarjota ja alkoholin kohtuunoksista sekä tilanneraittiudesta.	
4-6	1-5	Toistuva käyttö	Lievä huoli, luottamus terveydenhuollon neuvonnan riittävyteen hyvä	Preventiivinen mini-interventio - Terveystietäjän ja tarvittaessa lääkärin varhainen puheeksi ottaminen riittää - Empaattinen, samalla kuitenkin jämäkkä tilanteen pohdinta nuoren kanssa - Nuoren oma arvio tilanteesta, keskustelu esim. joukkoharhasta - Rohkaistaan nuorta arvioimaan / muuttamaan käyttäytymistään - Sovitaan nuoren kanssa tilanteen kontrollointi 1–6 kuukauden kuluttua	
7-12	6	Riskikäyttö, johon voi liittyä haitallisia seuraamuksia ja toleranssin kasvun vaara 10 pistettä -aikuisten alkoholin suurkulutuksen raja ylittynyt tai useita haitallisia seurauksia	Tuntuva huoli, ns. huolen harmaa vyöhyke, joka määrittyy iän ja tilannearvion mukaan. Tunne terveydenhuollon auttamiskeinojen puutteellisuudesta ja yhteistyökumppaneiden avun tarpeesta herää. Myös ristiriitainen tunne yhteydenoton tarpeesta vanhempiin ja ilmoitusvelvollisuudesta suhteessa vaitiolovelvollisuuteen herää.	Mini-interventio (edellisten lisäksi) - Terveystietäjän ja tarvittaessa lääkärin huolen ilmaiseminen, rakentava kommentointi tilanteesta, neuvonta, motivointi - Keskustelu nuoren omasta arvioista, vastuusta ja muutoshalukkuudesta - Yhteistyön tiivistäminen oppilashuoltotyöryhmän kanssa, koulunkäynnin ja poissaolojen seuranta jne. - Kirjallinen materiaali neuvonnan tueksi. - Tarvittaessa hoidon tarpeen arviointi ja seuranta (koulu- tai omalääkäri, päihdepysäkki tms. oman kunnan sovitut hoitotahot) - Tarvittaessa yhteys kotiin nuoren luvalla, perustellaan vanhempien vastuuta nuoren asioissa Jos alle 18-vuotias nuori ei sitoudu muutokseen tai hoitoon, perustellaan tilanteen vakavuus ja työntekijän lain mukainen velvollisuus neuvotella lastensuojeluviranomaisten kanssa.	
≥13	≥7	Vaarallinen suurkulutus - käyttöön liittyy vakavia riskejä, jotka vaarantavat nuoren terveyttä ja kehitystä	Vakava huoli, huolta on paljon ja jatkuvasti, koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon omat keinot loppumassa, lisävoimavaroja saatava hoitoprosessiin.	Tarvittavan hoidon arvioiminen ja järjestäminen - Edellisten toimenpiteiden lisäksi lääkärin arvio ja nuoren ohjaus tarvittavaan hoitoon - Seuranta - Tarvittaessa alle 18 -vuotiaan kanssa sovitaan yhteydenpidosta kodin ja lastensuojelun kanssa, lastensuojeluilmoitus (ellei hoitava tahoo tee) - Toiminnan perustelu nuorelle huolellisesti, koska hän voi kieltää tilanteen vakavuuden.	

Lähde: Opiskeluterveydenhuollon opas, STM 2006

NUORTEN PÄIHDEMITTARI (ADSUME)

Nimi: _____

Syntymäaika _____

Tämän koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kyselyn tavoitteena on arvioida mahdollista päihteiden käyttöäsi. Terveystietäjä keskustele luottamuksellisesti päihdemittarin tuloksesta kanssasi terveystarkastuksen yhteydessä.

Merkitse vaihtoehdot, jotka kuvaavat sinun päihteiden käyttöäsi viimeisen vuoden aikana.

1. Tupakoitko tai käytätkö nuuskaa?

0. En

1. Tupakoin (käytän nuuskaa) satunnaisesti

2. Tupakoin (käytän nuuskaa) päivittäin

Minkä ikäisenä aloitit tupakoinnin? _____

2. Oletko kokeillut tai käyttänyt päihteitä viimeisen vuoden aikana?

0. En

1. Alkoholia (ei huomioda maistamista esim. lusikallisen verran)

4. Lääkkeitä, että saisin "pään sekaisin"

4. Liuotinaaineita (imppaaminen)

4. Huumausaineita, mitä _____

4. Jotain muita päihteitä, mitä _____

5. Alkoholia ja edellä mainittuja aineita samaan aikaan (sekkäkäyttö)

Minkä ikäisenä kokeilit ensikerran? _____

Jos vastasit edelliseen kysymykseen "En", voit siirtyä kysymykseen 14.

3. Kuinka usein olet kokeillut tai käyttänyt muita päihteitä kuin tupakkaa viimeisen vuoden aikana?

1. 1–3 kertaa

2. 4–6 kertaa

3. Noin kerran kuukaudessa

4. Pari kertaa kuukaudessa

5. Kerran viikossa tai useammin

Milloin käytit viimeksi ja mitä _____

4. Kuinka monta annosta alkoholia juot yleensä niinä päivinä, jolloin käytät alkoholia? (Annosten laskeminen, katso seuraava taulukko)

0. En käytä alkoholia

1. 1–2 annosta

2. 3–4 annosta

3. 5–6 annosta

4. 7 annosta tai enemmän, montako _____

Alkoholiannoksella tarkoitetaan:

pullo (0,33 l) keskiolutta tai siideriä tai reilu puoli lasia (12 cl) mietoa viiniä tai vajaa puoli lasia (8 cl) väkevää viiniä tai vajaa neljännes lasia (4 cl) viinaa

Esimerkkejä:

0,5 l siideriä tai keskiolutta on 1,5 annosta

0,3 l pullo A-olutta on 1,5 annosta

3/4 litran pullo mietoa viiniä on 6 annosta

0,5 l pullo viinaa on 13 annosta

1 "six-pack" keskiolutta (0,33 l x 6) 6 annosta

5. Oletko myöhästynyt, lähtenyt kesken päivän tai jäänyt pois koulusta päihteiden käyttösi takia?

0. En koskaan

1. Kerran

3. 2–3 kertaa

4. 4 kertaa tai useammin

6. Oletko toiminut päihtyneenä seuraavilla tavoilla viimeisen vuoden aikana? (Yksi tai useampi rengastus)☐ Olen satuttanut itseäni.☐ Olen satuttanut toista.☐ Olen ollut autossa, jota on ajanut päihtynyt.☐ Olen ajanut itse päihtyneenä ajoneuvoa.☐ Olen rikkonut omaisuutta tai varastanut.☐ Olen ollut seksisuhteessa, jota olen katunut jälkeenpäin.☐ En ole joutunut mihinkään vaikeuksiin.**Jos et ole joutunut vaikeuksiin, voit siirtyä kysymykseen 8.****7. Kuinka usein olet toiminut edellä mainitulla tavalla?**

1. Kerran

2. Kahdesti

4. Useammin

8. Kuinka usein päihtymisen jälkeen olet unohtanut, mitä teit tai mitä tapahtui? ("Menikö muisti?")

0. En kertaakaan

1. Kerran

3. Useammin

9. Oletko "sammunut"?

0. En kertaakaan

1. Kerran

4. Useammin

10. Miksi käytät päihteitä?☐ Seuran vuoksi kavereiden kanssa☐ Hauskanpitoon☐ Rentoutumiseen☐ Helpottaakseni pahaa oloa☐ Humalan vuoksi tai saadakseni "pääni sekaisin"☐ Jonkin muun syyn takia, minkä _____**11. Millaiseksi arvioit oman päihteiden käyttösi?****12. Onko joku läheisesi tai ystäväsi ollut huolissaan päihteiden käytöstäsi tai ehdottanut, että vähentäisit sitä?**☐ Ei☐ Keskusteltu kerran☐ Keskusteltu useita kertoja**13. Tietävätkö vanhempasi, että käytät päihteitä?**☐ Kyllä☐ Kyllä, mutta eivät tiedä kuinka paljon käytän.☐ Eivät**14. Kuuluuko lähiystäväpiiriisi joku, joka on kokeillut huumausaineita?**☐ Ei☐ Yksi henkilö☐ 2–5 henkilöä☐ Useampi kuin 5 henkilöä**15. Miten vaikeaksi tai helpoksi arvioit nuorten mahdollisuudet hankkia huumausaineita paikkakunnallasi?**☐ Vaikeaksi☐ En osaa sanoa☐ Helpoksi**16. Mitä olet keskustellut vanhempiesi kanssa nuorten päihteiden käytöstä?****17. Mitä mieltä yleensä olet ikäistesi nuorten päihteiden käytöstä?**