



22.05.2019

Ärende/33

## § 178

### Den av ledamoten Mari Holopainen väckta motionen om fysioterapi för mammor i samband med rådgivningstjänster

HEL 2018-013002 T 00 00 03

#### Beslut

På förslag av ordföranden bordlade stadsfullmäktige ärendet.

Föredragande

Stadsstyrelsen

Upplysningar

Marja-Liisa Rautanen, stadssekreterare, telefon: 310 36184  
marja-liisa.rautanen(a)hel.fi

#### Sökande av ändring

Förbud mot sökande av ändring, beredning eller verkställighet

#### Beslutsförslag

Stadsfullmäktige betraktar den av ledamoten Mari Holopainen väckta motionen som slutbehandlad.

#### Föredragandens motiveringar

Ledamoten Mari Holopainen och 19 andra ledamöter föreslår i sin motion att staden ska börja erbjuda fysioterapi som ett stöd för förlossningar och bottenbäckenmuskulaturens kondition liksom också fysioterapihandledning i anslutning till rådgivningstjänster.

Stadsstyrelsen hänvisar till social- och hälsovårdsnämndens utlåtande och konstaterar att man redan under havandeskapet börjar ge mammorna handledning i hur de ska komma i form efter förlossningen och i frågor om hälsan efter förlossningen. Handledningen ges i anslutning till rådgivningens familjeträning och i fysioterapigrupper för havande kvinnor.

Mammor som har fött barn får på förlossningssjukhuset instruktioner för att träna tryggt under återhämtningen efter havandeskapet och förlossningen. Stadens social- och hälsovårdsförvaltning har år 2018 på mammornas begäran startat en fysioterapigrupp för mammor som har fött barn. I gruppen får mammorna ytterligare instruktioner och råd samt viktigt kamratstöd. Till gruppen hänvisar rådgivningen sådana mammor som redan har visat sig ha problem, till exempel svag bottenbottenmuskulatur. Grupper för mammor som har fött barn ordnas en gång i månaden vid fysioterapienheterna vid Östergatans familje-



22.05.2019

Ärende/33

central, i Tölö och i Malm. År 2018 fanns det 18 grupper med sammanlagt 49 mammor. Gruppverksamhet efter förlossningen är något nytt. Avsikten är att utöka antalet grupper och göra det lättare att anmäla sig så att alla mammor som har fött barn och som så önskar ska kunna delta. I år ordnas grupper vid Berghälls familjecentral förutom vid de enheter som redan nämnts. Det kommer att finnas sammanlagt uppskattningsvis 43 grupper.

Fysioterapeuterna vid alla fysioterapienheter besitter grundläggande kunskaper i problem med anknytning till bäckenbotten. Klienter som behöver fysioterapeuter med djupare kunskaper i ämnet hänvisas till enheterna i Fiskehamnen, Malm och Tölö. Vid dessa enheter finns det också apparater som mäter bäckenbottenproblemen och anläggningar för dirigering av övningarna.

Vid centralerna för hälsa och välbefinnande samt vid familjecentralerna har man strävat efter att inrikta den hälsofrämjande verksamheten från individuella mottagningar mot lättare kontaktformer såsom gruppträffar. Man försöker fokusera de individuella mottagningarnas tjänster på dem som till följd av sina hälsoproblem behöver individuell vård, handledning eller rehabilitering. Också de mammor som har fött barn och hos vilka man redan har konstaterat en betydande delning av de raka magmusklerna eller inkontinensproblem kan vid behov få en hälsovårdares eller en läkares remiss till individuell fysioterapi.

Bland annat i anslutning till besök på rådgivningen informerar personalen aktivt om möjligheten att delta i grupper och att komma överens om individuella besök på mottagning. På Familjestödssidorna finns det dessutom en länk till Hälsobyns Kvinnohus och stöd för mammor som har fött barn.

Stadsstyrelsen konstaterar att alla mammor ska säkerställas tillgång till grupp fysioterapi efter förlossningen och de ska vid behov erbjudas flera besök eller få hänvisning till individuell fysioterapi.

Enligt 30 kap. 11 § 2 mom. i förvaltningsstadgan ska stadsstyrelsen förelägga fullmäktige en motion som undertecknats av minst 15 ledamöter.

Föredragande

Stadsstyrelsen

Upplysningar

Marja-Liisa Rautanen, stadssekreterare, telefon: 310 36184  
marja-liisa.rautanen(a)hel.fi

## Bilagor

**Postadress**  
PB 1  
00099 HELSINGFORS STAD  
kaupunginkanslia@hel.fi

**Besöksadress**  
Norra esplanaden 11-13  
Helsingfors 17  
<http://www.hel.fi/kaupunginkanslia>

**Telefon**  
+358 9 310 1641  
**Telefax**  
+358 9 655 783

**FO-nummer**  
0201256-6

**Kontonr**  
FI0680001200062637  
**Moms nr**  
FI02012566



22.05.2019

Ärende/33

1 Valtuutettu Mari Holopaisen aloite

## Sökande av ändring

Förbud mot sökande av ändring, beredning eller verkställighet

## Beslutshistoria

Kaupunginhallitus 13.05.2019 § 347

HEL 2018-013002 T 00 00 03

### Päätös

Kaupunginhallitus esitti kaupunginvaltuustolle seuraavaa:

Kaupunginvaltuusto katsoo valtuutettu Mari Holopaisen aloitteen loppuun käsitellyksi.

### Käsittely

13.05.2019 Esittelijän ehdotuksesta poiketen

Vastaehdotus:

Kaisa Hernberg: Lisätään uusi kappale perusteluosan toiseksi viimeiseksi kappaleeksi:

"Kaupunginhallitus toteaa, että ryhmäfyioterapiaan pääsy tulee varmistaa kaikille synnyttäneille ja tarpeen vaatiessa tarjota useampi käynti tai ohjata asiakas yksilöfyioterapiaan."

Kannattaja: Hannu Oskala

Kaupunginhallitus hyväksyi yksimielisesti Kaisa Hernbergin vastaehdotuksen mukaisesti muutetun esityksen.

06.05.2019 Pöydälle

### Esittelijä

kansliapäällikkö  
Sami Sarvilinna

### Lisätiedot

Marja-Liisa Rautanen, kaupunginsihteeri, puhelin: 310 36184  
marja-liisa.rautanen(a)hel.fi

Sosiaali- ja terveyslautakunta 12.02.2019 § 24

HEL 2018-013002 T 00 00 03

---

**Postadress**

PB 1  
00099 HELSINGFORS STAD  
kaupunginkanslia@hel.fi

**Besöksadress**

Norra esplanaden 11-13  
Helsingfors 17  
<http://www.hel.fi/kaupunginkanslia>

**Telefon**

+358 9 310 1641

**Telefax**

+358 9 655 783

**FO-nummer**

0201256-6

**Kontonr**

FI0680001200062637

**Moms nr**

FI02012566



## Päätös

Sosiaali- ja terveyslautakunta antoi kaupunginhallitukselle valtuutettu Mari Holopaisen ja yhdeksäntoista muun valtuutetun valtuustoaloitetta neuvolapalvelujen yhteydessä äideille tarjottavasta fysioterapiasta seuraavan lausunnon:

"Esitys kohdistuu tärkeään asiaan, pienten lasten äitien hyvinvointiin. Ohjaus synnytyksestä toipumiseen ja äidin hyvinvointiin synnytyksen jälkeen alkaa jo raskauden aikana neuvolan perhevalmennuksessa ja perhevalmennukseen liittyvässä fysioterapiaryhmässä odottaville äideille.

Synnyttäneet äidit saavat synnytyssairaalassa ohjeet turvalliseen harjoitteluun raskaudesta ja synnytyksestä toipumiseen. Äitien toiveesta Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystoimessa on vuonna 2018 käynnistetty synnyttäneiden äitien fysioterapiaryhmä, jossa äidit saavat lisää ohjeita ja neuvoja turvallisesta harjoittelusta sekä ryhmän antamaa tärkeää vertaistukea. Ryhmään ohjataan neuvolasta äitejä, joilla on jo esiintynyt ongelmia, esimerkiksi lantionpohjan lihasten heikkoutta. Synnyttäneiden äitien ryhmiä järjestetään kerran kuukaudessa Itäkadun perhekeskuksen ja Töölön ja Malmin fysioterapiayksiköissä. Vuonna 2018 ryhmiä oli 18 ja niissä oli yhteensä 49 äitiä. Synnytyksen jälkeinen ryhmätoiminta on vielä uutta toimintaa ja tarkoituksena on lisätä ryhmien määrää ja helpottaa niihin ilmoittautumista. Tänä vuonna ryhmiä tulee olemaan Itäkadun perhekeskuksessa, Töölön fysioterapiassa, Malmin fysioterapiassa ja Kallion perhekeskuksessa sen avautuessa. Vuonna 2019 ryhmiä tulee olemaan yhteensä arviolta 43.

Terveys- ja hyvinvointikeskuksissa sekä perhekeskuksissa on pyritty suuntaamaan terveydenedistämistoimintaa yksilövastaanotoista kevyempiin kontaktimuotoihin, kuten ryhmätapaamisiin ja kohdentaa raskain palvelumuoto, yksilövastaanotto, niille, jotka terveysongelmansa vuoksi tarvitsevat yksilöllistä hoitoa, ohjausta tai kuntoutusta. Myös ne synnyttäneet äidit, joilla on jo todettu merkittävä suorien vatsalihasten erkauma tai virtsanpidätysongelmia, voidaan terveydenhoitajan tai lääkärin kautta ohjata tarvittaessa yksilölliseen fysioterapiaan.

Lantionpohjan ongelmiin perehtyneitä fysioterapeutteja on Helsingin kaupungin fysioterapiassa useita. Jokaisessa fysioterapiayksikössä on fysioterapeuteilla perusosaaminen lantionpohjan ongelmiin. Syvemmin asiaan perehtyneet fysioterapeutit työskentelevät tällä hetkellä Kalasataman, Malmin ja Töölön yksiköissä, joihin osataan ohjata neuvonta- ja ajanvarausnumerosta potilaat, jotka palvelua tarvitsevat. Näissä yksiköissä on myös laitteet lantionpohjan ongelmien mittaamiseen ja harjoitusten ohjaukseen.



22.05.2019

Ärende/33

Valtuutetun aloite antaa aiheen kehittää synnyttäneiden äitien ryhmätoimintaa edelleen. Ryhmät käynnistyivät vuonna 2018 ja ryhmään on ohjattu neuvolasta äitejä, joilla on jo esiintynyt lantionpohjan lihaskouroutta tai vatsalihasten merkittävä erkauma. Vuoden 2019 aikana lisäämme ryhmiä, jotta niihin voivat osallistua kaikki halukkaat synnyttäneet äidit. Näistä ryhmistä ja yksilökäyntien mahdollisuudesta informoidaan aktiivisesti äitejä mm. neuvolakäyntien yhteydessä, jotta tieto saavuttaa mahdollisimmat monet. Myös kyseiseen aiheeseen liittyvien perheentuki-internetsivujen päivittäminen ja niiltä löytyvä linkki Terveyskylän Naistaloon tukevat synnyttäneitä äitiä kuntoutumaan synnytyksen jälkeen.

#### Terveys- ja hyvinvointivaikutusten arviointi

Kuten valtuustoaloitteen tekijät toteavat, synnytyksen jälkeinen lantionpohjan lihasten kunto vaikuttaa äitien henkiseen hyvinvointiin ja arjessa jaksamiseen estäen myös haitallisten terveydellisten ongelmien syntymistä. Valtuustoaloite kannustaa sosiaali- ja terveystoimialaa kehittämään palvelua edelleen."

#### Käsittely

12.02.2019 Esittelijän muutetun ehdotuksen mukaan

Esittelijä Juha Jolkkonen muutti esitystään siten, että lausunnon viimeiseen kappaleeseen ennen terveys- ja hyvinvointivaikutusten arviointia kolmannen virkkeen jälkeen lisätään virke: "Näistä ryhmistä ja yksilökäyntien mahdollisuudesta informoidaan aktiivisesti äitejä mm. neuvolakäyntien yhteydessä, jotta tieto saavuttaa mahdollisimmat monet."

Asiassa tehtiin seuraava vastaehdotus:

Vastaehdotus 1:

Jäsen Antti Vainionpää: Lausunnon viimeiseen kappaleeseen ennen terveys- ja hyvinvointivaikutusten arviointia lisätään lauseet: "Kaupunki ohjeistaa synnytyssairaaloiden, neuvoloiden ja vastaavien henkilöstöä tiedottamaan kaikille synnyttäneille ja synnyttävälle äideille mahdollisuudesta osallistua ryhmiin. Jotta kaikkien kiinnostuneiden mahdollisuudet osallistua ryhmiin paranisivat, kaupunki laatii myös jaettavaksi tarkoitettavan tiedotteen ryhmistä sekä kaksikielisenä että kaupungin suurimmille kieliryhmille suunnattuina."

Jäsen Antti Vainionpään vastaehdotus raukesi kannattamattomana.

Sosiaali- ja terveyslautakunta antoi asiasta esittelijän muutetun ehdotuksen mukaisen lausunnon.

Esittelijä



22.05.2019

Ärende/33

---

sosiaali- ja terveystoimialan toimialajohtaja  
Juha Jolkkonen

Lisätiedot

Tuija Arvo, ylihoitaja, fysioterapiapalvelut, puhelin: 09-310 50223  
tuija.arvo(a)hel.fi