



## § 198

### Valtuutettu Mari Holopaisen aloite neuvolapalvelujen yhteydessä äideille tarjottavasta fysioterapiasta

HEL 2018-013002 T 00 00 03

#### Päätös

Kaupunginvaltuusto katsoi valtuutettu Mari Holopaisen aloitteen loppuun käsitellyksi.

#### Esittelijä

Kaupunginhallitus

#### Lisätiedot

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

#### Liitteet

1 Valtuutettu Mari Holopaisen aloite

#### Muutoksenhaku

Muutoksenhakukielto, valmistelu tai täytäntöönpano

#### Päätösehdotus

Päätös on ehdotuksen mukainen.

#### Esittelijän perustelut

Valtuutettu Mari Holopainen ja 19 muuta valtuutettua esittävät aloitteessaan synnytystä ja lantionpohjan lihasten kuntoa tukevan fysioterapian ja fysioterapiaohjeistuksen tarjoamista neuvolapalvelujen yhteydessä.

Kaupunginhallitus viittaa sosiaali- ja terveyslautakunnan lausuntoon ja toteaa, että ohjaus synnytyksestä toipumiseen ja äidin hyvinvointiin synnytyksen jälkeen alkaa jo raskauden aikana neuvolan perhevalmennuksessa ja perhevalmennukseen liittyvässä odottavien äitien fysioterapiaryhmässä.

Synnyttäneet äidit saavat synnytyssairaalassa ohjeet turvalliseen harjoitteluun raskaudesta ja synnytyksestä toipumiseen. Äitien toiveista kaupungin sosiaali- ja terveystoimessa on vuonna 2018 käynnistetty synnyttäneiden äitien fysioterapiaryhmä, jossa äidit saavat lisää ohjeita ja neuvoja sekä ryhmän antamaa tärkeää vertaistukea. Ryhmään ohjataan neuvolasta äitejä, joilla on jo esiintynyt ongelmia, esimerkiksi lan-



tionpohjan lihasten heikkoutta. Synnyttäneiden äitien ryhmiä järjestetään kerran kuukaudessa Itäkadun perhekeskuksen, Töölön ja Malmin fysioterapiayksiköissä. Vuonna 2018 ryhmiä oli 18 ja niissä oli yhteensä 49 äitiä. Synnytyksen jälkeinen ryhmätoiminta on uutta. Tarkoitus on lisätä ryhmien määrää ja helpottaa ilmoittautumista, jotta kaikki halukkaat synnyttäneet äidit voivat osallistua. Tänä vuonna ryhmiä järjestetään jo mainittujen yksiköiden lisäksi Kallion perhekeskuksessa. Yhteensä ryhmiä tulee olemaan arviolta 43.

Jokaisessa fysioterapiayksikössä fysioterapeuteilla on perusosaamista lantionpohjan ongelmiin. Syvemmin asiaan perehtyneille fysioterapeuteille asiakkaat ohjataan Kalasataman, Malmin ja Töölön yksiköihin. Näissä yksiköissä on myös laitteet lantionpohjan ongelmien mittaamiseen ja harjoitusten ohjaukseen.

Terveys- ja hyvinvointikeskuksissa sekä perhekeskuksissa on pyritty suuntaamaan terveydenedistämistoimintaa yksilövastaanotoista kevyempiin kontaktimuotoihin kuten ryhmätapaamisiin. Yksilövastaanotto pyritään kohdentamaan 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.

Ryhmistä ja yksilökäyntien mahdollisuudesta tiedotetaan aktiivisesti mm. neuvolakäyntien yhteydessä. Lisäksi perheentuki-verkkosivuilta löytyy linkki Terveyskylän Naistalo ja tukea synnyttäneelle äidille.

Kaupunginhallitus toteaa, että ryhmäfysioterapiaan pääsy tulee varmistaa kaikille synnyttäneille ja tarpeen vaatiessa tarjota useampi käynti tai ohjata asiakas yksilöfysioterapiaan.

Hallintosäännön 30 luvun 11 §:n 2 momentin mukaan kaupunginhallitus esittää kaupunginvaltuuston käsiteltäväksi aloitteen, jonka on allekirjoittanut vähintään 15 valtuutettua.

Esittelijä

Kaupunginhallitus

Lisätiedot

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

**Liitteet**

1 Valtuutettu Mari Holopaisen aloite

**Muutoksenhaku**

**Postiosoite**  
PL 1  
00099 HELSINGIN KAUPUNKI  
kaupunginkanslia@hel.fi

**Käyntiosoite**  
Pohjoisesplanadi 11-13  
Helsinki 17  
<http://www.hel.fi/kaupunginkanslia>

**Puhelin**  
+358 9 310 1641  
**Faksi**  
+358 9 655 783

**Y-tunnus**  
0201256-6

**Tilinro**  
FI0680001200062637  
**Alv.nro**  
FI02012566



---

Muutoksenhakukielto, valmistelu tai täytäntöönpano

**Päätöshistoria**

Kaupunginvaltuusto 22.05.2019 § 178

HEL 2018-013002 T 00 00 03

**Päätös**

Puheenjohtajan ehdotuksesta kaupunginvaltuusto pani asian pöydälle.

**Esittelijä**

Kaupunginhallitus

**Lisätiedot**

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

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

Päätös

Sosiaali- ja terveyslautakunta antoi kaupunginhallitukselle valtuutettu Mari Holopaisen ja yhdeksäntoista muun valtuutetun valtuustoaloitteesta 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.

Valtuutetun aloite antaa aiheen kehittää synnyttäneiden äitien ryhmätoimintaa edelleen. Ryhmät käynnistyivät vuonna 2018 ja ryhmään on ohjattu neuvolasta äitejä, joilla on jo esiintynyt lantionpohjan lihasteikkoutta 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 kappaleen 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 terveystoimialan toimialajohtaja  
Juha Jolkkonen

Esittelijä

sosiaali- ja terveystoimialan toimialajohtaja  
Juha Jolkkonen

Lisätiedot

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