

Terveiset

Helsingin kaupungin terveystieteiden keskuksen henkilöstölehti • 2/2012



Fysiatria, sivu 10

Organisaatio uudistuu, sivut 3, 22

Omahoitotarvikejakelu, sivu 4

Potilasturvallisuus, sivu 14

4 Omahoitotarvikejakelu palvelee kaikkia helsinkiläisiä



Kimmo Brandt

Herttoniemen ja Kivelän sairaaloiden omahoitotarvikejakelupisteiden ylihoitaja Hilikka Laukkanen (oik.) ja osastonhoitaja Maritta Leino.

- 6 Heikki Sumuvuori on myös omahoitotarvikejakelun ylilääkäri
- 8 Päihdetyöntekijänä
- 9 Työkyvyn johtaminen kotihoidossa
- 10 Fysiatrriaa Laaksossa
- 13 Fysioterapiaa
- 14 Potilasturvallisuutta pysyvästi

16 Liikkuva Liisu – Hammashoitola pyörillä

Laura Rätty vihki Liisun käyttöön.



Kimmo Brandt



Helsingin kaupunki
Terveyskeskus

Terveiset 2/2012

Helsingin kaupungin terveyskeskuksen henkilöstölehti, 32. vuosikerta

Toimitus
Siltasaarenkatu 13, 3. krs.
PL 6000, 00099 Helsingin kaupunki
puh. (09) 310 42619
markus.snellman@hel.fi

Päätöimittäjä
Matti Toivola

Toimitussihteeri
Markus Snellman

Toimitusneuvosto
Elisa Arles
Jaana Heikkuri
Seija Hiekkänen
Harriet Jacobson
Birgitta Karanen
Ari Karvinen
Sami Keränen
Hannele Kopilow
Kajja Lönnroth
Mirja Mahkonen
Jaana Palviainen
Eeva Vuorisalmi

Kansikuva
Maarit Nurminen ja Marjaana Järvinen fysiatrian poliklinikalla.
Kuva: Kimmo Brandt

Taitto
Meri Jähi

Paino
Kirjapaino Uusimaa



ISSN 0359-0399

Terveiset 3/2012 ilmestyy syyskuussa. Aineiston pitää olla toimituksessa 29.8. mennessä.

- 18 Kaksisuuntaisen mielialahäiriön tutkimus- ja hoitokeskus

20 Uudet tilat Malmin psykiatrian poliklinikalle



Markus Snellman

- 22 Terveisiä muutostiimistä
- 23 Henkilöstön asema sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksessa
- 24 Työhyvinvointi muuttuvassa työssä
- 26 Töihin terveyskeskukseen



Kaisa Halonen

27 Terveisiä lyhyesti

- 30 Eeva Ketolan värikäs vapaa-aika
- 32 Helsingin terveyskeskuksen palvelut kesällä

Päätöksiä sosiaali- ja terveystoimen uudistamisessa



Kimmo Brandt



Sosiaali- ja terveystoimi uudistuu

Sosiaali- ja terveystoimen yhdistämistä koskevan periaatepäätöksen jälkeen on asiaa jatkovalmisteltu vauhdikkaasti joulukuusta lähtien. Tämän viiden ja puolen kuukauden aikana on valmistunut muutostiimin ehdotus uuden viraston johtosäännöksi sisältäen organisaation perusrakenteen osatotasolle asti. Muun muassa sosiaalilautakunta ja terveyslautakunta antoivat ehdotuksesta lausuntonsa. Nyt asia on edennyt apulaiskaupunginjohtajan esitykseksi, jonka ensimmäinen käsittely on ollut kaupunginhallituksessa. Asia jäi vielä pöydälle.

Aikataulutavoite on, että kaupunginvaltuusto tekee päätökset johtosäännöstä 6.6.2012. Vasta kaupunginvaltuuston hyväksytyä johtosäännön päästään suunnittelua jatkamaan. Jatkovalmisteltavaa riittää, sillä suunniteltavia ja päätettäviä asioita on todella runsaasti. Jatkovalmistelussa vasta suunnitellaan muun muassa osastojen jakautuminen yksiköihin, yksiköiden johtamisjärjestelyt, yksiköiden tehtävät ja niiden toimivaltuudet, henkilökunnan sijoittuminen yksiköihin, toimintaa ohjaavat yhteiset ohjeistukset jne. jne.

Suunnittelussa keskeinen rooli on muutostiimillä. Päätöksenteko valmistelun pohjalta syntyvistä esityksistä tulee kuulumaan kaupunginhallituksen alaisuuteen loppuvuodeksi perustettavalle kaupunginhallituksen sosiaali- ja terveysjaostolle. Jaostolle asiat esittelee apulaiskaupunginjohtajamme.

Tällä hetkellä vielä ehdotusvaiheessa olevan jaoston perustaminen on välttämätöntä, koska nykyiset sosiaalilautakunta ja terveyslautakunta eivät ole toimivaltaisia päättämään uudelle lautakunnalle kuuluvista asioista. Asetettava jaosto tekee kaikki ennen vuoden vaihdetta tarvittavat, uutta virastoa ja sen toimintaa koskevat päätökset, joita uuden viraston toiminta edellyttää voidakseen käynnistyä hallitusti tammikuun alussa 2013. Jaosto käyttää syksyn ajan sitä poliittista päätöksentekovaltaa, joka ensi vuoden alussa siirtyy uudelle sosiaali- ja terveyslautakunnalle.

Valmistelun aikataulu on tiukka. Erittäin ilahduttavaa on ollut se jatkuva positiivinen palaute, jota kiireisestä aikataulusta huolimatta saan organisaatio-uudistukseen etenemiseen liittyvästä tiedottamisesta. Joka puolelta allekirjoittaneelle tulee sama perusviesti: tietoa uudistuksesta ja sen etenemisestä on riittävästi.

Henkilökuntaamme ajatellen hyvin tärkeää on ollut henkilöstösuunnitelman periaatteiden valmistuminen. Tähän ohjeistukseen on koottu sellaiset keskeiset henkilöstöpoliittiset linjaukset, jotka on otettava huomioon organisaatiomuutoksen valmistelussa ja sen toteuttamisessa. Periaatteet koskevat koko henkilöstöä sosiaalivirastossa ja terveyskeskuksessa.

Linjauksista on käyty keskustelua sosiaaliviraston ja terveyskeskuksen päluottamusmiesten ja paikallisjärjestöjen puheenjohtajien kanssa ja ne on käsitelty myös kaupungin henkilöstötoimikunnassa. Ne on käsitelty myös terveyskeskuksen henkilöstötoimikunnassa ja ne tulee käsitellä terveyskeskuksen jokaisen osaston henkilöstötoimikunnassa. Organisaatiomuutoksen suunnittelun edetessä myös näiden periaatteiden käytännön soveltaminen tarkentuu. Tarkennuksista tiedotetaan erikseen muun muassa sote-uudistuksen sivuilla intranetissä.

Organisaatiomuutoksessa toimintojen uudelleen järjestelyjen kautta vapautuvan vakinaisen henkilöstön palvelussuhteen jatkuvuus turvataan. Tämän vuoksi vapautuvien tehtävien täyttämistä rajoitetaan tänä vuonna molemmissa virastoissa. Kaupunginjohtajan täyttölupaan piiriin kuuluville tehtäville haetaan täyttölupa, mikäli tehtävien hoitoa ei voida muulla tavoin järjestää.

Muutostilanteessa esimiestyön merkitys korostuu entisestään. On tärkeää ja välttämätöntä, että työpaikoilla käsitellään muutokseen liittyviä asioita säännöllisesti. Välttämätöntä on myös, että esimies selvittää henkilöstöä mahdollisesti askarruttavat kysymykset. Toimivat yhteistoimintakäytännöt turvaavat henkilöstön osallistamisen muutosprosesseissa.

Myös esimies tarvitsee tukea omalta esimieheltään. Oiva-Akatemia ja työterveyskeskus ovatkin tämän kevään aikana toteuttaneet esimiespajoja, joiden tarkoituksena on parantaa muutosvalmiuksia ja esitellä muutoksessa tarvittavia työkaluja. Kohderyhmänä on ollut noin 300 keskijohdon esimiestä molemmista virastoista. Syksyllä työpajojen järjestämistä jatketaan.

Muutoksen johtamisessa uskottava viestintä vaatii esimiehiltä muutoksen omakohtaista läpityöstämistä. Tämän työstämisen kesto ja vaativuus vaihtelee. Sitoutuminen on prosessi. Johdon yhteisen näkemyksen kehittäminen vaatii aikaa sekä tilaa keskustelulle ja arvioinnille esimiesten kesken. Se vaatii myös taitoa kuunnella ja kykyä asettua toisen asemaan. Tämä koskee meitä kaikkia esimiehiä, ylin johto mukaan lukien.

Muutokset ovat aina myös pelottavia. Muutosten hyväksyminen ja niihin sopeutuminen kuluttaa meidän kaikkien voimia. Kuitenkin muutokset ovat myös erinomainen mahdollisuus katsoa asioita uusin silmin ja löytää uusia ratkaisuja työn ongelmakohtiin. Muutos on aina myös suuri mahdollisuus luovuudelle.

Toivotan koko terveyskeskuksen henkilökunnalle – kaikille yhdessä ja jokaiselle erikseen – rentouttavaa ja virkistävää kesää ja kesälomaa, ilman huolta tulevista muutoksista!

Matti Toivola, toimitusjohtaja

Omahoitotarvike- jakelu palvelee kaikkia helsinkiiläisiä



*Ylihoitaja Hilikka Laukkanen
ja osastonhoitaja Maritta
Leino Herttoniemen omahoi-
totarvikejakelupisteessä.*

Herttoniemen ja Kivelän sairaaloiden omahoitotarvikejakelupisteiden ylihoitaja Hilikka Laukkanen ja osastonhoitaja Maritta Leino keskustelivat Helsingin terveyskeskuksen omahoitotarvikejakelutoiminnasta.

Keskitetty omahoitotarvikejakelu alkoi Helsingissä vuonna 2006 kolmessa paikassa, Herttoniemen, Kivelän ja Koskelan sairaaloissa. Koskelan jakelupiste lakkautettiin vuonna 2009.

Asiakskuntana koko Helsinki

- Kaikki 595 000 helsinkiläistä ovat omahoitotarvikejakelun potentiaalisia asiakkaita. Meiltä hakevat tarvikkeita terveyskeskuksen asiakkaiden lisäksi myös HUSin eri yksiköistä ja yksityiseltä puolelta koteihinsa palaavat. Jakelun ylihoitajana työhöni kuuluu sen henkilöstöhallinto, TYHY-päivät ja kokoukset. Lisäksi seuraan jakelun budjettia, vastaan tarvittaessa asiakkaiden puheluihin ja joskus myös heitä tapaan. Työaikaani menee omahoitotarvikejakeluasioihin noin päivä viikossa, Hilikka kertoo.

Pysyväisohje ohjaa omahoitotarvikejakelutoimintaa

- Pysyväisohje ohjaa toimintaamme sekä terveysasemilla, kotihoidossa että yksityiseltä tai HYKSin puolelta tulleiden asiakkaiden osalta. Noudatamme ohjetta tarkasti.

- Hankintakeskus kilpailuttaa kahden tai kolmen vuoden välein kaikki tuoteryhmät. Tarvikkeiden toimittajat voivat siten vaihtua toisiksi. Hankintakeskuksen nettisivuilla on tarvikkeista ja niiden toimittajista kerrottua tarkemmin, Maritta toteaa.

Herttoniemen ja Kivelän jakelupisteissä yhteensä 12 vakanssia, joista tällä hetkellä on täytettyä 11. **Maritta Leino** toimii molempien jakelupisteiden lähiesimiehenä.

- Tällä hetkellä meillä on asiakkaita yhteensä noin 35 000. Päivittäin käy noin 250 asiakasta, ja puhelinoitoja kertyy saman verran. Työntekijät ovat kaikki sairaanhoitoalan ammattilaisia. Tämä työ on erilaista, koska emme ole ensisijaisessa hoitovastuussa asiakkaista. Yhden työntekijöistämme pitää pystyä palvelemaan asiakkaita ruotsin kielellä. Englannin kielellä palvelemaan useimmiten maahanmuuttajia. Muitten kielten tulkkeja tarvitaan

Terveysasemien keskitettyjen palvelujen (yhteensä 71 työntekijää) ylihoitaja Hilikka Laukkanen

- on omahoitotarvikejakelupisteiden 12 työntekijän esimies
- vastaa terveyskeskuksen terveysasemilla ja sairaaloissa toimivien alla mainittujen työntekijäryhmien henkilöstöhallinnosta:
 - 25 psykiatrista sairaanhoitajaa
 - 18 jalkojenhoitajaa ja jalkaterapeuttia
 - Terveysasema kuntalaisen käyttöliittymänä -hankkeen työntekijä
 - 15 päihdetyöntekijää

harvoin, koska terveysasemien lähetteet ovat selkeitä. Terveysasema tekee meille Pegasos-potilastietojärjestelmän välityksellä niin sanotun HOITAR-lähetteen, minkä jälkeen asiakas käy hakemassa tarvikkeita noin kolmen kuukauden välein, Hilikka kertoo.

Työntekijöiden tuotetietous on asiakkaan etu

- Me annamme asiakkaille tietoa tuotteista ja niiden käytön neuvontaa, mikä on täydentävää hoitoa. Joku voisi ajatella, että tämä on helppoa toimistotyötä. Päivät ovat hyvin kiireisiä, ja asiakkaat odottavat ajanmukaista osaamista ja informaatiota. Asiakkaillemme on hyötyä siitä, että palvelu on keskitetty. Olemme voineet kehittää asiakaspalveluamme ja asiantuntemustamme nykyajan vaatimusten mukaisiksi. Meidän työntekijämme tuntevat hyvin kaikki tuotteet, niiden vaikutukset ja käyttötavat.

- Jos huomaamme, että asiakas tarvitsee muuta apua sairauksiensa hoitoon, hänet ohjataan hoitoon omalle terveysasemalleen. Käytössämme olevasta materiaalihallinnon SAP-rekisteristä voimme huomata, että esimerkiksi kakkostyyppin diabetesta sairastava asiakas ei ole viimeisen vuoden aikana hakenut tarvikkeitaan. Ohjaamme asiakasta käymään ainakin kerran vuodessa oman terveydenhoitajansa vastaanotolla, Maritta mainitsee.

- Omahoitotarvikejakelussa on noin 1 300 erilaista tuotenimikettä. Eniten jaetaan diabetesvälineitä (22 000 asiakasta) ja vaippoja (6 500 asiakasta). Meillä on todella laaja vali-

koima erilaisia tuotteita. Pääkaupunkiseudun kunnista ja muualta maasta on käyty meillä tutustumassa jakelumme toimintaan, Hilikka toteaa.

Toimiva logistiikka

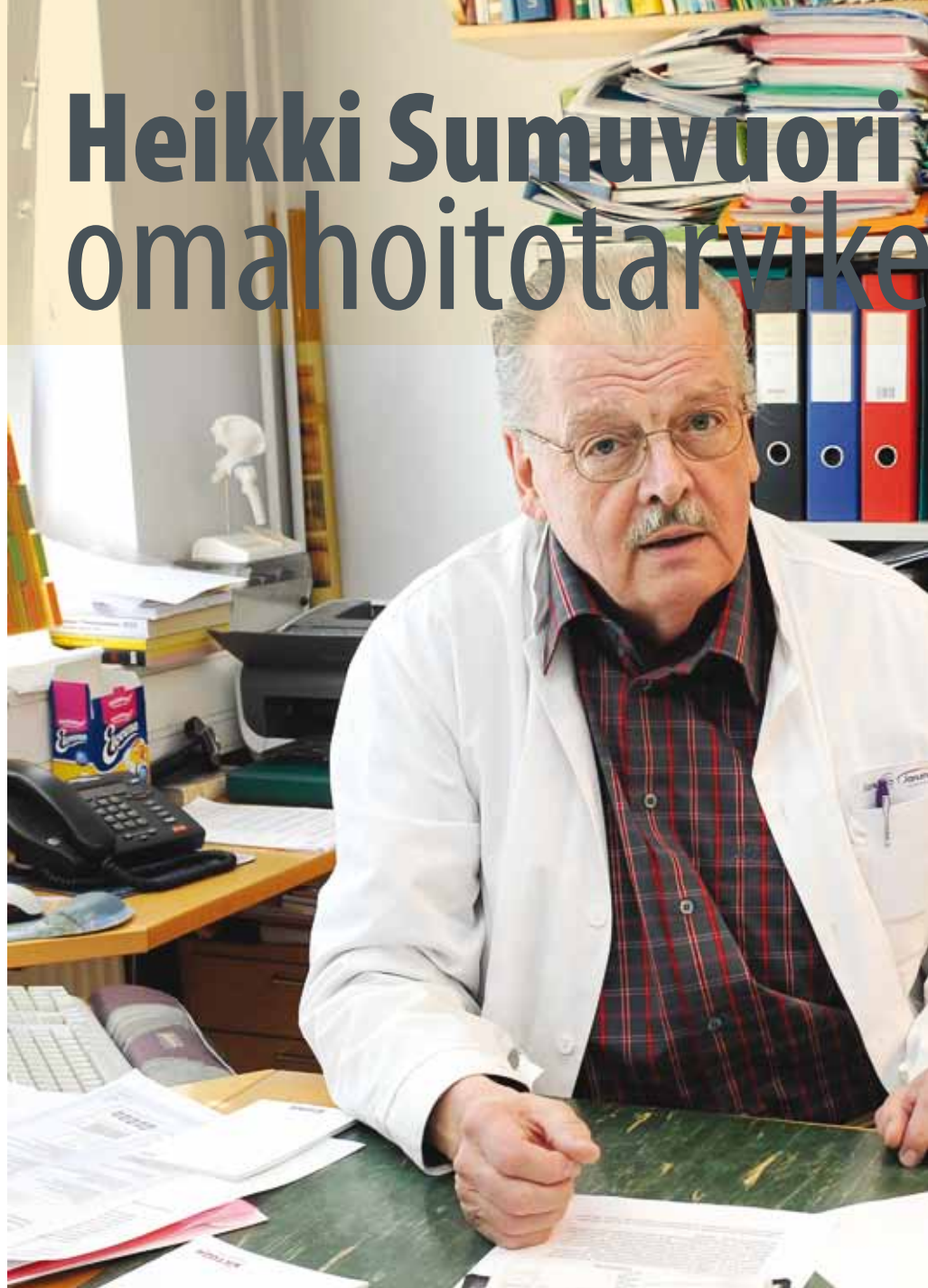
- Helsingin kaupungin kuljetuskeskus hakee ja toimittaa perille kotihoidon asiakkaiden käyttämät tarvikkeet. Kotihoito tilaa itse asiakkaidensa tarvitsemat vaipat. Vaippoja, avannehoitotarvikkeita ja katetreja viedään myös asiakkaille kotiin toimittajien kanssa solmitun sopimuksen perusteella. Kaupunginsairaalan kuntoutusyksikkö lainaa potilaille apuvälineitä, esimerkiksi kainalosauvoja, pyörätuoleja ja erilaisia koneita.

- Käytössämme olevan SAP-rekisterin on meidän tarpeisiimme muokannut materiaalipalvelupäällikkö **Kari Gröndahl** yhdessä silloisen omahoitotarvikejakelun keskittämistä suunnitelleen työryhmän kanssa. Tästä meidän toimintoihimme sopivaksi muokatusta SAP-rekisteristä voimme pääteeltä helposti seurata, mitä tarvikkeita on mennyt ja mitä tarvitaan lisää. Rekisteristä löytyvät myös tarvittavat tiedot asiakkaista. SAP-rekisteri on helpottanut myös tasapuolisen jakelun toteuttamista. Poikkeustapauksissa, jos joku tarvitsee lääketieteellisistä syistä jotain tarviketta enemmän, asian käsittelee ja ratkaisee ylilääkäri **Heikki Sumuvuori** yhdessä minun eli osastonhoitajan kanssa. Toimivan rekisterimme ansiosta eivät tavarat meillä vanhene, koska varasto pidetään mahdollisimman pieninä, Maritta painottaa.



Herttoniemen omahoitotarvikejakelupisteiden työntekijät ryhmäkuvassa. Ylempänä toimistotyöntekijä Anu Laakkonen (vas.), osastonhoitaja Maritta Leino, perushoitaja Riitta Råman ja ylihoitaja Hilikka Laukkanen. Edessä istuvat sairaanhoitajat Seija Mäntykoski ja Jenny Gräsbeck.

Heikki Sumuvuori omahoitotarvike



→ Kaikki tarvikkeet ovat maksuttomia

- Jotkin tarvikkeet ovat hyvin kalliita. Esimerkiksi ykköstyyppin diabeteksen hoitoon tarvittava annostelupumppu sensoreineen maksaa vuositasolla noin 5 000 euroa. Kaikki meiltä saatavat tarvikkeet ovat asiakkaille maksuttomia. Lääkkeistä asiakas maksaa itse KELA -korvauksen jälkeen jäävän osuuden. Esimerkiksi diabetesta sairastavat hakevat tarvitsemansa insuliinin apteekista: yhden insuliiniostokerran omavastuuosuus on asiakkaalle kolme euroa, Hilikka toteaa.

- Vakavasti sairaiden lasten tarvikkeisiin voi mennä vuodessa 100 000 euroa. Hyvä puoli tässä on se, että nämä lapset voidaan hoitaa kotona, Maritta mainitsee.

Ajatuksia tulevaisuudesta

- Olisi hyvä, että tulevaisuudessa olisi vain yksi omahoitotarvikejakelupiste, esimerkiksi Mariassa. Useat asiakkaat käyvät hakemassa tarvikkeita kerran puolessa vuodessa, osa hakee niitä kerran kolmessa kuukaudessa. Matkojen pituus ei Helsingissä olisi iso ongelma. Jo nyt tarvikkeita toimitetaan asiakkaille kotiin. Suunnitelmissa on, että varsinkin diabetetarvikkeet postitettaisiin kotiin. Tämä ei kyllä vähennä meidän työtämme, mutta parantaa asiakaspalveluamme. Monet asiakkaat haluavat kuitenkin tulla jakelupisteeseen henkilökohtaisesti, Maritta kertoo.

- Nyt odotetaan, mitä seuraa sosiaaliviraston ja terveyskeskuksen yhdistämisestä vuoden 2013 alussa. Terveystyöhuoltolain mukainen jakelutoiminta jatkuu joka tapauksessa ensi vuonnakin. Toimintaamme säätelee toistaiseksi omahoitotarvikejakelulle laadittu PYSY(pysyväs) -ohje (löytyy TERI -intrasta Pysyväs-ohjeista nimellä Omahoitotarvikkeiden antaminen potilaille terveyskeskuksesta P18, 4.4.2011), Hilikka miettii. ●

*Liisa Suominen on vapaa toimittaja

Teksti Liisa Suominen
Kuvat Kimmo Brandt

Omahoitotarvikejakelutoiminnasta vastaa Pihlajamäen terveysaseman ylilääkärinä toimiva Heikki Sumuvuori.

Heikki kertoo tarkemmin omahoitotarvikejakelutoiminnan keskittämisen alkumetreistä, omasta osuudestaan jakelutoiminnassa ja jakelun kustannuksista.

Omahoitotarvikejakelun keskittämistä ehdotti **Heikki Sumuvuori** vuoden 2004 alussa eräässä kokouksessa, kun silloinen terveysasemien johtaja **Outi Kupiainen** oli puuskahtanut, että mitä tälle omahoitotarvikejakelulle oikein voisi tehdä: "Kaikilla terveysasemilla on niin erilaiset tyyliä jakaa tarvikkeita ja tarvikkeita menee pilalle, kun niitä tilataan liikaa".

Omahoitotarvikejakelun keskittämisestä laadittiin suunnitelma vuonna 2004

Vuoden 2004 alussa alkoi kokoontua työryhmä, johon kuuluivat Pihlajamäen terveysaseman ylilääkäri Heikki Sumuvuori ja silloinen ylihoitaja **Tuula Kauppinen** sekä materiaali- palvelupäällikkö **Kari Gröndahl** ja hankintasihteeri **Annikki Lajunen** (nyk. **Marja Flinck**), ylihoitaja **Jaana Niemi** ja osastonhoitaja **Han-**

on myös jakelun ylläpitäjä



Yllääkäri Heikki Sumuvuori.

nele Kopilow, kehittämään omahoitotarvikejakelua sellaiseksi kuin se on tänä päivänä. Kari Gröndahlin muokkaamana materiaalihallinnon SAP-rekisteristä saatiin hyvä, juuri omahoitotarvikejakelussa toimiva järjestelmä. Suunnitelma keskitetystä jakelusta valmistui marraskuussa 2004.

- Suunnitelmamme keskitetystä jakelusta meni vuoden 2005 helmikuussa terveyskeskuksen johtoryhmään, jossa se sai hyvän vastaanoton. Terveyskeskuksen lakimies **Leena Moisander** jopa ylisti sitä. Johtoryhmä antoi työryhmällemme tehtäväksi miettiä jakelun käytännön asioita tarkemmin. Siinä vaiheessa merkittävä taloudellinen hyöty saatiin keskitetylle jakelulle Kari Gröndahlin ehdotuksesta, että tarvikkeet voitaisiin tilata suoraan tavarantoimittajilta. Aiemmin kaikki tarvikkeet olivat tulleet terveysasemille keskusvarastolta, Heikki kertoo.

Keskitetty omahoitotarvikejakelu kolmessa eri pisteessä alkoi vuoden 2006 alussa.

Aluksi sillä oli yhdeksän vakanssia. Ne täytettiin terveysasemien henkilöstön piiristä. Heti ensimmäisenä vuonna jakelun kulut pienenevät huomattavasti, 600 000 eurolla, verrattuna edelliseen vuoteen 2005: keskitetyn jakelun tilaustapa oli muutettu ja hävikki pieneni, kun jakeluun oli saatu yhtenäiset pelisäännöt. Lisäksi kaikki asiakkaiden ja tarvikkeiden tiedot löytyivät tietokoneen SAP -rekisteristä nopeasti ja luotettavasti.

Hoidettavana kaksi tehtäväkokonaisuutta

- Toimin Pihlajamäen terveysaseman ylläkäjänä. Tämä on keskisuuri terveysasema. Meillä on 12 lääkärinä, yksi neuvolalääkäri ja parikymmentä hoitajaa.

- Noin puolet työajastani kuluu terveysaseman hallintoon, lisäksi teen potilastyötä puolesta päivästä päivään viikossa. Toinen puoli työajastani menee omahoitotarvikejakelutoimintaan, jonka taloudesta, toiminnasta ja lääketieteellisestä puolesta vastuu on oikeastaan kokonaan minulla.

- Olen kahden johtavan ylläkäjän alainen: terveysaseman osalta esimieheni on Pohjoisen terveysasemien ylläkäri **Lars Rosengren** ja omahoitotarvikejakelun osalta Lännen terveysasemien johtava ylläkäri **Antti Hemminki**, Heikki toteaa.



Heikki Sumuvuori keväisessä Pihlajamässä.

Heikki Sumuvuori vastaa jakelun lääketieteellisistä muutoksista

- Osa asiakkaista voi joutua käyttämään tarvikkeita enemmän kuin suositukset ohjaavat. Joskus on välttämätöntä käyttää muuta tuotetta kuin mitä meidän valikoimassamme on tarjolla. Poikkeavaan käyttöön tulee olla lääketieteellinen tai hoidollinen peruste.

- Edellä mainitut niin sanotut poikkeusluvut menevät minun kauttani. Sovituissa rajoissa saavat omahoitotarvikejakelun työntekijät kylläkin tehdä pieniä joustoja jakeluun. Poikkeuslupia on käsiteltävänäni 40 – 70 viikossa. Joskus voin konsultoida sairaaloiden lääkäreitä. Useimmiten terveysasemilla on jo selvitetty, mikä tarvike sopii asiakkaalle ei-sopivan tarvikkeen tilalle ja ratkaisu on helppo.

Joskus voi tarvikkeiden jakelussa ilmetä ongelmia, joitten vuoksi pyydämme asiakasta tulemaan tapaamiseen, jossa on minun lisäksi mukana osastonhoitaja **Maritta Leino**, Heikki mainitsee.

Viimeisin jakelu-uudistus vuonna 2010 toi jälleen säästöjä

- Omahoitotarvikejakelun kustannukset olivat vuonna 2009 lähes 8 miljoonaa euroa ennen viimeisintä uudistusta. Vaippajakelun järjestyminen (vaikutus noin 400 000 euroa) ja diabetisasiakkaille jaettavien sokeriliuskosten kilpailuttaminen (vaikutus noin 1,6 miljoonaa euroa) vähensivät jakelun kustannuksia huomattavasti eli yhteensä 2 miljoonaa euroa. Näin kustannukset olivat vuonna 2010 lähes 6 miljoonaa euroa, mutta vuonna 2011 noin 6,6 miljoonaa euroa, koska asiakkaiden määrä on lisääntynyt selvästi.

- Omahoitotarvikejakelun yhteistyö hankintakeskuksen kanssa on tehostunut viimeisen viiden vuoden aikana, Heikki painottaa.

Terveyskeskus ja sosiaalivirasto yhteen vuonna 2013

- Vuonna 2011 voimaan tullut terveydenhuoltolaki ei ole linkitetty sosiaalihuollon lakeihin, joten ensi vuonna tapahtuva terveyskeskuksen ja sosiaaliviraston yhdistyminen ei varmaankaan tule vaikuttamaan paljoa omahoitotarvikejakelun toimintaan. Meille ei myöskään tule sosiaaliviraston kautta uusia asiakkaita.

- Tulevina vuosina asiakaskuntamme lisääntyy muista syistä: jakelun piiriin tulee varsinkin yli 65-vuotiaita inkontinenssi- ja diabetisasiakkaita lisää eli vaippojen ja in-suliinitarvikkeiden jakeluvolyymit kasvavat, Heikki miettii. ●

Päihdetyöntekijänä



Riikka Virta toimii päihdetyöntekijänä Herttoniemen terveysasemalla. Päihdetyöntekijöitä on Helsingin terveysasemilla kolmetoista ja päivystyksissä kaksi. Riikan esimiehenä toimii terveysasemien keskitettyjen palvelujen ylihoitaja Hilikka Laukkanen.

Tavoitteena on Riikan mukaan jatkossa toiminnan vakinaistaminen. Tällä hetkellä hän työskentelee Terveysasema kuntalaisen käyttöliittymänä -hankkeessa.



Riikka Virta työpisteessään Herttoniemessä.

Lisätietoa

Terveysasema kuntalaisen käyttöliittymänä -hankkeesta ja muista terveyskeskuksen hankkeista löydät osoitteesta www.hel.fi/terveyskeskus. Valitse sivulla "Hankkeet".

Kysymykset toimitus
Vastaukset Riikka Virta, sairaanhoitaja

Mikä koulutus sinulla on?

Olen koulutukseltani Sairaanhoitaja (AMK). Päihdehoitotyön työkokemusta minulla on kuuden vuoden ajalta. Sairaanhoitajana olen toiminut 10 vuoden ajan.

Mitä kaikkea työhösi kuuluu?

Tapaan ajanvarauksella terveysasemalla päihdepotilaita. Yhden työpäivän aikana ehdin tavata noin kuusi asiakasta. Yhden asiakkaan kanssa aikaa menee aikaa tunnin verran.

Potilasryhmiä ovat päihteitä haitallisesti käyttävät potilaat (alkoholin riski- ja suurkuluttajat, alkoholin ja lääkkeiden sekakäyttäjät, päihdearvioon tai lääkityksen haitallisuuden arvioon lähetetyt potilaat), lääkevieroituspotilaat, ajokelpoisuuden arviointipotilaat ja avokatkaisuhoidon jälkeistä jatkohoitoa tarvitsevat potilaat.

Kliinisen potilastyön lisäksi teen opiskelijajohjausta sekä Amiedun kanssa yhteistyötä muun muassa luentojen merkeissä. Olen ohjannut hoidollista muutosryhmää terveysasemalla. Olen mukana myös verkkopäihdetyössä, jonka pilotti alkoi helmikuussa 2012.

Miten asiakkaaksesi tullaan?

Potilasohjaus tulee yleensä terveysaseman sisältä. Lääkäri, terveydenhoitaja tai psykiatrinen sairaanhoitaja voivat ohjata minulle potilaita. Myös muut yhteistyötahot kuten A-klinikka, katkaisuhuolto-osasto, sosiaalitoimi, Duuri, kotihoito tai poliisi ohjaavat minulle potilaita. Potilas voi ottaa yhteyttä suoraan myös minuun. Yleensä potilas varaa minulle ajanvarausajan puhelinajalla, joka on maanantaista perjantaihin kello 12 – 13.

Koska päihteiden käyttöön kannattaa hakea apua?

Päihteidenkäyttöön kannattaa hakea apua varhaisessa vaiheessa, jolloin terveyshaitat jäävät pienemmiksi. Tukea tarvitaan kun potilas itse tai muut läheiset kokevat potilaan päihteidenkäytön haitalliseksi.

Mikä tekee työstäsi haastavaa/mukavaa?

Potilaat ovat erilaisia. Onnistumisen elämykset potilaan hoidoissa antavat itselleni työntekijänä voimaa jatkaa tätä haastavaa työtä terveysasemalla. Hoitohenkilökunnan kanssa sujuva ja ymmärtävä yhteistyö auttaa myös jaksamaan.

Kerro jotain itsestäsi

Olen perheellinen ja olen avioliitossa. Minulla on 6-vuotias tyttö, joka aloittaa koulunkäynnin elokuussa 2012. Me ulkoilemme ja harrastamme liikuntaa säännöllisesti. Itse harrastan työmatkapyöräilyä. ●

Työkyvyn johtaminen kotihoidossa

Kotihoidon johtaja Anna-Liisa Lyytinen kertoo johtamisen kehittämisestä omassa osastossaan, joka on toiminut terveyskeskuksen osana seitsemän ja puoli vuotta. Kotihoidossa on noin 2 000 työntekijää.

nähdessä. Myös yhteistyö työterveyskeskuksen kanssa muotoutui ja tiivistyi hankkeen aikana.

28.3.2012 kotihoidon esimiehet ja työterveyskeskuksen asiantuntijat kokoontuivat yhteiseen seminaariin tutkimaan tilannetta; mistä on lähdetty liikkeelle, missä mennään nyt vuonna 2012 ja mitkä ovat tulevaisuuden haasteet?

Totesimme yhdessä, että kotihoidon kaikilla tasoilla ja työterveyshuollolla on yhteinen ja hyvä keskusteluyhteys. Olemme kehittäneet työolosuhteiden ja työkykyriskien tunnistusta, raportointia ja yhteistä analysointia. Myös yhteiset välineet, kuten VATU (varhainen tuki) ja PATU (paluun tuki) ovat käytössä ja uutena on tulossa muun muassa työkykyriskien hallintaopas.

Vuosi sitten päädyimme lähijohtamisen vahvistamiseen ja sitä kautta asiakastyön hallintaan ja tiimityön johtamiseen. Konkreettiseksi tavoitteeksi määrittelimme kotihoidon ohjaajan työnkuvan kirkastamisen uudel-

leen. Työ on nyt loppusuoralla.

Lisäksi olemme luomassa lähipalvelualuekohtaista työterveysprofiilia, jotta voisimme suunnitella paremmin kotihoidon paikallista toimintaa. Työntekijöiden osatyökykyisyys, työn räätelöimisen tarve ja pitkittyneet poissaolotilanteet saattoivat meidät tiiviimpään yhteistyöhön kaupungin henkilöstökeskuksen kanssa.

Vaikka työkyvyn johtamisessa on menty huimasti eteenpäin, vielä on tehtävää. Lähijohtamisen, henkilöstön johtamisen ja asiakastyön johtamisen keskeisiä prosesseja kotihoidossa on selvitettävä. Millaista osaamista, toimintatapaa ja esimiestyön otetta edellyttämme? Myös koko johtamisjärjestelmää on tarkasteltava kriittisesti. Olemmeko jäsentäneet riittävästi suunnittelua ja linjauksia?

Keräsimme seminaarimme työryhmissä avainasioita työkyvyn johtamisessa. Tältä pohjalta jatkamme syksyllä eteenpäin yhteisiä ponnisteluja hyvän johtamisen toteutukseksi kotihoidossa. ●

Teksti Anna-Liisa Lyytinen, kotihoidon johtaja

Terveyskeskuksen kotihoito on tehnyt yhteistyötä kaupungin työterveyskeskuksen kanssa koko olemassaoloaikansa vuodesta 2005 lähtien. Matkan varrelle on mahtunut iso hankekin; sairauspoissaolojen hallintahanke eli SAPO 2009 – 2010. Hankkeen tuloksena sairauspoissaolopäivät vähenivät merkittävästi kotihoidon kokeilualueilla vertailualueeseen

Terveyskeskuksen ja työterveyskeskuksen väkeä yhteisessä seminaarissa 28.3. Takana vasemmalta: Maija Jyrkkäranta, Pirjo Väisänen, Anu Pässilä, Tiina Luoma, Olga Efimova, Marja Paukkonen, Satu Laakso, Pirjo Tolkki, Seija Herttuainen, Eeva Raulos, Ellen Siltala, Virpi Aho, Eeva Sandelin, Kirsi Kolari, Hanna Valkonen ja Jaana Nummijoki. Istumassa vasemmalta Jaana Heikkuri, Anna-Liisa Lyytinen, Marjatta Vuorinen ja Sarri Nuorivaara.

Fysiatrinoa Laa



*Maarit Nurminen (oik.) ja fysio-
terapeutti Marjaana Järvinen
tutkivat potilaan selkää.*

ksossa

Maarit Nurminen aloitti fysiatrian ja kuntoutuksen poliklinikan ylilääkärinä viime vuoden syyskuussa. Nurminen on koulutukseltaan erikoislääkäri fysiatrian lisäksi työterveyshuollossa.



Maarit Nurminen

Teksti Markus Snellman • Kuvat Kimmo Brandt

Terveyskeskuksen fysiatrian ja kuntoutuksen poliklinikka löytyy Laakson sairaala-alueelta rakennuksesta 4. Samassa rakennuksessa toimii myös neurologian poliklinikka ja geriatrinen muistipoliklinikka sekä muita kuntoutuksen toimintoja kuten apuvälinelainaamo. Poliklinikat ovat osa kaupunginsairaalan kuntoutusyksikköä.

Fysiatrian poliklinikalla työskentelee neljä fysiatrian erikoislääkärinä.

- Tämän vuoden budjetissa varauduttiin erikoistuvan lääkärin vakanssin perustamiseen. Vakanssin täyttöoikeutta odotetaan kovasti. Erikoistuvien lääkärin tärkeys on tulevaisuuden tekijöiden takaamisen kannalta huomattu, **Maarit Nurminen** kommentoi.

Fysiatrian poliklinikalla on myös sairaanhoitaja sekä kaksi sihteeriä. Poliklinikan kaksi fysioterapeuttia työskentelevät puolipäiväisesti täyttäen yhdessä yhden toimen.

Liikkumisen ongelmia

Perusterveydenhuollossa merkittävällä osalla potilaista on tuki- ja liikuntaelinvaivoja. Fysiatrian poliklinikalle tullaan potilaaksi lääkärin läheteellä terveysasemilta tai yksityisen sektorin vastaanotoilta. Myös työterveyshuollot, esimerkiksi kaupungin työntekijöiden oma työ, lähettävät asiakkaan tarvittaessa fysiatrialle. Viime vuonna poliklinikalla oli noin 4 000 asiakaskäyntiä.

Fysiatrian poliklinikan asiakkaalla voi olla tuki- ja liikuntaelinvaivoja selässä, olkanivelissä, polvissa tai lonkassa. Esimerkiksi selän ongelmia aiheuttavat nuorilla

skolioosi, keski-ikäisillä juuriaukkoahauma ja ikäihmisillä murtumat ja lonkkanivelrikot. Vaivat voivat johtua kulumista. Poliklinikan asiakkaalla on toisinaan urheiluvamma.

Fysiatri tekee potilaan tutkimuksen pohjalta diagnoosin ja määrää tarvittavat jatkotoimenpiteet.

- Teemme toimintakyvyn arvioita, kuntoutus- ja apuvälinearvioita, annamme tukea ja ohjausta, Nurminen sanoo. Poliklinikalla kirjoitetaan lausuntoja myös eripituisista työkyvyttömyyksistä muun muassa Kelan suuntaan.

- Tarvittaessa lääkitys on osa hoitoa. Tämän hetken suuntaus on, että kohtaamme potilaan laaja-alaisesti. Lääkkeet ovat yksi työväline.

- Työterveyshuolto on meille tärkeä ja omalla sarallaan ohjaava yhteistyökumppani. Työkyvyn menettäminen on potilaan kohdalla uhka, johon puuttuminen on keskeistä. Samoin tärkeitä ovat lääkinnällinen kuntoutus sekä fysio- ja toimintaterapiat.

- Fysiatrian poliklinikan fysiitrit vastaavat alueittain lääkinnällisen kuntoutuksen päätöksistä ja maksusitoumuksien antamisesta kuntoutussuunnittelijan valmistelun pohjalta.

- Yhteistyötä tehdään moniammatillisesti esimerkiksi fysioterapeuttien ja eri lääketieteen erikoisalojen asiantuntijoiden kanssa, Maarit Nurminen kertoo.

Merkittävä yhteistyökumppani ovat myös terveysasemat, jotka lähettävät potilaita fysiatrian poliklinikalle. Hyvin tehty lähete, jossa selvitetään esimerkiksi potilaan toimintakykyä ja muuta taustaa, helpottaa Nurminen mukaan jatkohoitoa.

Paljon asioita voidaan tehdä jo terveysasemalla ennen lähetettä fysiatrialle. Myös fysiatriin vastaanoton jälkeen potilaan hoito jatkuu yleensä terveysasemalla terveyskeskuslääkärin koordinoimana.

- Fysioterapeutit toimivat nykyisin terveysasemilla, mikä on hyvä asia, Maarit Nurminen kommentoi. Terveysasemilla siirrytään vuoden 2012 aikana käytäntöön, jossa kaikilla terveysasemilla toimii lääkäri-hoitaja-työparien tukena päivystysluonteinen fysioterapeutti. Hänelle ohjataan akuutit selkä-, niska- ja olkapääkipupotilaat sovittujen kriteerien perusteella suoraan ilman lääkärissä käyntiä.

- Terveyskeskuslääkärit konsultoivat fysiatrija. Terveysasemien kanssa yhteistyön ja keskustelun lisääminen, esimerkiksi yhteiset koulutustilaisuuudet, on kannatettava asia.

Kysymysten äärellä

- Asiakkaalla voi olla vaivansa kanssa pitkä tausta, hänen kokonaisvaltainen kuuntelemisensa on tärkeää. Fysiatriin vastaanotto kestää noin 45 minuuttia. Vastaanottoon liittyy myös näkymätöntä työtä, esivalmisteluja, puhelinsoittoja jne.

- Tavoite on, että asiakas kävisi täällä vain kerran tai kaksi. Ensimmäisellä kerralla tutkitaan. Toinen kerta tarvitaan, kun tulokset ja suunnitellut jatkotoimet käydään yhdessä läpi.

- Potilaillamme on paljon kroonistunutta kipua. Meillä on suunnitteilla kivunhallintaryhmä. Vertaistuki on tärkeää. Kipurymään olisi hyvä saada psykologi mukaan. Selkäryhmiä fysioterapiassa jo on.



→ Maarit Nurmisen mukaan fysiatrialla poistetaan arjen esteitä. Apu mahdollistaa usein paluun normaaliin elämään. Nurmisen mielestä fysiatrian vastaanotolla käynti voi olla potilaalle merkittävä kohtaaminen. Lisäksi, kun apu löytyy, esimerkiksi asiakkaan työ- ja toimintakyky pystytään säilyttämään, myös kustannussäästöt yhteiskunnalle ovat usein merkittäviä.

- Voimme esimerkiksi kysyä, miksi polveni on kipeä? Mikä helpottaa kipua, mikä lisää sitä? Asian selvittäminen voi tuoda ratkaisevan muutoksen omiin elin- ja toimintatapoihin, jopa minäkuvaan. Asiakkaalle herää kysymys kuka minä olen, Nurminen sanoo ja kertoo, että fysiatreja kutsutaankin toisinaan leikkimielellä luopsykiatreiksi. Jokaisen meistä on elettävä tämä elämä oman kehon kanssa.

- Joskus voi olla tärkeää, että potilas tulee vain kuulluksi.

Kivun kokemusta väheksymättä esimerkiksi akuutit selkävaivat ovat usein myös väliaikaisia ja paranevat ilman hoitotoimenpiteitä.

- Toisinaan akuutti selkäkipu menee viikossa ohi.

Jonon kimppuun

Maarit Nurmisen yksi tehtävä on ollut organisoida fysiatrian poliklinikan hoitojonon lyhentäminen. Jono oli aikaisemmin puolivuotta. Jouluuun 2011 mennessä jonotusaika saatiin lyhenemään noin yhteen kuukauteen.

- Työntekoa tehostettiin, samalla mietimme yhdessä työssä jaksamista, työn kuormittavuutta ja työhyvinvointia. Koko henkilökunta oli tässä mukana.

- Teen esimiestehtävien lisäksi potilastyötä. Pikku hiljaa olen tullut tutuksi ja minua on alettu pyytää mukaan esimerkiksi terveyskeskuksen suunnitteluryhmiin, Maarit Nurminen kertoo ensimmäisestä työvuodestaan fysiatrian poliklinikalla. Hän kuuluu myös kuntoutuksen johtoryhmään.

Nurminen on nähnyt fysiatria monesta eri näkökulmasta. Hän on tyytyväinen ratkai-

suunsa tulla ylilääkäriksi terveyskeskukseen, työssä on ollut riittävästi haasteita. Myös terveyskeskuksen rekrytointi saa kiitosta.

Johdat asiantuntijaorganisaatiota. Millainen esimies olet?

- Kunnioitan jokaisen asiantuntijan työtapaa, kuuntelen, keskustelen. Alaisia ei ole mahdollista pomottaa. Arvostan omaa lähiesimiestäni, joka on antanut mahdollisuuksia käyttää omia vahvuksiani, Nurminen hahmottelee. Hänen lähiesimiehensä on kuntoutuksen ylilääkäri **Pertti Heikkilä**.

- Vaikka yksilön kunnioittaminen on tärkeää, meillä on silti myös yleiset periaatteet ja säännöt.

Mikä tekee fysiatriasta kiinnostavaa?

- Työ on sopivan laaja-alaista, samalla on mahdollisuus asiakkaiden spesifiin auttamiseen.

Liikunnalla on tärkeä rooli Maarit Nurmisen vapaa-ajassa. Hän harrastaa lava- ja kilpatansseja. Myös kirjallisuus, maalaaminen ja matkustaminen kiinnostavat. ●

Iltapäivä Laaksossa



Fysiatrien lounastapaamisen ryhmäkuvassa ylhäällä Kuntoutus Orton Oy:n toimitusjohtaja, professori Heikki Hurri, kuntoutuksen ylilääkäri Pertti Heikkilä, apulaisyliääkäri Maunu Nissinen, apulaisyliääkäri Esko Satta, erikoislääkäri Risto Pohjola ja erikoistuva lääkäri Heta Khary, alarivissä ylilääkäri Maarit Nurminen, fysiatrian emeritus professori Erkki J. Valtonen ja HUS fysiatrian ylilääkäri Harri Hämäläinen.

Laakson fysiatrian poliklinikkakokousta

20.4. edelsi fysiatrien tapaaminen yhteisen lounaan ja vapaamuotoisen keskustelun merkeissä.

Fysiatrit pohtivat lounastapaamisessaan yhdessä alan tulevaisuuden näkymiä. Suomessa on tällä hetkellä 176 fysiatria, heistä tosin osa on eläkkeellä. Terveyskeskuksessa fysiatrian erikoislääkäreitä on neljä, HUS:ssa heitä on 14, joista 11 HYKS-alueella.

Erikoisalaa uhkaa lähivuosina mahdollisesti työvoimapula, sillä 70 prosenttia fysiatreista on 50-vuotiaita tai vanhempia. Vaikka ala kiinnostaa, erikoistuvia lääkäreitä on liian vähän. Samalla kun nuoria lääkäreitä kaivataan alalle, tarvitaan seniorilääkäreitä opettamaan tulevia fysiatreja.

Keskustelua lounaalla herätti myös erikoissairaanhoidon järjestäminen ja taloudellisten resurssien jako julkisella sektorilla.

Lounaan jälkeisessä poliklinikkakokouksessa fysiatrian historiasta Suomessa kertoi professori emeritus **Erkki J. Valtonen**.

- Maarit on eräs minun parhaimmista oppilaistani, Erkki J. Valtonen totesi lopuksi. ●

Fysioterapiaa



Maarit Nurminen ja Marjaana Järvinen (oik.).

Marjaana Järvinen on töissä Laakson fysiatrian poliklinikalla. Esitimme hänelle muutaman kysymyksen.

Mikä koulutus sinulla on?

Olen suorittanut fysioterapeutin AMK-tutkinnon.

Mitä kaikkea työhösi kuuluu?

Työhöni kuuluu potilaiden toiminta- ja liikuntakyvyn arvioimista sekä potilaiden kuntoutusta pääasiassa ohjauksen ja neuvonnan sekä terapeuttisten harjoitteiden ohjauksen muodossa. Olen osan työajastani fysiatrian poliklinikalla ja osan samassa rakennuksessa toimivan Laakson terveysaseman fysioterapiaosastolla. Työtehtäväni ovat erilaisia eri toimipisteissä.

Keiden kanssa teet yhteistyötä?

Teen tiivistä yhteistyötä poliklinikan lääkärin sekä muun henkilökunnan kanssa. Toki yhteistyötahoja on muitakin, esim. HUS:n vastaavan yksikön kanssa on vireillä yhteistyöhankkeita.

Mikä tekee fysioterapeutin työstä kiinnostavaa/haastavaa?

Olen aina ollut kiinnostunut terveyden edistämisestä erityisesti liikunnan kautta. On aina hienoa saada olla osana potilaan paranemista elämää rajoittavasta sairaudesta tai vammasta. Vastaanottoillani tapaan päivittäin uusia ihmisiä, mikä myös tekee työstä kiinnostavaa. Toisaalta työ on haastavaa, ala kehitty jatkuvasti ja omaa osaamista on päivitettävä säännöllisesti koulutuksin ja seuraamalla alan kirjallisuutta, valmiiksi ei tule koskaan.

Teet töitä sekä fysiatrian poliklinikalla että terveysasemalla. Onko poliklinikatyö fysioterapeuteille erilaista kuin terveysasematyö?

Poliklinikatyö eroaa terveysasematyöstä muun muassa siten, että poliklinikalla moniammatillinen yhteistyö erityisesti lääkärin kanssa on tiiviimpää kuin terveysasemalla, jossa perinteisesti fysioterapeutit työskentelevät itsenäisemmin omassa yksikössään. Kuitenkin terveysasemillakin uusi akuuttivastaanottomalli tulee tiivistämään fysioterapeuttien moniammatillista yhteistyötä lääkärin ja hoitajien kanssa.

Poliklinikalla kaikki potilaat kuuluvat tietyn erikoisalan piiriin, kun taas terveysasemalla ei ole erikoistuttu mihinkään tiettyyn potilasryhmään. Terveysasemalla työ on toisaalta monipuolisempaa, siihen kuuluu vastaanottojen lisäksi esimerkiksi liikuntaryhmien ohjausta ja kotikäyntejä. ●

Potilasturvallisuutta



Hallintoylihoitaja Marketta Kupiainen.

Terveyskeskuksen potilasturvallisuussuunnitelma hyväksyttiin maaliskuussa viraston johtoryhmässä. Suunnitelma työstettiin työryhmässä, jonka puheenjohtajana toimi hallintoylihoitaja Marketta Kupiainen.

Teksti ja kuvat Markus Snellman

-EU-direktiivit edellyttävät jäsenvaltioilta potilasturvallisuussuunnitelmia. Me julkaisimme suunnitelman terveyskeskuksen raportteja -sarjassa lisätäksemme sen painoarvoa, **Marketta Kupiainen** kertoo. Suunnitelma haluttiin omaksi itsenäiseksi dokumentiksi, jotta se saisi riittävän arvostuksen.

Sitoutunut ryhmä

Nykyinen terveydenhoitolaki tuli voimaan toukokuussa 2011. Laki edellyttää potilasturvallisuussuunnitelman laatimista. Lain voimaantulon jälkeen terveyskeskuksen potilasturvallisuustyöryhmä alkoi kokoontua säännöllisesti kesällä 2011, uusi suunnitelma oli johtoryhmän pöydällä ensimmäisen kerran tämän vuoden tammikuussa ja se hyväksyttiin 13.3.

- Työryhmässä oli mukana edustajat terveyskeskuksen eri toimintoista, myös sosiaa-

livirasto oli edustettuna. Kävimme suunnitelmaan sisällytettäviä asioita teemoittain läpi, työryhmän sihteeri suunnittelija **Mervi Korpe** kirjoitti työskentelyn edetessä raporttia teemakohtaisesti samalla kun työskentely eteni.

- Työryhmä oli aktiivinen ja sitoutunut, ensimmäisen version kanssa oltiin valmiita joulukuun loppuun mennessä, hyväksymisen tapahtui maaliskuussa. Kickoff-tilaisuus suunnitelman jalkauttamiseksi oli johdolle toukokuussa, syksyllä järjestetään tilaisuudet lähiesimiehille.

- Jatkossa suunnitelman työstänyt työryhmä toimii potilasturvallisuustyön seurantar ryhmänä, konkreettista potilasturvallisuustyötä koordinoi laatu päällikkö **Jouko Ranta**, Marketta Kupiainen kertoo.

Vahdinvaihto potilasturvallisuuden koordinoinnissa tapahtui 13.3. kun suunnitelma hyväksyttiin. Jatkossa Jouko Ranta on myös potilasturvallisuuden yhteyshenkilö THL:n suuntaan. Potilasturvallisuudesta vastaa aina linjajohto.

Ennen terveyskeskuksen potilasturvallisuusryhmää Marketta Kupiainen kuului STM:n valtakunnalliseen ryhmään, joka käynnisti työnsä vuonna 2008.

- Lähdimme liikkeelle tyhjältä pöydältä, haimme tietoa maailmalta. Aluksi näkemykset olivat jäsenten kesken erilaisia, sitten kokonaisuus rupesi muotoutumaan. Ministeriö laati potilasturvallisuusstrategian ja turvallisuus kirjautui valmisteilla olleeseen terveydenhoitolakiin.

Avointa kulttuuria tarvitaan

- Meillä on iso organisaatio ja paljon toimijoita. Terveyskeskuksessa on potilasturvallisuuden suhteen kaksi tasoa. Nyt tehty suunnitelma kirjaa potilasturvallisuuden raamit ylätasolla. Seuraavaksi osastot virastotasosta seuraavana tasona tekevät ensi vuonna omat suunnitelmansa. Osastot vievät jatkossa omalta osaltaan potilasturvallisuutta eteenpäin.

Toimintokohtaiset suunnitelmat tulevat eroamaan toisistaan, koska perustehtävät ovat erilaisia.

- Terveyskeskuksessa tarvitaan avointa potilasturvallisuuskulttuuria. Samalla potilasturvallisuutta pitää miettiä oman työn näkökulmasta. Mitä on potilasturvallisuus esimerkiksi koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa, entä vanhustyössä tai sairaalassa? Perinteisesti potilasturvallisuudessa on aikaisemmin ollut vahvasti sairaalanäkökulma, terveyden edistämisen näkökulma on kuitenkin toinen.

- Asioita pitää työyksiköissä käsitellä yhdessä konkreettisella tasolla. Virheitä ei pei-

pysyvästi

tellä, mutta toisaalta työntekijöitä ei syyllistetä. Myöskään esimiehet eivät voi delegoida potilasturvallisuusasioita alaspäin. Turvallisuuskysymyksiä kannattaa käsitellä työyhteisön erilaisilla foorumeilla kahvipöytäkeskusteluja myöten.

Terveydenhuollossa on Kupiaisen mukaan aina puhuttu hyvästä ja laadukkaasta hoidosta. Aina on pyritty parhaaseen mahdolliseen tulokseen. Nyt tämä kaikki kuuluu potilasturvallisuuskäsitteen alle.

- Patient safety on kansainvälinen käsite, joka on jalkautunut WHO:n ja EU:n kautta Suomeen. Ruotsissa ollaan oltu potilasturvallisuudessa meitä edellä, mutta otamme heitä kokoajan kiinni. Samoin erikoissairaanhoidon on ollut perusterveydenhuoltoa aikaisemmin liikkeellä. Vaasan sairaanhoitopiiri on pismällä potilasturvallisuusasioissa.

Ammattitaito kaiken takana

- Potilasturvallisuus lähtee siitä, että hoidon tulee olla ammattitaitoista, henkilökunnan pitää olla pätevää. Osaaminen ei perustu vain käytännössä opeteltuun, työntekijöiden ammattitaito perustuu ammattitutkintoihin ja se on varmennettua, Marketta Kupiainen kertoo.

Kupiainen nostaa esimerkkinä esiin iv-lääkehoitolut, jotka työnantaja varmentaa. Sairaanhoidajan pitää uusia lääkehoitoluta viidenvuoden välein.

- Potilasturvallisuus liittyy toimintakäytäntöihin pysyvästi, tämä ei ole mikään hetkellinen projekti.

Marketta Kupiainen muistuttaa vielä lopuksi, että kaikki vastuu hyvästä hoidosta ei ole pelkästään terveydenhuollon ammattilaisilla. Potilas on aktiivinen toimija, jolle kuuluu itsestään selvästi itsemääräämisoikeus ja vastuuta itsestään. ●



Terveyskeskuksen potilasturvallisuussuunnitelman

jalkauttamisprosessi käynnistyi 4.5. johdolle järjestetyssä tilaisuudessa Folkhälsanin luentosalissa Topeliuksenkadulla.

- Meidän potilasturvallisuussuunnitelmamme on ensimmäinen perusterveydenhuollossa kymmenen suurimman kaupungin joukosta, olemme toimineet nopeasti.

- Virheistä pitää oppia, tarvitaan toimintakulttuuri, jossa vaarat ja haitat tuodaan avoimesti esille syyllistämättä työntekijöitä.

- Potilasturvallisuus on kaikkien etu, jolla vähennetään niin taloudellisia kustannuksia kuin inhimillisiä kärsimyksiäkin, potilasturvallisuus on osa laadunhallintajärjestelmää. Te olette tärkeässä asemassa kun turvallisuutta viedään eteenpäin, toimitusjohtaja **Matti Toivola** kertoi avauspuheenvuorossaan Folkhälsanilla.

Seuraavaksi näkemyksiään esitti Suomen kuntaliiton hallintoylilääkäri **Päivi Koivuranta-Vaara**, joka on vaikuttanut pitkään myös terveyskeskuksessa muun muassa kaupunginsairaalan johdossa. Matti Toivola kutsuikin oman puheenvuoronsa jälkeen lavalle "meidän Päivin".

Koivuranta-Vaara totesi puheenvuorossaan, että kansainvälisten arvioiden mukaan sairaalahoidosta aiheutuu haittaa kymmenelle prosentille potilaista. Puolet virheistä olisi vältettävissä.

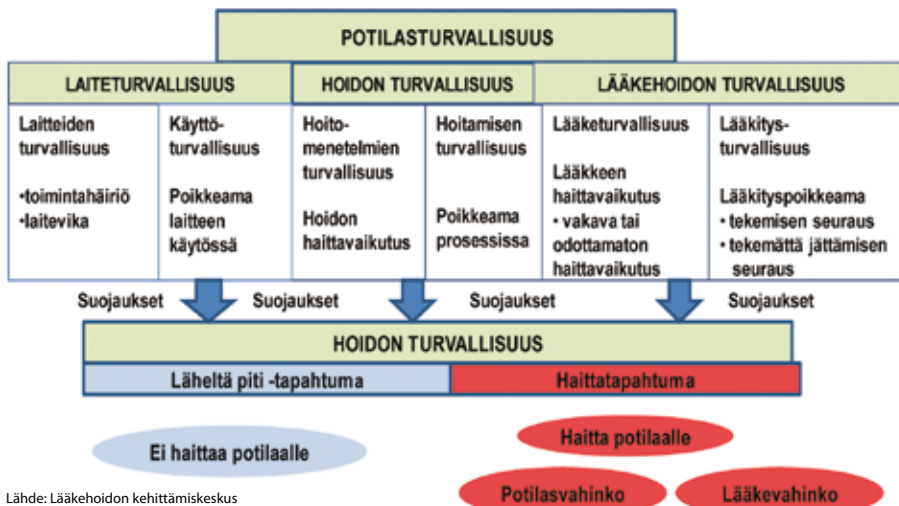
- Potilasturvallisuus on laadun peruskivi, mutta mitä on laatu, Koivuranta-Vaara kysyi. Se on asiakaskeksyyttä oikea-aikaisuutta, oikeudenmukaista/tasa-arvoista saatavuutta, korkeatasoista osaamista, turvallisuutta, sujuvuutta, vaikuttavuutta ja kustannustehokkuutta.

- Tarvitaan jäsentynyt tapa tehdä työtä ja yksityiskohtaiset kuvaukset. Menettelytapojen tulee olla kuvattuina prosessikuvauksissa, hoitoprotokollissa ja hoitoketjuissa. Kirjaamisen merkitys on itsestään selvä.

Koivuranta-Vaaran mukaan potilasturvallisuuden kokonaisvastuu on johdolla. Vastuu ulottuu myös ostopalveluihin.

Folkhälsanin tilaisuudessa oman näkökulmansa potilasturvallisuuteen toivat myös turvallisuuspäällikkö **Aaro Toivonen**, hallintoylihoitaja **Marketta Kupiainen**, laatu- ja lääketurvallisuuden päällikkö **Jouko Ranta**, infektio- ja lääketurvan päällikkö **Laura Pakarinen**, potilasasiain johtaja **Tarja Saarinen** ja vaaratapahdumien raportointijärjestelmän asiantuntija osastonhoitaja **Jaana Palviainen**. ●

• Folkhälsanin potilasturvallisuustilaisuuden mielenkiintoiset diaesitykset löydät Teristä polulta *Henkilöstö/Koulutus ja osaamisen kehittäminen*



Lähde: Lääkehoidon kehittämiskeskus

Terveyskeskuksen potilasturvallisuussuunnitelma

Suunnitelma sisältää seuraavat asetuksen edellyttämät osa-alueet:

- johtaminen ja vastuhenkilöt
- terveydenhuollon ammatinharjoittamisen edellytykset ja valvonta
- potilaan hoitamiseen liittyvät prosessit
- potilasturvallisuuden edistäminen hoitokäytännöillä
- terveydenhuollon laitteet ja tarvikkeet
- potilaan ja läheisten osallistuminen
- tietojärjestelmät
- potilasturvallisuuden seuranta
- osastotason potilasturvallisuussuunnitelman täytäntöönpano
- yhteenvedo vuoden 2012 tehtävistä

Lisää tietoa

- Terveyskeskuksen potilasturvallisuussuunnitelman löydät Teristä polulta Ohjeita työhön/ Hoito- ja toimenpideohjeet. Samaan paikkaan tallennetaan suunnitelman jalkauttamiseksi tehtävät opetuskalvot. Suunnitelma löytyy myös terveyskeskuksen internetsivuilta osoitteesta www.hel.fi/terveyskeskus. Valitse sivun oikeasta palstasta Julkaisut.
- THL:n valtakunnalliset potilasturvallisuussivut: www.thl.fi/potilasturvallisuus

Liikkuva Liisu

Hammashoitola pyörillä



Helsingin liikkuva suunhoidon yksikkö Liisu vihittiin käyttöön 12.3. Tahvonlahden peruskoululla Laajasalossa. Vihkimisen suoritti apulaiskaupunginjohtaja Laura Rätty.

Jatkossa Liisu kiertää Helsingin kouluja ja koulujen loma-aikoina leikkikenttiä ja palvelukeskuksia tarjoten hammashoitoa silloin, kun hoitola on hankala tavoittaa tai se on kaukana.



Johtajahammaslääkäri Seija Hiekkänen, sosiaali- ja terveystointa johtava apulaiskaupunginjohtaja Laura Rätty, Monna Lehmus ja Tahvonlahden koulun rehtori Maija Kuosmanen Liisun vihkiäisissä.

Monna Lehmus (vas.) ja Katja Dahlgren ovat Liisun henkilökuntaa.



Monna ja Katja.

Toimitus Markus Snellman • Kuvat Kimmo Brandt

Suuhygienisti **Monna Lehmus** ja hammashoitaja **Katja Dahlgren** kuuluvat Liisu-tiimiin. Molempia kiinnosti kokeilla uutta.

- Päädyn mukaan tiimiin muutama vuosi sitten. Terveystiedon edistäminen on minulle sydäntä lähellä oleva juttu, Monna kertoo.

- Muistan, että jossain meidän yhteisessä koulutuksessa puhuttiin liikkuvasta suunhoitoyksiköstä, rekasta. Ajattelin, että Vau! Halusin tarttua noin ainutlaatuisen tilaisuuteen ja kokeilla jotain uutta, Katja jatkaa.

Idea liikkuvasta suunhoidon yksiköstä syntyi, kun kouluilla olevia pieniä hammashoitoloita lakkautettiin. Kaupungin innovaatorahasto tuki toteutusta taloudellisesti. Matkan varrella on ollut erilaisia tekniikkaan liittyviä ongelmia, mutta tällä hetkellä Liisu palvelee täysipäiväisesti asiakkaitaan.

Oikeanlaista asennetta

Liisun henkilökunta hoitaa määräpaikoissaan, ensisijaisesti kouluilla, sekä suun terveystarkastuksia että potilaita, joilla on esimerkiksi paljon alkavia reikiä. Yhdessä paikassa ollaan noin kaksi viikkoa kerrallaan.

Monna toimii Liisun vastuusuuhygienistinä. Mitä kaikkea työhösi kuuluu?

- Varmistan, että kaikki menisi mallilleen. Vastaan yhteistyöstä eri tahojen välillä. Katson, että kaikki asiat ovat hammashoitolassa kunnossa. Helsingin kouluilla ohjeistan koululaisia suun terveyden hoidossa, korostan omahoidon tärkeyttä, opetan hampaiden harjausta. Olemme edistämässä terveyttä koko tiimi.



Käyttöönottoa juhlistettiin Liisu-kakulla.

- Työ, mitä tällä hetkellä teen, on vaatinut minulta joustavuutta. Onneksi minulla on ollut tähän mahdollisuus. Liisussa työskenteleminen on kaikille työntekijöille seikkailu, sillä jokainen päivä on ainakin erilainen. Sydäntä lämmittää koululaisten iloisuus ja ennakkoluulottomuus Liisua ja meitä liisulaisia kohtaan, Monna innostuu.

Liikkuvassa hammashoitolassa työskenteleminen edellyttää Katjan mielestä hammashoitajalta oikeanlaista asennetta ja joustavuutta.

- On eduksi, että osaa ratkoa pieniä haasteita, joita saattaa tulla eteen. Jokainen päivä on erilainen ja se on mahtavaa.

- Liisussa olen yksi ajokortin omaavista hoitotyön tekijöistä. Työhöni kuuluu rekan ajaminen, vesisäiliön täyttäminen, tankkaaminen, vesikanistereiden kantaminen, rekan valmistelu potilastyöhön, itse kliininen potilastyö, hoituhuoneen pitäminen toimintakunnossa jne. Työ on mahtavan monipuolista, Katja vetää yhteen omia tehtäviään.

Hammashoitolan palvelut

Konkreettisen hammashoitotyön ohella tehdään valistuskampanjoita. Liisu nähdään myös tapahtumissa edistämässä suun terveyttä. Liisu vaikuttaa sosiaalisessa mediassa. Yksiköllä oli keväällä oma sivunsa nuorisolle suunnatussa Habbohotellissa, jossa Liisulla sai ajaa virtuaalisesti kahden minuutin ajan. Jatkossa Habbohotellissa on "Bongaa Liisu liikenteessä"-kilpailuja säännöllisin väliajoin.

Liisussa tarjotaan samoja palveluja kuin kaupungin hammashoitoloissa. Liikkuva yksikkö poikkeaa muista hammashoitoloista siten, että sinne ei voi varata aikoja. Liisu kulkee ennalta tehdyn suunnitelman mukaisesti sinne, missä sitä tarvitaan.

Yksikössä on yksi hoitotuoli. Liisu aloittaa päivänsä joka arkiamu klo 7.30. Kello 14 mennessä ehditään hoitaa keskimäärin 15 potilasta. Liisussa on kahden ihmisen odotustila. Liikkuvassa hoitolassa on huomioitu myös esteellisyys.

Liisusta saa suuhygienistin ja hammashoitajan palveluja. Kerran viikossa liikkuvassa yksikössä työskentelee hammaslääkäri-hammashoitaja-työpari. Yksikössä työskentelee

2-3 henkilöä kerrallaan. Liisua ajavat yksikön omat suuhygienistit ja hammashoitajat.

Monna koordinoi Liisun toimintaa ja työskentelee Liisussa päätoimisesti, joten käytännön asioissa kannattaa olla yhteydessä häneen. Aikaa liikenee jonkin verran myös muihin töihin.

- Käyn muun muassa kehitysvammaisten työ- ja toimintakeskuksissa, joissa opetetaan harjaamista ja fluorataan asiakkaiden suita. Terveystiedon edistämiseen liittyvää työtä teen myös erilaisissa tapahtumissa.

Katja työskentelee päätoimisesti Vuosaaressa hammashoitolassa Kahvikujalla.

- Kun en ole Liisussa, olen omassa hammashoitolassa. Tällä hetkellä teen omia potilaita hoitolassa, tarvittaessa avustan hammaslääkäreitä. Pystyn myös kaikenlaisiin ajanvaurastehtäviin. Hoitolassa minulla on omia vastuualueita, kuten varastotavaroiden tilaukset, Katja kertoo.

Liisun välineiden huolto ja tarvikkeiden varastointi tapahtuu Kontulan terveyskeskuksen hammashoitolassa. Liisun huolloista ja katsastuksesta vastaa Stara. Yöt liikkuvaa yksikköä säilytetään pelastuslaitoksen tallissa samassa kaupunginosassa.

Hammastuote Oy on toimittanut hammashoitoon liittyvän välineistön. Määräpaikoissaan, esimerkiksi kouluilla, muutoin oma-varainen Liisu tarvitsee sähköä. Liisun kontti, jossa hoitotilat sijaitsevat, on tehty Saksassa. Yksikön viimeisteli toimintakuntoon iisalmelainen Profile Vehicles. Liisun visuaalisen ilmeen on suunnitellut mainostoimisto RED.

Monna ja Katja näyttävät pitävän työstään. Mikä tekee siitä mukavaa, mikä haastavaa?

- Haasteellisinta on saada pelkopotilas luottamaan henkilökuntaan ja mukavinta on lasten omatoimisuus, iloisuus ja sekä hyvä työporukka, Monna listaa.

- Hammashoitajan työssä on mahtavaa se, että työnkuvani on niin monipuolinen. Parasta hoitotyössä on ihmisten kohtaaminen ja auttaminen. Kun ajatellaan vaikkapa hammashoitola, hienointa on, kun saa lapsipotilaat rentoutumaan ja luottamaan. On mahtavaa huomata, että he tulisivat luottavaisin mielin uudestaankin vastaanotolle, Katja jatkaa. ●

Kaksisuuntaisen mielialahäiriön tutkimus- ja hoitokeskuksessa on asiantuntemusta ja intoh



Kaksisuuntaisen mielialahäiriön tutkimus- ja hoitokeskuksen henkilökuntaa ryhmäkuvassa. Vasemmalta oikealle psykiatrian erikoislääkäri Susanna Lähteenmäki, psykiatrian erikoislääkäri Kirsi Suominen, osastonhoitaja Netta Luoto, osastonsihteeri Rasmus Bäckgren, psykiatrian erikoislääkäri Elina Salminen, psykologi Tiina Tupala, psykiatrian erikoislääkäri Hanna Valtonen ja psykiatrinen sairaanhoitaja Anna-Maija Lampinen (kuvasta puuttuu psykiatrinen sairaanhoitaja Sanna Menschakov).

imoa potilaiden hoitoon

Teksti Vesa Puukka
Kuvat Kimmo Brandt

Suomen ensimmäinen ja ainoa kaksisuuntaisen mielialahäiriön tutkimiseen ja hoitamiseen keskittynyt tertiääriyksikkö sijaitsee Auroran sairaalassa entisen suljetun osaston tiloissa. Maaliskuun alkupäivinä toimintansa aloittanut kaksisuuntaisen mielihäiriön tutkija ja hoitokeskus ilmentää psykiatriaosastossa tapahtunutta siirtymää kohti häiriökohtaisia työryhmiä.

Keskus tarjoaa konsultaatioita ja määrällisiä tutkimus- ja hoitajaksoja kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastaville potilaille. Toiminta on lähtenyt käyntiin keskuksessa toimivan psykiatrian erikoislääkärin **Kirsi Suominen** sanoin "yllättävän hyvin":

- Lähetteitä ja konsultaatiopyyntöjä on tullut tasaisesti kaikilta tahoilta. Ensimmäiset potilaat ovat jo ehtineet päättää hoitonsa, ja palautteen perusteella heidän saamaansa hoitoa on pidetty hyödyllisenä.

Keskukseen on keräytynyt kosolti aiheeseen liittyvää asiantuntemusta ja suoranaista intohimoa potilaiden hoitamiseen. Psykiatrian dosentti Kirsi Suominen on ollut puheenjohtajana kaksisuuntaisen mielialahäiriön Käypä hoito -suosituksen laatineessa asiantuntijaryhmässä ja johtanut aiheeseen liittyneitä tutkimusta Jorvin sairaalassa. Samassa asiantuntijaryhmässä oli jäsenenä keskuksen toinen psykiatrian dosentti **Hanna Valtonen**, jolla on myös paljon aiheeseen liittyviä julkaisuja, kuten Kirsi Suomisellakin.



Hanna Valtonen ja Kirsi Suominen.

Diagnostiikkaa, tutkimusta, hoitoja

Kaksisuuntaisen mielialahäiriön tutkimus- ja hoitokeskuksessa keskitytään kaksisuuntaisen mielialahäiriön diagnosointiin ja sen haasteisiin sekä häiriön hoidon haasteisiin, joita esiintyy esimerkiksi silloin, kun potilaan oireisto ei lievene tavanomaisilla hoidoilla, tai silloin, kun potilas suunnittelee raskautta tai hänellä on mielialahäiriöjakson akuuttivaihe, joka halutaan hoitaa avohoidossa sairaalahoidon sijaan.

Tämän lisäksi keskuksessa annetaan paljon koulutusta ja työnohjausta henkilökunnalle, joka hoitaa kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastavia potilaita. Syksyksi henkilökunnalle on suunnitteilla koulutuspaketti kaksisuuntaisen mielialahäiriön hoitamisesta.

- Aiomme kerätä syksyllä kaikista toimipaikoista ihmisiä verkostoksi, jossa mietitään yhteisiä suuntaviivoja kaksisuuntaisesta mie-

lialahäiriöstä kärsivien potilaiden hoitamiseksi, Kirsi Suominen sanoo.

Lisäksi keskuksessa on tarkoitus aloittaa tutkimustoiminta, jolla tähdätään potilaiden hoidon kehittämiseen.

- Seuraamme tiiviisti uusinta tutkimustietoa siitä, mitä maailmalla tapahtuu kaksisuuntaisen mielihäiriön osalta. Olemme tuomassa maailmalta uusia psykoterapeuttisia työkaluja potilaiden hoitoon, kuten funktionaalinen remediaatio, Hanna Valtonen kertoo.

Palveluja sekä avohoitoon että osastoille

Organisatorisesti keskus kuuluu avohoitotoimintaan mielialaprosessin alaisuuteen, mutta se antaa palveluja sekä avo- että sairaalapuolelle. Hoitoon päästäkseen potilaan tulee olla hoidossa psykiatriaosastolla joko avohoidossa tai sairaalassa.

Potilas tulee kaksisuuntaisen mielialahäiriön tutkimus- ja hoitokeskuksen siten, että häntä hoitava lääkäri tekee sairauskertomukseen merkinnän konsultaatiopyynnöstä. Konsultaation voi tehdä myös puhelimitse. Keskuksessa tehdyt tutkimukset ja hoidot ovat aina määräaikaista ja tehdään yhteistyössä muiden potilaita hoitavien tahojen kanssa. Keskus on avoinna virka-aikana.

Keskuksen ylilääkärinä toimii **Leea Muho-**nen ja ylihoitajana **Sami Keränen**. Keskuksen kolme lääkäriavokanssia on jaettu neljän lääkärin kesken. ●

Mikä on kaksisuuntainen mielialahäiriö?

Kaksisuuntainen mielialahäiriö on pitkäaikainen mielenterveyden häiriö, jossa esiintyy vaihtelevasti eriasteisia masennus- ja maniakausia tai sekamuotoisia sairausjaksoja. Näiden lisäksi esiintyy vähäoireisia tai oireettomia välivaiheita. Kaksisuuntaisen mielialahäiriön syytä ei tunneta, mutta sen on esitetty olevan monin psyykkisin oirein ilmenevä aivojen sairaus. Nykyään kaksisuuntaiseen mielialahäiriöön on käytettävissä runsaasti erilaisia vaikuttavia hoitomuotoja.

Lähde: Kirsi Suominen & Hanna Valtonen: Tietoa kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä ja sen hoidosta -esite.

Uudet tilat Malmin psykiatrian

Helsingin terveystieteiden keskuksen psykiatrian osastolla on viisi psykiatrian poliklinikkaa eri puolilla Helsinkiä. Malmin psykiatrian poliklinikka toimi vuosia hajautettuna kolmeen eri kiinteistöön.



Kirsi Pihkala ja Riitta Vironen.

Teksti Jaana Lunnela, palvelupäällikkö • **Kuvat** Markus Snellman

Vuonna 2009 terveislautakunta päätti palveluverkkoselvityksen yhteydessä, että Malmin psykiatrian poliklinikalle hankitaan uudet, keskitetyt tilat ja samalla luovutaan vanhoista tiloista.

Vuonna 2010 Malmin virastotalossa alkaneet korjaustyöt ajoivat poliklinikan väistötiloihin Pukinmäkeen. Samaan aikaan yhdistettiin Malmin sairaala-alueella sijainnut

poliklinikan yksikkö Pukinmäkeen. Uusia pysyviä tiloja etsittiin Malmin alueelta. Kiinteistövirastolla ei kuitenkaan ollut tarjota sopivia tiloja, joten tilakeskus kartoitti alueen vapaina olevat ulkopuoliset tilat.

Keväällä 2011 löydettiin tilat, jotka vaikuttivat soveltuville poliklinikan toimintaan. Tilat vaativat kuitenkin joitakin korjaustöitä, jotta ne palvelisivat psykiatrisen hoitotyön erityistarpeita.

Avohoito on keskeinen psykiatrisen hoidon toteuttamistapa ja -ympäristö. Malmin psykiatrian poliklinikalla avohoidon yksilö-, perhe- ja ryhmäterapioita sekä toiminnallisia ja kuntouttavia hoitomuotoja käyttää vuosittain noin 3 200 henkilöä. Poliklinikkakäyntejä on 29 000 vuodessa.

Psykiatrian poliklinikalla tehtävä työ on psykiatrisen erikoissairaanhoidon avohoitotyötä. Avohoidon hoitomuotoja ovat yksilö-, ryhmä-, pari- ja perheterapiat, toimintaterapia, kotikäynnit, lääkehoito ja kuntoutus. Vastaanotto toimii ajanvarauksella maanantaista perjantaihin kello 8 – 16 sekä yhtenä päivänä viikossa kello 10 – 18.



Yksittäinen työhuone.

Malmin hanke

Keväällä 2011 kiinteistöviraston tilakeskuksen asiakaspäällikkö **Sisko von Behr** otti yhteyttä allekirjoittaneeseen eli silloiseen terveystieteiden keskuksen tilahallinnon hankesuunnittelijaan tarjoten Malmin psykiatrian poliklinikalle vuokrattavaksi tiloja Malmilta. Tiloja käytiin katsomassa paikan päällä ja ne todettiin tietyn edellytyksin sopiviksi. Tärkein selvitys oli rakennusviraston sisäilmainsinöörin selvitys, jonka perusteella voitiin luottaa siihen, että kiinteistössä ei ole sisäilmaongelmia.

Tilat sijaitsivat hyvien kulkuyhteyksien varrella lähellä entistä poliklinikkaa, joka sijaitsi Malmin virastotalossa. Koska kyseessä oli ulkopuolinen vuokratila, piti vuokraukselle saada ensin hyväksyntä terveyslautakunnalta. Tämän jälkeen kiinteistövirasto esitteli vuokrausehdotuksen kaupungin johtajistolle ja johtajiston hyväksynnän jälkeen vielä kiinteistölautakunnalle, joka omalta osaltaan hyväksyi hankkeen. Vuokrasopimusneuvottelujen jälkeen vuokrasopimus allekirjoitettiin alkavaksi keväällä 2012, kun tiloihin tarvittavat korjaustyöt on tehty ja tilat on vastaanotettu asianmukaisina.

poliklinikalle



Malmin psykiatrian poliklinikka toimii osoitteessa Soidinkuja 6 B.

Suunnittelukokoukset alkoivat loppukesällä ja rakentamaan päästiin syksyllä, kun kiinteistön edelliset vuokralaiset olivat muuttaneet pois. Suunnittelu ja rakentaminen olivat hedelmällistä yhteistyötä, jossa mukana olivat vuokranantajan edustaja **Matti Jokinen**, YIT:n hankkeesta vastaava työnjohtaja **Jani Isoaho**, arkkitehtitoimisto Vuorelma Arkkitehdit Oy, käyttäjän edustajina Malmin psykiatrian poliklinikan osastonhoitaja **Riitta Vironen** sijaisenaan **Kirsi Pihkala** sekä tilahallinnon hankesuunnittelija.

Arkkitehdit laativat pohjapiirustukset sekä kaluste- ja värisuunnitelman yhteistyössä käyttäjien, tilahallinnon ja vastaavan työnjohtajan kanssa. Lopulta suunnitelmat työdyttivät kaikkia ja varsinainen rakentaminen alkoi.

Rakentamisvaiheessa pidettiin työmaakoukkuja ja käytiin paikan päällä tarkastelemassa erilaisia ratkaisuja. Joitakin suunnitelmia arvioitiin uudelleen rakentamisen aikana, edelleenkin hyvässä yhteishengessä. Paikan päällä käydessä käyttäjät saivat kommentoida ratkaisuja ja esittää myös rajoitetusti pieniä lisätoiveita. Vastaava työnjohtaja oli erittäin joustava ja kuunteli käyttäjän toiveita, mutta teki myös itse rakentavia ja hyviä muutosehdotuksia, jotka pääosin hyväksyttiin yksimielisesti. Kiinteistöviraston tilakeskus vastasi rakentamistöiden valvonnasta.

Suunnittelukokouksessa sovittiin, että hanke otetaan vastaan niin sanotusti nollavirheillä. Hanke valmistui aikataulusta edellä ja se vastaanotettiin maaliskuun alussa 2012. Tästä kiitos Jani Isoaholle, joka varmisti monin tavoin, että kaikki on kohdallaan. Maaliskuun aikana asennettiin vielä erilaisia ATK-, valvonta- ja työajanseurantakaapelointeja.

Muutto uusiin tiloihin tapahtui yhden viikon aikana, sillä tiloihin muutettiin sekä Oulunkylän terveysasemalta että Pukinmäessä sijainneista väistötiloista. Joitakin kaapelointeja oli vielä toiminnan alkaessa kesken, mutta onneksi toiminta voitiin kuitenkin aloittaa suunnitellun aikataulun mukaisesti.

Yhteistyö hankkeen aikana

Tässä hankkeessa sovellettiin tilahallinnon periaatetta siitä, että käyttäjät nimeävät edustajan, joka tuo suunnitteluun ja työmaakokouksiin koko yksikön toiveet ja asiat. Tämä järjestely toimi erinomaisesti, vaikka moni käyttäjien edustaja olisi varmaankin halunnut käydä katsomassa tiloja jo etukäteen. Rakennustyömaa on kuitenkin aina syytä rauhoittaa ylimääräisiltä kulkijoilta, joten yhden tai kahden käyttäjän edustajan mukana oli erittäin toimiva ja hyvä ratkaisu.

Käyttäjien kannalta vastuu tuntui ajoittain raskaalta, koska suunnittelu tapahtui normaalin työn ohella. Riitta ja Kirsi jakoivat kuitenkin aina suhtautua hankkeeseen positiivisesti. Suunnittelussa hyödynnettiin paitsi arkkitehtien asiantuntemusta, myös tutkittua tietoa tilojen vaikutuksesta erityisesti psykiatrisen potilaan hoitoon. Lopputuloksena saatiinkin aikaan värikäs ja toiminnallisesti hyvä poliklinikka, jossa on huomioitu sekä potilaiden että henkilökunnan viihtyvyys ja turvallisuus.

Tämä hanke toteutui kaikin puolin hienosti. Aikataulussa pysyttiin, työ on laadukasta, toiveita kuunneltiin puolin ja toisin ja lopuksi vielä vietettiin mukavat harjakaiset uusituissa tiloissa! Tilahallinnon puolesta haluan esittää lämpimät kiitokset hankkeeseen osallistuneille. ●



Kirsi Pihkala perhehuoneessa.



Toimintaterapian keittiö.

Värejä ja toimivuutta

Malmin psykiatrian poliklinikan osastonhoitajat **Riitta Vironen** ja **Kirsi Pihkala** olivat keskeiset organisaattorit poliklinikan muutossa uusiin tiloihin. He olivat myös mukana suunnittelussa ja esimerkiksi valitsemassa värejä uusittuihin tiloihin.

- Perhehuoneissa on pehmeitä värejä, haimme viihtyisyyttä. Valitsimme poliklinikalle myös rohkeita värejä, kaiken ei aina tarvitse olla valkeaa, kertoo apulaisosastonhoitaja Kirsi Pihkala.

- Muutto oli iso "rykäisy" maaliskuun viimeisellä viikolla. Muuton ajan poliklinikka oli kiinni. Päivystys kuitenkin toimi Oulunkylän terveysasemalla, jossa uusittiin reseptejä ja hoidettiin akuutteja tapauksia, osastonhoitaja Riitta Vironen muistelee.

- Kestää jonkin aikaa ennen kuin tavarat löytävät paikkansa. Tavaraa on ollut vielä osin muuttolaatikoissa. Viime viikolla saimme opastetut kuntoon, Riitta jatkaa.

- Olemme saaneet työntekijöiltä hyvää palautetta, tilat on suunniteltu ja kunnostettu poliklinikan käyttöön. Huoneet ovat esimerkiksi äänieristettyjä ja niissä on tarpeelliset turvajärjestelyt, Riitta ja Kirsi sanovat. ●



Sosiaali- ja
terveystoimi
uudistuu



Terveisiä muutostöimistä

Teksti Helena Ylisipola, Muutostiimi • Kuva Markus Snellman

Johtosääntö etenee päätöksentekoon

Tämän vuoden ensimmäinen kolmannes on takana ja kevät on kääntymässä kesäksi. Sosiaali- ja terveystoimen uudistuksen valmistelussa on vilkkaan keskustelun ja valmistelun aika. Uuden organisaation valmistelulle on aikaa jäljellä seitsemän kuukautta. Valmistelun yksi keskeinen etappi ja päätöksenteon paikka on pian käsillä, kun kaupunginvaltuusto käsittelee uuden organisaation johtosääntöä kokouksessaan 6.6.2012.

Kun muutostiimin esitys uudeksi organisaatioksi esiteltiin 20. maaliskuuta lautakuntien ja virastojen johtoryhmien seminaarisissa, on siitä sen jälkeen käyty keskustelua monella foorumilla.

Kummankin viraston henkilöstötoimikuntien seminaareissa on esitelty organisaatioesitystä ja keskustelu on ollut vilkasta. Sosiaalilautakunta ja terveyslautakunta ovat antaneet lausuntonsa uuden sosiaali- ja terveystoimen johtosääntöesityksestä huhtikuussa. Ennen valtuuston kokousta esitys on vielä kaupungin henkilöstötoimikunnan ja kaupunginhallituksen käsittelyssä.

Uuden organisaation lähtökohtia ovat muun muassa, että jokaisella ydintoiminnan osastolla on sekä nykyisen sosiaaliviraston että nykyisen terveyskeskuksen toimintoja ja palveluja. Palveluja ei rajata iän mukaan.

Asiakkaan ja palvelujen käyttäjän näkökulmasta on tärkeää, että yhteen liittyvät palvelukokonaisuudet, prosessit ja hoitoketjut sijoittuvat samaan osastoon. Organisaatorakenne luo näin mahdollisuuden tuottaa palveluja uudella tavalla ilman hoitoketjun katkeamista osastorajasta johtuen.

Kuntalaisten näkökulmia esiin

Kuntalaisten näkökulmia on kuultu tähän mennessä neljässä asukastilaisuudessa: Kannelmäessä, Malmilla, Vuosaarella ja Kallion virastotalossa. Tilaisuuksissa, jotka on järjestetty yhteistyössä Helsingin kaupunginosayhdistykset ry Helkan kanssa, on käyty vilkasta keskustelua siitä mikä toimii sosiaali- ja terveystoimessa hyvin ja missä on parantamisen varaa.

Asukkaita kiinnostavat konkreettiset asiat, esimerkiksi miten omaishoitaja saa apua ja tukea, miten lonkkaleikkaukseen on mahdollista päästä tai miten kauan joutuu odottamaan terveysaseman vastaanotolle pääsyä. Asukastilaisuuksista tehdään yhteenveto, joka julkaistaan kaupungin internetsivuilla.

Arvokeskustelu käynnistyy

Mitä kaupungin arvot tarkoittavat uudessa organisaatiossa ja miten ne näkyvät sosiaali- ja terveystoimen asiakastyössä ja palvelussa? Tämä arvokeskustelu käynnistyy toukokuun lopulla pidettävässä seminaarissa, johon osallistuu virastojen johtoa, henkilöstön edustajia ja organisaatiouudistuksen seurantarhyhmä.

Seminaarin alustuksena kuullaan myös asiakkaiden ääntä. Seminaaria varten on videoitu muutama asiakastarina, joissa asiakkaat antavat palautetta saamastaan palvelusta ja kertovat omia näkemyksiään siitä, miten arvot näkyvät palvelutilanteessa.

Toimistotason valmistelu käynnistyy

Valtuuston päätöksen jälkeen kesäkuussa käynnistyy uuden viraston organisaation tarkempi valmistelu toimisto- ja yksikkötasolle. Tämä vaihe käynnistetään lukuisilla eri tahojen kanssa käytävillä keskusteluilla ja työpajatyöskentelyllä. Muutostiimi on saanut jatkovalmistelun evästyksi myös paljon kommentteja, näkemyksiä ja viestejä työyhteisöiltä ja yksittäisiltä työntekijöiltä.

Ennen juhannusta järjestetään kaksipäiväinen seminaari ydintoiminnan rakenteen suunnittelun käynnistämiseksi. Toimistotason organisaatio valmistellaan päätettäväksi elokuun loppuun mennessä.

Henkilöstösuunnittelun periaatteet ja linjaukset

Henkilökunnan näkökulmasta yksi tärkeä asiakirja on henkilöstösuunnitelman periaatteet sosiaali- ja terveystoimen uudistuksessa. Tämä asiakirja on valmistunut toukokuun alkupuolella ja sen valmisteluun ovat osallistuneet kummankin viraston pääluottamusmiehet ja paikallisjärjestöjen puheenjohtajat.

Henkilöstösuunnitelman periaatteet sisältävät keskeiset organisaatiouudistuksen valmistelussa huomioon otettavat henkilöstöpoliittiset linjaukset (muun muassa henkilöstön sijoittuminen uuteen organisaatioon ja tehtävien täyttö sekä henkilöstön kuumeminen).

Muutoksen edetessä tehdään kunkin toimintakokonaisuuden osalta vielä tarkempi kuvaus henkilöstösuunnittelun prosessista. Hallinto- ja tukipalvelujen osalta tämä prosessikuvaus on ollut jo ohjausryhmän käsittelyssä toukokuun puolivälissä.

Heti valtuuston päätöksen jälkeen, kesäkuun toisella ja kolmannella viikolla, järjestetään henkilöstölle yhteensä neljä isoa samansisältöistä tilaisuutta, joissa käydään läpi valtuuston päätös, henkilöstösuunnitelman periaatteet ja uudistustyön eteneminen. Toivottavasti mahdollisimman moni pääsee osallistumaan näihin tilaisuuksiin.

Lopuksi

Organisaatiouudistuksessa on vielä paljon tehtävää. Tarvitsemme keskustelujäseniä, työpajoja, seminaareja, pohtimista ja asioiden jäsentelyä, jotta saamme valmisteltua mahdollisimman hyvät rakenteet uudelle organisaatiolle. Tähän työhön tarvitaan kaikkien panosta.

Yhtenä kommentoinnin ja kannanottojen väylänä on edelleen Kysy-vastaa-palsta, muistakaa käyttää sitä ahkerasti! Palsta löytyy organisaatiouudistuksen intranetsivuilta, joille pääsee Terin etusivulta. ●

Henkilöstön asema sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksessa



Sosiaali- ja
terveystoimi
uudistuu



Markus Snelman

Kaupungin päätösten mukaisesti vakinaisen henkilöstön asema turvataan organisaation muutostilanteissa. Ketään ei siis irtisanota toiminnallisista tai tuotannollisista syistä.

Palvelussuhteen turvaaminen edellyttää henkilöstöltä valmiutta siirtyä tarvittaessa tehtävästä ja toimintayksiköstä, myös virastosta tai liikelaitoksesta, toiseen. Näissä järjestelyissä noudatetaan kaupunginhallituksen 17.5.2010 hyväksymiä uudelleensijoituksen periaatteita.

Kaupungin linjausten mukaisesti, jos nykyiseen virkaan tai tehtävään ei kohdistu muutosta, henkilö jatkaa muutostilanteessa omassa tehtävässään ilman, että hänen kanssaan tehdään uutta työsopimusta tai annetaan uutta viranhoitomääräystä. Pääosa henkilöstöstä tulee jatkamaan entisissä tehtävissään myös uudessa organisaatiossa. Henkilöstö, jonka tehtävät eivät muutu, siirretään kaupunginjohtajan päätöksellä vakansseineen nykyisellä nimikkeellään uuteen organisaatioon.

Osalla henkilöstöä työtehtävät voivat muuttua 1.1.2013 lukien. Tällöin henkilöä kuullaan ja hänen kanssaan sovitaan uusista työtehtävistä. Henkilöstön asemaan vaikuttavat muutokset käsitellään työpaikkakokouksissa. Esimies vastaa siitä, että näistä asioista tiedotetaan myös virka- ja työvapailla oleville henkilöille.

Henkilöstön kuulemismenettely käynnistetään välittömästi, kun organisaatiomuutosta koskevat päätökset ovat selvillä. Esimies järjestää henkilökohtaisen kuulemistilaisuuden aina silloin, kun henkilön tehtävät ja/ tai nimike muuttuvat. Kuultava henkilö voi

ottaa tilaisuuteen avustajan ja kuulemisesta laaditaan muistio. Esimies huolehtii siitä, että myös virka- ja työvapailla olevia henkilöitä kuullaan.

Jos koko työyhteisö siirtyy henkilöstön tehtävien säilyessä ennallaan, kuulemismenettely toteutetaan työpaikkakokouksessa, jossa muutosta käsitellään koko henkilöstön kanssa yhdessä. Työpaikkatason yhteistointakokouksista laaditaan muistio, josta käyvät ilmi käsittelyn ajankohta, läsnäolijat, käsittelyn tulos ja kokouksessa mahdollisesti esitetyt eriävät mielipiteet.

Mikäli yksittäinen henkilö kuitenkin haluaa, esimies järjestää henkilökohtaisen kuulemistilaisuuden, johon henkilö voi ottaa mukaan avustajan. Kuulemisesta tehdään muistio.

Kuulemismenettelystä annetaan tarkempi yhtenäinen ohje ja lomake henkilökohtaista kuulemistä varten. Kuulemisasiakirjat ja kokousmuistiot kerätään yhteen paikkaan ohjeen mukaisesti.

Sitä mukaa kun organisaatiomuutoksen suunnittelu etenee, tarkentuu myös näiden periaatteiden käytännön soveltaminen. Tarkennuksista tiedotetaan erikseen muun muassa Sote -muutossivuilla.

Muutoksen valmistelun aikataulu on tiukka. Kaupunginvaltuusto päättää johtosäännöstä, virastopäälliköiden virkojen perustamisesta sekä varhaiskasvatusviraston virastopäällikön viran täytöstä 6.6.2012.

Sosiaali- ja terveystoimen virastopäällikön viran hakumenettelyä päättää kaupunginhallitus täytäntöönpanopäätöksessään. Kaupunginhallitus päättää osastopäällikkötasoisten virkojen perustamisesta ja hakumenettelystä sekä mahdollisen sisäisen ilmoittautumismenettelyn kohdentamisen rajaamisesta muutosalueelle. Sosiaali- ja terveystoimen toimistojoesta päättäminen ja uusien virkojen ilmoittautumismenettelystä ja kohderyhmästä päättäminen ajoittuu syyskuulle.

Sosiaali- ja terveystoimen uusi organisaatio ja henkilöstön siirrot uuteen organisaatioon pitää valmistella 24.10.2012 mennessä Hijat- järjestelmään, jotta voidaan turvata palkanmaksu 1.1.2013 lukien. Uuden organisaation toimistotason yksiköiden työpisteet ja vanhojen työpisteiden siirto henkilöineen uusiin työpisteisiin pitää olla selvillä viimeistään tuolloin. Esimiehet huolehtivat työyksikkönsä henkilöstön kuulemisesta ennen päätöksentekoa.

Muutoksen valmistelussa noudatetaan yhteistoimintamenettelyä ja siitä tiedotetaan mm. Sote -muutossivuilla. Oiva Akatemia ja Työterveyskeskus toteuttavat myös syksyllä muutosfoorumeita keskijohdolle ja esimiehille. Foorumeilla tuetaan esimiestyötä ja muutoksen hyvää hallintaa. Tilaisuuksista tiedotetaan kesäkuussa. ●

Intranetin Sote-uudistus-sivuille pääset helposti Terin etusivun oikeasta palstasta löytyvästä ikonista.

Lähde: henkilöstökeskuksen kirje

Työhyvinvointi muutt

Nykyistä työelämää luonnehtii jatkuva muutos. Työpaikoilla on tyypillisesti menossa useita muutoksia samanaikaisesti.

Teksti Hanna Valkonen, työterveyspsykologi, työterveyskeskus • Kuva Markus Snellman

Muutokset vaikuttavat työhyvinvointiin. Ne tuottavat väistämättä ajoittaisia häiriöitä työn tekemisen arkeen ja työn hallinnan tunne voi horjua.

Muutosten tekeminen on kuitenkin välttämätöntä: työlle asettuu jatkuvasti uusia kehittämisen tarpeita. Työn muutos ja kehittäminen lähtevät usein liikkeelle uusista tarpeista, joita helsinkiläisillä on julkisia palveluja kohtaan.

Muutoksessa piilee tällöin myös mahdollisuus. Organisaatioita ja työn kuvia uudistamalla on mahdollista tehdä työtä entistä laadukkaammin ja sujuvammin. Merkitykselliseksi koettu työ, jonka tekeminen arjessa sujuu, on myös työhyvinvoinnin kulmakivi.

Muutos etenee vaiheittain

Kun kuulemme tulossa olevista suuristakin muutoksista työssä, eivät ne välttämättä ensi alkuun herätä meissä mitään erityistä. Tieto muutoksesta jää abstraktiksi ja etäiseksi, eikä se juurikaan vaikuta arkisessa työssämme. Toisinaan taas työelämän muutokset vaikuttavat niin merkittävästi kokonaiselämäntilanteeseemme (esimerkiksi irtisanominen), ettemme pysty kerralla asiaa käsittelemään. Tällöin mieli saattaa torjua asian pois tietoisuudesta.

Pikkuhiljaa muutos alkaa kuitenkin tulla todeksi, realisoitua, ja tämän myötä viriävät tunteet. Muutoksen prosessoiminen etenee vaiheittain ja myös tunnekokemukset prosessin edetessä muuttuvat. Muutoksen ensivaiheissa huoli ja epävarmuus tulevasta selviämisestä nostattavat toisinaan jopa pelon ja vihan tunteita.

Tavanomaista myös on, että jossain vaiheessa muutosprosessia esiin nousee kriittisyyttä ja vastustusta. Vastustuksen taustalla on usein inhimillinen huoli omasta pärjäävyydestä muuttuneessa tilanteessa sekä tarve ylläpitää hallinnan ja jatkuvuuden tunnetta pitäytymällä tutussa ja turvallisessa. Muutokseen kohdistuvan kritiikin taustalla on usein myös aito pyrkimys ymmärtää mistä muutoksessa on kysymys, mitkä ovat sen syyt, mikä

on muutoksen tarkoitus, mitä hyötyä muutoksesta on ja miten se aiotaan toteuttaa?

Epävarmuutta nostattavien kysymysten käsittelemisen kautta on mahdollista siirtää muutosprosessin seuraaviin vaiheisiin, jossa hiljaisen hyväksymisen kautta aletaan pikku hiljaa nähdä muutoksen välttämättömyys. Tässä vaiheessa muutos alkaa myös konkretisoitua arkisessa työssä. Esiin nousee tällöin usein uuden oppimisen tarvetta sekä käytännön kysymyksiä työjärjestelyihin liittyen. Muutoksessa aletaan myös nähdä siihen sisältyvät mahdollisuudet ja innostavat haasteet.

Työyhteisössä kaikki eivät etene muutosprosessissa samaa tahtia. Samaa muutostilannetta elävät saman työyhteisön jäsenet voivat kukin olla eri vaiheissa. Tästä saattaa seurata työyhteisöön jännitteitä: joku ei koe tarpeelliseksi ajatella koko muutosta tai suhtautuu siihen korostetun kriittisesti, joku toinen taas näkee muutoksessa paljon innostavia mahdollisuuksia ja on jo halukas oppimaan uusia toimintatapoja.

Työn sujuminen vaatii huomiota

Työhyvinvointi kumpuaa sujuvasta arki työstä. Esimerkiksi kiireen kokemus työssä voi aiheutua liian suuresta työmäärästä tai toisaalta olla seurausta erilaisista arkityön sujumattomuuksista ja katkoksista, joiden selvittäminen ja korjaaminen vievät aikaa. Sujumaton työn teon arki, puutteellinen työn organisointi, epäselvät tavoitteet ja vastuut sekä epäyhtenäiset toimintatavat saavat mielekkäänkin työn tuntumaan kaoottiselta.

Toimivassa työyhteisössä käsitys perustehtävästä ja sen tavoitteista on yhdenmukainen. Arkityö sujuu, koska työnjako on selkeä ja yhteisesti sovittuja pelisääntöjä noudatetaan. Yhteisiä toimintatapoja pystytään arvioimaan tarvittaessa kriittisesti, mutta rakentavassa hengessä.

Ongelmilta ja ristiriidoilta ei välttyä toimivassakaan työyhteisössä, mutta niitä pystytään tarkastelemaan ja ratkomaan työtoimintaan liittyvinä epäselvyyksinä, eivätkä ne johda henkilötasolle meneviin konflikteihin.

Työssä tapahtuvat muutokset muuttavat usein rakenteita, joiden varaan sujuva arkityö ja toimiva työyhteisö rakentuvat. Esimerkiksi palvelujen uudelleen organisoiminen ja siihen liittyvät muutokset organisaatioiden rakenteissa vaikuttavat perustehtävään ja työn teolle asettuviin tavoitteisiin. Tällöin työn kohteessa tapahtuu usein laadullisia muutoksia. Työn kohde vastaa kysymykseen mitä tuotetaan, kenelle ja miksi.

Työn kohteen uudelleenmäärittely on muutoksessa työtoiminnan kannalta olennainen tekijä. Kun työn kohteessa tapahtuu muutoksia, on työtoiminnan osatekijöitä (työssä tarvittava osaaminen, välineet, mallit, säännöt, työnjako, yhteistyö) arvioitava suhteessa muuttuneeseen kohteeseen. Palvelevatko ne edelleen työn tekemisen tavoitteita vai ylläpitävätkö ne toimimattomina toistuvia työn sujumisen häiriöitä?

Organisaatiokulttuuri tulee näkyväksi

Organisaatiokulttuurin ytimenä ovat yhteisen oppimisen tuloksena opitut arvot, uskomukset ja oletukset. Ne liittyvät usein organisaation aiempiin kokemuksiin, esimerkiksi yhteisiin onnistumisiin ja niihin liittyneisiin tapahtumiin. Merkittävä osa organisaatiokulttuurista koostuu piilevistä ja tiedostamattomista oletuksista: työntekijät tietävät kuinka kyseisessä organisaatiossa kannattaa ja tulee toimia. Nämä oletukset suuntaavat toimintaa ja päätöksentekoa työssä, sekä tuottavat myös jatkuvuuden ja ennustettavuuden tunnetta.

Organisaatioiden yhdistyessä niiden organisaatiokulttuuriset erot tulevat yleensä näkyviksi. Tämä näyttäytyy esimerkiksi erilaisina toimintatapoina ja käsityksinä siitä, millainen toiminta on "oikeaa" ja palvelee parhaiten työn tavoitteisiin pääsyä.

Työyhteisössä kaivataan tällöin työn tekoa koskevien oletusten ja mallien tietoiseksi tekemistä, niiden tarkastelua ja tuomista lähemmäksi toisiaan. Muutos edellyttää myös luopumista ja poisoppimista vanhoista, oikeiksi koetuista ja tärkeiksi muodostuneista toimintatavoista.

tuuvassa työssä

Miten vahvistan omaa työhyvinvointiani muutoksessa

Muutostilanteet virittävät meissä monia kysymyksiä, joista osa liittyy muutoksen mieleen: mistä muutoksessa on kysymys? Mitä sillä tavoitellaan? Onko muutoksessa järkeä?

Muutostilanteessa viriää yleensä myös tarpeemme päättää itse siitä, mitä meille tapahtuu: voinko vaikuttaa muutokseen, on tällöin keskeiseksi nouseva kysymys. Muutokseen liittyy lisäksi aina ammatillista itsetuntoa koskevia kysymyksiä. Osaamiseen liittyvät epävarmuudet voivat nousta pintaan. Saatamme pohtia oman työmme arvoa ja arvostusta erityisesti silloin, kun työ muuttuu paljon.

Oman työhyvinvoinnin vahvistaminen muutoksessa rakentuukin keskeisesti siitä, miten itse kukin yllämainittuja kysymyksiä tahollaan työstää ja löytää niihin vastauksia.

Työhyvinvoinnin ABC:n muutoksessa voikin tiivistää seuraaviksi ohjeiksi:

- Selvitä faktoja – hae vastauksia epäselviin kysymyksiin
- Osallistu aktiivisesti ja keskustele – tällöin vaikutat osaltasi muutoksen suuntaan ja edesautat omaa muutoksen prosessointiasi
- Keskity omaan tehtävään ja sen tavoitteisiin, tämä tukee omassa työssä onnistumista ja vahvistaa ammatillista itsetuntoa.
- Irtotaudu niiden huolien kantamisesta, jotka liittyvät asioihin, joihin et voi omalla toiminnallasi vaikuttaa – tämä tukee omaa hyvinvointia.
- Keskustele tarvittaessa esimiehesi kanssa tehtävistäsi ja työtavoitteistasi.
- Huolehdi ammattiosaamisestasi ja päivitä sitä tarvittaessa.
- Muistele aikaisempia onnistumisia – mieti, miten voit selvittää muutoksesta parhaalla mahdollisella tavalla.
- Jaa huolia: työyhteisöstä saatava sosiaalinen tuki auttaa jaksamaan, käänny tarvittaessa työterveyshuollon puoleen.
- Pidä terveet rajat itsen ja työroolin välillä.
- Pidä huolta palautumisestasi sekä omasta hyvinvoinnista (esim. riittävä lepo, liikunta, ravitsemus).
- Kuuntele ja ota todesta omasta jaksamisesta kertovat merkit.



*Kuinka kohdata muutos?
Psykkologi Hanna Valkonen
kirjoittaa aiheesta.*

Palautumisen merkitys

Muutostilanteessa työn hallinnan tunne väistämättä horjuu. Tällöin syntyy psyykkistä kuormitusta, joka kumpuaa muutostilanteen keskeneräisyydestä ja jota ei täysin pysty poistamaan. Kuormituksen vaikutusta työhyvinvointiin voi kuitenkin vähentää huolehtimalla palautumisesta. Palautuminen toimii tällöin suojaavana keinona tilanteessa, jossa kaikkea stressin lähdeä ei pystytä poistamaan.

Palautuminen tarkoittaa sitä, että työpäivän jälkeen pystyy henkisesti irrottamaan työstä niin, etteivät työasiat pyöri enää mielessä. Lisäksi se on rentoutumista työpäivän jälkeen ja sitä, että tekee jotain sellaista, mistä saa onnistumisen kokemuksia ja mikä tuottaa mielihyvää. On myös tärkeää, että oman vapaa-ajan käytöstä pystyy itse

päättämään. Palautumista tapahtuu myös työpäivän aikana esimerkiksi ruokatauolla.

Palautuminen, erityisesti henkinen työstä irrottautuminen, lisää työhyvinvointia. Työstressiltä suojaa se, että ihminen pystyy psyykkisesti irrottautumaan työstä ja rentoutumaan vapaa-ajalla. On myös tärkeää pystyä määrittämään itse omasta vapaa-ajasta, jos työssä tapahtuu asioita, joihin ei pysty itse vaikuttamaan.

Palautuminen vaikuttaa paitsi siihen, miten hyvin työssä jaksaa, mutta myös siihen, miten vapaa-ajasta pystyy nauttimaan. Jos palautuminen toimii hyvin, ihminen on hyvällä tuulella ja vireä vielä töiden jälkeen ja nukahtaminenkin on helpompaa! ●

Töihin terveystalokseen

Päivi Korpivaara,
henkilöstöhankinta-
päällikkö

Henkilöstö- hankinnan kevättöitä

Henkilöstöhankintayksiköllä oli työntäyteinen kevätkausi. Rekrytoimme kesäsijaisia ympäri Suomea. Nuoria 16 – 17-vuotiaita kesätyöntekijöitä haastateltiin noin 250 lähes tuhannesta hakijasta.

Kotihoitoon haettiin kevään aikana varsinaisten kesäsijaisten lisäksi työttömiä nuoria toimimaan liikkumisavustajina yhdeksän kuukauden jaksoille työharjoittelussa ja palkkatuetussa työssä.

Tarjosimme uutena mahdollisuutena ulkomailta ja muualta Suomesta hakeville työnhakijoille videohaastattelua. Moni hakija kuitenkin tuli mieluummin paikan päälle haastatteluun. Ulkomailta opiskelijavaihdossa olevia kesätyönhakijoita videohaastattelu sen sijaan palveli erinomaisesti.

Hakijoiden kielitaidon arviointiin kehitettiin kielitaitotehtäviä, joita hyödynnetään työhaastattelun yhteydessä. Käytämme tehtäviä sekä kirjallisen että suullisen kielitaidon arvioinnin apuvälineinä. Tehtävät laadittiin yhteistyössä Seure Henkilöstöpalvelut Oy:n kanssa.

Henkilöstöhankinta on myös laatinut työnhakuvalmennuspaketin oppilaitosyhteistyöhön yhdessä henkilöstökeskuksen, sosiaaliviraston ja Seuren kanssa. Haluamme kertoa opiskelijaryhmille hakemuksen tekemisestä, työhaastattelusta ja muusta työnhakuun liittyvästä, unohtamatta kaupungin monipuolisia työtehtäviä sekä hyviä henkilötoetuja.

Tilaisuudessa opiskelijat saivat oman opaskirjansen, josta heille toivotaan olevan hyötyä työnhakussa. Valmennus on saanut hyvän vastaanoton oppilaitoksissa ja sitä jatketaan syksyllä. ●



Henkilöstöhankinta toivottaa työnhakijoille tervetuloa! Henkilöstöhankinta sijaitsee osoitteessa Toinen linja 4 C, 3. krs, puh. 010 800 580.

Teksti Tiina Luoma,
työvoimasuunnittelija
Kuva Markus Snellman

Helsinki kouluttaa lähihoitajia

Helsingin kaupunki kouluttaa työllistämisväroin henkilöstöä aloille, joille kaupunki tarvitsee uutta työvoimaa. Terveystaloksesta saa rahoitusta esimerkiksi lähihoitajien kouluttamiseen oppisopimuksella. Koulutus kestää keskimäärin 2 vuotta 7 kuukautta.

Opiskelija on määräaikaaisessa työsuhteessa kaupunkiin ja oppisopimuksen ajalta maksetaan palkkaa. Vuosittain alkaa yksi tai kaksi kurssia, joille valitaan 20 – 26 opiskelijaa. Koulutukseen valitaan hakumenettelyn kautta ensisijaisesti helsinkiläisiä työttömiä tai työttömyysuhan alla olevia.

Kotihoidossa ja kaupunginsairaaloissa on samanaikaisesti opiskelemissa noin 100 tulevaa lähihoitajaa. Jokaisella opiskelijalla on nimetty työpaikkakouluttaja, joka siirtää oman ammattitaitonsa opiskelijan käyttöön. Valmistumisen jälkeen peräti 85 prosenttia jatkaa työsuhteessa terveystaloksen palveluksessa, joten koulutus kannattaa.

Ulkomailla työtä oppimassa

Lähihoitajan perustutkinnossa on neljä tutkinnon osaa, joista jokaiseen kuuluu 4 – 6-viikon pituinen harjoittelujakso. Oppisopimusopiskelija voi suorittaa harjoittelujakson myös ulkomailta niin sanottuina europaasiopintoina ja jakson ajalta hän saa täyttä palkkaa.

Valintakriteerit ulkomaiseen opiskelijavaihtoon ovat tiukat. Opintojen on pitänyt edetä suunnitelman mukaisesti, oppilaitoksen opettajat ja työpaikan esimies ovat arvioineet hakijan sosiaaliset taidot hyväksi ja lähtijän kielitaidon tulee olla niin hyvä, että hän pärjää vieraskielisessä toimintaympäristössä. Lopullinen päätös ulkomailta suoritettavasta jaksosta tehdään oppisopimustoimistossa.

Ulkomailla suoritettavan harjoittelujakson ajankohta suunnitellaan tarkkaan. Lähihoitajaopiskelijoilla jakso on ennen syventävien opintojen alkamista. Oppisopimustoimiston koulustarkastaja etsii harjoittelupaikat opintojakson sisällön mukaan ja hän vastaa myös siitä, että opiskelijan asumisjärjestelyt jakson ajalta ovat kunnossa. Opiskelijat saavat lisäksi lähtövalmennusta ja tietoa kohdemaan työelämäkäytännöistä.

Terveystaloksen oppisopimusopiskelijoita on ollut harjoittelujaksolla Irlannissa, Skotlannissa, Saksassa, Walesissa, Ruotsissa, Hollannissa ja Virossa. ●



wdc-aineistopankki

Designia kesällä

Maailman designpääkaupunkivuosi jatkuu Helsingissä vilkkaana. Ohessa muutama poiminta juhluvuoden monipuolisesta tarjonnasta.

Paviljonki on Maailman designpääkaupungin sydän

Paviljonki on kaikille avoin tila Designmuseon ja Arkkitehtuurimuseon välissä, jossa voi nähdä ja kokea, mistä designpääkaupunkivuodesta on kysymys. Siellä kehitetään yhdessä parempaa kaupunkia.

Paviljongin arkkitehtuuri perustuu **Pyry-Pekka Kantosen** suunnitelmaan. Paviljongin ovat designpääkaupungin kanssa toteuttaneet Aalto-yliopisto, Arkkitehtuurimuseo, Designmuseo ja UPM. Ohjelman on koordinoit Demos Helsinki.

Paviljongin laajaan ohjelmatarjontaan voi tutustua osoitteessa www.wdchelsinki2012.fi/paviljonki

Paviljonki sijaitsee osoitteessa Ullanlinnankatu 2-4, se on avoinna 16.9. asti ti – su klo 11 – 21.

Muotoile itsesi

Muotoile itsesi -kuntoiluvälinehankkeen pilotti-kohteena on Helsingin Töölönlahti. Uuden tyyppisiä kuntoiluvälineitä on sijoitettu Töölönlahtea kiertävälle reitille. Kantavana ajatuksena on tarjota mahdollisuus heräteliikuntaan liikuntaviraston virallisten liikuntapuistojen ulkopuolella.

Kuntoiluvälineet on muotoiltu yhdessä liikuntaviraston liikunnanohjaajien kanssa. Neljän liikuntarastin reitti muodostaa kokonaisuuden, jossa on mahdollisuus käydä läpi keskeiset lihasryhmät. Kokonaisuuteen kuuluu lisäksi kosketusnäyttöön perustuva infotaulu, josta on saatavissa lisätietoa.

Hankkeen järjestää Helsingin kaupungin liikuntavirasto yhteistyössä rakennusviraston kanssa. Kuntoiluvälineisiin voit tutustua 13.12. asti.

Kääntöpöytä – Kaupunkiviljelypuutarha

Kääntöpöytä – Kaupunkiviljelypuutarha on viljely- ja toimintakeidas keskellä Helsinkiä, vanhojen veturitalien rautatieläismiljöössä. Kokonaisuuteen kuuluu kasvihuone, viljelylaareja ja kesäkahvila terasseineen, monenlaista viljelytoimintaa, työpajoja, talkoita sekä tori-, ruoka- ja kulttuuritapahtumia.

Kääntöpöytään voi tutustua koko vuoden. Se löytyy Savonkadun ja Teollisuuskadun kulmasta läheltä Pasilan asemaa. ●

Designpääkaupungin verkkosivut löytyvät osoitteesta

www.wdchelsinki2012.fi

Lähde: Designpääkaupungin verkkosivut





Kuvat Antero Aaltonen



Hyvää Cityelämää

Kaikenikäisille suunnattu Hyvää Cityelämää -terveystapahtuma järjestettiin Töölön kisahallilla torstaina 10.5. Tapahtuman avasivat Laura Rätty ja Anssi Rauramo. Tapahtumatorilta sai terveystietoa. Monipuolista liikuntatarjontaa oli iltapäivätansseista erilaisiin jumppiin.



Tapahtuman järjestivät Helsingin kaupungin kanssa Aivoliitto, Arcada, Folkhälsan, Helsingin Alzheimeryhdistys, Helsingin nivelpiiri, Helsingin Sydänpiiri ja -yhdistys, Helsingin tuomiokirkkoseurakunta, Johannes församling, Metropolia, MLL, Omaiset mielenterveytyön tukena, Pääkaupunkiseudun osteoporoosiyhdistys, Pääkaupunkiseudun selkäyhdistykset, SPR, Suomen fysioterapia- ja kuntoutusyritykset, Suomen Mielen-terveysseura, Suomen Tule, Svenska pensionärsförbundet, THL, Väestöliitto, Yliopiston Apteekki.



Työhyvinvointitorilla Laaksossa 23.5.



Kuvat Markus Snellman



Tyhy-viikko toukokuussa

Terveyskeskuksen ensimmäistä työhyvinvointiviikkoa vietettiin 21. – 27.5. Koko henkilöstölle suunnattua ohjelmaa oli maanantaista sunnuntaihin. Tarjolla oli luentoja, työhyvinvointitori, teatteria, liikuntaa ja agilityä.



Kuvat Kaisa Halonen

Agilityharjoitukset 21.5. Malminkartanossa.

Alennuksella uimaan

Kesä ja maauimalakausi on täällä. Kaupungin henkilöstökortilla saa uimahallien lisäksi alennusta myös maauimaloiden sisäänpääsymaksuista Uimastadionilta (7.5.–16.9.) ja Kumpulasta (28.5.–26.8.).

Lisää tietoa Terin Henkilöstö-sivujen kautta: Henkilöstöetuudet

Haku syksyn kuntoremontteihin käynnissä!



Syksyn kuntoremonttipaikkojen haku on nyt alkanut. Jos olet kiinnostunut kuntoremonttiin pääsemisestä, ota ensin yhteys omaan työterveyshoitajaasi ja sovi ajankohdasta esimiehesi kanssa.

Lisää tietoa Terin Henkilöstö-sivujen kautta: Työhyvinvointi ja työturvallisuus / Työhyvinvointi

Syyskuussa Lintsillä

Terveyskeskuksen henkilöstön yhteistä Linnanmäki-iltaa vietetään jälleen syyskuussa torstaina 6.9. klo 17 – 21, jolloin kaikki huvipuiston laitteet ovat terkeläisten käytössä.

Turvallisuussyistä perhetapahtuman osallistujamäärää joudutaan rajoittamaan. Huvipuistossa voi juhlia kerrallaan korkeintaan 8 500 henkilöä. Jokaiselle terveyskeskuksen osastolle jaetaan osaston henkilöstömäärään suhteutettu osuus 8 500 osanottajapaikasta.

Osastot järjestävät itsenäisesti omat ilmoittautumisensa ja jakavat paikat yksiköittäin. Jotta Linnanmäen tunnelmasta pääsisi nauttimaan mahdollisimman moni terveyskeskuksen työntekijä perheineen, perhekohtainen osallistujamäärä on rajoitettu neljään henkilöön.

Tiedotamme asiasta tarkemmin lomien jälkeen elokuun alkupuolella.

Lisätietoa asiasta voi kysyä tarvittaessa viestintäpäällikkö Jaana Juutilainen-Saarelta, puh. (09) 310 42240 tai jaana.juutilainen-saari@hel.fi.

Eeva Ketolan värikä vapaa-aika



Kimmo Brandt

"Onnelliset omenat"

Iloa, valoa ja energiaa kaupunginsairaalan johtajalääkäri Eeva Ketolan elämään tuo rakas harrastus akvarelli-maalaukset. Ketola ei maalaa pelkästään omaksi ilokseen, vaan hänen teoksiaan on nähtävillä säännöllisesti myös näyttelyissä.

Teksti Taru Tukiainen • Kuvat Eeva Ketola

Akvarellien maalaaminen on ollut osa Eeva Ketolan elämää lähes aina, mutta suuremman roolin maalaaminen sai, kun lapset kasvoivat ja hänen oma aikansa lisääntyi. Ei ole silti aivan selvä yhtälö, kuinka vaativassa työssä ja kolmilapsisen perheen arkea pyörittävän naisen elämässä löytyy aikaa maalaamiselle sekä siihen liittyvälle näyttelytoiminnalle.

- Sitä mitä haluaa tehdä, sille järjestyy aikaa, Ketola kuittaa ihmettelyt ajan riittävyydestä. Eikä hänen harrastusvalikoimansa

rajoitu pelkästään maalaamiseen, vaan intoa ja tarmo riittää myös tennikselle, lukemiselle, musiikille, veneilylle, kokkailulle, alppilajeille sekä lasten koripalloharrastukselle.

Tyyliään Eeva Ketola kuvailee vapaaksi: osa töistä on selkeän esittäviä, toiset taas abstraktin moniselitteisiä. Maalaamisen taidon hän on oppinut lukuisilta kursseilta sekä toisilta akvarellisteilta.

- Maalaan säännöllisen epäsäännöllisesti, pääasiassa lomilla ja viikonloppuisin, Ketola kertoo.



Eeva Ketolan maalauksia oli keväällä esillä Herttoniemen sairaalassa.

"Knoblauch"



Kerran-pari vuodessa Ketola kokoaa teoksiaan ja osallistuu näyttelyyn. Viimeisin näyttely Herttoniemen sairaalassa päättyi toukokuun vaihteessa. Herttoniemen näyttelyyn oli valikoitunut sarja värikkään herkullisia hedelmiä ja kasviksia esittäviä teoksia. Jokaisen teoksen mukana kulki myös pieni hauska tarina. Näyttelyssä oli esillä myös Ketolan akvarellistikkollega **Arja Arasmon** töitä.

Entä mitä maalaaminen antaa taiteilijalle?
- Maalaaminen antaa minulle iloa, valoa ja energiaa, kertoo Ketola. ●



"Sumuiset appelsiinit"

"Lost bananas"

Helsingin terveystieteiden kesäpalvelut kesällä 2012

Kesällä auki yhdeksän terveysasemaa

Terveysasemat sekä Herttoniemen ja Kivelän omahoitotarvikeja-kelupisteet ovat auki 4.6 – 31.8. ma – pe klo 8 – 16.

Terveysasemien toiminta keskitetään 25.6. – 27.7. alla mainituille terveysasemille. Tänä aikana terveysasemilla hoidetaan äkillisesti sairastuneet potilaat ja muut ennalta sovitut seurantakäynnit. Oulunkylän terveysasema on korjaustyön vuoksi kiinni 19.8. asti.

- **Haagan terveysasema**, Huovitie 5, palvelee Haagan, Kannelmäen ja Malminkartanon terveysaseman asiakkaita
- **Herttoniemen terveysasema**, Kettutie 8 M, palvelee Herttoniemen, Itäkeskuksen ja Kivikon terveysaseman asiakkaita
- **Kallion terveysasema**, Eläintarhantie 3 D ja E ja Toinen linja 4 C, palvelee Kallio ja Vallilan terveysaseman asiakkaita
- **Koskelan terveysasema**, Käpyläntie 11, palvelee Koskelan ja Oulunkylän terveysaseman asiakkaita 19.8. asti
- **Laakson terveysasema**, Lääkärintie 8 P, palvelee Laakson, Munkkiniemen ja Pitäjänmäen terveysaseman asiakkaita
- **Malmin terveysasema**, Talvelantie 4, palvelee Jakomäen, Malmin, Pihlajamäen, Puistolan ja Suutarilan terveysaseman asiakkaita
- **Maunulan terveysasema**, Suursuonlaita 3 A, palvelee Maunulan ja Paloheinän terveysaseman asiakkaita
- **Viiskulman terveysasema**, Pursimiehenkatu 4, palvelee Lautasaaren, Töölön ja Viiskulman terveysaseman asiakkaita
- **Vuosaaren terveysasema**, Kahvikuja 3 A, palvelee Kontulan, Laajasalon ja Vuosaaren terveysaseman asiakkaita

Päivystys auki normaalisti

Terveysasemien ollessa kiinni kiireellistä apua tarvitsevat potilaat hoidetaan iltaisin, viikonloppuisin ja pyhinä Haartmanin, Jorvin, Marian, Peijaksen sairaaloissa ja Lastenkliniikalla.

Suun terveydenhuollon päivystys on iltaisin, viikonloppuisin ja pyhinä Haartmanin sairaalassa, Haartmaninkatu 4, rakennus 12. Yhteydenotto etukäteen, puh. (09) 310 49999.

Kolmetoista neuvolaa palvelee keskikesällä

Neuvoloiden toiminta keskitetään 25.6. – 27.7. alla mainittuihin neuvoloihin. Tänä aikana neuvoloissa hoidetaan odottavien äitien, 6 kuukauden ikäisten ja sitä nuorempien lasten tarkastukset ja muut välttämättömät tarkastukset.

- **Haagan neuvola**, Huovitie 5, palvelee Haagan ja Pitäjänmäen neuvolan asiakkaita
- **Herttoniemen neuvola**, Kettutie 8, palvelee Herttoniemen ja Itäkeskuksen neuvolan asiakkaita
- **Kallion neuvola**, Toinen linja 4 C, palvelee Kallion ja Vallilan neuvolan asiakkaita
- **Kontulan neuvola**, Ostoskuja 3, palvelee Kivikon ja Kontulan neuvolan asiakkaita
- **Koskelan neuvola**, Käpyläntie 11, palvelee Koskelan ja Oulunkylän neuvolan asiakkaita 19.8. asti
- **Lautasaaren neuvola**, Taivaanvuohentie 6, palvelee Lautasaaren neuvolan asiakkaita
- **Malmin neuvola**, Talvelantie 4, palvelee Jakomäen, Malmin ja Suutarilan neuvolan asiakkaita
- **Malminkartanon neuvola**, Luutnantintie 12 – 14, palvelee Kannelmäen ja Malminkartanon neuvolan asiakkaita
- **Maunulan neuvola**, Suursuonlaita 3 A, palvelee Maunulan ja Paloheinän neuvolan asiakkaita
- **Munkkiniemen neuvola**, Laajalahdentie 30, palvelee Laakson ja Munkkiniemen neuvolan asiakkaita
- **Pihlajamäen neuvola**, Meripihkatie 8, palvelee Pihlajamäen ja Puistolan neuvolan asiakkaita
- **Viiskulman neuvola**, Pursimiehenkatu 4, palvelee Töölön ja Viiskulman neuvolan asiakkaita
- **Vuosaaren neuvola**, Kahvikuja 3 A, palvelee Laajasalon ja Vuosaaren neuvolan asiakkaita

Yhdeksän hammashoitola palvelee koko kesän

Osa hammashoitoloista on kesällä kiinni. Hammashoitoloiden kesän aukioloajat löytyvät terveystieteiden kesän verkkosivuilta www.hel.fi/terveyskeskus.

Terveyspalvelujen neuvontaa ympäri vuorokauden

Terveysneuvonta puh. (09) 10023 palvelee helsinkiläisiä koko kesän ympäri vuorokauden. Numerosta saa sairauksien hoito-ohjeita ja tietoa kesäajan terveystieteiden palveluista.