

OPAS JYVÄSKYLÄN
TERVEYDENHUOLLON PALVELUISTA
GUIDE TO JYVÄSKYLÄ HEALTH CARE SERVICES

Opas on kirjoitettu suomeksi ja englanniksi
The guide is written in Finnish and English

Anna Forsström ja Reetta Laakso

Kevät 2017

Sisällys

| | |
|--|----|
| Opas sinulle | 4 |
| Guide to you | 4 |
| HÄTÄNUMERO | 5 |
| EMERGENCY NUMBER | 5 |
| KELAKORTTI | 6 |
| Terveysasemien palvelut | 7 |
| Health station services | 7 |
| PÄIVYSTYS | 8 |
| FIRSTAID AND EMERGENCY | 8 |
| Keskussairaala | 9 |
| Central Hospital | 9 |
| 24/7 | 10 |
| Ehkäisy- ja perhesuunnitteluneuvola | 11 |
| Ehkäisy- ja perhesuunnitteluneuvola palvelut | 12 |
| Contraception and family-planning clinic | 13 |

| | |
|--|----|
| Birthcontrol and family-planning clinic offers:..... | 13 |
| Päihdehoitajatoiminta Jyväskylän yhteistoiminta-alueen terveyskeskuksen (JYTE) alueella | 14 |
| Substance Abuse Nurse Action Jyväskylä co-operation area | 16 |
| Health (JYTE) in the region | 16 |
| Suun ja hampaiden hoidon ensiapu ja päivystys | 18 |
| Hammaspäivystys muina aikoina | 18 |
| Oral healthcare emergency department treats pain and emergency accident cases | 19 |
| Teethpain on call at other times..... | 19 |
| Hammashoitolat Dental clinics:..... | 20 |
| Emergencyroom services are provided by local healthcarecentres on daytime (Mon-Fri):.... | 22 |
| Kriisikeskus MOBILE | 24 |
| The Crisis Center Mobile Jyväskylä..... | 27 |
| Services..... | 28 |
| Tulkkipalvelut | 29 |
| Vaihde/Monetra Oy..... | 29 |
| Palvelupuhelinnumero/Monetra Tulkkipalvelu | 30 |

| | |
|--|----|
| Interpreter Services | 30 |
| Gear / Monetra Ltd..... | 31 |
| The service Telephone / Monetra Interpreter Service..... | 31 |
| MYRKYTYS | 32 |
| POISONING | 33 |
| KARTTA-MAP | 35 |

Opas sinulle

Olet saanut oleskeluluvan ja asut Jyväskylässä. Oppaassa on puhelin numeroita terveyskeskuksiin ja sairaalaan, sekä mielenterveys ja neuvolapalveluiden numerot. Oppaassa on myös kartta, jossa näkee missä terveyskeskukset ja sairaala sijaitsevat.

Guide to you

You have received residence permits, and you live in Jyväskylä, Finland. In this guide has phone numbers to healthcare centers and the hospital, mental health services and health clinic services. And it also contains a map where you can see where the health centers and the hospital is.



HÄTÄNUMERO

Suomessa on vain yksi hätänumero, 112. Sama hätänumero 112 toimii kaikissa EU-maissa. Voit soittaa hätänumeroon 112 maksutta mistä tahansa puhelimesta ilman suuntanumeroa. Hätätilanteessa, soita aina 112!! Hätänumeroon soitettaessa on tärkeää noudattaa annettuja ohjeita ja yritä pysyä rauhallisena

EMERGENCY NUMBER

In Finland we have only one emergency number, 112. The same emergency number 112 works in all EU countries. You can call the emergency number 112 free of charge from any phone with no need for an area code. In emergency, always call the emergency number 112! When you call an emergency number, it's very important to stay calm and follow the instructions.

112

KELAKORTTI



Muista pitää KELA korttia mukana aina asioidessasi terveydenhuollossa!

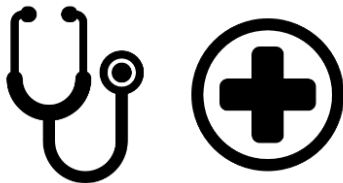
Remember to keep your KELA card at all times while visiting involved in health care!

Terveysasemien palvelut

Perusterveydenhuollon palveluja on Jyväskylässä kahdellatoista terveysasemalla. Terveysasemasi määräytyy sen mukaan, missä asut. Terveysasemalle varatessasi aikaa hoidon tarve ja sen kiireellisyys arvioidaan. Arvion perusteella annetaan kotihoito-ohjeet, puhelin- tai vastaanottoaika sairaanhoitajalle, lääkärille tai muulle terveydenhuollon ammattihenkilölle.

Health station services

Primary care services are available in the health center of Jyväskylä twelve health center. The health center is determined by where you live. Health station while booking the need for care and the sense of urgency will be assessed. It is estimated on the basis of given home care instructions, telephone or reception time nurse, doctor or other health care professional.



PÄIVYSTYS

Ensiapuasioiden hoito on terveysasemilla arkisin niiden aukioloaikoina. Varaa aika omalta terveysasemalta. Ensiaputilanteessa voit mennä terveysasemalle ilman ajanvarausta.

FIRSTAID AND EMERGENCY

Firstaid-emergency care issues takes place in healthcarecenters during their business hours on weekdays. Make an appointment with your own health center. In emergenciesituation, you can go to the healthcarecenter without an appointment.



Keskussairaala

Keskussairaalan päivystys on kiireellisessä tilanteessa potilaille, jonka terveydentila vaatii välittömän arvion ja hoitoa ei voida siirtää myöhemmäksi potilaan turvallisuutta vaarantamatta. Soita päivystyksen puhelinneuvontaan p. 0100 84 884 aina ennen keskussairaalan päivystykseen hakeutumista.

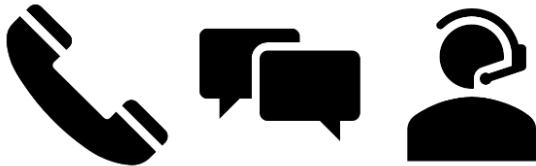
Central Hospital

Central hospital emergencyroom is to emergency patients whose state of health requires immediate assessment and treatment, and not be postponed without endangering the safety of the patient. Call the helpline on call tel. 0100 84 884 Hospital emergency room before applying for.

24/7

Keski-Suomen keskussairaalan päivystys toimii kaikkina viikonpäivinä, ympärivuorokautisesti, osoitteessa Keskussairaalantie 19, Jyväskylä.

Central Finland Central hospital room operates seven days a week, around the clock, at Keskussairaalantie 19, Jyväskylä.



Ehkäisy- ja perhesuunnitteluneuvola

Tapionkatu 7, 2. krs. (sisäänkäynti Rajakadun puoleisesta päädyistä)

Puhelinaika: ma-to klo 8-10 ja klo 13-14 ja pe klo 8-10

p. 014 266 2229

Käytössä on takaisinsoittopalvelu. Palvelu helpottaa yhteyden saantia ehkäisy- ja perhesuunnitteluneuvolaan palvelulinjojen ollessa varattuina.

Tapionkatu 7:ssä sijaitseva toimipiste on tarkoitettu jyvaskyläläisille ehkäisy- ja perhesuunnitteluun liittyvissä asioissa. JYTE:n alueella pääsääntönä on omien alueidensa neuvoloissa myös ehkäisy- ja perhesuunnitteluasioissa

Opiskelijat voivat mennä suoraan palveluiden piiriin. Yliopiston opiskelijat saavat palvelunsa YTHS:stä.

Kouluikäiset voivat keskustella ehkäisyasioista ensin kouluterveydenhoitajan kanssa.

Toimintamme tavoitteena on seksuaaliterveyden ylläpitäminen ja edistäminen. Käynneillä käsitellään myös ihmissuhteisiin ja seksuaalisuuteen liittyviä kysymyksiä ja ongelmia.

Ehkäisy- ja perhesuunnitteluneuvola palvelut

- raskauden ehkäisyneuvontaa ja yksilöllistä ehkäisyn suunnittelua
- mahdollisuuden keskustella kokonaisvaltaisesti perhesuunnittelusta
- sukupuolitauteihin liittyvää neuvontaa ja hoitoon ohjausta
- lapsettomuuteen liittyvät alkututkimukset ja ohjaus
- raskauden keskeytykseen liittyvät tutkimukset ja jatkohoitoon ohjaaminen

Palveluista vastaavat terveydenhoitajat, lääkärit ja perushoitajat.

Palvelu on luottamuksellista ja osittain maksutonta (käynnit maksuttomia, osa ehkäisyvälineistä maksullisia).

Contraception and family-planning clinic

There is a call-back service. The service helps you to connect access to contraception and family-planning clinic service when the lines are busy.

Clinic is located Tapionkatu 7, the office, located in own living space intended for the contraction and matters related to familyplanning. JYTE in the area of the general rule is also in their own regions clinics for contraception and family planning issues in JYTE area, there also opportunity.

Students can go directly to the scope of services. University students receive their services of FSHS through.

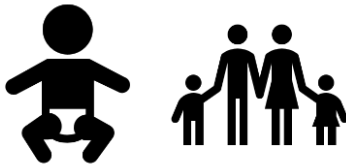
Schoolchildren can discuss contraception issues first with the school nurse.

The aim of our activities is the maintenance and promotion of sexual health. Visits, also deals with human relationships and sexuality-related issues and problems.

Birthcontrol and family-planning clinic offers:

- contraception counseling and individual contraception, planning and oppornity to discuss a comprehensive familypalnning.

- opportunity to have sexually transmitted diseases counseling and treatment guidance
- examinations and guidance related to infertility
- examinations related to abortion and aftercare counselling
- responsible of the service are public health nurses and doctors
- service is confidential and free of charge partly- (visits are free of charge, part of contraceptives are available for a surcharge).



Päihdehoitajatoiminta Jyväskylän yhteistoiminta-alueen
terveyskeskuksen (JYTE) alueella

Päihdehoitajat tarjoavat apua yli 18-vuotiaille Jyväskylän, Hankasalmen, Muuramen ja Uuraisten asukkaille. Päihdehoitajan vastaanotolle voit hakeutua silloin, kun päihteidenkäyttö mietityttää - myös läheisenä. Vastaanotolle ei tarvitse lähetettä.

Päihdehoitaja tekee tarvittaessa hoidontarpeen arvion ja ohjaa jatkohoitoon esimerkiksi erityis-päihdepalveluihin. (014) 266 0213, fax. (014) 617 414

Päihdehoitajan ajanvaraukseton vastaanotto ja päihdeasiakkaan hoidon tarpeen arviointi Jyväskylän Keskustan, Kuokkalan, Palokan ja Kyllön terveystasemilla toimii päihdehoitajan ajanvaraukseton vastaanotto ma - to klo 8 – 10.

Ajanvarauksellinen vastaanotto toiminta on ma - to klo 10 – 15.30 ja pe klo 8 - 14.

Päihdehoitaja tarjoaa ohjausta, neuvontaa ja hoitoa päihteisiin liittyvissä kysymyksissä kaikille täysi-ikäisille kuntalaisille. Tarvittaessa hän ohjaa tarpeenmukaisesti muihin hoitopaikkoihin, esim. erityispäihdepalveluihin Sovatek - säätiölle.

Substance Abuse Nurse Action Jyväskylä co-operation area Health (JYTE) in the region

Substance abuse nurses provide assistance to over 18 years old residents of Jyväskylä, Hankasalmi, Muurame and Uurainen. To substance abuse nurse's office, you can apply when substance abuse wonders also close relative. Reception does not need a referral.

Substance Abuse Nurse if necessary, makes an if you are of the need for treatment and to guide further treatment such as special-substance abuse services. (014) 266 0213, fax. (014) 617 414

Substance abuse nurse's desk and without appointment substance abuse treatment evaluation of the customer's needs Jyväskylä citycenter, Kuokkala, Palokan and Kyllö health centers works of substance abuse nurse without appointment reception Mon - Thurs at 8 to 10 am.

With appointment reception operations are Monday - Thursday 10 am - 15.30 and Friday from 8 to 14 am.

Substance Abuse Nurse provides guidance, counseling and treatment for substance abuse related issues for all residents of full age. If necessary, they will direct necessary in accordance with other treatment sites, eg. specific substance abuse services Sovatek Foundation.



Suun ja hampaiden hoidon ensiapu ja päivystys

Suun terveydenhuollon päivystyksessä hoidetaan kiireelliset särky- ja tapaturmatapaukset. Päivystys arkisin klo 8–16 oman alueen ajanvarausnumerosta. Päivystyspaikka ilmoitetaan sinulle ajanvarauksen yhteydessä.

Hammaspäivystys muina aikoina

- arkisin klo 16 jälkeen

- viikonloppuisin ja arkipyhinä klo 8-21

Soita p. 0100 84 884, josta tarvittaessa ohjataan hoitoon Kyllön terveysaseman hammashoitolaan, os. Keskussairaalantie 20, Jyväskylä.

Puhelinneuvonta palvelee arkisin klo 16–8 ja viikonloppuisin ja arkipyhinä vuorokauden ympäri. Iltaisin klo 16 jälkeen päivystys on varalla oloa ja tarvittaessa päivystävä hammaslääkäri kutsutaan paikalle.

Oral healthcare emergency department treats pain and emergency accident cases

Emergency case appointments on weekdays at 8-16 numbers in your area. Emergency care location will be notified when you make an appointment.

Teethpain on call at other times

- On weekdays after 16 pm

- Weekends and holidays from 8 to 21 Call tel. 0100 84 884, which, if necessary, be referred to treatment

Kyllö healthcare center dental clinic, address. Keskussairaalantie 20, Jyväskylä.

Phone service on weekdays around 16-8 pm and on weekends and public holidays days. In the evening, after the emergency is at 16 standby arrangements and, if necessary, call a dentist called.



Hammashoitolat Dental clinics:

- Central area (Keskusta) dentalcareclinic
Tapiokatu 7, tel. (014) 266 0123
- Hannikaisenkatu dentalcareclinic
Hannikaisenkatu 11-13, 3rd floor, tel. (014)266 2319
- Huhtasuo dentalcareclinic
Nevakatu 1, tel. (014) 266 0123
- Keljonkangas dentalcareclinic
Pihkatie 4, tel. (014) 266 0123
- Kuokkala dentalcareclinic
Syöttäjänkatu 10, tel. (014)266 0123
- Kyllö dentalcareclinic
Yliopistonkatu 7 B 33, tel. (014) 266 0123

- Palokka dentalcareclinic
Ritopohjantie 25, 40270 Palokka, tel. (014) 336 6555
- Säynätsalo dentalcareclinic
Parviaisentie 7, tel. (014) 266 0123
- Vaajakoski dentalcareclinic
Väkkärätie 1, 40800 Vaajakoski, tel. (014) 336 6555

At weekends (Sat, Sun and public holidays) emergency care is provided (9-10) at Central area (Keskusta) dentalcareclinic, Tapionkatu 7, tel. (014) 266 2298

At other times of the day immediate first aid necessitated by infection, pain or accident is provided by the healthcare centre first aid service (healthcare centres and, at night, the Central Hospital of Central Finland), from where the patient will be referred for further treatment.



Emergencyroom services are provided by local healthcarecentres on daytime (Mon-Fri):

- Central area (Keskusta) healthcarecentre
Address: Tapionkatu 7, tel. (014) 266 0120
(Mon-Thu 8-16, Fri 9-16)
- Huhtasuo healthcarecentre
Address: Nevakatu 1, tel. (014) 266 0121
(Mon-Thu 8-16, Fri 9-16)
- Kuokkala healthcarecentre
Address: Syöttäjänkatu 10, tel. (014) 266 0122
(Mon-Thu 8-16, Fri 9-16)
- Kyllö healthcarecentre
Address: Keskussairaalantie 20, tel. (014) 266 2011
(Mon-Thu 8-16, Fri 9-16)
- Palokka healthcarecentre
Address: Ritopohjantie 25, 40270 Palokka, tel. (014) 336 6000
(Mon-Fri 8-16)

- Säynätsalo healthcarecentre
Address: Parviaisentie 7, tel. (014) 266 2068
(Mon-Thu 8-16, Fri 9-16)
- Vaajakoski health centre
Address: Väkkärätie 1, 40800 Vaajakoski, tel. (014) 336 6190
(Mon-Thu 8-16, Fri 9-16)

At nights (16-08) and during weekends first aid services are provided by the Central Hospital of Central Finland:

- [CENTRAL FINLAND CENTRAL HOSPITAL](#)
Address: Keskussairaalantie 19
40620 JYVÄSKYLÄ
Tel: (014) 269 1811
Lobby services: (014) 269 1559
- Health Centre Emergency Duty: 0100 84 884
- Maternity Policlinic: (014) 269 1104 or (014) 269 1404

Kriisikeskus MOBILE

Kriisikeskus Mobilesta kriisiapua, kun

- olet kokenut jotakin järkyttävää
- olet kokenut menetyksen
- olet kokenut väkivaltaa
- olet käyttäytynyt väkivaltaisesti
- elämäsi on kriisissä
- olet joutunut tai epäilet joutuneesi rikoksen uhriksi
- kohtaat työssäsi asiakkaita, jotka ovat kokeneet kriisin ja haluat konsultoida ja/tai ohjata asiakkaita kriisityöhön.

Kriisikeskus Mobilen toiminta-alueen kunnat: Hankasalmi, Joutsa, Jyväskylä, Jämsä, Keuruu, Konnevesi, Kuhmoinen, Laukaa, Luhanka, Multia, Muurame, Petäjävesi, Toivakka, Uurainen ja Äänekoski.

Kriisikeskus Mobilessa toimii **Keski-Suomen maakunnan kuntien rikosuhripäivystyksen (Riku:n) palvelupiste**. Lue lisää [Riku-työstä](#).

Valtakunnallisesti eri kuntien asukkaat voivat ottaa yhteyttä Suomen Mielenterveysseuran [Valtakunnalliseen kriisipuhelimeen](#) puh. **010 195 202** arkisin klo 9.00–07.00 sekä viikonloppuisin ja juhlapyhinä klo 15.00–07.00 tai kriisikeskusverkoston [kriisikeskuksiin](#).

Elämän erilaisissa pulmatilanteissa yhteyttä voi ottaa:

- avuntarvitsija itse
- ystävä
- läheinen
- silminnäkijä
- ohikulkija
- sosiaali- ja terveydenhuolto
- poliisi ja pelastustoimi
- koulut ja oppilaitokset
- järjestöt
- työyhteisöt

Työmuodot:

- kriisityö puhelimesta
- tapaamiset kriisikeskuksessa
- keskustelut asiakkaan luona
- asiakkaan ohjaaminen ja saattaminen
- tarvittaessa muihin palveluihin
- verkostotyö
- sosiaalipäivystyksen etupäivystys

The Crisis Center Mobile Jyväskylä

Telephone: 014 – 266 7150

Address: Asemakatu 2 (2. floor), 40100 Jyväskylä

The Crisis Center provides help when

- you have experienced a shocking situation
- you feel alone with your problems
- you feel that you are stuck in a difficult life situation
- you wish to talk with a professional helper

You can contact us when in need of help for yourself, a relative or for someone else.

You can contact us anonymously (you do not have to reveal your identity).

All contacts are confidential.

The services are free of charge for clients.

Services

- Crisis work by phone (014 – 266 7150)
- Personal meetings at the Crisis Center
- Home calls in special needs
- Counselling and providing assistance where to find further help
- Help for families and other social networks

**Child protection services outside The Social Services office hours
(Mon-Fri 16.00 – 08.00, Fri-Mon 16.00 – 8.00)**



Tulkkipalvelut

Monetra Tulkkipalvelun palvelunumerosta saa apua tulkkauksiin, käännöksiin ja laskutukseen liittyvissä asioissa.

Palvelunumerossa 08 558 41856 palvellaan arkisin klo 8.30 - 15.30.

Iltaisin ja viikonloppuisin palvelunumeron kautta saa yhteyden tulkkivälityksen päivystykseen.

Vaihde/Monetra Oy

- 08 5586 7800, arkisin klo 8–16.

Palvelupuhelinnumero/Monetra Tulkkipalvelu

- 08 558 41856, arkisin klo 8.30–15.30.
Tästä numerosta voit valita joko Oulun tai Jyväskylän toimipisteen.

Interpreter Services

Monetra interpretation services, you get help with interpreting, in matters relating to translation and invoicing.

Service number 08 558 41856 served on weekdays from 8.30 - 15.30.

In the evenings and on weekends through the hotline can be contacted interpreter mediation emergency department.

Gear / Monetra Ltd

- 08 5586 7800, Mon-Fri 8-16.

The service Telephone / Monetra Interpreter Service

- 08 558 41856, on weekdays from 8.30 to 15.30.

From this number, you can choose between Oulu and Jyväskylä office



MYRKYTYS

Myrkytysoireiden vakavuus ja niiden ilmaantumisen nopeus riippuvat aineesta ja määrästä sekä siitä, millä tavoin myrky on joutunut elimistöön.

Toimi näin myrkytystilanteessa:

- Hätätilanteessa soita numeroon 112.
- Jos epäilet myrkytyksen mahdollisuutta, soita myrkytystietokeskukseen, puhelin 09 471 977 (24h/vrk)
- Toimi myrkytystietokeskuksen ohjeiden mukaan.
- Kuvaile myrkytystietokeskukseen
 - o mitä on tapahtunut, mistä aineesta on kysymys
 - o miten myrky on joutunut kehoon (nielty, hengitetty, imeytynyt, pistetty)
 - o minkä määrän autettava on niellyt
 - o kuinka pitkä aika tapahtuneesta on kulunut.
- Älä okseta.
- Tarkkaile autettavan tilaa, ilmentyykö esim. pahoinvointia, vatsakipua, ripulia.

- Jos autettava menee tajuttomaksi, turvaa avoin hengitystie kääntämällä hänet kylkiasentoon. Jos autettava menee elottomaksi, aloita elvytys.

POISONING

The severity of symptoms of poisoning and the occurrence of speed depending on the substance and on the amount and the manner in which the poison is run into the body.

To do this poisoning situation:

- In an emergency, call 112.
- If you suspect the possibility of poisoning, call the Poison Control Center, phone 09 471 977 (24h / day)
- Follow the instructions poison information center.
- Describe the Poison Control Center
- No what has happened, what matter is the question
- how the venom is forced into the body (swallowed, inhaled, absorbed, stung)
- No amount of help which has swallowed

- how much time has elapsed since the incident.

Do not induce vomiting.

Observe the help of space, is expressed eg. Nausea, stomach pain, diarrhea.

If you help goes unconscious, secure airway open by turning him in the recovery position. If the assist going to be dead, to start the recovery.



KARTTA-MAP

