

Jenni Hautamäki & Noora Rosenberg

**Kouluterveydenhoitajan merkitys ekaluokkalaisen terveyden edistämisessä**

Opas ekaluokkalaisen huoltajille

Opinnäytetyö

Syksy 2014

SeAMK Sosiaali- ja terveystieteiden  
Hoitotyön koulutusohjelma

Terveystieteiden koulutusohjelma

Terveystieteiden koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Koulutusohjelma: Hoitotyön koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Terveystieteiden suuntautumisvaihtoehto (AMK)

Tekijät: Jenni Hautamäki ja Noora Rosenberg

Työn nimi: Kouluterveydenhoitajan merkitys ekaluokkalaisten terveyden edistämisessä – Opas ekaluokkalaisten huoltajille

Ohjaaja: Virpi Maijala, sh (AMK), TtM, lehtori ja Raija Tolonen, th (AMK), THM, lehtori

Vuosi: 2014

Sivumäärä: 44

Liitteiden lukumäärä: 1

Opinnäytetyön tarkoituksena on laatia kouluterveydenhoitajan työnkuvaa ja kouluterveydenhuoltoa käsittelevän kirjallisuuden, tutkimusten ja omien kokemusten pohjalta ekaluokkalaisten huoltajille jaettava opas. Oppaan tarkoituksena on lisätä sekä koulutulokkaan että huoltajien tietoutta kouluterveydenhoitajan työstä ja siitä, minkälaisissa asioissa hänen puoleensa voi kääntyä. Mäenpään (2008, 77) tekemän tutkimuksen tulosten mukaan koululaisten huoltajilla on suppeat käsitykset sekä kouluterveydenhuollosta että kouluterveydenhoitajan työnkuvasta. Huoltajat kokevat yhteistyön kouluterveydenhoitajan kanssa epäselväksi, eivätkä he tiedä, minkälaisissa asioissa kouluterveydenhuollosta voi saada tukea ja milloin kouluterveydenhoitajan puoleen voi kääntyä.

Opinnäytetyön tavoitteena on, että kouluterveydenhoitaja kykenisi jo ensitapaamisen ja siinä muistin tueksi jaettavan oppaan välityksellä luomaan sekä ekaluokkalaistalle että tämän huoltajille läsnä olevan, turvallisen ja ammattitaitoisen kuvan omasta roolistaan alakoulun arjessa. Oppaan tavoitteena on esittää selkeässä ja ymmärrettävässä muodossa se, mitä kouluterveydenhoitajan työtehtäviin kouluyhteisössä kuuluu ja tukea huoltajia ottamaan herkästi kouluterveydenhoitajaan yhteyttä, mikäli huolta ilmenee.

Opinnäytetyö on toteutettu osana Seinäjoen Törnävän alakoulun ILOA-projektia. Oppaan suunnittelussa ja laatimisessa on toimittu yhteistyössä Törnävän alakoulun kouluterveydenhoitajan kanssa. Koulu kokee oppaan tarpeelliseksi ja se on tarkoitus jakaa ensimmäisen kerran vuonna 2015 koulunsa aloittavien ekaluokkalaisten huoltajille.

Avainsanat: ekaluokkalaisten, koulutulokas, terveys, terveyden edistäminen, kouluterveydenhoitaja, kouluterveydenhuolto

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## **Thesis abstract**

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree programme in Public Health Nursing

Specialisation: Public Health Nurse

Authors: Jenni Hautamäki and Noora Rosenberg

Title of thesis: The significance of a Public Health Nurse in first-graders' health promotion – a guide book for first-graders' guardians

Supervisors: Virpi Maijala, Registered Nurse, MNSc, Senior lecturer and Raija Tolonen, Public Health Nurse, MNSc, Senior lecturer

Year: 2014

Number of pages: 44

Number of appendices: 1

---

The purpose of this thesis is to create a guide book that contains the job description of a Public Health Nurse in primary schools. The guide book also contains information about the situations in which the Public Health Nurse is the right person to turn to. The guide book is based on academic literature, researches and our own knowledge of Public Health Nurse's job description and school healthcare. According to Mäenpää's research (2008, 77), the guardians of school children have constricted perceptions of both school health care and a Public Health Nurse's job description in primary schools. Guardians perceive that cooperation with a Public Health Nurse is indefinite and they do not know when to use the services provided by the Public Health Nurse.

The main aim of the thesis is that Public Health Nurses could create, from the very beginning, to both school newcomers and their guardians, an imminent, safe and qualified image of his/her role in the daily life of a primary school. The guide book aims to present the assignments of a Public Health Nurse in a school community in an explicit and understandable manner. The guide book also encourages guardians to contact the Public Health Nurse in case they are concerned about something.

The study has been conducted as a part of a project called ILOA in Seinäjoki's primary school of Törnävä. When planning and outlining the guide book, we cooperated with the Public Health Nurse of Törnävä primary school. The school considers the guide book to be useful, and the plan is to share it for the first time next fall (2015) to the school newcomers' guardians.

Keywords: first-grader, school newcomer, health, health promotion, Public Health Nurse, school healthcare

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 KOULUTERVEYDENHUOLTO SUOMALAISESSA PERUSKOULUSSA.....	7
2.1 Kouluterveydenhoitajan työnkuva.....	7
2.2 Kouluterveydenhuollon tehtävät.....	8
2.3 Kouluterveydenhuollon lainsäädäntö.....	10
3 EKALUOKKALAISEN KEHITYS.....	11
3.1 Ekaluokkalainen.....	11
3.2 Persoonallisuuden kehitys.....	12
3.3 Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys.....	12
3.4 Sosiaalinen kehitys.....	13
3.5 Kognitiivinen kehitys.....	14
4 KOULUTERVEYDENHOITAJAN MERKITYS EKALUOKKALAISEN TERVEYDEN EDISTÄMISESSÄ.....	16
4.1 Terveyden määritelmä.....	16
4.2 Terveyden edistäminen kouluterveydenhoitajan työssä.....	17
4.3 Lastenneuvolasta kouluterveydenhuollon asiakkaaksi.....	18
4.4 Terveystarkastukset ja -käynnit.....	19
4.5 Laaja terveystarkastus.....	21
4.6 Kodin ja koulun merkitys.....	23
4.7 Erityistilanteet kouluterveydenhuollossa.....	25
4.7.1 Koulutapaturmat.....	25
4.7.2 Koulukiusaaminen.....	26
4.7.3 Oppimisvaikeudet.....	27
5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS.....	29

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	30
6.1 Tiedonhaku .....	30
6.2 Toiminnallinen opinnäytetyö.....	30
6.3 Terveysaineiston laatukriteerit oppaan laatimiseen.....	31
6.4 Oppaan suunnittelu .....	32
6.5 Oppaan toteutus.....	34
6.6 Oppaan arviointi .....	34
7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	36
7.1 Opinnäytetyö prosessina.....	36
7.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus .....	37
7.3 Opinnäytetyön toteutusosan pohdintaa.....	37
7.4 Johtopäätökset.....	38
LÄHTEET .....	39
LIITTEET .....	44

## 1 JOHDANTO

Ensimmäisen luokan aloittaminen tuottaa seitsemänvuotiaalle lapselle monia fyysisiä, psyykkisiä ja yksilöllisyyden muutoksia (Dunderfelt 2011, 81). Koulun siirtymisen vaihe on merkittävä niin lapselle kuin tämän koko perheelle. Kouluterveydenhoitajalla on merkittävä rooli ja tehtävä ekaluokkalaisen terveyden edistäjänä sekä olemalla läsnä lapsen arjessa että tukemalla tämän kasvua ja kehitystä. Aihe koetaan tarpeelliseksi näiden asioiden tietoisuuden lisäämiseksi. Mäenpään (2008, 77) tekemän tutkimuksen tulosten mukaan koululaisten huoltajilla on supeat käsitykset sekä kouluterveydenhuollosta että kouluterveydenhoitajan työnkuvasta. Huoltajat kokevat yhteistyön kouluterveydenhoitajan kanssa epäselväksi eivätkä he tiedä, minkälaisissa asioissa kouluterveydenhuollosta voi saada tukea ja milloin kouluterveydenhoitajan puoleen voi kääntyä.

Opinnäytetyö on osa Seinäjoen Törnävän alakoulun ILOA-hyvinvointiprojektia, jonka tarkoituksena on edistää ja ylläpitää sekä koulun oppilaiden että henkilökunnan kokonaisvaltaista hyvinvointia ja terveyttä. Yhteistyö Törnävän alakoulun kanssa on alkanut jo syksyllä 2012 terveydenhoitajaopiskelijoiden järjestämän hyvinvointipäivän pohjalta. Toinen hyvinvointipäivä järjestettiin keväällä 2013. Törnävän alakoulun rehtori on hyväksynyt aiheen.

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä kodin tietoutta kouluterveydenhoitajan työstä ja merkityksestä kotiin jaettavaan oppaan välityksellä. Törnävän alakoululla ei ole käytössä tämänkaltaista opasta, joka kuvaisi kouluterveydenhoitajan merkitystä alakoululaisen terveyden edistämiseksi. Opinnäytetyön tarkoituksena on oppaan avulla lisätä konkreettisesti mielessä ekaluokkansa aloittavan ja tämän huoltajien tietämystä siitä, mitä kaikkea kouluterveydenhoitajan työnkuvaan kuuluu, ja minkälaisissa asioissa hänen puoleensa voi kääntyä. Opinnäytetyön kirjallisuuskatsausosiossa on tarkoituksena selvittää, miten kouluterveydenhoitaja voi edistää ja ylläpitää ekaluokkalaisen terveyttä ja hyvinvointia.

## 2 KOULUTERVEYDENHUOLTO SUOMALAISESSA PERUSKOULUSSA

### 2.1 Kouluterveydenhoitajan työnkuva

Henkilöllä, joka on suorittanut valtioneuvoston asetuksella säädettyyn terveydenhoitajan ammattiin johtavan koulutuksen Suomessa, on oikeus käyttää kyseistä ammattinimikettä (L 7.12.2007/1200). Terveydenhoitajan koulutus on ammattikorkeakoulututkinto, jonka laajuus on 240 opintopistettä. Nykyään tutkinnon perusteella saa sekä terveydenhoitajaksi että sairaanhoitajaksi pätevöittävän todistuksen. Terveydenhoitajan työ on terveyttä edistävää ja ylläpitävää sekä sairauksilta ennaltaehkäisevää työtä. Työssä on tärkeää terveyden edistämisen ja kansanterveystyön asiantuntijuus ihmisen eri elämävaiheissa. (Haarala ym. 2008, 22, 30.)

Terveydenhoitajalla on sekä sairaanhoidon- että erityisesti terveydenhoitajatyön laaja osaaminen. Terveydenhoidon perustaa täydentävät hoito- ja terveystieteen lisäksi myös muut tieteenalat. Terveydenhoitajan työnkuvaan kuuluvat olennaisesti yksilöiden, perheiden, väestön ja ympäristön terveyden edistäminen ja sairauksien ennaltaehkäisy. Työ edellyttää terveydenhoitajalta itsenäistä päätöksentekoa ja vastuullisuutta sekä rohkeutta puuttua asiakkaan erinäisiin asioihin eri elämätilanteiden aikana. (Haarala 2014, 4 – 5.)

Kouluterveydenhoitaja on kouluterveydenhuollon työntekijä. Kouluterveydenhoitajan tehtävänä on olla kouluterveydenhuollon terveyden edistämisen asiantuntija, joka osallistuu oppilaiden kattavaan terveydenhuoltoon, opetussuunnitelman tekoon, oppilashuollon toimintaan ja terveystiedon opetukseen. Kouluterveydenhoitaja tekee yhteistyötä oppilaiden, vanhempien, opettajien ja muiden ammattihenkilöiden kanssa. (Stakes 2002, 31.) Ruskin (2002, 49) mukaan kouluterveydenhoitajan työ on usein melko itsenäistä, vaikka terveydenhoitotyö kokonaisuudessaan vaatii moniammatillisten ryhmien yhteistyötä. Itsenäinen työ edellyttää kouluterveydenhoitajalta erityistä terveydenhoitajatyön asiantuntemusta ja terveystieteistä työotetta. Päätehtävänä on ottaa huomioon lapsen kokonaisvaltaisen kasvun ja

kehityksen edistäminen ja seuranta yhdessä perheen ja koulun kanssa. Kouluterveydenhoitaja toimii erityisesti terveyden edistäjänä ja häiriöiden ennaltaehkäisijänä. Terveyskeskeisen työtavan lisäksi vaaditaan myös sairaanhoitovalmiuksia. Baischin, Lundeen ja Murphyn (2011, 78) mukaan kouluterveydenhoitajia pidetään muun koulun henkilökunnan toimesta tärkeinä työntekijöinä koulumaailmassa; kouluterveydenhoitajat antavat terveystasvatusta niin lapsille, näiden huoltajille kuin koulun muullekin henkilökunnalle ja pystyvät ammattitaidollaan arvioimaan luotettavasti oppilaiden terveydentilaa erilaisissa tilanteissa.

## **2.2 Kouluterveydenhuollon tehtävät**

Kouluterveydenhuolto kuuluu osana kouluyhteisöön. Yhteisössä korostuvat yhteistyö ja moniammatillisuus, sillä kouluterveydenhuoltoa toteutetaan yhteistyössä oppilaiden, opettajien, huoltajien, yhteistyöryhmien sekä muun koulun henkilöstön kanssa. Kuntien tehtävänä on järjestää ja pääsääntöisesti myös rahoittaa kouluterveydenhuolto. Kouluterveydenhuollon palveluiden käyttäjinä ovat oppilas ja hänen huoltajansa. Nämä palvelut ovat ilmaisia. (Kouluterveydenhuollon laatusuositus 2004, 9 – 10.)

Kouluterveydenhuollon tehtävät (Stakes 2002, 28) voidaan jakaa neljään eri alueeseen:

1. Osallistuminen koko kouluyhteisön hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen.
2. Koulun työolojen ja koulutyön terveellisyyden ja turvallisuuden valvonta ja edistäminen.
3. Oppilaan hyvinvoinnin ja terveyden seuraaminen, arviointi ja edistäminen.
4. Osallistuminen oppimisen, tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien tunnistamiseen ja selvittämiseen yhteistyössä muun oppilashenkilöstön ja opetushenkilöstön kanssa.



Kouluterveydenhuolto edistää koulutyön turvallisuutta ja terveellisyttä yhteistyössä muiden toimialojen kanssa. Kouluterveydenhuollon henkilöstö on asiantuntijoina sekä oppilaan kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin seurannassa että edistämässä. Oppilaiden terveyskasvatus, ongelmien varhainen ennaltaehkäisy ja niihin puuttuminen ovat kouluterveydenhuollon keskeisiä tehtäviä. Kouluterveydenhuolto antaa muulle koulun henkilökunnalle heidän oppilaskeskeiseen työhönsä asiantuntumuksen terveyden edistämisen, terveydenhoidon ja lääketieteen osalta. (Stakes 2002, 28 – 29.) Kouluterveydenhuollon pääasiallinen teho ja keskeinen tehtävä on siinä, että se tavoittaa kaikki lapset ja lapsiperheet säännöllisellä seurannalla eikä väliinputoajia ole. (Terho 2002, 19; Laatikainen ym. 2010, 149).

Kouluterveydenhuollon laatusuosituksessa (2004) tulevat esille kouluterveydenhuollon pääkohdat ja –tavoitteet. Laatusuosituksessa kuvataan kouluterveydenhuollon olevan osa oppilashuoltoa ja sitä seurataan sekä arvioidaan säännöllisesti. Palveluiden ja niistä säännöllisen tiedottamisen tulisi olla hyvin koululaisten ja heidän perheidensä saatavilla. Kouluterveydenhuollon tulee taata riittävällä ja pätevällä henkilöstöllä koululaiselle turvallisen kouluyhteisön ja –ympäristön. Kouluterveydenhoitaja ja –lääkäri seuraavat koululaisen terveyttä ja hyvinvointia säännöllisesti terveystarkastusten ja –käyntien yhteydessä.

Kouluterveydenhuoltoon liittyy osana myös Terveys 2015 –kansanterveysohjelma, jonka terveyspoliittisena tavoitteena on terveyden ja hyvinvoinnin lisääminen yhteiskunnassa. Ohjelmaa suunnittelee ja seuraa kansanterveyden neuvottelukunta sekä sosiaali- ja terveysministeriö. Ohjelman yksi ikäryhmittäisistä päätavoitteista on ”lasten hyvinvointi lisääntyy, terveydentila paranee ja turvattomuuteen liittyvät oireet ja sairaudet vähenevät merkittävästi.” (Terveys 2015 – kansanterveysohjelma.)

Kuntien tulee osana terveystoimen toimintasuunnitelmaa järjestää kattava kouluterveydenhuoltoa koskeva kouluterveydenhuollon suunnitelma, joka hyväksytään sekä terveys- että koululautakunnissa. Suunnitelma tulee tarkastaa vuosittain ja tarvittaessa tehdä muutoksia. (Stakes 2002, 29.) Kivimäen, Kosusen ja Rimpe-  
län ym. (2007, 61 – 66) terveydenhuoltotutkimuksessa kerrotaan, että terveyskes-

kusten välillä on suuria eroja kouluterveydenhuollon vuosittain tehtävässä toimintasuunnitelmassa ja -kertomuksessa. Osalta kunnista puuttuu kouluterveydenhuollon suhteen suunnitelmallinen johtaminen, joka saattaa olla yhteydessä toiminnan laatuun ja resursseihin.

### **2.3 Kouluterveydenhuollon lainsäädäntö**

Kunnan velvollisuutena on järjestää perusopetuksen piiriin kuuluville oppilaitosten oppilaille kouluterveydenhuollon palvelut. Kouluterveydenhuollon palveluihin sisältyvät muun muassa oppilaan kasvun, kehityksen ja terveyden seuranta sekä oppilaan huoltajien kasvatustyön tukeminen. (L 30.12.2010/1326.) Kouluterveydenhuollon tehtävänä on edistää ja seurata opiskelijoiden kasvua, kehitystä ja hyvinvointia sekä tunnistaa lapsen varhaisen tuen tarpeet ja ohjata tarvittaessa jatkotutkimuksiin. Kouluterveydenhuolto seuraa oppilaitosyhteisön ja opiskeluympäristön terveellisyyttä ja turvallisuutta. Lisäksi kouluterveydenhoitajan tulee olla koululaisen ja huoltajan tavoitettavissa virka-aikana. (L 1287/2013.)

## 3 EKALUOKKALAISEN KEHITYS

### 3.1 Ekaluokkalainen

Oppivelvollisuus alkaa Suomessa vakinaisesti asuvilla lapsilla sinä vuonna, jolloin lapsi täyttää seitsemän vuotta (L 21.8.1998/628). Dunderfeltin (2011, 81) mukaan seitsemänvuotiaan lapsen koulunkäynnin aloittamiseen liittyy monia fyysisiä, psyykkisiä ja yksilöllisyyden muutoksia. Uusi sosiaalinen yhteisö eli koulu luo uudenlaisia haasteita lapsen sopeutumisen- ja sisäisille kyvyille. Ekaluokkalaisella on valtava into oppia uutta ja paljon voimia sekä vaikeuksien että vaatimusten kohtaamiseen ja käsittelyyn. Turunen (2005, 85 - 86) mainitsee koulun aloittamisen olevan tärkeä sosiaalisen kehityksen vaihe, jolloin omanikäisten vertaisryhmien merkitys kasvaa. Yhteyden kokemukset muiden lasten kanssa kehittävät persoonallisuutta ja myönteistä suhtautumista ympäristöön.

Dunderfelt (2011, 80) kuvaa seitsemänvuotiaan lapsen kehityksen piirteitä, jotka kertovat koulukypsyydestä:

1. Fyysinen kasvu ja kehittyneisyys, koulumatkojen ja koulupäivän rasitukseen tarvittava riittävä fyysinen kehitystaso, aisti- ja liikejärjestelmän hallinta ja kypsyys, kuten silmän ja käden koordinaatio.
2. Pitkäjänteisyys ja keskittymiskyky, valmius uusien virikkeiden vastaanottamiseen ja kyky keskittyä tehtävien suorittamiseen tarvittavaksi ajaksi.
3. Itsenäisyys ja kyky irtautua vanhemmista koulupäivän ajaksi.
4. Sosiaalinen kehittyneisyys (liittyy edelliseen) ja kyky sietää arvostelua ja sosiaalista kontrollia.
5. Kognitiivisten kykyjen kypsyys. Kyky ymmärtää puhetta ja ilmaista itseään puheen keinoin. Ajattelun tason kehittyneisyys niin, että se on konkreettisten operaatioiden tasolla.

### 3.2 Persoonallisuuden kehitys

Laineen (2002, 104 - 105) mukaan ihmisen persoonallisuuden rakenne syntyy lapsen ja hänelle läheisten ihmisten vuorovaikutuksessa, kun lapsi sisäistää hänelle tärkeiden ihmisten osia ja ominaisuuksia. Kronqvist ja Pulkkinen (2007, 146) kuvaavat ekaluokkalaisen lapsen persoonallisuuden kehityksen tärkeiksi teemoiksi aktiivisuutta, toimeliaisuutta ja tuotteliaisuutta. Seitsemänvuotiaalla on kasvava kyky kertoa itsestään ja rakentaa kertomusten kautta käsitystä myös ympäröivästä maailmasta. Lapsi hahmottaa asteittain omia persoonallisuuden piirteitään ja sitä, miten jokainen on erilainen ja oma erillinen yksilönsä. Kouluikään tultaessa lapsen minäkäsitys ja itsetunto alkavat kehittyä.

Vaikka lapselle kouluikään mennessä on syntynyt jo paljon erilaisia käsityksiä omasta itsestään ja siitä, millaisia odotuksia muilla on häntä kohtaan, tuo koulu lapsen vuorovaikutussuhteisiin runsaasti uutta. Lapsi tiedostaa, että koulussa häntä sekä hänen suorituksiaan arvioidaan ja vertailun samanikäisiin korostuessa lapsi myös altistuu palautteelle. Tällä on merkitystä lapsen minäkäsitykselle, sillä hän oppii, millaisia asioita hänessä pidetään hyvinä ja toivottavina. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 146 - 147.)

Seitsemänvuotias lapsi tarvitsee vielä runsaasti aikuisen tukea ja ohjaamista selviäkseen arjesta kotona ja koulussa. Kouluikässä lapsi kuitenkin alkaa selviytyä omatoimisesti aamu- ja iltatoimista, läksyjen tekemisestä ja harrastuksista, jolloin tämä vastuu opettaa häntä suoriutumaan itsenäisemmin. Samalla lapsi oppii myös hyödyllisiä vuorovaikutustaitoja. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 147.)

### 3.3 Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys

Ekaluokkalaisen kasvua voidaan luonnehtia hitaaksi mutta vakaaksi: pituutta tulee vuosittain lisää noin 5-7 cm, painoa noin 2,5 kg ja tytöt ovat keskimäärin poikia pitempiä ja painavampia. Seitsemänvuotiaan lapsen lihakset, voima ja vahvuus kehittyvät nopeasti. On todettu, että pojat menestyvät samanikäisiä tyttöjä parem-

min lihasvoimaa, –kestävyyttä sekä nopeutta vaativissa harjoitteissa, kun taas tytöt menestyvät tasapainoa ja ketteryyttä vaativissa suorituksissa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 134; Koistinen, Ruuskanen & Surakka 2004, 72.) Boyd ja Bee (2012, 217) kuitenkin korostavat, että ekaluokkalaisilla sukupuolten väliset erot voimassa, nopeudessa ja kehittämisessä ovat vielä pieniä.

Karkeamotoriikan osalta tärkein kehitysmuutos kouluiässä on lihasten koordinaation kehittyminen. Ekaluokkalaiset oppivat nopeasti ja ovat innokkaita opettelemaan uusia motorisia taitoja esimerkiksi uinnin, rullalautailun ja –luistelun, lumilautailun ja baletin parissa. Hienomotoriikkakin kehittyy kouluiässä merkittävästi; ekaluokkalaiset oppivat käyttämään tietokoneen näppäimistöä sekä lähettämään tekstiviestejä sujuvasti ja nopeasti. Myös piirtämisen taidot kehittyvät. Kouluun tullessa ekaluokkalaiselta usein odotetaan taitoa napittaa vaatteensa ja solmia kengännauhansa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 134 - 135.)

### **3.4 Sosiaalinen kehitys**

Koulun aloittaminen edellyttää lapselta tiettyjä sosiaalisia valmiuksia: lapsen pitää pystyä kuulumaan ryhmään, olemaan aikuisen ohjattavana ja hänen tulee sietää se, että ryhmää ohjaavan aikuisen huomio jakaantuu tasapuolisesti kaikkien lasten kesken. Suurimmalla osalla koulunsa aloittavista on jo aikaisemmista yhteyksistä opittuja sosiaalisia taitoja: puolet alle kouluikäisistä lapsista on päivähoitossa ja noin 60 prosenttia saa esiopetusta joko koulun tai päiväkodin taholta. Lisäksi erilaiset seurakuntien kerhot tai kuntien järjestämät leikkikenttätöiminnat kehittävät lapsen sosiaalisia valmiuksia. Siksi onkin syytä huomioida lapset, jotka eivät ole ennen kouluun tuloa osallistuneet minkäänlaiseen ryhmätöimintaan kodin ulkopuolella – heille uusi elämäntilanne voi olla hyvin vaativa. (Kaivosoja 2002, 115.)

Koulun aloittaminen on tärkeä sosiaalisen kehityksen vaihe, jolloin omanikäisten vertaisryhmien merkitys kasvaa. Yhteyden kokemukset muiden lasten kanssa kehittävät persoonallisuutta ja myönteistä suhtautumista ympäristöön. Tunne-elämän kehittymisen näkökulmasta yhteyden ja yhteisyyden kokemus on ekaluokkalaiselle

tärkeä. On tavallista, että vielä seitsemänvuotiaalla lapsella tunnereaktiot ylittävät moraaliset pidäkkeet, sillä moraalit on tämänikäisellä lähinnä luottamusta aikuisiin ja pelkoa väärin tekemistä seuraavasta moitteesta. Koulunsa aloittavalla lapsella on jo kuitenkin tunteita siitä, mikä on oikeudenmukaista ja mikä ei. (Turunen 2005, 85 – 86, 89.)

Kronqvist ja Pulkkinen (2007, 154, 156) kertovat, että lapsi alkaa kouluiän kynnyksellä pitää yhä tärkeämpänä sitä, miten häneen suhtaudutaan ja miten he itse ymmärtävät toisilta saamaansa palautetta. Ystävyyssuhteista tulee ekaluokkalaiselle tärkeitä. Ystävyyden katsotaankin toimivan sekä sosiaalisena että kognitiivisena voimavarana: on todettu, että lapset käyvät kehityshaasteet ja –siirtymät helpommin läpi, mikäli heillä on ystäviä. Kaivosoja (2002, 116) mainitsee, että alaluokilla ryhmään kuulumisella ja hyväksytyksi tulemisella on lapselle suuri merkitys. Leikit, pelit ja tavaroiden vaihtaminen ovat tyypillisimpiä ajanviettotapoja. Vielä alimmilla luokilla lapset leikkivät keskenään sukupuoleen katsomatta, mutta iän karttuessa pojat ja tytöt hajaantuvat omiin porukoihinsa.

Boydin ja Been (2012, 254) mukaan tämänikäisinä lapset alkavat vähitellen itsenäistyä, eikä huoltajien välitön läheisyys tai valvonta ole enää välttämätöntä. Laine (2002, 106) toteaa, ettei ekaluokkalainen enää pidä vanhempiaan kaikkivoipina ja täydellisinä. Joissakin tilanteissa lapsi voi myös hävetä vanhempiaan, ja esimerkiksi toivoa heidän käyttäytyvän ja pukeutuvan ”kuin muutkin aikuiset”. Koistinen ym. (2004, 72) kuvailevat kouluunlähtijää vähitellen vastuuta ottavana perheenjäsenenä, joka haluaa auttaa muita, eikä ole enää niin itsepäinen ja ailahtelevainen kuin aikaisemmin.

### **3.5 Kognitiivinen kehitys**

Turusen (2005, 80 - 81, 83) mukaan ekaluokkalaisten ajattelu nojaa vielä vahvasti välittömien havaintojen ja tunteiden hallitsemisiin mielikuviin. Mielikuvitus alkaa kuitenkin nopeasti kurinalaistua ajattelun voimistumisen ja tietoisuuden terävöitymisen myötä. Ekaluokkalainen käsittää jo maailman tosiasioita ja haluaa myös kuulla

niistä. Mieli kaipaa oikeaa tietoa, jonka myötä kuva todellisuudesta laajenee. Turunen (2005, 86 - 87) korostaa kuitenkin sitä, että vaikka koulunsa aloittava lapsi kykenee mielikuva-ajatteluun, on hän silti korostuneen toiminnallisessa suhteessa maailmaan. Tämä näkyy muun muassa siinä, että ekaluokkalainen oppii ja omaksumu parhaiten tekemällä. Esimerkiksi lukemaankin lapsi oppii luontevimmin kirjoittamisen kautta.

Kouluun aloittavan lapsen minän hallintakeinot saattavat vielä olla melko hauraita: käytös voi vaihdella tottelevaisuudesta uhmaan ja itsenäisestä selviytymisestä takertumiseen pienessä ajassa. Vastasyntynyt omatunto on vielä jyrkkä ja ehdoton, sen vuoksi lapsi on usein hyvin herkkä kritiikille ja vähättelylle. Lapsi voi tulkita pienenkin hyväksynnän puutteen rankaisevana hyökkäyksenä ja reagoi usein voimakkaasti puolustautumalla. Lasta tuleekin auttaa ymmärtämään, että omantunnon ääni tulee hänestä itsestään, sillä näin hänen itsehallintansa parantuu ja sopeutuminen helpottuu. (Laine 2002, 105.)

Koistisen ym. (2004, 73) mukaan seitsemänvuotias lapsi erottaa vasemman ja oikean, osaa kellonajat ja alkaa vähitellen lukea sekä laskea yksinkertaisia yhteen- ja vähennyslaskuja. Kronqvist ja Pulkkinen (2007, 136) mainitsevat, että tämänikäisenä lapsi osaa puheessaan hallita tavanomaiset rakenteet ja muodot. Siten lapsen kerronta kehittyy huomattavasti loogisempaan ja ymmärrettävämpään muotoon. Vaikka seitsemänvuotiaan lapsen sanavarasto on jo kehittynyt huimasti, voi hänen puheensa olla vielä melko joustamatonta. Tämä johtuu siitä, että lapsi on edelleen sidoksissa kokemusten konkreettisuuteen: esimerkiksi termit ”mustasukkainen” tai ”sinisilmäinen” saavat tämänikäisillä useimmiten vielä konkreettisia merkityksiä.

Ekaluokkalaisen kyky keskittyä pitkäjänteisesti asioihin kehittyy. Kouluikäiseltä lapselta odotetaan, että hän kykenee tekemään annettuja tehtäviä itsenäisesti, joka vähitellen johtaa lapsen psyykkisen itsesäätelyn kehittymiseen. Itsesäätely näkyy lapsen toiminnassa esimerkiksi tavoitteiden asettamisena, arvioiden tekemisenä omasta toiminnasta ja siitä suoriutumisesta sekä omien tunteiden säätelynä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 140.)

## **4 KOULUTERVEYDENHOITAJAN MERKITYS EKALUOKKALAISEN TERVEYDEN EDISTÄMISESSÄ**

### **4.1 Terveyden määritelmä**

Terveys-sanaa on vuosien varrella yritetty määritellä lukuisin eri tavoin. Määrittely on vaikeaa, sillä terveys-sanalla sisällään pitämiä useita ulottuvuuksia on haastavaa ilmaista yksiselitteisesti sanoin. Alun perin termiä terveys on käytetty tarkoittamaan ihmisen kokonaisuutta; sitä on pidetty ominaisuutena, toimintakyknä, voimavarana, tasapainona ja kyknä sopeutua tai selviytyä. (Vertio 2003, 15.)

Nykyisin terveyden määritelmiä löytyy kymmenittäin, sillä eri tieteenalat määrittävät terveyttä aina omista näkökulmistaan. Soininen ym. (2007, 15) ovat pohtineet terveyttä eri tieteenalojen lähtökohdista. Esimerkiksi lääketieteessä terveys määritellään sairauden kautta: mikäli sairautta ei ole, on ihminen terve. Yhteiskuntatieteilijät sen sijaan määrittelevät terveyttä elämänlaadun ja terveyden tasa-arvon toteutumisen kautta, kun taas sosiologit ottavat määrittelyssään huomioon ihmisen myös sosiaalisena toimijana. Näin ollen jokainen tieteenala painottaa näkökulmistaan itselleen oleellisia asioita, jolloin syntyy myös erilaisia määritelmiä termille terveys.

Huttunen (2012) tuo artikkelissaan esiin ehkä kaikkein tunnetuimman, maailman terveysjärjestö WHO:n jo vuosikymmeniä sitten luoman terveyden määritelmän. Sen mukaan terveys ei ole ainoastaan sairauksien ja toiminnanvajavuuden puuttumista, vaan täydellisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila. Määritelmä on aikojen saatossa saanut runsaastikin kritiikkiä siksi, ettei tällaista täydellistä tilaa ole mahdollista saavuttaa. Myöhemmin määritelmää onkin kehitetty korostamalla terveyden dynaamisuutta ja spirituaalisuutta. Siinä terveyttä kuvataan koko ajan muuttuvana tilana, johon vaikuttavat sairaudet sekä fyysinen ja sosiaalinen elinympäristö ihmisen omilla kokemuksilla, arvoilla ja asenteilla höystettynä. Huttunen korostaakin, että jokainen ihminen määrittää terveyden omalla ta-



vallaan ja tämä määritelmä on lopulta se tärkein. On tavallista, että ihminen kokee itsensä terveeksi, vaikka hänellä olisi vaikeitakin vammoja tai sairauksia, joihin hän saa hoitoa.

## **4.2 Terveyden edistäminen kouluterveydenhoitajan työssä**

Terveyden edistäminen on toimintaa, jonka tarkoituksena on, että ihmisten mahdollisuudet oman ja ympäristönsä terveydestä huolehtimiseen parantuvat. Sen välittömänä tarkoituksena ei ole muuttaa ihmisten käyttäytymistä: kysymys on yksilön terveydestä, mutta myös ihmisten mahdollisuuksista vaikuttaa omaan ympäristöönsä sekä sosiaalisessa että fyysisessä mielessä. Terveyden edistäminen lähestyy terveyttä yhtäaikaisesti kahdesta suunnasta: yksilön ja yhteisöjen näkökulmasta. (Vertio 2003, 29.) Terveyden edistämistä voidaan pitää sairauksien ehkäisyinä, terveyden parantamisena ja hyvinvoinnin lisäämisenä. Sillä tarkoitetaan yksilöiden ja yhteisöjen terveydentilan parantamista, terveyden tukemista ja puolustamista, terveyden merkityksen korostamista ja terveystieteiden esiin nostamista. Ottawassa järjestettiin vuonna 1986 ensimmäinen terveyden edistämisen maailman konferenssi, jossa todettiin, että terveyden edistämisen lähtökohtana on taata ihmisille terveyttä tukeva ympäristö, tiedonsaanti, elämäntaidot ja mahdollisuudet terveellisten valintojen tekemiseen. (Lindholm 2004, 14.)

Terveyden edistäminen -käsitettä määriteltäessä on tärkeää huomioida, minkälaisia arvoja ja uskomuksia eri aikoina painotetaan. Erilaiset arvot ohjaavat vahvasti, minkälaisia terveyden edistämistoiminnan periaatteita, tavoitteita ja menetelmiä eri aikoina suositaan ja minkälaista terveyttä edistämistoiminnalla tavoitellaan niin yksilön, yhteisöjen kuin ympäristönkin näkökulmista. Pietilän mukaan terveyden edistämisen lähtökohtana ovat aktiivisesti omassa elämässään subjekteina toimivat ihmiset, jotka kykenevät hyödyntämään useiden tieteenalojen tietoperustoja terveyden edistämisen kehittämiseksi. (Pietilä 2010, 10 – 11.)

Sosiaali- ja terveysministeriö on kehittänyt terveyden edistämisen laatusuosituksen (2006, 3), jonka tarkoituksena on jäsentää terveyden edistämisen laajaa toimintakenttää ja tukea kuntien omaa laadunhallintatyötä. Suositukset koskevat terveyden edistämisen johtamista, toiminnan suunnittelua ja toteutusta, siihen vaadittavaa yhteistyötä ja työnjakoa sekä terveyttä edistävän toiminnan ja sen osaamisen arviointia. Laatusuositus on tarkoitettu työvälineeksi niin terveydenhuollon kuin kunnan muidenkin hallinnonalojen käyttöön, joten myös kouluterveydenhoitajan terveydenedistämistyössä sillä on merkittävä rooli.

Vertio (2003, 97,100 – 101) korostaa sitä, kuinka laaja kosketuspinta koulussa työskentelevillä kasvatuksen ammattilaisilla on lapsiin kouluaikana. Terveyden edistämisen kannalta koulu on tärkeä ympäristö, jossa kohdataan terveyden eri ulottuvuudet sellaisessa yhteisössä, jossa tapahtuu kasvua ja kehitystä jatkuvasti niin yksilön kuin yhteisönkin näkökulmasta. Koulujen tulisi tehdä suunnitelmia koulun terveyden edistämiseksi. Näiden suunnitelmien tarkoituksena on asettaa yhteisiä tavoitteita, priorisoida asioita ja jäsentää ne toteutettaviksi kokonaisuuksiksi sekä järjestää arviointi siitä, kuinka hyvin suunnitelmat ovat toteutuneet. Koulujen terveyden edistämisen tavoitteina ovat muun muassa turvallisen ja terveen työ- ja oppimisympäristön luominen ja työyhteisön hyvinvoinnin edistäminen. Kouluterveydenhoitajalla on tärkeä rooli toimia näiden suunnitelmien toteuttajana, arvioijana ja ohjaajana.

### **4.3 Lastenneuvolasta kouluterveydenhuollon asiakkaaksi**

Lapsen siirtyessä kouluterveydenhuoltoon on tärkeää, että keskeinen tieto lapsen ja perheen terveydestä siirtyy lastenneuvolasta saumattomasti kouluterveydenhuollon käyttöön. Kouluterveydenhuolto jatkaa jo lapsuudessa lastenneuvolan aloittamaa terveyden edistämistyötä. Kouluterveydenhuollossa seurataan lapsen fyysisen terveyden ohella tiiviisti myös lapsen kokonaisvaltaista terveyttä. Ohessa myös perheen terveys ja hyvinvointi nähdään ja otetaan isona osana huomioon

koululaisen terveyden seurannassa ja edistämisessä. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 365, 373.)

Liuksilan (2000, 101 – 105) tutkimuksessa tulee ilmi lastenneuvolan ja kouluterveydenhuollon yhteistyön merkittävyys. On tärkeää, että kouluterveydenhoitaja ottaa huomioon lastenneuvolassa tehdyt merkinnät ja käynnit, jotta niitä voidaan hyödyntää ekaluokkalaisen terveystarkastuksissa ja – tarkastuksissa. Lastenneuvolan viisivuotistarkastuksessa riskitekijöiksi lapsen moninaisiin ongelmiin osoittautuvat miessukupuoli, erityismerkinnät neuvolakortissa sekä havainnoimalla löydetty käyttäytymisen poikkeavuudet viisivuotistarkastuksessa. Ongelmat vaikuttavat myös kouluterveydenhuollossa, sillä lapsen kehityksen taustatekijöillä on yhteys kaikkiin kehityksen osa-alueisiin.

Mäenpää, Paavilainen ja Åstedt-Kurki (2008, 29 – 30) kertovat kouluterveydenhoitajien kokevan lapsiasiakkuuden kouluterveydenhuollossa ristiriitaiseksi. Koululaisen kyky hoitaa ja ymmärtää täysin omaan terveyteensä liittyviä asioita on puutteellinen eikä koululainen ole täysivaltainen päättämään omista asioistaan. Kouluterveydenhoitajat kokevatkin haasteelliseksi hoitaa koululaista ilman vanhempien läsnäoloa ja näkemystä tilanteesta. Toisaalta taas terveydenhoitajat pitävät tärkeänä, että lapseen saa paremmin yhteyden koululaisen ollessa yksin vastaanotolla.

#### **4.4 Terveystarkastukset ja -käynnit**

Valtioneuvoston asetuksessa määritellään, että kouluterveydenhuollossa on järjestettävä määräaikaisia terveystarkastuksia kaikille ennalta määrätyille ikä- tai vuosiluokille. Terveystarkastuksessa selvitetään kliinisen arvion ja haastatteluiden avulla koululaisen kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja hyvinvointia. Terveystilan arvioissa tulee tehdä ikävuosi huomioon ottaen yhteistyötä myös huoltajien kanssa. (A 338/2011.) Kouluterveydenhuolto järjestää ekaluokkalaisille koulutulokkaille määräaikaisen laajan terveystarkastuksen, joka tunnetaan kansankielellä nimellä kouluuntulotarkastus. Laajan terveystarkastuksen suorittaa kouluterveydenhoitajan

lisäksi lääkäri. Terveystarkastuksessa tarkastellaan lapsen terveydentilan ohella myös koko perheen hyvinvointia. (Mäki 2011, 13 – 14.)

Kouluterveydenhoitajat pitävät säännöllisiä terveystarkastuksia ja -tapaamisia tärkeinä yhteistyön lähtökohtina, sillä niissä tavataan kaikki oppilaat ja opitaan tuntemaan heitä. Terveystarkastuksissa ja -tapaamisissa kouluterveydenhoitaja saa tarkemman käsityksen koululaisen terveydentilasta ja elämäntilanteesta. (Mäenpää ym. 2008.) Kouluuntulotarkastuksilla on suuri merkitys ekaluokkalaisten terveyden edistämässä sekä mahdollisten terveysongelmien varhaisessa huomauttamisessa. Kouluuntulotarkastuksen tarkoituksena on puoltaa ekaluokkalaisten koulun aloittamista ja antaa oppivelvollisuusiän tulleelle lapselle mahdollisuus terveyden ja hyvinvoinnin arvioimiseen. (Sihvola 2000, 120 – 133.)

Tervaskanto-Mäentausta (2008, 377 – 378) kertoo terveystarkastuksissa hyödynnettävän lapsen sekä iän että kehitysvaiheen mukaisia piirteitä ja tarkastusten sisältöä muokataan sen mukaan. Terveystarkastusten ja -käyntien avulla havaitaan ne lapset, jotka tarvitsevat tiiviimpää seurantaan terveyttä ja hyvinvointia uhkaavien riskitekijöiden vuoksi. Riskiryhmiin kuuluville lapsille saatetaan tehdä vuosittaisten tarkastusten lisäksi kohdennettuja terveystarkastuksia. Mäenpää (2008, 76 - 77) korostaa kouluterveydenhoitajan työn keskittyvän liikaa pakkohtisiin terveystarkastuksiin, jolloin kokonaisvaltaiseen terveydenhoitotyöhön jää liian vähän aikaa ja resursseja. Myös koululaiset ovat huomanneet, ettei kouluterveydenhoitajalla ole tarpeeksi aikaa keskustella esimerkiksi kotiasioista, omista vahvuuksista tai itsetunnosta.

Terveystarkastuksiin ja -käynteihin sisältyy terveysneuvontaa, joka pyrkii tavoitteelliseen toimintaan. Neuvonnan yhteydessä voidaan käyttää useita eri viestinnän kanavia ja jakaa esimerkiksi konkreettista materiaalia. (Hakulinen-Viitanen ym. 2012, 50.) Kouluterveydenhuollon terveyskäynneillä ja -tarkastuksissa käytetään yhtenä osana hyväksi terveysneuvontaa. Terveysneuvontaa tulisi suunnata sekä yksilöille että ryhmille. Koululaisten terveystarkastuksessa sekä -tapaamisissa painotetaan kansanterveydellisiä tekijöitä ottaen huomioon lapsen kehitysvaihe, voimavarat ja perheen hyvinvointi. Terveysneuvonta sisältää ajanmukaista ja tutki-

mukseen perustuvaa tietoa, joka sovelletaan kullekin lapselle ja heidän perheelleen sopivalla tavalla. Kouluterveydenhuollon terveystarkastusten terveysneuvonta kattaa muun muassa psykososiaalisen ja fyysisen kehityksen tukemisen, ravitsemuksen, liikunnan ja levon merkityksen sekä sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 50, 57 – 58.)

Ekaluokkalaisen ja hänen perheensä yksilöllisiä terveystottumuksia ja voimavaroja selvitetään keskustelemalla, haastattelemalla ja käyttämällä standardoituja kyselylomakkeita. Jotta terveysneuvonnalla saavutetaan haluttu tulos, sen tulisi olla mahdollisimman konkreettista ja liittyä yksilön elämäntilanteeseen. Terveysneuvonta tukee yksilön voimavaroja terveyttä edistävien valintojen yhteydessä. Laadukas terveysneuvonta asettaa arvioimaan omaa ja perheen terveyskäyttäytymistä sekä antaa vahvistusta muutostavoitteissa, mikäli niitä ilmenee. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 68 – 69.)

#### **4.5 Laaja terveystarkastus**

Laaja terveystarkastus eroaa vuosittain tehtävästä kouluterveydenhoitajan terveystarkastuksesta siten, että tarkastuksen tekee myös lääkäri. Laajaan terveystarkastukseen osallistuvat lapsen lisäksi molemmat huoltajat tai ainakin toinen heistä. Laajojen terveystarkastusten tavoitteena ovat edistää ja ylläpitää lapsen ja koko perheen terveyttä sekä voimavaroja. Tavoitteena on myös ehkäistä syrjäytymistä, varmistaa oikea-aikaisen tuen antaminen sekä kaventaa terveyseroja ja aikaistaa tuen tarpeiden tunnistamista. Laajaan terveystarkastukseen sisältyy myös opettajan antama arvio lapsen selviytymisestä ja hyvinvoinnista koulussa. Terveystarkastuksessa käsitellään lapsen lisäksi koko perheen hyvinvointia ja terveyttä eri perspektiiveistä. Lapsen terveydentilan selvittämisen ja seurannan apuna hyödynnetään usein moniammatillista yhteistyötä. (Hakulinen-Viitanen ym. 2012, 12 – 14.)

Hakulinen-Viitanen ym. (2014, 4) esittävät raportissaan tulleen esille, että terveydenhoitajat pitävät laajoja terveystarkastuksia hyödyllisinä, mutta samalla aikaa

vievinä ja vaativina. Hakulinen-Viitanen ym. (2012, 59 – 60) toteavat, että ekaluokkalaisen laajassa terveystarkastuksessa pääkohtina ovat koulun aloittaminen ja sen sujuminen sekä terveystottumuksien kartoittaminen. Ensimmäisellä tapaamisella on suuri arvo, sillä siitä syntyvä mielikuva antaa vaikutelman koko kouluterveydenhuollon toiminnasta. Sen vuoksi ensimmäisellä kerralla yritetään luoda positiivinen ja luottavainen ilmapiiri sekä hyvä vuorovaikutussuhde. Lapselle ja huoltajille tiedotetaan, ketkä kuuluvat kouluterveydenhuollon piiriin ja rohkaistaan ottamaan tarvittaessa yhteyttä kouluterveydenhuoltoon.

Hakulinen-Viitanen ym. (2012, 59 - 60) kertovat, että laaja terveystarkastus voidaan jakaa useaan eri osaan, joista ensimmäisen olisi hyvä olla ennen koulun aloittamista. Tällöin voidaan ottaa huomioon koulun aloittamiseen liittyviä tekijöitä ja odotuksia sekä mahdollisia ongelmia. Tapaaminen ennen koulun alkua tukee kouluun siirtymisvaihetta ja luo kontaktin koulutulokkaisiin ja heidän huoltajiinsa. Toinen osa järjestetään yleensä ensimmäisen kouluvuoden loppupuolella, jolloin toteutetaan kouluterveydenhoitajan ja lääkärin terveystarkastukset sekä saadaan opettajan antaman arvio. Toisen tarkastuksen osan suositellaan sijoitettavaksi ensimmäisen vuoden loppupuolelle, jotta kouluterveydenhuollolla ja koulun henkilöstöllä olisi jo syntynyt käsitys ekaluokkalaisen oppimisesta, terveydentilasta, sosiaalisista taidoista ja mahdollisista ongelmista. Stridin (2002, 144) mukaan terveystarkastuksen lopputuloksena tehdään lapsen terveyden ja hyvinvoinnin suunnitelma yhdessä kouluterveydenhuollon, koululaisen ja huoltajien kanssa.

Kouluuntulotarkastuksessa eli laajassa terveystarkastuksessa kouluterveydenhoitaja tekee ekaluokkalaiselle terveystarkastukseen kuuluvat seulontatutkimukset. Kouluterveydenhoitaja mittaa lapsen painon, pituuden, verenpaineen, tarkastaa näön ja kuulon sekä suun terveyden. Huoltajat tai ainakin toinen heistä on mukana laajassa terveystarkastuksessa, jolloin heidän kanssaan keskustellaan lapsen terveydentilasta ja terveystottumuksista, kuten esimerkiksi levon määrästä, ruokailusta, liikunnasta ja ruutuajasta. Huoltajien kanssa otetaan puheeksi perheen tilanne ja hyvinvointi suhteessa lapsen koulunkäyntiin. On tärkeää huoltajien mielipiteen ohella ottaa huomioon myös lapsen kokemus omasta terveydestään ja sosiaalisista suhteistaan. (Strid 2002, 142- 143.)

Seulontatutkimusten lisäksi terveystarkastukseen kuuluu olennaisena osana kouluterveydenhoitajan antama terveystarkastus. Lapsen ja huoltajien kanssa käydään läpi lapsen mahdollisia oireita, käyttäytymistä, kontakti- ja keskittymiskykyä, suhdetta vanhempiin ja oppimisvalmiuksia. Terveystarkastaja arvioi samalla lapsen psykososiaalista kehitystä ja terveyttä. Kouluterveydenhoitajan tehtävänä on ottaa huomioon lapsen kehitysympäristö ja tunnistaa sekä puuttua varhain mahdolliseen kaltoinkohteluun. (Strid 2002, 142 – 143.)

Laajaan terveystarkastukseen kuuluu kouluterveydenhoitajan terveystarkastuksen lisäksi myös lääkärintarkastus. Lääkärintarkastukseen kuuluu olennaisena osana lapsen fyysisen terveydentilan arviointi. Lääkäri kuuntelee muun muassa lapsen sydän- ja keuhkoäänet, tarkistaa ryhdin sekä arvioi genitaalstatuksen. Terveystarkastuksessa pyritään ottamaan suoraan puheeksi perheen mahdolliset vaikeudet. Lapseen vaikuttavat perheen muuttuvat olosuhteet kuten esimerkiksi avioerot sekä huoltajien mielenterveys- ja päihdeongelmat. Kouluterveydenhuollon tehtävänä on ottaa kantaa perheen asioihin, jos ne vaikuttavat lapsen terveyteen tai hyvinvointiin. Lääkäri tekee tarkastuksen lopuksi oman arvionsa koululaisen terveydentilasta, joka otetaan huomioon terveyden ja hyvinvoinnin suunnitelmassa. (Strid 2002, 144.)

#### **4.6 Kodin ja koulun merkitys**

Kouluterveydenhoitajat pitävät yhteyttä koululaisen perheeseen tärkeänä. Ekaluokkalaisen perheen kanssa yhteistyön tulisi olla tiivistä, sillä tarve korostuu, mitä nuorempi lapsi on. Perheen elämäntavat ja -tyyli ovat lapsen elämäntapoja ja heijastuvat niihin. On tärkeää ottaa perhe mukaan kouluterveydenhuollon käynneille, sillä vanhemmilla on oikeus olla mukana lapsen terveyteen liittyvissä asioissa. Tutkimukseen haastateltujen kouluterveydenhoitajien mukaan ekaluokkalaisen lapsen ongelmatilanteita ei myöskään pystytä korjaamaan, mikäli heidän lähimmät perheenjäsenensä eivät ole prosessissa osallisina. Kouluterveydenhoitaja pystyy hyödyntämään perheen tietämystä ja asiantuntijuutta koululaisen terveydentilasta. (Mäenpää ym. 2008, 29 – 30; Mäenpää ym. 2013, 199 – 201.)

Mäenpään (2008, 75 - 79) väitöskirjassa tulee ilmi, että kouluterveydenhoitajat pitävät yhteistyötä perheen kanssa mielekkäänä ja tärkeänä. Kouluterveydenhoitajat ovat tietoisia siitä, kuinka tärkeää perhekeskeinen hoitotyö on ja osaavat kuvata sitä, mutta eivät hyödynnä vanhempien asiantuntijuutta koululaisen terveydestä ja elämäntilanteesta riittävästi. Koululaisen huoltajat luottavat kouluterveydenhuoltoon, mutta kokevat silti, että yhteistyö kouluterveydenhoitajan kanssa jää epäselväksi eikä heillä ole tarpeeksi tietoa kouluterveydenhuollosta ja kouluterveydenhoitajan työstä. Huoltajille on epäselvää, minkälaisissa asioissa kouluterveydenhoitajan puoleen voi kääntyä.

Kouluterveydenhoitajan ja perheen välinen yhteistyö on usein ongelmalähtöistä, jolloin yhteydenpito ei ole suunnitelmallista ja säännöllistä. Kouluterveydenhoitajat ovat perheisiin yhteydessä melko harvoin ja tuntevat suurimman osan perheistä vain pinnallisesti. Kouluterveydenhoitaja tuntee koululaisista ja perheistä parhaiten sellaiset, joilla on haasteita terveyden ja hyvinvoinnin osalta. Huoltajat toivoisivat, että heitä kuultaisiin enemmän lapsen terveyttä tarkasteltaessa. He kokevat tarvitsevansa kouluterveydenhoitajalta tukea vanhemmuuteen ja lisää keskustelumahdollisuuksia. (Mäenpää 2008, 75 – 79.) Koululaisen perhe vaikuttaa olennaisesti lapsen hyvinvointiin. Kouluuntulotarkastuksessa huoltajien ollessa mukana, on luontevaa ottaa puheeksi myös koko perheen hyvinvointi ja jaksaminen. Ihanteellisinta olisi, jos kouluuntulotarkastuksessa olisivat mukana molemmat huoltajat. (Hietanen-Peltola & Suontausta-Kyläinpää 2009, 155 – 156.)

Sirviö (2003, 80 - 82) toteaa, että asetettaessa lapsen hyvinvointi etusijalle, voi perheen kokonaisuuden hahmottaminen vähentyä. Tällöin huoltajia tarkastellaan tilanteessa, jossa he joko heikentävät tai edistävät lapsen terveyttä sekä hyvinvointia. Perheen toimintatapojen kunnioittamista pidetään tärkeänä ja terveydenhoitajilla on yhtenä tavoitteena perheen toiminta- ja sopeutumiskyvyn kehittäminen. Tässäkin tutkimuksessa tuli ilmi, että terveyden edistäminen ei ollut välttämättä tavoitteellista, mikäli kyseessä oli ongelmaton perhe.

Kouluterveydenhuollon olisi tarpeen tehdä tiivistä yhteistyötä opettajien ja koulun muun henkilökunnan kanssa. Opettajat ovat koululaisen kanssa päivittäin tekemi-



sissä ja täten heillä on paremmat mahdollisuudet havaita mahdolliset uhat ja haittatekijät lapsen terveydelle ja oppimiselle. (Mäenpää 2008, 90.) Koululaisen huolet ja haasteelliset tilanteet vaikuttavat suoraan oppimiseen ja koulunkäyntiin. Moniammattilinen yhteistyö on tärkeää ja huoltajille tulee välittää tietoa tukitoimista ja -verkosta. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 379.)

## **4.7 Erityistilanteet kouluterveydenhuollossa**

### **4.7.1 Koulutapaturmat**

Koulutapaturmiksi lasketaan koulumatkalla, koulussa ja koulun järjestämissä tilaisuuksissa, esimerkiksi retkillä sattuneet tapaturmat. Suurin koulutapaturmien osuus on 7 – 12 -vuotiailla lapsilla ja eniten niitä sattuu väli- ja liikuntatunneilla. Koulutapaturmista aiheutuneet vammat ovat useimmiten lieviä ja vain harva johtaa sairaalahoitoon. Pojat ovat tapaturma-alttiimpia kuin tytöt, sillä heille sattuu enemmän tapaturmia välituntitilanteissa ja toisille tahallisesti aiheutettuina. Kouluikään tultaessa lasten itsenäinen liikkuminen lisääntyy, ja näin ollen myös lasten arkiympäristöt monipuolistuvat. On tutkittu, että kouluikäisillä erityisesti kaatumisten, liukastumisten ja törmäämisten osuudet koulutapaturmissa lisääntyvät. Koululaiset käyvät usein kouluterveydenhoitajan vastaanotolla tapaturman sattuessa. Terveystenhoitajalla ja opettajilla tulisi olla riittävät ensiaputaidot ja heidän tulee tehdä tapaturmailmoitus, jolla voidaan myöhemmin kartoittaa koulussa sattuneita tapaturmia. (Lounamaa ym. 2005, 50 – 57; Markkula & Råback, 2010, 113.) Oppilaat ovat koulussa sattuneiden tapaturmien osalta vakuutettuja, jolloin hoidon kustannukset menevät koulun tapaturmavakuutukseen. Tapaturmien sairaanhoito sisältyy kouluterveydenhuoltoon, vaikka yleisesti sairaanhoito ei sisälly. Koulussa sattuneet tapaturmat ohjataan kouluterveydenhoitajalle. Hän antaa ensiavun, ohjaa lapsen tarvittaessa eteenpäin sekä ilmoittaa tapahtuneesta huoltajille. (Peltonen 2002, 220.)

Koulutapaturmien ehkäisyllä on iso merkitys tapaturmien lukumääriä katsottaessa. Vakavat tapaturmat ovat viime vuosina vähentyneet, mutta sen sijaan lievät vammat lisääntyneet. Tapaturmien ehkäisy kuuluu koulussa osana turvallisuuden edistämiseen ja siinä otetaan huomioon myös liikenneturvallisuus- ja pelastussuunnitelma. Koululaisille opetetaan ympäristö- ja luonnontietoa, joissa käsitellään turvallisuutta uhkaavien tekijöiden tunnistamista ja välttämistä. Aiheina ovat muun muassa liikennesäännöt, oman koulun turvallisuus, paloturvallisuus ja sähkölaitteiden turvallinen käyttö. Koulujen tulisi varata riittävästi resursseja turvallisuuteen tähtäävälle toiminnalle ja pyrkiä tietoisesti sitä kohti. Koulujen tulee seurata sekä koulu- että koulumatkatapaturmien lukumääriä ja tehdä mahdollisia toimenpiteitä niiden minimoimiseksi. (THL 2014.) Valtioneuvoston asetuksessa kouluterveydenhuollosta (A 338/2011) suositellaan koulussa kouluuyhteisön ja -ympäristön terveellisyyden tarkastettavan kolmen vuoden välein. Tarkastukseen osallistuu myös kouluterveydenhuolto.

#### **4.7.2 Koulukiusaaminen**

Salmivalli (2002, 94) kutsuu koulukiusaamiseksi toimintaa, jossa tietylle oppilaalle aiheutetaan toistuvasti ja tahallaan pahaa mieltä. Kiusaamiselle on tyypillistä voimasuhteiden epätasapaino, jolloin osapuolet eivät ole tasaväkisiä keskenään: kiusatun on jostakin syystä vaikea puolustautua ja kyse on heikomman alistamisesta. Mäntylän ym. (2013, 121) tekemän kyselyn perusteella koulukiusaamisen seuraukset ja vaikutukset lasten elämään ovat moninaisia ja pitkävaikutteisia. Siitä huolimatta kiusaamiseen ei useinkaan puututa joko lainkaan tai riittävän tehokkaasti. Puuttumisen arvioidun tehottomuuden, kiusaamisen pahenemisen pelkäämisen sekä kiusaamisen häpeällisyyden vuoksi oppilaat itse eivät välttämättä kerro koulukiusatuksi joutumisestaan. Keinoja kiusaamisen selvittämiseen ovat esimerkiksi nimettömät kyselyt, oppilaiden käytöksen seuraaminen tai oppilaan kanssa kahden kesken käydyt keskustelut. Mäntylän ym. (2013, 121 - 122) tutkimuksen mukaan kyselyyn vastanneet peräänkuuluttivat erityisesti välitunneille lisää valvontaa sekä opettajille tarkempaa havainnointikykyä ja tarkkaavaisuutta. Vaikka kiusaa-

mista tapahtuu kaikkialla koulussa, suurin osa kiusaamistilanteista tapahtuu välitunneilla. Yksi suurimmista vaaranpaikoista kiusaamisen alkamiseen on nimenomaan ensimmäisellä luokalla, ja koska valitettavan yleistä on se, että kiusaaminen alkaa uudelleen myöhemmässä vaiheessa, on ekaluokkalaisen koulukiusaamiseen syytä puuttua välittömästi ja pyrkiä kitkemään se.

Koululaisten terveydenhuolto kuuluu kouluterveydenhuollolle ja sen tavoitteena on edistää koko koulu yhteisön hyvinvointia, oppilaiden terveyttä ja tukea lasten tervettä kehitystä ja kasvua. Kouluterveydenhuollon tehtävänä on myös valvoa koulun terveydellisiä ja turvallisia oloja. Nämä tehtävät ovat yhteisvastuullisia työterveyshuollon ja muun oppilashuolto- ja opetushenkilöstön kanssa. Näin ollen, kouluterveydenhoitajalla on oppilaan terveyden ja hyvinvoinnin seuraajana merkittävä rooli koulukiusaamistapausten ennaltaehkäisijänä, tunnistajana ja niihin puuttujana. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 373.)

Koulunsa aloittavan lapsen tulee saada ympärilleen terveitä ihmissuhteita, sillä koulu on kiusaamiselle otollinen ympäristö. Onkin tärkeää, että kouluterveydenhoitajat ymmärtävät sen, että heidän tulee luoda kouluun aloittavalle lapselle kuva itsestään turvallisena aikuisena heti alusta alkaen. Kouluterveydenhoitajilla onkin tärkeä merkitys toimia tukena ja turvana oppilaille, joilla on sosiaalisia, emotionaalisia tai käyttäytymisongelmia. (Nelson, Kendall & Shield 2012, 317.)

### **4.7.3 Oppimisvaikeudet**

Kronqvistin ja Pulkkinen (2007, 140 – 141) mukaan oppimisvaikeuksilla tarkoitetaan oppilaan vaikeutta saavuttaa opiskelun tavoitteita. Oppilaan koulusaavutukset eivät vastaa sitä, mitä häneltä olisi syytä odottaa hänen ikänsä, kykyjensä ja lahjakkuutensa perusteella, tai vastaavasti oppiminen vie häneltä runsaasti aikaa ja vaatii suuria ponnisteluja. Oppimisvaikeudet tulevat tavallisimmin esiin heti koulutaipaleen alkaessa ja pidetään tärkeänä, että oppimisvaikeudet tunnistettaisiin ja niihin puututtaisiin varhaisessa vaiheessa. Tällöin lapsella olisi paremmat mahdol-

lisuudet selviytyä myöhemmistä koulun haasteista ja välttää oppimisvaikeuteen liittyviä muita ongelmia.

Oppimisvaikeudet voivat olla lieviä tai vaikeita ja kapea- tai laaja-alaisia. Niiden syntyyn vaikuttavat muun muassa perimä, somaattiset ja psyykkiset sairaudet tai vaikeat sosiaaliset olot. Jotkut oppimisvaikeudet ovat kuitenkin selitettävissä myös heikolla opiskelumotivaatiolla, sosiaalisilla ongelmilla tai tunne-elämään liittyvillä vaikeuksilla: oppimisvaikeudet saattavat syntyä siis myös sosiaalisesti. On tavallista, että oppimisvaikeuksien mukana syntyy myös niin sanottuja sekundäärejä vaikeuksia, eli ongelmia, jotka syntyvät oppimisvaikeuksista kärsivän lapsen törmätessä ympäristön esteisiin. Tällaisia ongelmia voivat olla esimerkiksi huono itsetunto ja syrjäytyminen. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 141 – 142.)

Lasten oppimisvaikeudet ovat yleistyneet ja niiden katsotaan voivan johtaa lapsen syrjäytymiseen, mikäli niihin ei puututa ajoissa. Kouluterveydenhoitajan tehtävänä on pyrkiä tunnistamaan oppimisvaikeuksia omaava lapsi mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, jo mieluummin ennen kouluikää, ja välittää tietoa opettajalle ja oppilashuollolle oppilaan koulunkäynnin järjestämistä varten. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 379.)

## 5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Opinnäytetyön tavoitteena on edistää ekaluokkalaisten ja heidän huoltajiensa tietoutta kouluterveydenhoitajan työkuvasta ja siitä, minkälaisissa asioissa kouluterveydenhoitajan puoleen voi kääntyä. Tarkoituksena on tuottaa opas, jonka avulla sekä ekaluokkalainen että hänen huoltajansa ymmärtävät, miten kouluterveydenhoitaja voi omalla työllään edistää ekaluokkalaisten terveyttä. Yhteistyötahona oppaan toteutuksessa on Törnävän alakoulu, jossa opas jaetaan ensimmäisen kerän syksyllä 2015 ekaluokkansa aloittavien huoltajille.

Oppaan toteuttamiseksi laadittuja kysymyksiä ovat muun muassa:

- Miten kouluterveydenhoitaja voi omalla ammattitaidollaan edistää ekaluokkalaisten terveyttä?
- Mitä kouluterveydenhoitajan työnkuva pitää sisällään?
- Minkälaisissa asioissa kouluterveydenhoitajan puoleen voi kääntyä?
- Minkälaisessa kehitysvaiheessa ekaluokkalainen on koulun aloittaessaan?

## 6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 6.1 Tiedonhaku

Opinnäytetyön aihetta käsittelevät tiedonhaut aloitettiin syksyllä 2013. Aiheesta löytyi monipuolista ja kattavaa lähdemateriaalia, joten hakutuloksiin tuli tehdä rajoituksia. Lähdemateriaaliksi kelpuutettiin kaikkein ajanmukaisimmat ja kattavimmat teokset, jotka käsitelivät nimenomaan alakouluikäisten terveyden edistämistä. Tietokantoina käytettiin Plarin, Melindan, Aleksin, Medicin, Cinahlin, PubMedin ja Medlinen hakutietokantoja.

Aihetta käsitteleviä kotimaisia tutkimuksia ja ammatti- ja oppikirjallisuutta löytyi hakutietokannoista runsaasti. Myös kotimaisia artikkeleita löytyi jonkin verran. Opinnäytetyön teoriaosuuden pohjana käytettiin enenevissä määrin nimenomaan tutkimuslähteitä. Ammatti- ja oppikirjallisuutta ja lehtiartikkeleita käytettiin vain jonkin verran. Aihetta käsitteleviä lakeja, ohjeistuksia, asetuksia ja oppaita pyrittiin huomioimaan teoriaosuutta laatiessa kautta linjan.

Ulkomaisia tutkimuslähteitä alakouluikäisen terveyden edistämiseen liittyen löytyi melko niukasti. Sen sijaan terveydenhoitajan näkökulmasta kirjoitettuja englanninkielisiä artikkeleita löytyi runsaammin, joten niistä kaikkein luotettavimmat ja ajankohtaisimmat pyrittiin hyödyntämään kotimaisen lähdemateriaalin tukena ja täydentäjänä.

### 6.2 Toiminnallinen opinnäytetyö

Vilka ja Airaksinen (2003, 51 - 53, 65) esittävät, että toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa konkreettinen tuote, kuten esimerkiksi ohjeistus tai tietopaketti. Tuote kohdistetaan ja kirjoitetaan kohderyhmälle, jolloin sen tekstuaaliset ominaisuudet ovat erilaiset kuin opinnäytetyön kirjallisessa osiossa. Painotuotetta eli opasta tehdessä tulee miettiä, mitä sillä halutaan viestittää ja antaa kohderyhmälle. Toteutustapa tulisi valita siten, että se hyödyttäisi kohderyhmää parhaiten.

Tuotetta suunniteltaessa tulee miettiä muun muassa painotuotteen koko ja materiaali sekä tekstikoko, jotka vaikuttavat suuresti tuotteen luettavuuteen.

Vilka ja Airaksinen (2003, 83) painottavat, että toiminnallisessa opinnäytetyössä teoriaosuus ja siitä ilmenevä tutkimuksellisuus on työprosessin dokumentoinnissa vain osana, sillä olennaista on nimenomaan opinnäytetyönä tehtävä produkti eli tuotos. Tärkeää on, että sekä teoria- että tuoteosuus ovat keskenään yhteensopivia, sillä näin ollen opinnäytetyön kokonaisuus säilyy eheänä.

### **6.3 Terveysaineiston laatuksiteerit oppaan laatimiseen**

Rouvinen-Wilenius (2005, 9) on luonut hyvän ja hyödyllisen terveysaineiston kriteeristön. Tätä kriteeristöä käytetään aineiston tuotannon ja arvioinnin tukena, esimerkiksi erilaisia oppaita ideoidessa. Terveysaineiston laatuksiteereiden tarkoituksena on toimia terveysaineiden kehittämisen ja arvioinnin välineenä, parantaa terveysaineiston laatua erityisesti tavoitellun lukijaryhmän näkökulmasta sekä tukea terveysaineiston johdonmukaista arviointia.

Rouvinen-Wileniuksen (2005, 9) mukaan hyvälle terveysaineistolle luotu kriteeristö käsittää seitsemän standardia. Kunkin kriteerin kohdalla on kuvattu keskeisiä avainsisältöjä: ensimmäiset neljä standardia käsittelevät terveyden edistämiseen liittyviä näkökulmia, kun taas viimeiset kolme standardia keskittyvät täsmentämään aineiston sopivuutta kohderyhmälle. Arviointistandardit ovat seuraavat:

Terveyden edistämisen näkökulmien esittäminen:

Standardi 1. Aineistolla on selkeä ja konkreettinen terveys-/hyvinvointitavoite.

Standardi 2. Aineisto välittää tietoa terveyden taustatekijöistä.

Standardi 3. Aineisto antaa tietoa keinoista, joilla saadaan elämäntiloissa ja käyttäytymisessä muutoksia.

Standardi 4. Aineisto on voimaannuttava ja motivoi yksilöitä/ryhmiä terveyden kannalta myönteisiin päätöksiin.

Aineiston sopivuus kohderyhmälle:

Standardi 5. Aineisto palvelee käyttäjäryhmän tarpeita.

Standardi 6. Aineisto herättää mielenkiinnon ja luottamusta sekä luo hyvän tunnelman.

Standardi 7. Aineistossa on huomioitu julkaisuformaanin, aineistomuodon ja sisällön edellyttämät vaatimukset.

Laatukriteerit auttavat sekä aineiston tuottajaa että aineiston arvioijaa kiinnittämään huomionsa aineistoon kokonaisuutena. Tavoitteena olisi, että aineiston tuottajat ymmärtäisivät oman aineistonsa terveyttä edistävän merkityksen myös promotiivisista lähtökohdista. (Rouvinen-Wilenius 2005, 12.)

#### **6.4 Oppaan suunnittelu**

Päätimme toteuttaa opinnäytetyön aihetta käsittelevän kirjallisuuden pohjalta tehdyksi oppaana (LIITE 1). Pyrkimyksenä on, että ensitapaamisen ja siinä muistin tueksi jaettavan oppaan välityksellä kouluterveydenhoitaja kykenisi jo asiakassuhteen alkumetreiltä lähtien luomaan sekä ekaluokkalaiselle että tämän huoltajille läsnä olevan, turvallisen ja ammattitaitoisen kuvan omasta roolistaan alakoulun arjessa.

Opinnäytetyön aikataulutusta suunniteltiin siten, että keväällä ja kesällä 2014 kokosimme aihetta käsittelevää teoriaosuutta. Loppukesästä ja syksyllä 2014 muotoilimme teorian tiedon ja omien havaintojen pohjalta aihetta käsittelevän oppaan, johon kuvattiin ymmärrettävällä kielellä, mikä on kouluterveydenhoitajan merkitys ekaluokkalaisten terveyden edistämisessä. Opas tulee jakoon vuoden 2015 syksyllä koulunsa aloittaville ekaluokkalaisten huoltajalle.



Oppaan suunnitteleminen käynnistyi samalla, kun opinnäytetyön aihe valikoitui. Opinnäytetyön kirjallisuuskatsausta eli teoriaosuutta tehtiin pitäen samalla silmällä tulevaa opasta. Teoriaosuuteen täytyi valikoida ja rajata asioita, sillä aiheesta olisi tullut muuten liian laaja. Opas oli hyvä rajauskeino, sillä teoriaosuudessa ei käsitelty laajemmin asioita, joita oppaassa ei ole mainittu.

Opasta suunniteltaessa olimme yhteydessä Törnävän alakoulun kouluterveydenhoitajaan, jolta saimme tärkeää tietoa siitä, mitä oppaassa olisi hyvä käsitellä. Kouluterveydenhoitaja kertoi tarkemmin työnkuvastaan ja -tehtävistään, jotka auttoivat hahmottamaan oppaaseen tulevia asioita paremmin. Oppaan kokonaisvaltaisempi suunnitteleminen alkoi vasta teoriaosuuden ollessa valmis syksyllä 2014. Olimme yhteydessä Suupohjan ammatti-instituuttiin, josta kysyimme, saisimmeko oppaan toteutukseen ja paino-ohjelman käyttöön opiskelijoilta apua. Kolmannen vuoden media-assistenttiopiskelija tarjoutui auttamaan oppaan toteutuksessa.

Sovimme media-assistentti opiskelijan kanssa, että suunnittelemme oppaan sisällön ja tekstit tarkasti valmiiksi sekä otamme tarvittavat kuvat itse. Suunnittelimme oppaan sisällön PowerPoint -ohjelmaan, josta se oli helppo siirtää taitto-ohjelmaan. Tärkeiksi kriteereiksi oppaan toteutukseen nousivat selkeys, johdonmukaisuus, ymmärrettävä kieli ja tekstin miellyttävyys. Tavoitteenamme oli, että oppaasta löytäisi tärkeän tiedon nopeasti ja se olisi helposti luettavaa. Pidimme tärkeänä, ettei oppaassa olisi liikaa tekstiä, jottei sen luettavuus kärsisi. Halusimme oppaan tekstin fontin riittävän suureksi ja ymmärrettäväksi. Suunnitteluvaiheessa mietimme oppaan värimaailmaa ja valitsimme siihen lempeitä värisävyjä, jotta sen ulkonäkö olisi houkutteleva ja silmää miellyttävä. Oppaan ulkoasusta suunniteltiin ikään kuin kouluvihon näköinen, jolloin se sopii hyvin yhteen koulu maailman kanssa. Emme painattaneet oppaaseen valmiiksi koulun ja kouluterveydenhoitajan yhteystietoja, sillä ne saattavat muuttua. Ajattelimme, että yhteystiedot on helppo tulostaa erilliselle paperille, jolloin ne voidaan liittää oppaan väliin. Näin ollen yhteystiedot voi laittaa kätevästi esimerkiksi jääkaapin oveen. Huoltajilla tulee olla ajantasaiset yhteystiedot, jotta he saavat tarvittaessa yhteyden kouluterveydenhoitajaan.

## 6.5 Oppaan toteutus

Teimme pelkistetyn PowerPoint -version oppaasta, johon olimme koonneet sen tiedon ja sisällön, jonka oppaaseen halusimme. Kuvat, joita olimme oppaaseen ottaneet, ovat ekaluokkalaisesta pojasta. Olimme saaneet pojan huoltajilta luvan käyttää kuvia kotiin jaettavassa oppaassa ja sitoutuneet siihen, ettei poika olisi kuvista tunnistettavissa. Tämän PowerPoint-version oppaasta ja oppaassa käytettävistä kuvista toimitimme Suupohjan ammatti-instituutin media-assistenttiopiskelijalle, joka oli lupautunut meitä oppaan toteutuksessa auttamaan. Samalla annoimme selkeitä näkemyksiämme väri- ja kuvamaailmoista, joita olimme oppaaseen kaavailleet. Opiskelijalla oli käytössään Adobe InDesign -taitto-ohjelma, jolle hän siirsi sisällön ja teki muotoilun. Kun media-assistenttiopiskelija sai ensimmäisen versionsa oppaasta valmiiksi, hän lähetti sen meille arvioitavaksi. Samalla lähetimme oppaan hyväksyttäväksi sekä Törnävän alakoulun kouluterveydenhoitajalle että rehtorille.

Kun opas oli saatu hyväksyttävään muotoonsa, lähetimme sen Kopiokeskus EPKK Oy:lle ja painatimme siitä muutamia versioita. Esittelimme oppaan Törnävän alakoulun kouluterveydenhoitajalle, joka antoi lopullisen palautteensa oppaasta. Tämän jälkeen lähetimme oppaan koululle sellaisessa muodossa, että he pystyvät myöhemmin vuosina itse painattamaan oppaita lisää tai laittamaan sen nettiversiona esimerkiksi koulun nettisivuille tai Wilma-järjestelmään.

## 6.6 Oppaan arviointi

Opas on toteutettu yhteistyössä Törnävän alakoulun kouluterveydenhoitajan kanssa ja saimme siitä palautetta oppaan eri vaiheiden aikana. Kävimme paikan päällä myös esittelemässä oppaan, kun olimme saaneet sen painatettua. Kouluterveydenhoitaja oli erittäin tyytyväinen oppaan sisältöön, sen ulkoasuun ja –muotoon. Hän antoi hyvää palautetta yhteistyöstämme ja piti siitä, että opinnäytetyö toteutettiin näin käytännönläheisenä konkreettisenä tuotoksena. Saimme palautetta myös Törnävän alakoulun rehtorilta, joka piti oppaasta ja sen luettavuudesta. Rehtorin

mielestä ulkoasu oli puoleensavetävä ja erilainen. Koulu oli kokonaisuudessaan tyytyväinen oppaaseen ja kouluterveydenhoitaja toivoi oppaan tulevan käyttöön ja jakoon ensi vuonna koulunsa aloittavien ekaluokkalaisten huoltajille.

## 7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

### 7.1 Opinnäytetyö prosessina

Opinnäytetyön suunnittelu aloitettiin alkusyksystä 2013. Jo alusta alkaen oli selvää, että halusimme tehdä opinnäytetyömme nimenomaan terveydenhoitajan näkökulmasta. Pääsimme nopeasti yhteisymmärrykseen siitä, minkä tyylisestä aiheesta haluaisimme opinnäytetyön tehdä. Aihe rajautui koskemaan ekaluokkalaisia, sillä koimme, että heille ja heidän huoltajilleen tämäntyylisestä opinnäytetyöstä olisi eniten hyötyä. Myös ajatus kouluterveydenhoitajan työstä kertovan oppaan laatimisesta tuli melko alkuvaiheessa, sillä pidimme sitä luontevana tapana esittää opinnäytetyömme keskeisimmät asiat.

Kaiken kaikkiaan opinnäytetyön suunnitteluun, tiedonhakuun ja kirjoittamiseen on vierähtänyt reilu vuosi. Olemme pysyneet aikataulussa alkuperäisen suunnitelman mukaisesti, ja yhdessä tekeminen on sujunut saumattomasti toisen mielipiteitä ja ajatuksia kunnioittaen. Välillä kiireisten aikataulujen yhteensovittaminen on ollut haastavaa, mutta aina on kuitenkin molemmin puolin sovittelemalla löydetty aikaa opinnäytetyön eteenpäin saattamiseksi. On väistämätöntä, että välillä on ollut pitempiäkin aikoja, ettei opinnäytetyön pariin ole ehtinyt juurikaan paneutua. Tällaisten kausien jälkeen uudelleenasetuminen opinnäytetyön tekemiseen on ajoittain ollut hieman työlästä. Näissäkin tilanteissa on auttanut se, että prosessissa on ollut mukana se toinen, jolta saada tukea ja kannustusta työn eteenpäin viemiseen. Tapasimme opinnäytetyön prosessin aikana ohjaavia opettajiamme ja saimme heiltä säännöllisesti palautetta ja näkökulmia työn kehittämiseen.

Tämä on ollut meille molemmille ensimmäinen tämäntasoinen laajempi kirjallinen tuotos ja prosessina tämä on kaikessa monimuotoisuudessaan ollut mielenkiintoinen ja antoisa. Työn edistymistä on ollut palkitsevaa seurata, ja koemme opinnäytetyöprosessin kasvattaneen ammatillista identiteettiämme merkittävästi.

## 7.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyötä tehdessä olemme ottaneet huomioon eettisiä näkökulmia. Opinnäytetyö kuuluu Törnävän alakoulun ILOA-projektiin ja koulun rehtorilta olemme saaneet luvan aiheeseen sekä oppaan toteutukseen. Opinnäytetyön teoria- ja raportointiosuudessa ei ole mainittu koulun henkilökunnan nimiä eli anonymiteetti on säilynyt. Oppaan kuvissa esiintyvän pojan nimeä ei ole mainittu, kasvot eivät ole kuvista tunnistettavissa ja pojan huoltajilta on saatu lupa kuvien käyttämiseen. Törnävän alakoulun kouluterveydenhoitaja on tarkastanut oppaan sisällön ja koulun rehtori sekä kouluterveydenhoitaja ovat hyväksyneet lopullisen oppaan.

Opinnäytetyöhön on otettu mukaan tarkasti rajattu aineisto ja työn luotettavuus perustuu siihen, että oppaassa käsiteltyjä asioita on tarkasteltu myös työn teoriaosuudessa. Teoriaosuus eli kirjallisuuskatsaus pitää sisällään tutkittua tietoa ja työhön on etsitty aina alkuperäinen lähde, jolloin voidaan taata työn luotettavuuden säilyminen. Opinnäytetyötä tehdessä on otettu huomioon lähteiden oikeanlainen käyttö eikä lähteitä ole plagioitu. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012, 8) mukaan hyvän tieteellisen käytännön loukkauksilla tarkoitetaan joko tahallisesti tai tahattomasti tehtyä epäeettistä ja epärehellistä toimintaa. Se vahingoittaa tieteellistä työtä ja voi pahimmillaan mitätöidä tulokset tai antaa niille uuden vääränlaisen merkityksen.

## 7.3 Opinnäytetyön toteutusosan pohdintaa

Teimme opinnäytetyön tuotoksena ekaluokkalaisten huoltajille jaettavan oppaan, jonka suunnittelussa ja toteutuksessa toimimme yhteistyössä Törnävän alakoulun terveydenhoitajan ja Suupohjan ammatti-instituutissa kolmatta vuotta opiskelleen media-assistenttiopiskelijan kanssa. Yhteistyö molempien tahojen kanssa toimi sujuvasti: kaikki osapuolet antoivat omaa osaamistaan koskevia näkemyksiään ja korjausehdotuksiaan, ja yhteydenpito sujui jouhevasti. Lopulta valmiista oppaasta tuli kaikkia osapuolia miellyttävä: selkeä, helppolukuinen ja värimaailmaltaan silmää miellyttävä.

Oppaan sisältö suunniteltiin terveydenhoitotyötä ja kouluterveydenhuoltoa käsittelevän kirjallisuuden, tutkimusten sekä meidän ja Törnävän kouluterveydenhoitajan omien kokemusten pohjalta. Lähdemateriaalia löytyi runsaasti, ja asiaa oppaaseen olisi saanut vaikka kuinka paljon. Olimme kuitenkin jo alusta alkaen päättäneet, että haluamme tehdä oppaasta mahdollisimman tiiviin ja ytimekkään infopakettin, joka pitää sisällään vain kaikkein tärkeimmät ja huomionarvoisimmat asiat kouluterveydenhoitajan työstä. Olimme lopputulokseen erittäin tyytyväisiä. Oppaasta tuli näkemyksiemme mukainen, ammattimaisen näköinen ja käytännön kouluelämään soveltuva. Törnävän alakoulun kouluterveydenhoitaja ja rehtori olivat molemmat tyytyväisiä lopulliseen oppaaseen, ja koulu aikoo ottaa oppaan käyttöön ensi syksystä alkaen.

Koimme tämänkaltaisen oppaan tekemisen mielekkääksi ja hyödylliseksi. Oli palkitsevaa saada aikaan konkreettinen tuotos, jota voidaan hyödyntää myös käytännön kouluelämässä. Oppaan suunnitteluvaiheessa teimme laajalti tiedonhakuja kouluterveydenhoitajan työnkuvaan ja työtehtäviin liittyen, joka oli ammatillisen kasvumme kannalta hyödyllistä ja tärkeää. Opinnäytetyö on antanut meille uudenlaisia eväitä ja näkökulmia terveydenhoitajatyöhön. Myös se, että saimme yhteistyötaholtamme oppaasta ja koko opinnäytetyöprosessista kannustavaa ja positiivista palautetta, antoi meille kuvan siitä, että tekemällämme työllä on merkitys.

#### **7.4 Johtopäätökset**

Jatkotoimenpiteenä tämänkaltainen opas voitaisiin laittaa jakoon myös muiden alakoulujen ekaluokkalaisten ja heidän huoltajilleen. Opasta voisi esitellä myös muiden alakoulujen kouluterveydenhoitajille. Kouluterveydenhoitaja ajoittaisi oppaan esittelyn ekaluokkalaisten kouluuntutustumispäivään, jolloin huoltajat saisivat esittää aiheeseen liittyviä lisäkysymyksiä. Säästösyistä varten otettava vaihtoehto voisi myös olla oppaan laittaminen jakoon alakoulujen nettisivuille tai erilaisiin oppilaitosten hallinto-ohjelmiin, esimerkiksi Wilma-järjestelmään.



- Kaivosoja, M. 2002. Sosiaalinen kehitys. Teoksessa: Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 115.
- Kivimäki, H., Kosunen, E., Rimpelä, A., Saaristo, V., Wiss, K & Rimpelä, M. 2007. Suunnitelmallisuus puuttuu peruskoulujen kouluterveydenhuollosta. Suomen Lääkärilehti 62 (1-2), 61 – 66.
- Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. 2004. Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Helsinki: Tammi.
- Kouluterveydenhuollon laatusuositus. 2004. [Verkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 8. Sosiaali- ja terveysministeriö ja Suomen kuntaliitto. Helsinki: Edita Prima Oy. [Viitattu 28.5.2014]. Saatavana: [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3733.pdf&title=Kouluterveydenhuollon\\_laatusuositus\\_fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3733.pdf&title=Kouluterveydenhuollon_laatusuositus_fi.pdf).
- Kronqvist, E-L. & Pulkkinen, M-L. 2007. Kehityspsykologia – matkalla muutokseen. Porvoo: WSOY.
- L 7.12.2007/1200. Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä.
- L 1287/2013. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki.
- L 21.8.1998/628. Perusopetuslaki.
- L 30.12.2010/1326. Terveystoimintalaki.
- Laatikainen, T., Mäki, P., Hakulinen-Viitanen, T., Kaikkonen, R., Koponen, P., Markkula, J., Ovaskainen, M-L., Råback, M. & Virtanen, S. 2010. Tulosten tarkastelua ja johtopäätökset. Teoksessa: Mäki, P., Hakulinen-Viitanen, T., Kaikkonen, R., Koponen, P., Ovaskainen, M-L., Sippola, R., Virtanen, S. & Laatikainen, T. Lasten terveys. LATE-tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä. Helsinki: Terveystoiminnan ja hyvinvoinnin laitos.
- Laine, O. 2002. Psyykinen kehitys. Teoksessa: Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 105.
- Lindholm, M. 2004. Lapsi, perhe ja yhteisö. Teoksessa: Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Jyväskylä: Gummerus.



- Liuksila, P-R. Lastenneuvolan viisivuotistarkastus ja sen merkitys lapsen selviytymiselle ensimmäisellä luokalla koulussa. 2000. Turku: Turun yliopisto. Väitöskirja.
- Lounamaa, A., Huhtanen, P., Kurenniemi, M., Salminen, S., Heikkilä, M-L. & Virtanen, J. 2005. Koulutapaturmien ehkäisy. 2002 – 2004 toteutettu kehittämishanke. Helsinki: Stakes.
- Markkula, J., Råback, M. 2010. Lasten tapaturmat. Teoksessa: Teoksessa: Mäki, P., Hakulinen-Viitanen, T., Kaikkonen, R., Koponen, P., Ovaskainen, M-L., Sippola, R., Virtanen, S. & Laatikainen, T. Lasten terveys. LATE-tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Mäki, P. 2011. Lastenneuvolan ja kouluterveydenhuollon terveystarkastukset. Teoksessa: Mäki, P., Wikström, K., Hakulinen-Viitanen, T. & Laatikainen, T. Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 13 – 14.
- Mäenpää, T. 2008. Alakoulun terveydenhoitajan ja perheen yhteistyö: substantiivinen teoria ongelmalähtöisestä yhteistyöstä. Tampere: Tampere University Press. Väitöskirja.
- Mäenpää, T., Paavilainen, E. & Åstedt-Kurki, P. 2008. Kouluterveydenhuolto ja alakoulun oppilas –terveydenhoitajien näkemyksiä yhteistyöstä. Tutkiva Hoitotyö 6 (1), 25-30.
- Mäenpää, T., Paavilainen, E. & Åstedt-Kurki, P. 2013. Family-school nurse partnership in primary school health care. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* (27), 195-202.
- Mäntylä, N., Kivelä, J., Ollila, S. & Perttola, L. 2013. Pelastakaa koulukiusattu! – koulun vastuu, puuttumisen muodot ja ongelmat oikeudellisessa tarkastelussa. Kunnallisalan kehittämissäätiön Tutkimusjulkaisu-sarjan julkaisu nro 70. Sastamala.
- Nelson, H., Kendall, G. & Shields, L. 2012. Children's social/emotional characteristics at entry to school: Implications for school nurses. *Journal of Child Health Care* 17(3), 317-331.
- Peltonen, J. 2002. Koulutapaturmat. Teoksessa: Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 220.

- Pietilä, A-M. 2010. Terveyden edistäminen: teorioista toimintaan. Helsinki: WSOY-pro.
- Rouvinen-Wilenius, P. 2005. Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveystieteiden kriteeristö aineiston tuotannon ja arvioinnin tueksi. Helsinki: Terveyden edistämisen keskus.
- Ruski, S. 2002. Kouluterveydenhoitajan tehtävät: Kouluterveydenhoitaja terveyden edistäjänä. Teoksessa: Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 49.
- Salmivalli, C. Koulukiusaaminen. Teoksessa: Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 94.
- Sihvola, S. 2000. Terveyskeskustelu kouluuntulotarkastuksessa. Tampere: Tampereen yliopisto. Väitöskirja.
- Sirviö, K. 2003. Lapsiperheet sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaina: työntekijöiden toiminta lapsiperheiden terveyden edistämiseksi. Kuopio: Kuopion yliopisto. Licensiaatintutkimus.
- Soininen, M., Merisuo-Storm, T., Ketola, O., Sihvonen, K. & Pärkö, K. 2007. Yhdessä kulkien – hyvä tulee: koti, koulu ja kouluterveydenhuolto oppilaan terveyden tukipilareina. Rauma: Turun yliopisto, Rauman opettajankoulutuslaitos.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2006. Terveyden edistämisen laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2006:19. Helsinki.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta. Työryhmän muistio. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2008:37. Helsinki.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2009. Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskeluterveydenhuolto sekä ehkäisevä suun terveydenhuolto. Asetuksen (380/2009) perustelut ja soveltamisohjeet. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2009:20. Helsinki.
- Stakes. Kouluterveydenhuolto 2002: Opas kouluterveydenhuollolle, peruskouluille ja kunnille. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus.
- Strid, O. 2002 Oppilaskohtainen terveydenhuolto: Oppilaiden terveystarkastukset. Teoksessa: Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 142 – 144.

Terho, P. 2002. Kouluterveydenhuollon tavoitteet ja merkitys: Ehkäisevä toiminta keskeistä. Teoksessa: Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 19.

Tervaskanto-Mäentausta, T., 2008. Eri-ikäiset terveydenhoitajan asiakkaana. Teoksessa: Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K. & Tervaskanto-Mäentausta, T. Terveydenhoitajan osaaminen. Helsinki: Edita.

Terveys 2015 –kansanterveysohjelma. 2001. [Verkkajulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2001:8. [Viitattu 28.8.2014]. Saatavana: [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=42733&name=DLFE-6215.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=42733&name=DLFE-6215.pdf).

THL. 2014. Piste tapaturmille. Koulu ja oppilaitos. [Verkkajulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 22.9.2014]. Saatavana: [http://pistetapaturmille.thl.fi/fi\\_FI/web/pistetapaturmille-fi/lapset-ja-nuoret/koulu-ja-oppilaitos](http://pistetapaturmille.thl.fi/fi_FI/web/pistetapaturmille-fi/lapset-ja-nuoret/koulu-ja-oppilaitos).

Turunen, K E. 2005. Ikävaiheiden kriisit. Jyväskylä: Atena.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. [Verkkajulkaisu]. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. [Viitattu 24.11.2014]. Saatavana: [http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf).

Vertio, H. 2003. Terveyden edistäminen. Jyväskylä: Tammi.

Vilka, H., Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Tammi.

## **LIITTEET**

Liite 1. Kouluterveydenhoitaja ekaluokkalaisen tukena

## LIITE 1



## KOULUTULOKKAIDEN HUOLTAJILLE

- ekaluokkalaisenne on kouluaikeensa alussa ja siirtymässä lastenneuvolasta kouluterveydenhuollon piiriin
- kouluterveydenhuollon tehtävänä on edistää ja ylläpitää lapsen ja koko hänen perheensä terveyttä ja voimavaroja
- kouluterveydenhoitajan tärkeä tehtävä on ekaluokkalaisen terveyden edistäminen seuraten ja tukien oppilaan kasvua ja kehitystä



## KOULUUNTULOTARKASTUS

- kouluuntulotarkastuksen tavoitteena on tukea ekaluokkalaisen koulun aloittamista
- kouluterveydenhoitaja tapaa ensimmäisen kerran ekaluokkalaisen ja hänen huoltajansa joko kesällä ennen koulun alkua tai heti koulun alettua syksyllä
- toisen kerran ekaluokkalainen kutsutaan huoltajansa kanssa koulu lääkäriin tarkastukseen ekaluokan keväällä



# EKALUOKKALAISEN TERVEYSTARKASTUKSEEN KUULUVAT

- kouluterveydenhoitajan ja lääkärin tekemät tarkastukset
- lapsen ja tämän perheen elämäntapojen ja hyvinvoinnin kartoittaminen

- kasvun seuranta

- lähi- ja kaukonäön tarkastaminen, tarvittaessa lähete optikolle

- ryhtitarkastus

- tarvittaessa opettajan antama arvio



# KOULUTERVEYDENHOITAJAN PUOLEEN VOI KÄÄNTYÄ

- kaikkiin lapsen terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä asioissa

- koulutapaturmat
- ohjaaminen asiantuntijoille, esimerkiksi lääkärille, silmä-  
lääkärille, optikolle tai ravitsemusterapeutille
- pienet toimenpiteet: esimerkiksi ompeleiden poistot ja  
korvien huuhtelut
- tarvittavien rokotteiden antaminen
- huoltajan sairauslomatoedistus lapsen sairastuessa
- erityisruokavaliotodistukset
- kaveriasiat, joissa terveydenhoitaja toimii yhteistyössä  
koulukuraattorin kanssa
- oppimisvaikeudet, jolloin terveydenhoitaja voi vanhem-  
pien tai opettajan tekemien huomioiden perusteella oh-  
jata jatkotutkimuksiin psykologi- ja perheneuvontapalveluiden  
piiriin

- ravitsemukseen ja elämäntapoihin liittyvissä kysymyksissä

Mikäli ilmenee huolta lapsen terveyteen  
liittyvissä asioissa, ota rohkeasti yhteyttä  
kouluterveydenhoitajaan!

Päävastuu lapsen kasvatuksesta on kodilla ja  
kouluterveydenhuollon tärkeänä tehtävänä on tukea  
ja turvata huoltajien tekemää kasvatustyötä.

Turvallista koulutietä!

Yhteistyöterveisin,

kouluterveydenhoitaja



# TÄMÄN OPPAAN OVAT LAATINEET

Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan  
terveydenhoitajaopiskelijat

Jenni Hautamäki & Noora Rosenberg

Opinnäytetyö syksy 2014

Yhteistyössä Tornävän alakoulun kouluterveydenhoitajan kanssa

Oppaan toteutus

Tiia Penttinen

Kuvat ovat Noora Rosenbergin ja Tiia Penttinenin ottamia

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES