



Karelia-ammattikorkeakoulu
Terveystenhoitaja (AMK)

Terveystenhoitajan työ työterveyshuollossa

Video terveystenhoitajan työstä työterveyshuollossa

Nilla Pirinen

Opinnäytetyö, Tammikuu 2024

www.karelia.fi



OPINNÄYTETYÖ
Tammikuu 2025
Terveystenhoitajakoulutus

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
+358 13 260 600

Tekijä
Nilla Pirinen

Nimeke:
Terveystenhoitajan työ työterveyshuollossa: video terveystenhoitajan työstä
työterveyshuollossa

Toimeksiantaja:
Karelia-ammattikorkeakoulu

Tiivistelmä

Suomessa työhön liittyvä terveystenhoito on saanut alkunsa teollistumisen myötä. Nykyisin työterveyshuollossa työskentelee eri alan ammattilaisia. Työterveyshuolto on työnantajan järjestämää sekä kustantamaa terveystenhoitoa työntekijöille. Se kuuluu kaikille työntekijöille, oli työsuhteen laatu tai kesto mikä tahansa. Kaikki työssä käyvät työntekijät ovat oikeutettuja työterveyshuoltoon. Terveystenhoitajat ovat yksi ammattiryhmä. Terveystenhoitajan tulee suorittaa lisäkoulutus, jotta hän voi työskennellä työnimikkeellä työterveyshoitaja.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä tietoa terveystenhoitajien yleisimmistä tehtävistä työterveyshuollossa. Opinnäytetyön tehtävänä oli tuottaa tiivis ja selkeä video työterveyshoitajan työstä työterveyshuollossa. Videossa tuotiin esille työterveyshuollon yleisimmät tehtävät, joita terveystenhoitaja tekee yksin, pareittain tai moniammatillisesti tiiminä.

Palautetta videosta sain kerättyä hyvin terveystenhoitajaopiskelijoilta. Palaute oli positiivista ja siitä tuli ilmi, että video oli selkeä ja ymmärrettävä. Opinnäytetyön videota toimeksiantaja eli Karelia-ammattikorkeakoulun opettaja pystyy hyödyntää osana terveystenhoitajien opintoja, etenkin opintojen liittyessä työterveyshuoltoon. Lisäksi videota voidaan hyödyntää muissa tilanteissa, joissa puhutaan terveystenhoitajan tehtävistä työterveyshuollossa.

Kieli
suomi

Sivuja 35
Liitteet 2
Liitesivumäärä 6

Asiasanat
työterveyshoitajat, työterveyshuolto, terveystenhoitajat



THESIS
January 2025
Degree Programme in Nursing

Tikkarinne 9
FI-80200 JOENSUU
FINLAND
Tel. +358 13 260 600

Author
Nilla Pirinen

Title:
The work of a Public Health Nurse in Occupational Health Care: A Video on the Work of a Public Health Nurse in Occupational Health Care

Commissioned by:
Karelia University of Applied Sciences

Abstract

In Finland, work-related health care began with industrialization. Today, occupational health care is provided by professionals from various fields. Occupational health care is health care provided and paid for by the employer for the employees. Occupational health care belongs to all employees, regardless of the nature or duration of the employment relationship. All employees workers are entitled to occupational health care. Public health nurses are one of the professional groups. They must complete additional training in order to be considered an occupational health nurse in occupational health care.

The aim of this practise-based thesis was to increase knowledge of the most common duties of public health nurses in occupational health care. The objective of the thesis was to produce a concise and explicit video on the work of an occupational health nurse in occupational health care. The video presents the most common duties in occupational health care that the public health nurse performs alone, in pairs or as a multidisciplinary team.

Feedback on the video was obtained well from public health nursing students. The feedback was positive, and it turned out that the video was clear and understandable. The commissioning organization may use the video as part of the studies of public health nurses, especially when the studies are related to occupational health care. In addition, the video can be used in other contexts where the duties of a public health nurse are discussed in occupational health care are discussed.

Language
Finnish

Pages 35
Appendices 2
Pages of Appendices 6

Keywords
occupational health nurse, occupational health care, public health nurse

Sisältö

1	Johdanto	5
2	Työterveyshuolto Suomessa.....	5
2.1	Työterveyshuollon historia	5
2.2	Työterveyshuolto nykyisin.....	7
3	Työterveyshoitajan työ	8
3.1	Työterveyshoitajan tehtävät.....	8
3.2	Työterveystarkastukset.....	9
3.3	Työpaikkaselvitykset.....	12
3.4	Työterveyshuollon toimintasuunnitelma.....	15
4	Opinnäytetyön tavoite ja tehtävä.....	16
5	Opinnäytetyön toteutus	16
5.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	16
5.2	Toimeksiantaja, kohderyhmä ja lähtötilanne	17
5.3	Hyvän videon teoria	18
5.4	Videon suunnittelu ja toteutus.....	18
5.5	Videon arviointi	20
6	Pohdinta.....	22
6.1	Tuotoksen tarkastelu	22
6.2	Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys.....	23
6.3	Opinnäytetyöprosessin tarkastelu ja ammatillinen kasvu.....	26
6.4	Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet	27
	Lähteet.....	28

Liitteet

- Liite 1 Videon käsikirjoitus
- Liite 2 Palautelomake

1 Johdanto

Työterveyshuolto on työnantajan järjestämää ja myös kustantamaa terveydenhuoltoa työntekijöille. Työterveyshuolto kuuluu kaikille työntekijöille, oli työsuhteen laatu tai kesto mikä tahansa. Kaikki työssä käyvät työntekijät ovat oikeutettuja työterveyshuollolle. Työterveyshuollossa tärkeimpiä tehtäviä ovat terveyden edistäminen sekä työolosuhteiden eli työympäristön ja työolojen turvallisuuden edistäminen. Yksi tavoitteista on edistää sekä ylläpitää työntekijöiden työkykyä, että mahdollisimman moni työntekijä pystyisi työskentelemään pitkään ilman suurempia toimintakyvyn muutoksia tai muutoksia, jotka vaikuttaisivat työntekemiseen. Suomessa työterveydenhuollon järjestämistä työntekijöille valvoo työsuojeluviranomainen, se pitää huolen, että työnantajan järjestää työterveyshuollon ja että se myös toteutuu. (Työsuojeluhallinnon verkkopalvelu 2024a.)

Terveydenhoitajana työskenneltäessä työterveyshuollossa ei riitä, että on suorittanut vain ammattikorkeakoulututkinnon. Amk-tutkinnon lisäksi täytyy erikseen pätevoidyä työterveyshuollon ammattilaiseksi. Pätevöityminen tapahtuu moniammatillisen koulutuksen avulla, joka on laajuudeltaan 15 opintopistettä. Se on työterveyshuollon laissa määrätty täydennyskoulutus. Terveydenhoitajalle koulutus kestää noin viidestä seitsemään kuukautta ja koulutuksen jälkeen sinulla on oikeus toimia työterveyshuollossa työterveyshoitajana. (Työterveyslaitos 2024a.)

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoa terveydenhoitajan yleisimmistä tehtävistä työterveyshuollossa terveydenhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyössä tehtävänä on tuottaa tiivis ja selkeä video työterveyshoitajan työstä terveydenhoitajaopiskelijoille.

2 Työterveyshuolto Suomessa

2.1 Työterveyshuollon historia

Suomessa työhön liittyvä terveydenhuolto on saanut alkunsa teollistumisen myötä 1800-luvulla. Lääkäreitä ohjeistettiin 1832-luvulla tutkimaan erilaisten ammattien vaikutuksia terveyteen haitallisesti ja kehittämään toimenpiteitä, miten nämä haitat saataisiin loppumaan. Kaupunkien ja kuntien terveydestä vastaavat tahot saivat 1800-luvun loppupuolella ohjeistukseksi alkaa valvomaan omilla alueillaan työpaikkojen etenkin tehtaiden terveydellisiä puolia. Samoihin aikoihin aloitettiin pitämään huolta lapsityövoimaa tekevästä ja heille aloitettiin tekemään terveystarkastuksia. (Savolainen, Antti-Poika & Torstila 1993.)

Työterveyshuolto Suomessa oli aluksi työpaikkakohtaista ja se alkoi ensiksi muutaman työlääkärin työskentelynä rautatie- ja tehdaslääkäreinä.

Tehdaslääkärien työ laajentui kuitenkin niin, että he alkoivat hoitamaan paikkakunnan muitakin asukkaita kuin vain tehdastyöntekijöitä ja lopulta laajeni koko maakuntaa palvelevaksi sairaalaksi, tällöin tehdaslääkäreitä oli noin kymmenen Suomessa. Kun teollistuminen suomessa lähti nousuun niin myös työpaikkalääkäreiden määrä kasvoi. Vuonna 1946 perustettiin ensimmäinen teollisuuslääketiede yhdistys suomeen. Yhdistys keskittyi kehittämään sekä parantamaan ja edistämään terveyden- ja sairaanhoitoa teollisuuden, kaupan, liikenteen ja muun elinkeinoelämän, virastojen ja laitosten piiriin kuuluvilla aloilla. (Savolainen ym. 1993.)

1964-luvulla sairaskuutusjärjestelmä alkoi maksamaan työnantajille kustannuksia työpaikkojen terveydenhuollosta, tämän seurauksesta monet yritykset ottivat työterveyshuollon yrityksilleen. Työterveyshuoltolain muutoksena vuonna 1978 työterveyshuollon järjestämisestä tuli yrityksille velvollisuudeksi aloilla, jossa terveystarvikkeet katsottiin olevan kaikkein suurimpia. Vuonna 1983 alussa kyseinen laki tuli voimaan kaikille työssä oleville. (Savolainen ym. 1993.)

Vuonna 1978 Suomessa astui voimaan ensimmäinen työterveyshuoltolaki ja sitä muutettiin seuraavan kerran vasta kahdenkymmenenviiden vuoden jälkeen. Tuolloin lakimääräsi työnantaja järjestämään vähintään ehkäisevät terveystarkastukset työntekijöilleen. Tämä oli työnantajalle omakustanteista. Tämän

lain seurauksena työterveyshoitajia tarvittiin entistä enemmän työterveyshuollossa. (Österman 2017.)

1978-luvulla työterveyshuoltolakia säädettiin ja työterveyshuollon toimintaa alettiin hiomaan terveysvaarojen estämiseksi eli toiminta alkoi olemaan enemmän ennaltaehkäisevää. Tästä reilu kymmenen vuotta myöhemmin työterveyshuolto alettiin näkemään työpaikkojen kehittämisen voimavarana ja työterveyshuollon laajentamista alettiin miettiä, jotta saataisiin lisättyä erilaisia toimintatapoja ja osaamista. (Kosonen 2016.)

2.2 Työterveyshuolto nykyisin

Nykyisin työterveyshoitajan koulutuksen pohjana toimii ammattikorkeakoulussa käytävä terveydenhoitajakoulutus. Tämän jälkeen työterveydessä työskentelevän täytyy päteviytyä työterveyshuoltoon lyhyellä 15 opintopisteen työterveyshuolto koulutuksella kahden vuoden sisällä työssä aloittamisesta. Työterveyshoitaja on ammattilainen, joka työskentelee työterveyshuollossa ja on suorittanut yllä mainitut koulutukset. (Työterveyshoitajat 2024.)

Työterveyshuolto on työnantajan järjestämää sekä kustantamaa terveydenhuoltoa työntekijöille. Työterveyshuolto kuuluu kaikille työntekijöille, oli työsuhteen laatu tai kesto mikä tahansa. Kaikki työssä käyvät työntekijät ovat oikeutettuja työterveyshuoltoon. Työterveyshuollon tärkeimpiä tehtäviä ovat terveyden edistäminen, työolosuhteiden eli työympäristön ja työolojen turvallisuuden edistäminen. Yksi tavoitteista on edistää sekä ylläpitää työntekijöiden työkykyä, että mahdollisimman moni työntekijä pystyisi työskentelemään mahdollisimman pitkään ilman suurempia toimintakyvyn muutoksia tai muutoksia, jotka vaikuttaisivat työntekemiseen. Suomessa työterveydenhuollon järjestämistä työntekijöille valvoo työsuojeluviranomainen, se pitää huolen, että työnantajan järjestää työterveyshuollon ja että se myös toteutuu. (Työsuojeluhallinnon verkkopalvelu 2024a.)

Työterveyshuollon lainsäädännöstä vastaa sosiaali- ja terveysministeriö. Työterveyshuoltolaissa on määritelty, että työterveyshuolto kuuluu kaikille työssä käyville. Työterveyshuoltopalvelun työnantaja voi järjestää joko itse tai oman hyvinvointialueen kautta. Jokaisen hyvinvointialueen täytyy pystyä tarjoamaan työterveyshuollon palveluita oman alueen yrityksille ja yritysten työntekijöille sekä myös yrittäjille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2024.)

Työnantajalla on velvollisuus järjestää ehkäisevä työterveyshuolto jokaiselle työntekijälleen. Ehkäisevä työterveyshuolto sisältää terveystarkastukset, työpaikalla tehtävät työpaikkaselvitykset, ohjausta sekä neuvontaa ja ensiaputaitojen ylläpidon. Tämän lisäksi työnantaja voi halutessaan järjestää työntekijöille yleislääkäritasoisena sairaanhoidon ja muita terveydenhuollon palveluita vapaaehtoisesti. (Työturvallisuuskeskus 2024a.)

Työterveyshuollon henkilökunta koostuu moniammatillisesta tiimistä, joissa työskentelee yleensä työterveyslääkäri, työterveyshoitaja ja työfysioterapeutti. Tiimissä voi olla myös mukana muita asiantuntijoita, joilla on koulutus työterveyshuollossa työskentelyyn, esimerkiksi työpsykologi ja eri alan asiantuntijoita, kuten työhygienian, sosiaalialan, työnnäkemisen ja ravitsemuksen ammattilaisia. (Työturvallisuuskeskus 2024a.)

Nykyään digitaaliset palvelut ovat myös osa työterveyshuollon palveluita. Esimerkiksi etäyhteydellä voidaan järjestää palveluja, kun työntekijä ja työterveyshuollon ammattilainen ovat eri paikassa. Etäpalveluiden tarjoamiseen työterveyshuollossa on tehty ohjeet, joissa tulee ilmi, miten ja millä kriteereillä etäpalveluja voi tarjota. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2024.)

3 Työterveyshoitajan työ

3.1 Työterveyshoitajan tehtävät

Terveydenhoitajan tehtävä on toimia asiantuntijana terveyden edistämässä sekä edustaa työterveyshuoltoa. Terveydenhoitaja auttaa työntekijöitä, työpaikkoja sekä näiden muodostamia työyhteisöjä terveyden edistämässä sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitämisessä. Terveyden ylläpidossa sekä edistämässä huomioidaan fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen terveys sekä hyvinvointi. Terveyden edistämiseen kuuluvat vaivojen sekä sairauksien ehkäisemisen lisäksi hyvien työ- ja toimintamenetelmien lisääminen. (Terveystalo 2024.)

Terveydenhoitajan vastuulla on, että toiminta työterveyshuollossa toimii suunnitellusti. Terveydenhoitajan tehtäviin kuuluukin erilaisia työtehtäviä. Näitä tehtäviä ovat esimerkiksi työpaikkaselvitykset, työterveystarkastukset, terveysneuvonnat, ensiapuvalmiuksien suunnitseminen ja koulutuksien toteutus. Koulutuksien aiheena ovat terveydenhoitotyö sekä työterveyshuolto sairaanhoito painotteisesti. Näiden lisäksi terveydenhoitajan työhön kuuluu työkyvyn edistäminen ja seuranta. Seuranta toteutetaan itsenäisesti sekä moniammatillisesti työterveyslääkärin sekä muiden asiantuntijoiden kanssa. Työkyvyn edistämistä ja seuranta toteutetaan, jotta voidaan kehittää työterveyshuollon toimintaa työpaikan tarpeiden mukaisesti. (Työterveyslaitos 2024b.)

Työterveysyhteistyö vaikuttaa työterveyshuollon toiminnan vaikuttavuuteen ja tämän yhteistyön lähtökohtana toimivat yhdessä sovitut tavoitteet.

3.2 Työterveystarkastukset

Terveystarkastuksia tehdään työterveyshuollossa ja pääasiassa niitä tekee terveydenhoitaja, mutta myös työterveyslääkäri joissain tilanteissa tekee tarkastuksia. Terveystarkastuksien avulla saadaan tietoa työntekijöiden terveydentilasta sekä myös työ- ja toimintakyvystä. Terveystarkastuksien avulla voidaan arvioida ja tukea työntekijöiden työkykyä sekä arvioida työn vaikutuksia terveyteen ja kuntoutustarvetta. Tarkastuksien avulla voimme edistää työntekijän elämäntapoja terveellisempään suuntaan, antaa lisää tietoa työn riskeistä ja niiltä suojautumiseen. Työntekijöiden terveydentilan sekä toiminta- ja

työkyvyn selvittämiseen tulee käyttää niihin tarkoitettuja kliinisiä ja luotettavia tutkimuksia sekä muita menetelmä tapoja. (Työterveyslaitos 2024c.)

Terveydenhoitajan tulee saada ennakkoon tietoja työpaikalta, jotta terveystarkastuksia voidaan toteuttaa, sillä terveystarkastuksien tarve määräytyy saatavien tietojen perusteella. Terveydenhoitajan tulee saada tietoonsa henkilöstön ikä- ja sukupuolirakenteesta, työn luonteesta, työtavoista ja työmenetelmistä ja työoloista. Kaikilla työpaikoilla, joissa terveystarkastuksia toteutetaan, tulee olla selkeästi työterveyshuolto- ja työturvallisuuslakiin, hyvään työterveyshuoltokäytännön perusteisiin ja ohjeisiin sekä erillisiin terveystarkastus ohjeisiin ja määräyksiin perustuen tieto, miksi tarkastuksia tehdään, mikä on tarkastuksien tavoite ja minkälainen merkitys niillä on työpaikan kokonaiskuvassa. Tarve terveystarkastuksille määräytyy työpaikkaselvityksien ja toimintasuunnitelman teon yhteydessä. Työterveyshoitaja ja työantaja voivat sopia myös erikseen terveystarkastuksista, jotka eivät ole laissa määrättyjä. (Juutilainen 2004 114–115.)

Suomessa terveystarkastuksia tehdään muihin maihin verrattuna paljon ja niihin suhtaudutaan myös Suomessa hyväksyttävämmiin. Pitkällä aikavälillä terveystarkastuksilla ei ole todettu olevan vaikutuksia erilaisiin terveystarkastuksiin, kun niitä on tarkasteltu ryhmätasolla. Myöskään ei ole todettu vaikutuksia kuolleisuuteen eikä sairauksien ilmaantumisiin ryhmätasolla. Yksilötasolla vaikutuksia on voitu todeta taas elämäntapapariskien vähenemisenä. (Leino, Rautio, Kanervisto, Tilli & Kaleva 2014, 4.)

Lakisääteiset terveystarkastukset ovat lainsäädäntöön ja asetuksiin perustuvia ja ovat sisällöltään tehty kunkin työn altisteiden ja kuormitustekijöiden mukaisiksi. Tavoitteena lakisääteisillä tarkastuksilla on tunnistaa sekä ehkäistä työn altisteiden negatiivisia vaikutuksia työkykyyn sekä terveyteen. (Mehiläinen 2024.)

Lakisääteiset terveystarkastukset suoritetaan uuden työsuhteen alkaessa sekä säännöllisin väliajoin, jos työssä esiintyy erityistä sairastumis- ja tapaturmariskiä. Näitä tarkastuksia tehdään myös työ- ja toimintakyvyn

arvioimiseksi sekä pitkien sairauspoissaolojen yhteydessä. Lisäksi niitä tulee tehdä työkyvyn alentuessa, jotta voidaan arvioida jäljellä olevaa työkykyä ja tunnistaa mahdollisissa työperäisiä terveysvaikutuksia sekä sairauksia. (Työturvallisuuskeskus 2024b.)

Terveystarkastuksia tai niiden osia toteuttaa työterveyshoitaja, mutta vastuu tarkastuksista ja niiden tuloksista ja mahdollisista toimenpide-ehdotuksista on lääkärillä. (Työterveyslaitos & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17.)

Terveystarkastuksien tulee olla sisällöltään tarkoituksenmukaisia, toistettavia sekä käyttötarkoituksen mukaisia. Terveystarkastuksille asetetaan jonkinlainen tavoite, jonka perusteella tarkastuksen sisältö suunnitellaan. (Työterveyslaitos & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 19.) Tavoite voi olla esimerkiksi ammattitautien ja muiden työperäisten sairauksien ja oireiden ehkäiseminen, erityisen suuren sairastumisvaaran työntekijöiden kartoitus pois terveydelle vaarallisista töistä tai työntekijöille tiedon antaminen työn vaaroista ja niiden ehkäisemisestä. (Työterveyslaitos & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 21.)

Tavoitteiden määrittämisessä ja tarkastuksen suunnittelussa tulee huomioida työpaikan altistukset työntekijälle. Tarkastuksien tarkoituksena onkin löytää mahdollisia terveydellisiä vaikutuksia ja oireita työntekijöiltä mahdollisimman aikaisin, jotta niihin voidaan puuttua. Tarkastuksissa otetaan huomioon vain sellaista tietoa, joilla on vaikutusta tarkastuksen tavoitteeseen. Tarkastuksien sisältö onkin yksilöllinen ja yksityiskohtainen, jotta mahdollisten tulosten perusteella on helppo tehdä johtopäätöksiä. Terveystarkastuksien sisältö tulee olla monipuolinen, mutta se ei myöskään saa olla liian laaja. (Työterveyslaitos & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 19.)

Terveystarkastuksien sisällön suunnittelussa tulee aina huomioida yksilöllisesti työntekijän työ, työn vaatimukset ja altistukset sekä yksilölliset ominaisuudet. Sisällössä tulee kuitenkin huomioida aina asiat, jotka on sovittu työpaikan työterveyshuoltosopimuksessa, toimintasuunnitelmassa ja työpaikkaselvityksissä. Tärkeää on huomioida myös työntekijän edelliset työt, onko niissä ollut jonkinlaista altistusta sekä muut altistukset, jotka eivät ole työperäisiä. (Juutilainen 2004, 117.)

Terveystarkastukset etevät prosessin omaisesti, ne alkavat aina tarvemäärittämisestä, jossa selvitetään työpaikan tarve terveystarkastuksille. Kun tarve on määritetty, aloitetaan miettimään tarkastuksen tavoitetta. Kun tavoite on selvillä, aloitetaan suunnittelemaan tarkastuksen sisältö, toteutus ja seuranta. Sitten terveystarkastus toteutetaan ja toteutuksen jälkeen arvioidaan tarkastuksesta saatuja tuloksia. Kun tulokset on saatu arvioitua niin tuloksista annetaan lausunto sekä suosituksia mahdollisille muutoksilla. Kun nämä muutokset otetaan käyttöön niin prosessin vaiheesta puhutaan nimellä tuotos. Tuotoksessa siis konkreettisesti tehdään muutoksia otettujen tuloksien pohjalta. Viimeinen kohta on seuranta. (Työterveyslaitos & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17.)

3.3 Työpaikkaselvitykset

Työpaikkaselvitykset ovat työterveyshuollon yksi tärkeimmistä tehtävistä. Työpaikkaselvitykset toimivat työterveyshuollon perustana. (Rautjärvi 2014.) Työterveyshuollon ammattilainen toteuttaa työpaikkakäyntejä asiakkailleen ja näillä käynneillä toteutetaan työpaikkaselvitys. Nämä käynnit ovat yksi terveydenhoitajan tehtävistä, apunaan hänelle on muut työterveyshuollon ammattilaiset. Vastuu työpaikkakäynneistä on työnantajalla, mutta työterveyshuollon ammattilaiset toteuttavat ne. Eli näissä tehdään yhteistyötä työnantajan ja terveydenhuollon ammattilaisten välillä. (Työsuojeluhallinnon verkkopalvelu 2024b.)

Ennen työpaikalle menoa terveydenhoitaja aloittaa työpaikkaselvitykset esiselvityksellä. Esiselvityksessä terveydenhoitaja ottaa yhteyttä yritykseen ja pyytää heitä toimittamaan heidän tekemän riskinarvion tai työsuojelutoimintaohjelman. Ennakkoon myös pyydetään kaikkia yrityksen työntekijöitä täyttämään esitietokyselylomake. Esitiedoilla pyritään saamaan tietoa yrityksen henkilöstön rakenteesta, työolosuhteista, altisteista, suojainten käytöstä, työilmapiiristä, työmotivaatiosta sekä työn toimivuudesta. Työterveyshuollon tiimi tutustuu työpaikkaan etukäteen, jotta heillä on

mahdollisimman tarkka kuva työpaikasta ennen työpaikkakäyntiä. Yleensä työpaikkakäynnit tekevät työterveyshoitaja ja työterveyslääkäri, käynnit siis aina toteutetaan työpareina. Myös työfysioterapeutin tai työpsykologille voi olla tarvetta käyneillä. (Työterveyshuolto tutuksi – animaatiovideot 2023.)

Työpaikkaselvityksiä on tehtävä aina, kun työpaikalla on työntekijöitä. Työpaikkaselvityksien avulla selvitetään ja arvioidaan työpaikkojen olosuhteita, terveellisuutta ja turvallisuutta. Työpaikkakäynneillä terveydenhoitaja myös arvioi työn merkitystä työntekijöiden terveyteen ja työ- ja toimintakykyyn. Työpaikalla terveydenhoitaja arvioi mahdollisia terveydellisiä vaaroja ja tekee myös erilaisia mittauksia. Mittauksien avulla voidaan tukea vaarojen todellisuutta. Työntekijöille voidaan antaa myös erilaisia kyselyitä täytettäväksi työhön liittyen, joihin he vastaavat selvityksien yhteydessä. (Työsuojeluhallinnon verkkopalvelu 2024b.)

Työpaikkakäynnin ja saatujen esitietojen perusteella tehdään työpaikkaselvitysraportti, jossa tuodaan esille kuormitus ja riskitekijöiden merkitykset terveydelle. Raportissa lyhyesti kerrotaan työpaikan työprosessit sekä työympäristö, työntekijöiden tehtävät, psykososiaaliset sekä fyysiset kuormitustekijät ja fysikaaliset, biologiset sekä kemialliset aisteet. Näiden lisäksi raportissa kuvataan tapaturmavaarat, suositukset ensiapuvalmiudelle sekä suositukset alistuksiin liittyen. Raportti käydään läpi yhdessä työterveyshuollon, työnantajan sekä työntekijöiden tai heidän edustajiensa kanssa. (Työterveyshuolto tutuksi – animaatiovideot 2023.)

Työpaikkaselvitykset voidaan jakaa kahteen osaan, jotka ovat perusselvitys ja suunnattu selvitys. Aina ensimmäinen työpaikkaselvitys on perusselvitys ja tämän jälkeen selvitykset ovat myös perusselvityksiä, mikäli työterveyshuolto ei näe tarvetta suunnatulle selvitykselle. Työterveys voi myös toteuttaa perusselvityksen ja täydentää sitä suunnatulla selvityksellä. Suunnatussa selvityksessä keskitytään tarkemmin jonkun tietyn vaaran tai kuormitustekijän vaikutuksista terveyteen ja työ- ja toimintakykyyn, esimerkiksi voidaan keskittyä kemikaalien, fyysisen tai henkisten kuormitus tekijöiden selvitykseen. (Ilmarinen 2024.)

Työpaikkaselvityksiä tehdään aina, kun työpaikka aloittaa toimintansa, työ tai työolosuhteet muuttuvat, työterveyshuoltoon kertyneiden tietojen perusteella tai toimintasuunnitelman määräajan umpeutuessa. Terveystenhoitaja antaa työpaikoille suullisesti sekä kirjallisesti arvionsa yrityksen terveydellisestä arviosta, siinä tuodaan esille työterveyshuollon tekemät johtopäätökset sekä palaute sovitusta toimenpiteistä. Yrityksille terveystenhoitaja voi tarpeen mukaan tarjota myös ohjausta ja neuvontaa liittyen terveyteen ja työkykyyn. (Työterveyslaitos 2024d.)

Työpaikkaselvitykset ovat työpaikan jatkuvaa kehittämistä. Työpaikkaselvitys prosessi alkaa aina tarpeen arvioinnista, jossa arvioidaan, onko työpaikalla tarve työpaikkaselvitykselle. Tässä vaiheessa siis yritetään tunnistaa mahdollisia muutoksen tarpeita sekä suunnitellaan niiden muutoksien tarve. Jos työpaikkaselvitykselle on tarve, niin aloitetaan tekemällä esiselvittely, jossa kerätään alustavasti tietoa työpaikasta. Esiselvityksen jälkeen aletaan miettiä terveyteen ja työkykyyn positiivisesti ja negatiivisesti vaikuttavia tekijöitä. Näiden perusteella tehdään johtopäätökset terveyteen vaikuttavista tekijöistä, jotka ovat työperäisiä. Edellä mainittujen vaiheiden jälkeen työterveyshuolto tekee työpaikalle toimenpide-ehdotuksen. Saaduista tuloksista ja toimenpide-ehdotuksesta keskustellaan työpaikan kanssa. Työpaikka täydentää toimintasuunnitelmaansa ja myös mietitään, tarvitaanko millaisia toimenpiteitä työterveyshuollossa. Lopuksi toimenpiteitä ja niiden toteutumista seurataan yhdessä työterveyshuollon ja työpaikan yhteistyöllä sekä arvioidaan niiden vaikutusta työpaikalla. (Työterveyslaitos 2024e.)

Nykyisin on kehitetty myös digitaalinen uusi toimintamalli, joka nopeuttaa ja helpottaa työpaikkaselvityksien tekemistä. Siinä työpaikalla ja työterveyshuollolla on käytössään yhteinen digitaalinen alusta, joka auttaa reaaliaikaisempaan ja tehokkaampaan palveluun. Siinä perusrunko on samanlainen kuin edellä mainitussa, mutta teknologian hyödyntäminen on iso osa jokaista vaihetta. Siinä työpaikka ja työterveyshuolto laittavat tietoja puolin ja toisin yhteiseen digitaaliseen alustaan. Esimerkiksi arviointi ja suunnittelu alkaa siitä, että työpaikka eli työpaikan johto, esihenkilö, henkilöstö tai

henkilöstön edustaja lähettää työterveyshuoltoon tietoja, joita työterveyshuolto analysoi. Työpaikan vaara-, kuormitus ja voimavaratekijöiden tunnistamiseksi tehdään sähköisiä kyselyitä ennakkoon ja kommunikointi pääasiassa tapahtuu etäyhteydellä. (Työterveyslaitos 2024e.)

3.4 Työterveyshuollon toimintasuunnitelma

Työpaikkaselvityksien perusteella tehdään kirjallinen toimintasuunnitelma työnantajalle. Toimintasuunnitelman laatimiseen osallistuvat työnantaja sekä työterveyshuollon työntekijä. Toimintasuunnitelmassa tulee tulla esille työterveyshuollon tehtävät ja vastuut työkyvyn suhteen. Nämä tehdään jokaiselle yritykselle yrityskohtaisesti eikä kaikille tule automaattisesti esimerkiksi samoja tehtäviä. Suunnitelma on vapaamuotoinen ja siinä tulee näkyä molempien osapuolien eli työnantajan ja työterveyshuollon hyväksyminen. (Kansaneläkelaitos 2023.) Toimintasuunnitelmassa tulee näkyä työpaikan työterveyden tavoite sekä tarve perusteellisesti. Siinä tulee näkyä myös toiminnan vastuunjako eli mikä rooli kenelläkin on toiminnasta sekä toiminnan arviointi ja seuranta. (Rautjärvi 2014.)

Toimintasuunnitelma perustuu työpaikan tarpeisiin ja niissä otetaan huomioon työpaikan riskin arvioinnin tulokset. Tärkeimpänä toimintasuunnitelmassa tulee nostaa esille tehtävät, jotka tukevat työkyvyssä sekä ehkäisee työkykyyn liittyviä ongelmia. Toimintasuunnitelmassa tulee työterveyshuollon tehtävien ja vastuiden lisäksi olla työpaikan tarpeet sekä tavoitteet toiminnalle, työterveyshuollon yhteystiedot sekä menettelytavat, joilla toimintaa toteutetaan. (Työturvallisuuskeskus 2024c.)

Toimintasuunnitelma tehdään niin, että se on voimassa yhdestä viiteen vuoteen. Suunnitelmat kuitenkin tarkastetaan vähintään kerran vuodessa. Siinä arvioidaan, kuinka suunnitelma on toiminut ja tuottanut tulosta. Esimerkiksi onko suunnitelma edistänyt tavoitteita, onko toiminnalla ollut vaikutuksia ja onko tarpeisiin tullut muutoksia. Jos työpaikan toiminta muuttuu tai tarpeet muuttuvat niin suunnitelma aina muokataan ajankohtaiseksi. (Työterveyslaitos 2024f.)

4 Opinnäytetyön tavoite ja tehtävä

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoa terveydenhoitajan yleisimmistä tehtävistä työterveyshuollossa terveydenhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyössä tehtävänä on tuottaa tiivis ja selkeä video työterveyshoitajan työstä terveydenhoitajaopiskelijoille.

5 Opinnäytetyön toteutus

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on yksi vaihtoehto opinnäytetyön tekemiseen ammattikorkeakoulussa. Se on yksi tutkimuksellisen kehittämisen tapa ja opiskelija saa näyttää omaa ammatillista osaamistaan tuotoksen ja raportin avulla tutkimuksellisella osa-alueella. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotetaan ammatillinen tuotos, jonka tavoitteena on tuottaa arjen käytäntöjä hyödyttävä tuotos. Tuotoksen tulee olla sen kohderyhmälle tai toimintaympäristölle palveleva tuotos. (Kostamo, Airaksinen & Vilka 2022, 11.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä lopputuloksena on aina joku tuotos, esimerkiksi portfolio, tietopaketti, kirja, ohjeistus tai opas. Se voi olla mikä tahansa konkreettinen tuotos. Tuotoksesta riippumatta jokainen toiminnallinen opinnäytetyö käsittää yhden yhteisen piirteen, joka on viestinnällinen ja visuaalinen kokonaisilme, josta voidaan tunnistaa tavoiteltu päämäärä hyvin. (Vilka & Airaksinen 2003, 51). Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla myös pieni osa isompaa kokonaisuutta ja olla projektilähtöinen. Tällaisia ovat tuotoksia esimerkiksi ovat opetusvideo, elokuva, kokous, retki tai seminaari. Myös esimerkiksi tilasuunnittelun, lavastuksen tai malliston tekeminen ovat vaihtoehtoja toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotoksena. (Vilka 2021, 41.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotoksen lisäksi tehdään kirjallinen raportti, joka sisältää teoretistä tietoa aiheesta sekä opinnäytetyöprosessista. Raportissa tietoperustan avulla tarkastellaan sekä käsitellään tuotoksen tuloksia.

Toiminnallinen opinnäytetyö arvioidaan samalla tavalla yhdestä viiteen kuin muutkin opinnäytetyöt. Viitonen on paras mahdollinen arvosana ja ykkönen taas matalin arvosana. Karelia-ammattikorkeakoulussa opinnäytetyön arvioi oman opinnäytetyön ohjaajan lisäksi ulkopuolinen tarkastaja. Arvioinnissa huomioon otetaan erityisesti aihe, tausta sekä tiedonhallinta. Näiden lisäksi arvioinnissa katsotaan toteutusta, raportointia, kieliasua sekä prosessia ja kokonaispiirteittäin opinnäytetyön hallintaa. (Karelia-ammattikorkeakoulu 2024a.)

5.2 Toimeksiantaja, kohderyhmä ja lähtötilanne

Toimeksiantajana opinnäytetyössä toimii Karelia-ammattikorkeakoulun lehtori, joka opettaa työterveyshuollon opintoja. Terveystenhoitajaopinnot käydään ammattikorkeakoulussa ja laajuus on 240 opintopistettä. Karelia-ammattikorkeakoulussa opintojen kesto on 4 vuotta. Terveystenhoitaja opinnoissa nykyään Karelialla opiskellaan ensimmäiset kaksi vuotta sairaanhoitaja opintoja ja kolmantena vuotena sairaanhoitajaopintojen rinnalle mukaan tulevat terveystenhoitajaopinnot. Viimeinen eli neljäs vuosi on terveystenhoitajaopintoihin painottuva. Terveystenhoitajaopinnoista yksi osa on työterveyshuollon opinnot. (Karelia-ammattikorkeakoulu 2024b.)

Opinnäytetyön kohderyhmänä ovat terveystenhoitajaopiskelijat. Kohderyhmässä on mukana varmasti henkilöitä, joilla on jo tietoa enemmän tai vähemmän työterveyshuollosta ja sen tehtävistä. Mukana on myös oletettavasti henkilöitä, joilla tietoa työterveyshuollosta ei ole entuudestaan.

Aikaisemmin videoita työterveyshuollosta ja työterveydestä terveystenhoitajan näkökulmasta ei ole tehty Karelia-ammattikorkeakoulussa. Työterveyshuollon opinnot ovat osa työikäisten terveyden edistämiseen liittyvää opintojaksoa. Työterveyshuollon opinnot sijoittuvat terveystenhoitajaopintojen loppupuolelle eli kuudennelle lukukaudelle. Opetusvideoita on tehty tai on tekeillä myös muille terveystenhoitajantyön opintojaksoille Karelia-ammattikorkeakoulussa.

5.3 Hyvän videon teoria

Hyvä opetusvideo on havainnollistava ja kohderyhmälle sopiva. Hyvässä opetusvideossa on tekstitykset, jotta myös videon katsominen onnistuu eri kielellä tai kuulorajoitteisilta. Opetusvideon ei tule olla liian pitkä vaan napakka video on paras opetusvideo, videon tulee olla enemmän liian lyhyt kuin liian pitkä. Jotta videosta saa katsojalle kiinnostavan ja mieleenpainuvan niin voi ajatella, että video on vähän kuin kirja, jossa tulee olla hyvä ja jännittävä juoni, että video herättää mielenkiintoa. Hyvä opetusvideo on myös hyvin suunniteltu ja videon ideoinnissa kannattaa hyvän juonen lisäksi huomioida kohderyhmä ja miettiä mitä he tietävä jo aiheesta, on myös tärkeää miettiä tavoite videolle, joka liittyy opetuksellisuuteen. Myös videossa tulee olla hyvä ja selkeä rakenne, joka tulee huomioida jo suunnitteluvaiheessa. (Kuokkanen 2019.)

Hyvän pituinen opetusvideo noin 4–6 minuuttia. Liian pitkiä opetusvideoita harva katsoja jaksaa katsoa loppuun asti. Videon pituudesta riippumatta keskimäärin videoita katsotaan noin 6 minuuttia. Opetusvideon pituus ei saa siis olla liian pitkä. Etenkin jos videoon liittyy tehtäviä, jotka tulee tehdä videon perusteella niin, jos opetusvideo on liian pitkä niin tehtävätkin usein sivuutetaan. (Hakanurmi 2024.)

Jos opetusta vertaillaan oppikirjan ja videon oppimisen kautta, tulee videon olla sellainen, että se tuo jotain hyötyä videon katsojalle oppimisen merkeissä. On tärkeää, että katsoja kokee videon olleen katsomisen arvoinen sekä parempi vaihtoehto kuin esimerkiksi oppikirja. Hyvän opetusvideon kuuluisi olla esimerkiksi aktivoiva, syventävä, konkretisoiva ja muistamista tukeva. Hyvän opetusvideon sisällön lisäksi siinä tulisi olla hyvä äänenlaatu ja kuvan tulisi olla vakaa. (Hakanurmi 2024.)

5.4 Videon suunnittelu ja toteutus

Videon suunnittelun aloitin miettimällä, millaisen videon haluan tehdä. Halusin tehdä videosta erilaisen ja omantyyllisen, joten päädyin tekemään

terveydenhoitajan työstä työterveyshuollossa ”minun työpäiväni” videon. Kun olin päättänyt millaisen videon teen, niin aloitin videon käsikirjoituksen kirjoittamisen. Videon käsikirjoituksen (Liite 1) olen kirjoittanut keräämäni tietoperustan pohjalta. Kirjoitin käsikirjoituksen taulukkomuotoon, koska se tuntui selkeimmältä, kuvausvaihetta ajattelen.

Kun toimeksiantaja oli hyväksynyt käsikirjoituksen, aloin miettimään kuvausvaihetta. Varasin Karelia-ammattikorkeakoulun tiloista sopivan luokan käyttööni, jonne rakensin työterveyshuollon työpisteen. Kysyin toimeksiantajalta etukäteen, mitä tavaroita videolla olisi hyvä olla näkyvissä, että työpiste ei ole aivan täysin tyhjä. Tämän pohjalta otin työpöydälle rekvisiittana verenpainemittarin, laskimen, kuulokkeet, kyniä, muistiinpanovälineet, mittanauhan ja käsidesin. Lisäksi rakensin sivupöydän rokotusvälineille.

Videon kuvaus vaiheessa kuvasimme pätkiä erilaisista tilanteista terveydenhoitajan päivästä. Kuvaamisessa apunani toimivat kaksi ystävää, jotka myös esiintyvät videolla. Pätkät kuvattiin käsikirjoituksen (Liite 1) järjestyksessä, jotta editointi vaiheessa videopätkät olivat helposti järjestyksessä. Video on kuvattu Applen iPhone 15 pro Max puhelimella. Editoinnin tein Applen imovie sovelluksella. Valitsin tämän editointiohjelman, koska se oli ilmainen ja valmiiksi puhelimessani sekä se oli helppokäyttöinen.

Kun videoon tarvittavat kuvamateriaalit oli saatua kuvattua, alkoi editointi- sekä äänitysvaihe. Tekstidiat tein PowerPoint-ohjelmalla, jonne olin ladannut Karelian logolla varustellut diapohjat. Diat tallensin kuvana puhelimeeni ja siirsin ne sitten editointi ohjelmaan. Kun videopätkät sekä tekstidiat olivat valmiita, lisäsin ne editointisovellukseen, jonka jälkeen äänitin puheosiot Applen sanelinsovelluksessa. Videolla puhun suurimmaksi osaksi puhekielellä, koska video on ”minun työpäiväni” tyylinen video, niin kirjakielellä puhuminen olisi mielestäni ollut kummallista eikä olisi sopinut videoon. Tekstidia osiot ovat videolla enemmän ”virallisia” kohtia, joten niitä en puhunut puhekielellä. Kun sain puheosiot äänitettyä, siirsin äänen editointiohjelmaan ja aloitin editoimaan videota lopulliseen versioon.

Viimeisenä vaiheena videon editoimisessa oli tekstitykset. Tekstitykset videoon tein CapCut-sovelluksella, koska sovellus on ilmainen sekä helppokäyttöinen ja tekstien tekeminen käsin sujui ongelmitta. Halusin tehdä tekstitykset itse manuaalisesti, jotta niitä oli helpompi muokata oikeaan kohtaan sekä siten sai suoraan tehtyä tekstityksen ilman kirjoitusvirheitä.

5.5 Videon arviointi

Palautetta videosta sain Karelia-ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelija ryhmältä, joilla työterveyteen liittyvät opinnot ovat jo suoritettuna. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimiva opettaja esitti videon terveydenhoitajaryhmälleen sekä pyysi heitä täyttämään palautelomakkeen. Palautelomakkeen täytti 21 opiskelijaa. Videon palautelomakkeen (Liite 2) tein Webropol-ohjelmalla. Lomakkeessa oli yhteensä kuusi kysymystä. Viisi ensimmäistä kysymystä olivat pakollisia ja kuudes kysymys oli vapaaehtoinen. Palautelomakkeeseen vastaaminen tapahtui anonyymisti.

Ensimmäinen kysymys liittyi siihen, miten katsojat kokivat saavansa videosta tietoa terveydenhoitajan työstä työterveyshuollossa. Vastausvaihtoehdot olivat hyvin, melko hyvin, kohtalaisesti, melko huonosti ja huonosti. Palautteeseen vastanneista yhdeksän oli sitä mieltä, että he saivat hyvin tietoa videosta. Toiset yhdeksän vastaajaa vastasivat melko hyvin ja loput kolme vastasivat kohtalaisesti. Kohtiin melko huonosti tai huonosti ei tullut yhtään vastausta.

Toisessa kysymyksessä kysyttiin videon ymmärrettävyydestä.

Vastausvaihtoehdoista vastauksia tuli vaihtoehtoihin helppoa, melko helppoa tai kohtalaista. Neljätoista vastaajaa vastasi, että helppoa. Kuusi vastaajaa vastasi, että melko helppoa. Yhden vastaajan mielestä ymmärrettävyys oli kohtalaista. Yhtään vastausta ei vastausvaihtoehtoihin melko haastavaa tai haastavaa tullut.

Kolmannessa kysymyksessä kysyin videon selkeydestä ja visuaalisuudesta. Vastausvaihtoehdot olivat kyllä, ei tai en osaa sanoa. Kaikki vastaajat olivat

vastanneet kysymykseen kyllä eli video oli kaikkien katsojien mielestä selkeä sekä visuaalisesti miellyttävä.

Neljännessä kysymyksessä kysyttiin katsojan kiinnostuksen säilyvyydestä läpi videon. Vastausvaihtoehtoon hyvin vastasi viisi vastaajaa. Melko hyvin vastauksia oli kolmelta ja kohtalaisesti vastauksia oli kolme. Yhtään vastausta ei tullut vastausehdotuksiin melko huonosti tai huonosti.

Viidennessä kysymyksessä kysyttiin videon pituudesta ja millaiseksi katsoja sen koki. Vastausvaihtoehdot olivat liian lyhyt, sopiva tai liian pitkä. Yksi vastaajista oli sitä mieltä, että video oli liian lyhyt. Yhden vastaajan mielestä taas video oli liian pitkä. Yhdeksätoista vastaajan mielestä video oli kuitenkin sopivan pituinen.

Viimeisessä eli kuudennessa kysymyksessä kysyin muuta kehitettävää tai hyvää videosta ja vapaata palautetta. Kysymykseen vastaaminen ei ollut pakollinen. Siihen tuli kaksi vastausta. ”Pikkuhuomioita: neuloja ei ehkä esille laitettaisi videon tapaan (turvallisuusaspekti) ja verenpainetta ei ehkä noin paksun paidan päältä oikeasti mitattaisi (tarkkuusaspekti). Pätkiin, jossa oli luettavana sama teksti kuin ääniraidalla, olisi hyvä laittaa jotain visuaalista ”ärsykettä” . ”

”Olisi ollut kiva jos esimerkkipäivänä olisi näkynyt muutakin työtä kuin tarkastuksia, mutta onneksi niistä kuitenkin kerrottiin.”

Toimeksiantaja antoi palautetta videosta, kun videon ensimmäinen versio oli valmis. Palautteessa positiivisesti esille tuli se, kuinka video on erilainen ja mielenkiintoisella tavalla kuvattu. Kehitettäviä kommentteja tuli myös toimeksiantajalta ja näiden kommenttien perusteella muokkasinkin videon lopulliseen versioon. Kehitettävää ensimmäisessä versiossa oli puhenopeus, sillä puhe oli paikoittain liian nopeaa ja tämän takia puhe ja tekstitys eivät menneet samaa tahtia, joka loi hieman haastetta videon katsojalle. Kehitettävää oli videon sisällössä lähinnä muutamissa sanamuodoissa, jotka muokkaamalla videosta sai selkeämmän. Myös videon puhekielisydestä tuli kommentti, ettei

siitä välttämättä kaikki pidä, mutta toimeksiantajan mielestä puhekieliset kohdat tekivät videosta juuri minun näköiseni. Lopulliseen versioon videosta toimeksiantaja oli tyytyväinen.

6 Pohdinta

6.1 Tuotoksen tarkastelu

Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä tietoa terveydenhoitajan yleisimmistä tehtävistä työterveyshuollossa terveydenhoitajaopiskelijoille ja tässä tavoitteessa onnistuin mielestäni hyvin. Sain mielestäni tiivistettyä yleisimmät tehtävät hyvin opinnäytetyöni tuotokseen. Onnistuin videossa kokonaisuudessaan hyvin ja sain koottua hyvän videon kasaan. Opinnäytetyön tehtävänä oli tuottaa tiivis ja selkeä video aiheestani. Kuokkanen (2019.) kertoo, että hyvä video on mieluummin liian lyhyt kuin liian pitkä. Hakanurmi (2024.) toteaa, että videon sopiva pituus olisi hyvä olla noin 2–6 minuuttia ja yli 6 minuutin videot ovat liian pitkiä. Tässä opinnäytetyössä tavoitteenani videon pituuden suhteen oli, että videon pituus olisi noin 4–5 minuuttia, jotta katsojat jaksavat katsoa videon loppuun asti. Lopulta videon pituudeksi kokonaisuudessa tuli 4 minuuttia ja 16 sekuntia. Videon pituus on siis mielestäni sopiva ja pääsin tuohon tavoitteeseen videon keston suhteen.

Kuokkanen (2019.) kertoo, että hyvässä videossa oli hyvä olla mietittynä opetuksellinen tavoite. Videossani oli tavoitteena lisätä tietoa terveydenhoitajan työstä työterveyshuollossa terveydenhoitajaopiskelijoille.

Kuokkasen (2019.) mukaan hyvä video on hyvin suunniteltu ja kohderyhmä otetaan huomioon jo ideointi vaiheessa. Videossa tulisi olla hyvä ja selkeä rakenne, joka tulee huomioida jo suunnitteluvaiheessa. Tässä opinnäytetyössä video suunniteltiin hyvin ja videolle tehtiin selkeän rakenteen jo käsikirjoitusta tehtäessä. Myös kohderyhmän otin huomioon alusta asti, kun aloitin videota suunnittelemaan.

Hakanurmi (2024.) kertoo, että oppimiseen käytettävän videon tulee olla sellainen mikä tuo katsojalle hyötyä oppimisen merkeissä. Tärkeää myös on,

että katsoja kokee videon olleen katsomisen arvoinen ja parempi vaihtoehto kuin oppikirja. Mielestäni videossa kerroin terveydenhoitajan työstä työterveyshuollossa pintapuolisesti ja selkokielellisesti, jotta aiheesta tietämätönkin pystyy katsomaan videon ymmärrettävästi. Tein videosta erilaisen, jonka uskon sen vaikuttavan videon kiinnostavuuteen

Aluksi tuntui, että minulla on hyvä visio videosta päässäni, mutta en saa sitä kirjoitettua ylös. Myös kun käsikirjoituksen olin saanut kirjoitettua, tuntui, ettei ideani videosta tule esille siinä, joten mietin, että mitenhan saan videon toteutettua. Kuitenkin editointivaiheessa huomasin, että olen saanut oman ideani hyvin videoon. Pelkkää käsikirjoitusta (Liite 1) lukemalla ideaa ei saa vaan niin hyvin esille, mutta valmiissa tuotoksessa ideani onnistui hyvin.

Hakanurmen (2024.) mukaan videossa tulee olla hyvä äänenlaatu sekä kuva tulisi olla vakaa. Videostani tuli mielestäni selkeä ja puhun siinä rauhallisesti. Aluksi puhuminen oli haastavaa, koska oli vaikeaa puhua tarpeeksi hitaasti ja rauhallisesti, mutta lopulta onnistuin siinä. Äänenlaatu olisi voinut olla videossa parempi, jos sen olisi tehnyt jollain oikeilla välineillä ja äänieristetyssä tilassa, mutta puhelimesta sai mielestäni myös riittävän äänenlaadun ja sitä pystyi äänityksen jälkeen vielä parantamaan, ettei kaikki taustäännet kuulu videolla. Kuvanlaatu videollani on mielestäni vakaa ja hyvä, siitäkin olisi saanut varmasti vielä paremman, jos käytössä olisi ollut oikeat välineet.

Kuokkanen (2019.) toteaa, että hyvässä videossa on tekstitykset, jotta videon katsominen onnistuu rajoituksista huolimatta. Minun videossani on tekstitykset, jotka ovat tarpeeksi isolla. Myös tekstidiat olen jakanut pienempiin osiin, ettei yhdessä diassa ole liian paljon tekstiä. Videosta sain positiivista palautetta ja palautteen antajista suurin osa oli sitä mieltä, että video oli sopivan pituinen sekä että, videossa aiheesta tuli esille hyvin tai melko hyvin esille terveydenhoitajantyö. Tämä mielestäni kertoo siitä, että onnistuin tuottamaan tiiviin videon, johon sain sisällytettyä aiheeni hyvin.

6.2 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön eri muodoissa luotettavuudella tarkoitetaan eri asioita, mutta kaikissa opinnäytetyöissä samaa on se, että minkään työn ei tulisi antaa sattumanvaraisia tuloksia eikä kehitysideoita. Ristiriitaista tietoa ei myöskään tulisi olla luotettavassa opinnäytetyössä. Luotettavuuden arviointia tehdään läpi koko opinnäytetyöprosessin. Reflektointi on tärkeää koko prosessin ajan luotettavuuden kannalta, sillä arvioidaan omaa tekemistäsi, valintoja, valintojen johdonmukaisuutta sekä tarkoituksenmukaisuutta. Myös oma toiminta vaikuttaa työn luotettavuuteen, kun valitaan aineistoja ja lähteitä, joita käytät. Aineistojen keräämisessä luotettavuuden kannalta esille nousee huolellinen suunnittelu sekä toteutus. Lähteiden kanssa luotettavuudesta esille nousee lähdekritiikki. (Vilka 2023, 302–303.)

Kun opinnäytetyötä arvioidaan niin ei riitä, että sanoo, että on tehnyt tämän työn eettisten periaatteiden mukaisesti, vaan sitä täytyy osata perustella. Arvioinnin tulee olla rehellistä sekä tarkkaa, ja nämä ovat hyvän tieteellisen käytännön yksiä tärkeimpiä asioita. Lukijalle täytyy välittyä se, miten on itse toiminut eettisesti. Myös tekijänoikeuksien noudattaminen kuuluu hyviin tieteellisiin käytäntöihin. (Vilka 2023, 197–201.)

Ennen opinnäytetyön aloitusta on tärkeää tutustua hyvän tieteellisen tutkimuksen ohjeistuksiin. Jos opiskelija ei välitä näistä ohjeistuksista se on eettisesti väärin, on ohjeistuksien vastaista ja voi olla jopa laitonta. Opinnäytetyön kohteen mukaan, tulee huomioida eettisyys, kohteena voi olla esimerkiksi henkilö tai henkilöitä, ammattiala, tutkimusyhteisö tai tutkimuksen rahoittaja. Edellä mainituista oli kohde mikä tahansa tulee jokaisen kuitenkin noudattaa hyvän tieteellisen käytännön ohjeistuksia, jotka on sovittu suomalaisessa tiedeyhteisössä. (Arene 2019, 8.)

Tutkimukset tulee suorittaa hyvien tieteellisten käytäntöjen mukaan, jotta tutkimuksesta voidaan puhua, että se on luotettava ja eettinen. Kun tutkimukset suoritetaan hyvän tieteellisen käytännön eli HTK:n mukaisesti niin voidaan tutkimusta pitää uskottavana. HTK muodostuu neljästä peruseriaatteesta, jotka ovat luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto. Nämä peruseriaatteet

tulevat eurooppalaisesta tutkimuseettisestä ohjeistuksesta. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2024.)

Tutkimuksen luotettavuus perustuu koko tutkimus prosessiin, sen järjestelmällisyyteen ja johdonmukaisuuteen. Koko tutkimuksen ajan täytyisi reflektoida omaa tekemistään ja arvioida kaikkia valintoja, tärkeää on myös osata koko tutkimus prosessin ajan perustella omat valinnat ja toimintatavat. Luotettavuus opinnäytetyössä näkyy myös aineistojen ja lähteiden valinnassa. Aineistojen keräämisessä on tärkeää suunnitella se huolellisesti ja toteuttaa se huolellisesti. Lähteiden valinnoissa lähdekritiikin täytyy olla huolellista. (Vilka 2021, 185–186.) Opinnäytetyössäprosessin aikana olen reflektoinut omaa osaamistani ja työskentelyä säännöllisesti. Tämä on auttanut minua ymmärtämään prosessia ja aihealuetta paremmin. Olen paljon tarkastellut omia työskentelytapoja sekä lähteiden kriittisyyttä. Osa lähteistäni on ollut vanhoja, mutta tieto on ollut edelleen paikansa pitävää eikä uudempia lähteitä ole aiheista tehty.

Eettisyyden tarkastelu on nykyään puhuttanut ihmisiä enemmän kuin ennen, jonka vuoksi ohjeita eettisyyden tarkasteluun nykyään löytyy hyvin. Yksi näistä on tutkimuseettisen neuvottelukunnan luoma ohjeistus hyvästä tieteellisesti käytännöstä. Eettisyys tutkimuksissa voi tarkoittaa esimerkiksi tutkimuksiin osallistuvien henkilöiden yksityisyyden säilyttäminen. Ennen tutkimuksiin osallistumista tulisi kertoa tutkimukseen osallistuville henkilöille mistä tutkimuksessa on kyse tai mihin aineistoja kerätään. Heillä on oikeus saada tietoa asioista ennen kuin osallistuvat tutkimukseen. (Hakala 2024, 224.) Näitä samoja eettisiä käytäntöjä voi hyödyntää toiminnallisessa opinnäytetyössä. Tässä opinnäytetyön palautekysely toteutettiin anonymisti, joten kenenkään lomakkeen täyttäneen henkilötietoja ei ole kysytty eikä tietoja otettu ylös. Lomakkeen täyttäneille on kerrottu mistä opinnäytetyön tuotoksessa on kysymys ja miksi palautetta kysytään. Hyvä eettisyys tulee esille opinnäytetyössä myös videossa, jossa minun lisäksi esiintyy kaksi kaveriani. Heiltä molemmilta olen saanut suostumuksen julkaistu videon.

6.3 Opinnäytetyöprosessin tarkastelu ja ammatillinen kasvu

Terveydenhoitajan rooli työterveyshuollossa on minulle entuudestaan tuntematon aihe. Ylipäätään työterveyshuollosta minulla ei ole ollut minkäänlaista aikaisempaa tietoa. Kun puhutaan työterveyshuollosta, niin ensimmäisenä tulee mieleen vain, että voidaan työskennellä yksityisellä puolella sekä työterveystarkastukset, joiden sisällöistä tai mistään muusta ei ole minulla tietoa.

Aloitin opinnäytetyöprosessin tammikuussa 2024, jolloin aloitin kirjoittamaan raporttipohjaan opinnäytetyö suunnitelmaa, suunnitelman sain valmiiksi keväällä 2024. Syksyllä 2024 aloin täydentämään raporttia opinnäytetyö muotoon sekä miettimään opinnäytetyön tuotosta eli videota. Kun olin saanut raportin teoriapohjan hyvälle mallille, aloin tekemään videon käsikirjoitusta (Liite 1).

Opinnäytetyöprosessi on ollut todella opettavainen kokemus. Ensinnäkin olen oppinut paljon uudesta aihealueesta eli terveydenhoitajan työstä työterveyshuollossa. Uskon myös, että tämän opinnäytetyöprosessin avulla olen pystynyt paremmin sisäistämään ja oppimaan aiheesta. Prosessin alussa aiheeni tuntui vaikealta, tuntui ettei tietoa aiheesta löydy hirveästi ja olin todella sekaisin aiheesta, sillä tuntui etten ihan ymmärrä esimerkiksi mitä kaikkia työtehtäviä terveydenhoitajalle työterveydessä oikeasti kuuluu. Kun prosessia sai työstettyä eteenpäin, alkoi tuo kaikki itselle selkiytymään.

Prosessin alussa minua myös huolestutti, miten saan videon kuvattua ja editoitua, koska en ole aikaisemmin tehnyt mitään videoita. Myös käsikirjoituksen tekeminen oli minulle uutta. Joten tämä oli myös opettavainen kokemus kokonaisuutena videon tekemisen osalta.

Tein opinnäytetyön yksin, joka ei ollut alkuperäinen tarkoitukseni, sillä olisin halunnut tehdä työn parin kanssa. Alkuun yksin tekeminen tuntui todella isolta haasteelta ja olin varma, etten saa opinnäytetyötä tehtyä, mutta lopulta yksin

tekeminen onkin osoittautunut minulle sopivaksi ja olen tyytyväinen, että tein tämän yksin. Yksin olen pystynyt aikatauluttamaan koko prosessin omien menojeni mukaan ja pystynyt tekemään opinnäytetyö missä vain, milloin vain. Uskon myös, että prosessi on ollut opettavaisempi yksin tehtynä. Ammatillisena kasvuna olen oppinut ja kehittynyt tiedonhaussa, josta on hyötyä tulevaisuutta ajatellen työelämässä. Videosta sain myös tehdä juuri omanlaiseni ja toteuttaa videon haluamallani tavalla, kun tein tämän yksin.

6.4 Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet

Opinnäytetyöni tuotosta Karelia-ammattikorkeakoulu pystyy hyödyntämään erityisesti työterveyshuoltoon liittyvissä opinnoissa. Videota voidaan hyödyntää myös muilla opintojaksoilla sekä erilaisissa tilanteissa, jossa on tarpeellista esittää terveydenhoitajan työn eri osa-alueita ja työtehtäviä.

Jatkokehitysmahdollisuuksia aihealueesta on paljonkin. Käsittelen terveydenhoitajan yleisimpiä työtehtäviä aika pintapuoleisesti ja muutamista tehtävistä kerron enemmän ja joistain tehtävistä olen vain maininnut. Jatkossa aihealueesta voisi valita yhden terveydenhoitajan tehtävän ja kertoa siitä laajemmin ja tarkemmin. Esimerkiksi video sarjaa voisi jatkaa niin, että tehtäisiin videot jokaisesta terveydenhoitajan työtehtävästä työterveyshuollossa.

Lähteet

- Arene. 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. <https://urly.fi/21ln>. 1.9.2024.
- Hakala, J. 2024. Laadullisen tutkimuksen abc. Gaudeamus Oy.
- Hakanurmi, S. 2024. Pedagogisesti mielekäs video. <https://blogit.utu.fi/erappu/pedagogisesti-mielekas-video/>. 1.9.2024.
- Ilmarinen. 2024. Työpaikkaselvitys. <https://www.ilmarinen.fi/tyokyky/tyoterveysyhteistyö/tyonantaja/tyopaikkaselvitys/>. 30.8.2024.
- Juutilainen, I. 2004. Työterveyshoitajan käsikirja. Helsinki: Edita.
- Kansaneläkelaitos. 2023. Ehkäisevä työterveyshuolto. <https://www.kela.fi/tyonantajat-ehkaiseva-tyoterveyshuolto>. 30.9.2024.
- Karelia-ammattikorkeakoulu. 2024a. Karelian opinnäytetyön ohje: arviointi. <https://libguides.karelia.fi/c.php?g=679019&p=4841894>. 27.10.2024
- Karelia-ammattikorkeakoulu. 2024b. Terveystarkastaja AMK. <https://opintoopas.karelia.fi/47/fi/94/128/487>. 30.8.2024.
- Kosonen, I. 2016. Työterveyshuolto ennen ja nyt. Työterveys wellamo blogit. lokakuu 2016. <https://www.tyoterveyswellamo.fi/2016/10/28/tyoterveyshuolto-ennen-ja-nyt/>. 11.2.2024.
- Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi. Helsinki: Art house oy.
- Kuokkanen, A. 2019. Vaikuttava opetusvideo: tee se näin. Mediamaisteri. <https://www.mediamaisteri.com/blog/kuinka-tehda-vaikuttavia-opetusvideoita>. 13.5.2024.
- Leino, T., Rautio, M., Kanervisto, M., Tilli, J. & Kaleva, S. 2014. Terveystarkastuskäytännöt suomalaisessa työterveyshuollossa. Helsinki: Työterveyslaitos. Julkari. <https://urly.fi/3AiM>. 15.4.2024.
- Rautjärvi, L. 2014. Toimintasuunnitelmista, työpaikkaselvityksestä ja terveystarkastuksista. Työterveyshoitaja-lehti 2014 (3) 25. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/tyt/article/trh00052/search/ty%C3%B6paikkaselvitys>. 29.10.2024.
- Savolainen, A., Antti-Poika, M. & Torstila, I. 1993. Työterveyshuolto lääketieteen erikoisalana. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 1993 (18). <https://www.duodecimlehti.fi/duo30267>. 11.2.2024.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2024. Työterveyshuolto. <https://stm.fi/tyoterveyshuolto>. 14.4.2024.
- Terveystalo. 2024. Työterveyshoitaja. <https://www.terveystalo.com/fi/palvelut/tyoterveyshoitaja>. 30.8.2024.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 22.4.2024. Hyvä tieteellinen käytäntö. <https://tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk>. 1.9.2024.
- Työsuojeluhallinnon verkkopalvelu. 2024a. Työterveyshuolto. <https://tyosuojelu.fi/tyoterveys-ja-tapaturmat/tyoterveyshuolto>. 11.2.2024.

- Työsuojeluhallinnon verkkopalvelu. 2024b. Työpaikkaselvitykset.
<https://tyosuojelu.fi/tyoterveys-ja-tapaturmat/tyoterveyshuolto/tyopaikkaselvitys>. 30.8.2024.
- Työterveyshoitajat. 2024. Työterveyshoitajan työ.
<https://tyoterveyshoitajat.fi/tyoterveyshoitajan-tyo/>. 11.2.2024.
- Työterveyshuolto tutuksi – animaatiovideot. 2023. Työpaikkaselvitys. YouTube--video. <https://www.youtube.com/watch?v=CSI71ac2GLg>. 29.10.2024.
- Työterveyslaitos, Sosiaali- ja terveysministeriö. 2005. Terveystarkastukset työterveyshuollossa. Vammala: Vammalan kirjapaino.
- Työterveyslaitos. 2024a. Työterveyshuollon osaajaksi. <https://urly.fi/3ycm>. 13.5.2024.
- Työterveyslaitos. 2024b. Työterveyshenkilöstö.
<https://www.ttl.fi/teemat/tyoterveys/tyoterveyshuolto/tyoterveyshenki-losto> .1.9.2024.
- Työterveyslaitos. 2024c. Terveystarkastukset.
<https://www.ttl.fi/teemat/tyoterveys/tyoterveyshuolto/terveystarkastukset>. 14.4.2024.
- Työterveyslaitos. 2024d. Työpaikkaselvitykset.
<https://www.ttl.fi/teemat/tyoterveys/tyoterveyshuolto/tyopaikkaselvitykset>. 1.9.2024.
- Työterveyslaitos. 2024e. Työpaikkaselvitykset.
<https://www.ttl.fi/oppimateriaalit/tyofysioterapian-ja-tyoterveyspsykologian-hyvat-kaytannot/3-tyopaikkaselvitys> . 27.10.2024.
- Työterveyslaitos. 2024f. Toimintasuunnitelma.
<https://www.ttl.fi/oppimateriaalit/tyofysioterapian-ja-tyoterveyspsykologian-hyvat-kaytannot/4-toimintasuunnitelma>. 30.9.2024.
- Työturvallisuuskeskus. 2024a. Työterveyshuollon järjestäminen.
<https://ttk.fi/tyoterveysyhteistyo/tyopaikan-tyoterveyspalvelut/tyoterveyshuollon-jarjestaminen/>. 3.5.2024.
- Työturvallisuuskeskus. 2024b. Lakisääteiset terveystarkastukset.
<https://ttk.fi/tyoterveysyhteistyo/tyopaikan-tyoterveyspalvelut/lakisaateiset-terveystarkastukset/>. 3.5.2024.
- Työturvallisuuskeskus. 2024c. Työterveyshuollon toimintasuunnitelma.
<https://ttk.fi/tyoterveysyhteistyo/tyopaikan-tyoterveyspalvelut/tyoterveyshuollon-toimintasuunnitelma/>. 30.9.2024.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vilka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Österman, P. 2017. Työterveystulevaisuus. Työterveyshoitaja-lehti 2017 (3) 20–21.
<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/tyt/article/trh00269/search/ty%C3%B6terveys>. 29.10.2024.

Videon käsikirjoitus

Minun työpäiväni: terveydenhoitajan työ työterveyshuollossa

Kohtaus	Puhe/teksti	Kuva
Alkudia	Tekijä: Nilla Pirinen 2024 Terveystenhoitajan työ työterveyshuollossa video	
Kohtaus 1:	"Hei, mie oon terveydenhoitaja Maija ja työskentelen työterveyshuollossa. Tällä videolla työ pääsette miun mukaan seuraamaan miun työpäivää, joten tervetuloa seuraamaan päivääni. "	Kuvataan kun hoitaja kävelee ulkona, saapuu työhuoneeseen
Kohtaus 2: otsikko, esittely, käyttötarkoitus	"Tän videon tarkoituksena on kertoa yleisimmät työtehtävät työterveyshuollossa, joita me terveydenhoitajat tehdään. Työterveyshuollossa työnkuvani on hyvin laaja ja työtä tehdään myös moniammatillisesti."	Saapuu työhuoneeseen, istuu työpisteelle koneen ääreen
Kohtaus 3: Kerrotaan työterveyshuollon tehtävät	Meidän terveydenhoitajien työnkuvaan kuuluu työterveystarkastukset, työpaikkaselvitykset sekä toimintasuunnitelmien laatiminen. Näiden lisäksi terveydenhoitajan työhön kuuluu koulutuksien toteutus, ensiapuvalmiuden suunnittelu, terveysneuvonnat sekä työkyvyn edistäminen ja seuranta, kehittäen työterveysyhteistyötä asiakasyritysten kanssa. Seuranta toteutetaan itsenäisesti sekä moniammatillisesti työterveyslääkäriä sekä muiden asiantuntijoiden kanssa.	Järjestele rokotuspöydän tarvikkeita, terveystarkastus tilanne, verenpaineen mittaus


Kohtaus 4:	”Aamusta yleensä, kun oon avannut tietokoneen, katon ekana mitä työpäiväni pitää sisällään. Tänään olen ihan paikan päällä täällä työpaikalla, sillä miulle tulee asiakkaita työterveystarkastuksiin”	Verenpaineen mittaus, terveystarkastus tilanne
Kohtaus 5: Teksti dia	Työterveystarkastukset ovat yksi osa terveydenhoitajan työnkuvaa. Työterveystarkastuksien tarve määräytyy työpaikan ja työterveyshuollon välisestä sopimuksesta. Sopimus perustuu työpaikkaselvityksiin ja toimintasuunnitelmaan.	
Kohtaus 6: Teksti dia	Työterveystarkastuksien avulla saadaan tietoja työntekijän sekä työyhteisön terveydentilasta sekä työ- ja toimintakyvystä. Työterveystarkastuksien avulla arvioidaan ja tuetaan työntekijän työkykyä ja työn vaikutuksia terveyteen. työterveystarkastuksien sisältö suunnitellaan asetetun tavoitteen ja työn altisteiden ja kuormitustekijöiden mukaisesti.	
Kohtaus 7: Lounas	” Seuraavaksi käyn syömässä lounasta, jonka jälkeen mulla on palaveri liittyen koulutuksiin.”	Hoitaja istuu tietoneella
Kohtaus 8:	”Meidän terveydenhoitajien tulee suorittaa viidentoista opintopisteen koulutus, joka on lakisääteinen. Koulutus tulee suorittaa kahden vuoden sisällä, kun on aloittanut työt työterveyshuollossa. Kun koulutuksen on suorittanu saa työskennellä	Hoitaja istuu tietokoneella, hoitaja laittaa kuulokkeet, istuu palaverissa, kuulokkeet päässä

	työterveyshuollossa laillisena työterveyshoitajana. Meillä on alottanu muutama uus terveydenhoitaja, joten palaverissa kerron heille koulutuksesta ja siitä, kuinka he voivat sen suorittaa.”	
Kohtaus 9:	”Palaverin jälkeen mulla on vielä muutamit työterveystarkastukset tälle päivälle.”	Hoitaja istuu koneella, verenpaineen mittaus
Kohtaus 10:	”Nyt päivän loputkin asiakkaat ovat käyneet ja loppupäivän tutustun huomiseen työpäivään. Huomenna mulla on työpaikkakäynti erään asiakasyrityksen kanssa. Ennakoon olen saanut heiltä riskinarvion työpaikasta sekä lähettänyt koko työpaikan täytettäväksi esitietolomakkeen. Näiden tietojen sekä yritysten muiden tietojen avulla olemme moniammatillisesti tutustuneet yritykseen etukäteen tiiminä. Työpaikkakäynnit ovat yksi osa työpaikkaselvityksiä.”	Verenpaineen mittaus, verenpainemittarin desinfiointi, hoitaja istuu tietokoneella
Kohtaus 11: Teksti dia	Työpaikkaselvitykset tehdään moniammatillisesti. Työpaikkakäynnit toteutetaan joko yksin, työpareittain tai tiimeissä. Työterveyshoitajan mukana on esimerkiksi työfysioterapeutti.	
Kohtaus 12: Teksti dia	Työpaikkaselvityksissä arvioidaan työpaikan olosuhteita, terveellisyyttä ja turvallisuutta. Työpaikalla terveydenhoitaja arvioi mahdollisia terveydellisiä vaaroja ja tekee mittauksia arvioinnin tueksi. Työpaikkaselvityksissä	

	terveydenhoitaja tekee yhteistyötä yrityksen koko työyhteisön kanssa.	
Kohtaus 13:	”Sitten kun olemme käyneet työpaikalla tekemässä työpaikkaselvityksen niin sen jälkeen teemme fysioterapeutin kanssa yhdessä työpaikkaselvitysraportin. Raportin perusteella tehdään moniammatillisessa yhteistyössä yritykselle toimintasuunnitelma. Suunnitelman tekoon osallistuvat minun lisäksi työnantaja sekä työterveyslääkäri ja työterveyspsykologi.	Istuu työfysioterapeutin kanssa työhuoneessa
Kohtaus 14: Teksti dia	Työpaikkaselvityksen perusteella yritykselle tehdään toimintasuunnitelma. Toimintasuunnitelmassa täytyy näkyä työterveyshuollon tehtävät ja vastuut työkyvyn suhteen. Suunnitelmassa tulee myös näkyä työterveyshuollon tavoitteet ja tarve työpaikalle sekä myös työterveyden vastuunjako, arviointi ja seuranta. Suunnitelma on jokaiselle yritykselle yrityskohtainen.	
Kohtaus 15: Kiitokset	” Tässä oli yks tavallinen työpäiväni. Toivottavasti opit jotain uutta terveydenhoitajan työstä työterveyshuollossa. Kiitos kun katsoit videon.”	Sammuttaa tietokoneen, lähtee työpisteeltä
Loppudia	Kiitos kun katsoit videon! Opinnäytetyö 2024 Terveystenhoitajakoulutus Nilla Pirinen	

Palautelomake

Opinnäytetyön videon palautelomake

 Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (*)

Miten hyvin sait videosta tietoa terveydenhoitajan työstä työterveyshuollossa? *

- Hyvin
- Melko hyvin
- Kohtalaisesti
- Melko huonosti
- Huonosti

Millaiseksi koit videon sisällön ymmärrettävyyden? *

- Helppoa
- Melko helppoa
- Kohtalaista
- Melko haastavaa
- Haastavaa

Oliko video mielestäsi selkeä ja visuaalisesti miellyttävä? *

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

Miten kiinnostuksesi säilyi videon ajan? *

- Hyvin
- Melko hyvin
- Kohtalaisesti
- Melko huonosti
- Huonosti

Millaiseksi koit videon pituuden? *

- Liian lyhyt
- Sopiva
- Liian pitkä

Oliko videossa mielestäsi jotain muuta kehitettävää/hyvää, mitä? Vapaa palaute.

Lähetä