

**NEUVOLAPALVELUT- ESITE TERVEYDENHOITAJIEN
TYÖN TUkena ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLASSA**



Terveydenhoitotyön kehittäminen

Hoitotyön koulutusohjelma, Terveydenhoitaja, AMK

Hämeenlinna 7.12.2009

Theresia Raunio

Saija Ylikauppila



SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	TERVEYDEN EDISTÄMINEN ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLASSA.....	3
3	TERVEYDENHOITAJA TERVEYSNEUVONNAN TOTEUTTAJANA.....	6
4	KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TARKOITUS JA TAVOITTEET	9
5	KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUS	10
6	KEHITTÄMISTEHTÄVÄN ARVIOINTIA JA POHDINTAA.....	11
	LÄHTEET	13
LIITE 1	Neuvolapalvelut esite	

1 JOHDANTO

Kaikissa kunnissa on äitiys- ja lastenneuvoloita joko terveystakeskusvastaanottojen yhteydessä tai itsenäisinä neuvolinoina. Niiden tavoitteena on odottavan äidin, lapsen ja koko perheen mahdollisimman hyvä terveys. Neuvolapalvelut ovat asiakkaalle ilmaisia ja vapaaehtoisia.

Lapsen ja hänen vanhempiansa aito kohtaaminen luo pohjan perheen ja neuvolahenkilöstön yhteistyölle. Hyvä yhteistyösuhde mahdollistaa lapsen ja perheen tuen tarpeiden tunnistamisen, perhekohtaisten tavoitteiden asettamisen ja suunnitelman laatimisen. Erilaiset menetelmät, kuten tiedollisen ja emotionaalisen tuen antaminen, perustuvat lapsen ja perheen tarpeisiin. Hyvin suunnitelluista ja toteutetuista neuvolapalveluista voidaan odottaa tavoitteiden suuntaisia tuloksia. (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena 2008, 94.)

Neuvola tuottaa ennaltaehkäiseviä terveystalveluita Hyvinkääläisille, liittyen perhesuunnitteluun (raskauden ehkäisy, seksuaaliterveys) sekä äitiys- ja lastenneuvolan palveluihin. Neuvola toimii myös asiantuntijana omalla vastuualueellaan päätöksentekijöille lasta, nuorta ja perhettä koskevissa asioissa. Neuvolan keskeisiä työmuotoja ovat vastaanottotoiminta, kotikäynnit, perhevalmennus, ryhmätoiminta, puhelinneuvonta ja koulutus – ja teemapäivät. Neuvolan tavoitteena on lisätä lasta odottavien ja lapsiperheiden hyvinvointia ja terveyttä. Perhesuunnittelun ja raskauden ehkäisyneuvonnan tavoitteena on parantaa seksuaaliterveyttä ja tarjota raskauden ehkäisyneuvonnan palveluita.

Neuvolatoiminnan haasteellisuuden lisääntymisen myötä lapsen ja perheen pulmien ehkäiseminen ja hoitaminen edellyttävät yhä useammin suunnitelmallista moniammatillista yhteistyötä ja hoitopoluista sopimista (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena 2008, 3). Moniammatillista yhteistyötä voidaan kuvata sosiaali- ja terveysalalla asiakaslähtöisenä työskentelynä, jossa pyritään huomioimaan asiakkaan elämän kokonaisuus ja hänen hoito- ja hoivapolkunsu. Yhteisessä tiedon käsittelyssä eri asiantuntijoiden tiedot ja taidot kootaan asiakaslähtöisesti yhteen. Kun kootaan asiakaslähtöisesti kokonaisvaltaista tietoa, täytyy tunnistaa kaikkien asiantuntijoiden erityistieto, erityisosaaminen ja asiantuntijuus. Hyvin oleellista tiedon koostamisen onnistumisessa näyttää olevan vuorovaikutustaidot. (Isoherranen, Rekola & Nurminen 2008, 34).

Neuvolan tehtävänä on mahdollistaa vanhemmille heidän tarpeidensa ja odotustensa mukainen ajantasainen tieto lapsen suotuisan kehityksen ja koko perheen terveyden edistämiseksi. Neuvolan nimi viittaa neuvojen antamiseen, mitä on kuitenkin syytä tarkastella kriittisesti ja monipuolisesti. Neuvonnan tavoitteena on muun muassa tukea vanhempien itseluottamusta sekä perheelle soveltuvien ja sen terveyttä edistävien valintojen tekemistä. (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena 2008, 104.)

Neuvoiloissa jaetaan runsaasti erilaista oheismateriaalia neuvonnan tueksi, joka on tehtyjen selvitysten mukaan varsin kirjavaa. Neuvolasta pitäisi olla saatavilla hyviä kirjallisia esitteitä. Ellei tämä ole mahdollista, suositellaan, että neuvolat jakavat tietoa, mistä vastaavaa materiaalia voi hankkia. Jaettavan materiaalin tulee olla ajantasaista ja parhaaseen mahdolliseen tietoon eli näyttöön perustuvaa. (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena 2008, 107).

Tämän terveydenhoitotyön 5 opintopisteen kehittämistehtävän tarkoituksena oli täydentää terveydenhoitajan koulutuksessa vaadittavan terveydenhoitotyön kaksivaiheisen opinnäytetyöprosessin 15 opintopisteen kokonaisuutta. Kehittämistehtävässämme tarkoituksena oli tuottaa esite Hyvin kään neuvolapalveluista äitiys- ja lastenneuvoloiden terveydenhoitajien sekä heidän asiakasperheidensä käyttöön. Kehittämistyömme tavoitteena oli uudistamalla Neuvolapalvelut – esite päästä kehittämään näin käytännön terveydenhoitotyötä. Esitteen uudistamisen myötä tavoitteenamme oli tutustua neuvoloiden terveydenhoitajien toteuttamaan moniammatilliseen yhteistyöhön ja saada lisäksi arvokasta tietoa neuvolan monista yhteistyötahoista.

2 TERVEYDEN EDISTÄMINEN ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLASSA

Terveyden edistäminen tuli omana käsitteenä kansainväliseen keskusteluun 1980-luvun alussa ja yleistyi Suomessa Ottawan asiakirjan (1986) myötä. Ottawan asiakirjan mukaan terveys on myönteinen käsite ja terveys ymmärretään jokapäiväisen elämän voimavaraksi, ei elämisen tavoitteeksi. Myönteinen terveystieteellinen käsitys tarkoittaa fyysistä, henkistä ja sosiaalista tasapainoa ja siinä korostetaan ihmisen voimavaroja. Terveys voidaan nähdä sekä yksilöllisenä että yhteiskunnallisena voimavarana. Yksilötasolla terveys voidaan ymmärtää ihmisen mahdollisuutena toteuttaa pyrkimyksiään, oppia, kehittyä, solmia sosiaalisia suhteita ja toimia aktiivisesti yhteiskunnassa. Yhteisöllisessä terveystieteellisessä huomioidaan yksilön ohella yhteisö ja yhteiskunta. Terveyden edistäminen on alusta alkaen nähty laajana eri toimintoja kattavana sateenvarjokäsitteenä. Asiantuntijat ovat kuitenkin määritelleet terveyden edistämisen käsitettä eri aikoina ja eri paikoissa eri tavoin omista lähtökohdistaan käsin. Terveyden edistämistä on käytetty esimerkiksi terveystieteellisen, kansanterveystyön ja sairauksia ehkäisevän työn synonyymina. (Haarala, Honkanen, Mellin & Tervaskanto-Mäentausta 2008, 51, 53; Hakulinen & Savela 2001, 12; Nutbeam & Harris 1999, 15.)

Terveyden edistäminen on käsite, joka sisältää sairauksien ehkäisyn, terveyden parantamisen ja hyvinvoinnin lisäämisen. Sillä tarkoitetaan yksilöiden ja yhteisöjen terveydentilan parantamista, terveyden merkityksen korostamista, terveyden tukemista ja puolustamista sekä terveystieteellisten nostamista sekä yksilöiden, että viranomaisien tärkeinä pitämien asioiden kärkeen. Tavoitteena on parantaa ihmisten mahdollisuuksia vaikuttaa omaan ja ympäristönsä terveyteen. Terveyden edistämällä on vaikutusta koko väestöön, ja ajatellaan niin, että väestön terveydentilan ollessa hyvä koko yhteisö on vahvempi. Tämä edellyttää monitieteistä ja moniammatillista lähestymistapaa ja yhteistä pyrkimystä taata tasa-arvoisuus terveyden suhteen. Lähtökohtana on taata ihmisille terveyttä tukeva ympäristö, tiedon saanti, elämäntaidot sekä mahdollisuudet terveellisten valintojen tekemiseen. (Lindholm 2004, 14; Neuvolatyön käsikirja 2007, 20.)

Terveyden edistämisen ja terveystieteellisen käsitteet ovat monin tavoin päällekkäiset ja toisiaan sivuavat. Terveystieteellistä on käytetty terveystieteellisen neuvonnan synonyymina ja toisaalta terveystieteellistä ja terveyden edistämistä on pidetty rinnakkaisina ilmiöinä. (Lindholm 2004,15.) Tietosanakirjan mukaan opetus on kasvatustavoitteiden suuntaista tarkoituksellista vuorovaikutusta, jonka tavoitteena on saada aikaan oppimista (Koukkunen & Honkala 1996, 7, 54). Terveystieteellinen on kuitenkin usein hyvin konkreettista neuvontatyötä, ja se voidaankin ymmärtää valistuksena, opetuksena ja neuvontana. Valistuksella tarkoitetaan lääketieteellisesti tutkittua tietoa, jota käytetään välineenä sairastavuuden vähentämiseen väestön riskikäyttäytymiseen vaikuttamalla. Toiminnan perusteena on lääketieteellisesti luotettava tieto sairauksien riskitekijöistä. Opetus on suunnit-

telman mukaan etenevää kasvatusta, jossa viestinnän muodot voivat vaihdella. Neuvonta puolestaan perustuu terveystieteiden ja asiakkaan väliseen prosessiin etenevään vuorovaikutukseen. Neuvonnassa viestinnän sisältö sopeutetaan asiakkaan henkilökohtaisten valmiuksien, tarpeiden ja reaktioiden mukaan. Terveystieteiden neuvonnaksi kutsutaan siten sitä osaa terveystieteiden kasvatuksesta, jossa viestintä on henkilökohtaista vuorovaikutusta ja kohteena olevan yksilön lähtökohdat ja tarpeet huomioidaan yksilöllisesti. (Terveystieteiden neuvottelukunta 1995, 143- 158.)

Oleellinen osa terveyden edistämistä on terveystieteiden kasvatusta, jonka tarkoituksena on sellaisten tottumusten, tietojen, asenteiden, arvojen ja taitojen välittäminen, jolla on merkitystä ihmisten terveydelle. (Vertio 2003, 537.) Terveystieteiden kasvatuksen neuvottelukunnan (1995) mukaan terveystieteiden kasvatusta tähtää siihen, että ihminen kykenee ottamaan tietoisesti kantaa terveyteen liittyviin kysymyksiin ja toimimaan terveyden hyväksi. Terveystieteiden kasvatusta (health education) voidaankin luonnehtia kommunikatiiviseksi, jonka tarkoitus on vahvistaa terveyttä vaikuttamalla yksilöiden tai väestön uskomuksiin, asenteisiin ja käyttäytymiseen. (Downie, Tannahill & Tannahill 1999, 28; Lindholm 2004, 15; Nupponen 1998, 61- 67.)

Häyryn ja Häyryn (1993, 172) mukaan terveystieteiden kasvatusta ei saisi olla kasvatusta terveyteen vaan ihmisten saattamista tietoisiksi oman terveytensä ehdoista. Näin ymmärrettynä terveystieteiden kasvatuksen tehtävä on tukea ihmisiä terveyden kannalta järkevien ratkaisujen tekemisessä tallomatta kuitenkaan heidän omia arvojaan. Terveystieteiden kasvatuksen tavoitteena voi olla ainoastaan terveyteen liittyvien tiedollisten ja taidollisten edellytysten pitäminen kansalaisten ulottuvilla. Mikäli ihmiset arvostavat terveyttä ja haluavat tavoitella sitä, he kasvavat terveyttä kohti.

Hoitotieteellisessä kirjallisuudessa terveystieteiden neuvonnasta puhuttaessa käytetään usein käsitteitä potilasohjaus tai potilasneuvonta. Neuvonnan tavoitteena on rakentavan vuorovaikutuksen syntyminen ja sen yhtenä osana alueena asiakkaan voimavarojen löytäminen ja tukeminen. Tavoitteena on tukea asiakasta vahvistamalla tämän taitoja, itsenäistä aloitteellisuutta sekä omaa selviytymiskykyä. Tärkeintä neuvonnassa on asiakaskeskeisyys, joka tarkoittaa sitä, että asiakkaan tarpeita ja näkökantoja kunnioitetaan. Ne muodostavat neuvontatyön lähtökohdan. Edellytyksenä on asiakkaan ja palvelujentarjoajan välinen kumppanuus. Kumppanuusajattelussa työntekijän odotetaan sitoutuvan asiakkaan ja hänen yhteisönsä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Konkreettinen tavoitteiden asettaminen tapahtuu tällöin aina asiakkaan näkemyksistä käsin ja niiden toteutumista arvioidaan yhdessä asiakkaan kanssa. (Lindholm 2004, 15; Nupponen 1998, 61- 67.) Vertion (2003, 573) ja Nupponen (1998, 61- 67) mukaan terveystieteiden neuvonta on parhaimmillaan terveyteen liittyvän ongelman ratkaisemista yhteisesti kahden ihmisen välisessä vuorovaikutustilanteessa.

Kansanterveyslain mukaan kunnan on järjestettävä perusterveydenhuoltona terveystieteiden neuvontaa, johon myös äitiys- ja lastenneuvolatoiminta kuuluvat. Toiminta suunnitellaan vastaamaan väestön tarpeita, ja työn kohteena on siis koko yhteisö, ei vain yksilö omine tarpeineen ja toiveineen. Äitiys-

ja lastenneurolalla on yhteiskunnassa vakiintunut ja keskeinen asema, hyvä kattavuus ja matala kynnyks. Neurolakaan toiminta ei kohdistu vain odottaviin äiteihin, lapsiin tai lapsiperheisiin, vaan tavoitteena on perehtyä näiden elinolosuhteisiin ja ympäristöön sekä vaikuttaa yhteisön toimintaan ja sen päätöksentekoon niin, että sitä ohjaisi lasten ja perheiden hyvinvoinnin edistäminen. Yhteisöstä saatavan kokemus- ja tutkimustiedon perusteella kehitetään neurolatoiminnan lisäksi myös muita palveluita alueen lapsiperheiden tarpeita vastaaviksi. Keskeiseksi vaikuttamiskeinoksi lasten ja heidän perheidensä terveyteen ja hyvinvointiin osoitetaan terveyden edistäminen, joka on neurolatyön ominta aluetta, mutta myös osa kaikkea terveydenhuollon toimintaa ja yhteiskunnallista toimintaa. (Neurolatyön käsikirja 2007, 19; Lastenneurola lapsiperheiden tukena 2008,18).

Neurolassa ovat työmuotoina lapsen ja perheen terveystapaamiset, joihin sisältyvät seulontatutkimukset, rokottaminen, ohjaus, tuki ja neuvonta. Niiden lisäksi erilaiset ryhmät ja kotikäynnit mahdollistavat lasten perheiden voimavaraistumisen ja riittävän varhaisen puuttumisen kasvua, kehitystä ja terveyttä vaarantaviin tekijöihin. Erityistä hoitoa, tutkimusta tai tukea tarvitsevat lapset ohjataan perusterveydenhuollosta erityispalveluiden piiriin kunnallisten toimintaohjeiden mukaisesti. Erityispalveluita tarjoavat sekä terveydenhuolto että sosiaalitoimi. Joskus erityispalveluita voi tuottaa jokin järjestö. Vanhemmat voivat valita lapsilleen ja perheelleen myös yksityisiä terveydenhuollon palveluita tai vaihtoehtoisten ja täydentävien hoidonantajien palveluita tarpeidensa ja mahdollisuuksiensa mukaan. (Neurolatyön käsikirja 2007, 113- 114.)

Terveyden edistämässä erilaiset suuntaukset vaihtelevat. Tällä hetkellä painottuu ihminen itse aktiivisena toimijana ja osallistujana. Lisäksi korostetaan monialaista yhteistyötä ihmisten arjessa. Sosiaali- ja terveysministeriö on antanut kunnille terveyden edistämisen laatusuosituksen, jonka tarkoituksena on toimia terveyden edistämisen suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin työvälteenä. Laatusuosituksessa kansanterveystyössä terveyden edistämisen erityistehtäväksi mainitaan neurolapalvelut. Palveluntuottajien pitäisi seurata lasten ja perheiden näkökulmasta näiden terveyttä määrittäviä tekijöitä, joita ovat yksilölliset, sosiaaliset, rakenteelliset ja kulttuuriset tekijät. Terveyttä tukevat voimavarat, asenteet, arjen sujuminen, terveystietäytyminen, kyky omaksua ja tulkita terveystietoa sekä mahdollisuus saada ja käyttää palveluita välittävät olemassa olevien terveyttä määrittävien tekijöiden vaikutuksia perheiden terveyteen ja hyvinvointiin. (Neurolatyön käsikirja 2007, 20.)

Terveyden edistäminen on terveydenhuollossa moniammatillista toimintaa jossa useilla ammattiryhmillä on omat roolinsa. Lääkäreiden, terveydenhoitajien, sairaanhoitajien, fysioterapeuttien ja monien muiden ammattilaisten tulisi kuitenkin toimia toisistaan tietoisina, vaikkakin itsenäisesti. Tehtäväjako ei aina ole mitenkään itsestään selvä. Osaaminen terveyden edistämässäkin vaihtelee suuresti. (Vertio 2003, 113; Haarala ym. 2008. 51.) Moniammatillisessa yhteistyössä säilyy jokaisen ammattilaisen merkitys erityisasiantuntijana, vaikka asiantuntijuus annetaan verkoston käyt-

töön yhteisen ymmärryksen luomiseksi. Myös asiakkaan kertomukset otetaan huomioon. Omasta asiantuntijavallasta luopuminen herättää uteliaisuuden tutkia uusia näkökohtia. Tämä tutkiva uteliaisuus voi avata uusia ulottuvuuksia ja näkökulmia asiakkaan auttamiseksi. (Haarala ym. 2008, 109.)

Terveys on moniulotteinen, laaja-alainen, yksilöllinen ja yhteiskunnallinen kokonaisuus. Se voidaan ymmärtää ominaisuutena, toimintakykynä, voimavarana, tasapainona tai kykynä selviytyä ja suoriutua. Terveiden määrittely perustuu erilaisiin terveystieteisiin. (Haarala ym. 2008, 53.) Neuvolat ovat olleet Suomen terveyden edistämisen kulmakivi jo vuosikymmeniä. Työ, jota neuvoloissa on tehty, on ollut alun perin luonteeltaan sekä yksilöllistä ja yhteisöllistä. Neuvoloissa on perehdytty äiteihin ja lapsiin, mutta tarkasteltu myös heidän sosiaalista ympäristöään, elinolosuhteitaan ja elämäntilannettaan kokonaisuutena. Neuvolat ovat myös lisänneet olennaisesti terveyden tasa-arvoa, koska ne ovat olleet kaikkien käytettävissä. (Vertio 2003, 114.)

3 TERVEYDENHOITAJA TERVEYSNEUVONNAN TOTEUTTAJANA

Terveydenhoitajan työllä on suomalaisessa yhteiskunnassa pitkät perinteet. Jo Suomen itsenäistymisen aikoihin väestön terveyden edistämiseksi viritettiin toimintaa, jota kutsuttiin yhteiskunnalliseksi terveydenhuoltotyöksi. Suomessa terveydenhoitajan työ perustuu laaja-alaiseen väestövastuuseen eri-ikäisen väestön parissa. Terveiden edistäminen on ollut aina olennainen osa terveydenhoitajan työtä ja terveydenhoitajakoulutusta. Erityisesti suomalainen neuvolatoiminta on ollut terveyden edistämisen pionerialuetta. Terveiden edistäminen koskee ihmisen elämää kokonaisuutena, ja se perustuu ihmisten oma-aloitteisen toiminnan tukemiseen. Terveiden edistämistyössä tuetaan ja edistetään asiakkaiden osallistumista ja voimavarojen käyttöä. Terveyttä edistävä työ vaatii käsitystä siitä, mitä terveys on ja ymmärrystä terveyden moniulotteisuudesta. Lisäksi tarvitaan ymmärrystä terveyttä määrittävistä tekijöistä. (Haarala ym. 2008, 494, 497, 52.)

Terveydenhoitajan työn tavoitteena on yksilön, perheen ja yhteisön terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, ylläpitäminen ja toiminnan tukeminen. Tehtävä alueeseen kuuluu terveyden edistäminen, sairauksien ehkäisy ja varhainen toteaminen, osallistuminen sairaiden hoitamiseen ja kuntoutukseen sekä terveellisen ympäristön suunnittelu- ja kehittämistyö. Työssä korostuvat vuorovaikutukseen perustuvat menetelmät, kuten tukeminen ja rohkaiseminen sekä neuvonta, opetus ja ohjaus, jotka ovat terveydenhoitajien useimmin käyttämiä auttamismenetelmiä. (Urjanheimo & Larjonmaa. 2002, 38; Jakonen, Ruoranen & Heljälä 2003, 854- 859.)

Terveydenhoitajan osaamisvaatimuksissa korostetaan lasta odottavan perheen hyvinvoinnin ja terveyden kokonaisvaltaista edistämistä yksilöllises-

ti. Tällä halutaan korostaa sitä, että myös äitiysneuvolassa tulee huomioida koko perheen elämäntilanne, elinolot ja elintavat. Äitiysneuvolassa annettava terveyttä edistävien elintapojen ohjaus on merkittävää, koska raskauden aikana tuleva äiti muuttaa herkemmin omia elintapojaan, kunhan he saavat terveydenhoitajalta motivoivaa tietoa ja tukea. Äitiysneuvolan terveydenhoitaja voi parhaimmillaan parantaa perheiden välistä tasa-arvoa ja katkaista terveyttä heikentävien tapojen siirtymistä sukupolvelta toiselle. (Haarala ym. 2008, 284 -285.)

Nupposen (1998, 61- 67) mukaan asiakaskeskeisyys on yksi hoitajien tärkeimmistä ihanteista neuvontatyössä sekä neuvontatyön peruselementti. Hoitajien ilmaisemia asiakaskeskeisyyden elementtejä ovat asiakkaiden yksilöllisten lähtökohtien huomioiminen, tasa-arvoinen yhteistyö asiakkaiden kanssa, kunnioittava suhtautuminen ja asiakkaan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen. Hoitajien vilpittömänä pyrkimyksenä on toimia asiakkaan lähtökohdista käsin. Jakosen ym. (2003, 854- 859) mukaan vanhemmat tuovat esiin ongelmia, jotka liittyvät lapsen fyysiseen terveyteen ja perushoittoon sekä käyttäytymiseen ja kasvatukseen. Myös sisarusten väliset suhteet ovat keskustelujen aiheina. Aiempaa enemmän kysytään neuvoja myös perheen arkielämän sujumiseen, ihmissuhde- ja mielenterveyskysymyksiin, yksinäisyyteen sekä päihde- ja huumeongelmiin. Terveydenhoitajan työ kohdentuu yhä enemmän vanhemmuuden ja perheen vuorovaikutuksen havainnointiin ja tukemiseen, parisuhdeongelmiin käsitelyyn sekä perheen elinympäristössä olevien riskien ehkäisyyn.

Terveyteen liittyvän tiedon jakaminen on tärkeä osa neuvontakeskustelua. Antikaisen (1993, 71) tutkimuksessa väestövastuista työtä tekevät terveydenhoitajat ymmärsivät terveystieteiden sekä terveyttä koskevan tietoisuuden herättelemiseksi että tiedon jakamiseksi. Laitisen ja Toikkasen (2003, 48) tutkimuksessa äitiysneuvolan terveydenhoitajat pitivät neuvontaa tärkeänä ammatillisena velvollisuutena. Hoitajien käsitysten mukaan tiedon antaminen on yksi vastaanottokäyntien pääasioista. (Kukkola 1997, 134.) Tietoja ja neuvoja voidaan kuitenkin jakaa eri tavoin ja erilaisista lähtökohdista. Poskiparran tutkimuksessa hoitajat painottivat neuvonnassa asioiden tiedollista hallintaa ja neuvontakeskustelut olivat pääasiassa ”kuulustelu” – tai tiedonjakotilaisuuksia terveydenhuollon organisaation tarpeesta käsin. (Poskiparta 1997, 38, 123.)

Terveyden edistäminen neuvoloissa lisää perheiden mahdollisuuksia vaikuttaa terveytensä taustalla oleviin tekijöihin ja siten kohentaa perheen terveyttä. Neuvolassa kiinnitetään huomiota lapsen ja perheen terveen elämän edellytyksiin sekä vanhempien ja lasten taitoon tehdä terveyttä edistäviä elämäntapavalintoja. Neuvolan työtapaan kuuluu moniammatillinen ja eri sektoreiden välinen yhteistyö. Koko työn perustana ovat voimavaralähtöisyys, yhteisöllisyys ja vertaistuen hyödyntäminen, tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus ja moniammatillinen yhteistyö. (Vertio 2003, 115.)

Voimavaralähtöisyydellä tarkoitetaan huomion kiinnittämistä lasten ja vanhempien voimavaroja suojaaviin ja vahvistaviin tekijöihin sekä perhetä kuormittaviin tekijöihin. Neuvola pyrkii vahvistamaan vanhempien ky-

kyjä toimia oman perheen hyväksi. Voimavarojen vahvistaminen on eräs keino toteuttaa terveyttä edistävää toimintaa. Yhteisöllisyyttä lisätään parantamalla perheiden yhteenkuuluvuutta ja keskinäistä yhteistyötä. Moniammatillinen yhteistyö on käytännön toimintaa yhdessä eri yhteistyötoimien kanssa mm päivähoidon, lastensuojelun, koulun ja sosiaalitoimen kanssa. (Vertio 2003, 115; Lastenneuvola lapsiperheiden tukena 2008, 23.) Vertaistuella tarkoitetaan vertaisen eli toisen samanlaisessa elämäntilanteessa elävän vanhemman antamaa sosiaalista tukea. Sosiaalinen tuki sisältää yksilön tietoisuuden siitä, että on olemassa ihmisiä, joilta hän voi saada emotionaalista, tiedollista ja arviointia sisältävää tukea sekä käytännöllistä apua. Vertaistuesta on tutkimusten mukaan kiistatonta hyötyä monille perheille. Tasa-arvon periaate ohjaa kohdentamaan neuvolan palveluja perheiden tarpeiden mukaan. Toiset perheet selviävät neuvolasta saamiensa peruspalvelujen ja varmistuksen varassa hyvin, toiset tarvitsevat hyvinkin intensiivistä tukea. Neuvolan tulee rohkeasti olla mukana tässä terveyseroja kaventavassa ja yhteiskunnallista oikeudenmukaisuutta lisäävässä työssä. (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena 2008, 24, 113; Haarala ym. 2008, 58- 59.)

Työelämän ja toimintaympäristön muuttuminen edellyttää jokaiselta terveydenhoitajalta kykyä kehittää omaa asiantuntijuuttaan ja sisäistää elinikäisen oppimisen periaatteet. Työntekijällä on vastuu oppimisesta, osaamisen ylläpitämisestä ja kehittämisestä. Vastuu ammattitaidon jatkuvasta ylläpitämisestä ja urakehityksestä omaksutaan jo peruskoulutuksen aikana. Urakehitys tukee työssä kehittymistä pitkäjänteisesti ja suunnitelmallisesti sekä korostaa asiantuntijuuden merkitystä terveydenhoitotyössä. (Haarala ym. 2008, 460.)

Tämän päivän terveydenhoitaja on hyvin monipuolisesti koulutettu ja tietoinen siitä, miten hänen tulee toimia ammatissaan ja kehittää sitä. Perustietojen ja – taitojen lisäksi terveydenhoitajan tulee myös oppia esittämään oma pätevyytensä. Terveydenhoitajan työ on vaativaa. Uusille työntekijöille siirretään ammatillisuutta, ammattikulttuuria ja ammattietiikkaa. Työn todellisuuden luovat aina ammattityötään tekevät terveydenhoitajat itse. Terveydenhoitajan asema ehkäisevänä, tukevana ja ohjaavana terveydenhoitotyön asiantuntijana on hyväksytty. Nyt riippuu ammattikunnasta itsestään, mihin suuntaan se ammattiaan kehittää. Terveydenhoitajan työssä tarvitaan monitieteistä tietoperustaa, josta on hyötyä kun terveydenhoitajat perustelevat työnsä yhteiskunnallista asemaa ja oikeutusta. (Haarala ym. 2008, 485.)

Hoitajat ovat toivoneet terveysneuvonnan kehittämiseksi sekä koulutusta että yhteistyön kehittämistä organisaatioissa. Koulutusta on toivottu yksilöneuvonnan käytäntöihin sekä neuvonnan sisältöihin liittyen. (Laitinen & Toikkanen 2003, 76.) Hakkaraisen tutkimuksessa (2000, 39, 45.) lähes neljä viidestä terveydenhoitajasta katsoi, että ammatilliseen peruskoulutukseen tulisi lisätä ohjausta terveyskasvatuskäytäntöihin liittyen. Hoitajat ovat kaivanneet täydennyskoulutusta terveyteen, viestintään, neuvontamenetelmiin ja erityisesti neuvonnan vaikuttavuuden arviointiin liittyen. Terveyskasvatuksen kehittämiseksi on toivottu myös lisää aikaa neuvontatyölle,

neuvontakontaktien jatkuvuuden sekä moniammatillisen yhteistyön kehittämistä. Erittäin tärkeäksi on myös nähty yhteisten toimintalinjojen ja tavoitteiden suunnittelu sekä niistä sopiminen toimintayksiköiden sisällä ja eri työyksiköiden välillä.

Terveyden edistäminen korostaa yhteiskunnan kaikkien sektoreiden merkitystä terveyden tuottajina ja ylläpitäjinä. Terveysnäkökohdat on otettava huomioon kaikessa yhteiskunnallisessa päätöksenteossa ja kaikissa politiikoissa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008.) Yhteisö- ja kuntatason terveyden edistäminen edellyttää laajaa monitoimijaista yhteistyötä. Monitoimijainen yhteisö- ja kuntatason terveyden edistäminen edellyttää toimijoilta selkeää kuvaa sekä omasta, että toisten rooleista ja vastuista. Terveydenhoitajalla on koulutuksen ja työkokemukseen pohjautuvaa erityisosaamista terveydenedistämässä ja kansanterveystyössä, jota hänen tulee antaa rohkeasti muiden käyttöön. Asiantuntijuus ja ammattitaito nähdään nykyisin verkostojen ja organisaatioiden kykyinä ratkaista ongelmia yhdessä. Yksin työskentely ei ole enää työelämässä arvostettua, koska se ei mahdollista osaamisen kehittämistä verkostoissa. (Haarala ym. 2008, 120 - 121.)

4 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Terveydenhoitotyön 5 opintopisteen kehittämistehtävässä tarkoituksena on täydentää terveydenhoitajan koulutuksessa vaadittavan terveydenhoitotyön kaksivaiheisen opinnäytetyöprosessin 15 opintopisteen kokonaisuutta uudelta näkökulmasta. Kehittämistehtävän toteutustapoina voi olla esim. lehtiartikkelin tekeminen ammattilehteen tai perhelehteen, erilaisten ryhmien vetäminen tai terveyden edistämisen ja terveystieteiden liittyvän materiaalikansion tuottaminen, esitteen tekeminen tai koulutustilaisuuden järjestäminen opinnäytetyön aihepiiristä.

Opinnäytetyöprosessimme alkoi keväällä 2008 sopivan, mielenkiintoisen ja ajankohtaisen opinnäytetyön aiheen pohdinnalla. Halusimme opinnäytetyön aiheen olevan työelämälähtöinen sekä mahdollisesti myös toiminnallinen, joten otimme yhteyttä sähköpostitse Hyvinkään äitiys- ja lastenneuroloiden esimieheen, osastonhoitajaan sopivan aiheen löytymiseksi. Opinnäytetyön kehittämistehtävän idea nousi äitiys- ja lastenneuroloiden henkilökunnan tarpeesta uudistaa esite neurolapalveluista vastaamaan paremmin terveydenhoitajien sekä asiakasperheiden tarpeisiin.

Kehittämistehtävässäme tarkoituksena oli tuottaa esite Hyvinkään neurolapalveluista äitiys- ja lastenneuroloiden terveydenhoitajien sekä heidän asiakasperheidensä käyttöön. Kehittämistyömme tavoitteena oli uudistamalla Neurolapalvelut – esite päästä kehittämään näin käytännön terveydenhoitotyötä. Esitteen uudistamisen myötä tavoitteenamme oli tutustua neuroloiden terveydenhoitajien toteuttamaan moniammatilliseen yhteistyöhön ja saada lisäksi arvokasta tietoa neuvolan yhteistyötahoista. Esite pitää sisällään äitiys- ja lastenneuroloiden keskeisimmät yhteistyötahot,

joihin asiakas voi halutessaan itse ottaa yhteyttä. Neurolassa oli aikaisemmin käytössä vastaavanlainen asiakkaille jaettava esite neurolapalveluista. Vanhan esitteen painos oli loppunut ja esitteen tiedot olivat suurelta osin vanhentuneet. Uudistimme esitteen päivittämällä yhteistyötahojen tiedot ajan tasalle sekä muokkaamalla esitteen sisältämää asiakasperheille suunnattua informaatiota neuvolan toiminnasta.

Toiminnallisen opinnäytteen tekijältä edellytetään tutkivaa ja kehittävää otetta, vaikka tutkimus monesti onkin toiminnallisessa opinnäytetyössä lähinnä selvityksen tekemistä ja selvitys tiedonhankinnan apuväline. Tutkiva ote näkyy toiminnallisessa opinnäytetyössä teoreettisen lähestymistavan perusteltuna valintana, opinnäytetyöprosessissa tehtyjen valintojen ja ratkaisujen perusteluina sekä pohtivana, kriittisenä suhtautumisena omaan tekemiseen ja kirjoittamiseen. Teoreettinen lähestymistapa ohjaa työn tietoperustan ja siitä tarkentuvan viitekehyksen rakentumista. Produktin toteutustavan tekijä valitsee kohderyhmän mukaan siten, että produktin kokonaisilmeestä voi viestinnällisin ja visuaalisin keinoin tunnistaa tavoitellut päämäärät. (Vilkkä & Airaksinen 2003.)

5 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUS

Aloitimme opinnäytetyön tekemisen kehittämistehtävästä. Neurolapalvelut - esitteen uudistaminen ja tietojen ajan tasalle saattaminen tapahtui yhteistyössä äitiys- ja lastenneuroloiden terveydenhoitajien kanssa. Aloitimme esitteen teon keväällä 2008 maaliskuussa tapaamalla terveydenhoitajat neurolassa ja keskustelemassa yhdessä heidän tarpeistaan esitteen uudistamiseksi, otimme vastaan esitteen kehittämisehdotuksia ja sovimme esitteen valmistumisaikataulusta.

Tapasimme kahta neuvolan terveydenhoitajaa esitteen teon tiimoilta, jotka olivat yhdyshenkilöitämme uudistaessamme esitettä. Meillä oli tapaamisia kolme kertaa prosessin aikana. Ensimmäisellä terveydenhoitajien tapauskerralla maaliskuussa 2008 näimme vanhan esitteen, jossa oli paljon väärää vanhentunutta tietoa ja esitteen painoeräkin oli lähes loppu. Sovimme, että uudistettu esite valmistuisi syksyn 2008 aikana. Saimme terveydenhoitajilta ohjeita millaisen he esitteestä halusivat ja ryhdyimme työhön ohjeiden mukaan.

Ajatuksena meillä oli aluksi muuttaa esitteen ulkoasua ja sisältöä hieman toisenlaiseksi, mutta terveydenhoitajat halusivat ehdottomasti säilyttää kompaktin vanhan mallin. Pääsimme kuitenkin muokkaamaan esitteen lopussa olevaa asiakasperheille suunnattua informaatiota neuvolan toiminnasta. Teimme parityönä kirjallisen osan esitteestä ja jaoin puoleksi yhteystietojen tarkistamisen, joka olikin aika mittava työ esitteen teosta. Soitimme esitteen jokaiselle yhteistyötaholle ja tarkistimme osoitetiedot, puhelinnumerot sekä mitä yhteistyötahosta esitteeseen painetaan esim. vastaanottoajat ja puhelinajat. Toisella kerralla tavatessamme esittelimme esitteen siinä valmiudessa, kun se siinä työstämisvaiheessa oli. Tervey-

denhoitajat muuttivat aikaisemmin antamia ohjeita ja me muokkasimme lisää esitettä heidän ohjeidensa mukaan.

Aikataulullisesti terveydenhoitajat toivoivat esitteen valmistuvan nopeammassa aikataulussa, kuin ensimmäisellä kerralla tavatessamme sovimme. He toivoivat esitteen valmistuvan ennen kesää 2008, koska vanhasta esitteestä oli painos loppumassa. Aikataulun nopeutuessa meille jäi hyvin lyhyt aika työstää esitettä. Kolmannella kerralla esite oli lähes valmis, vain pieniä muokkauksia vailla, jotka teimme terveydenhoitajien ohjeiden mukaan. Kävimme ottamassa uusia valokuvia esitteeseen Hakalan neuvolassa sekä vastasyntyneiden osastolla Hyvinkään sairaalassa. Saimme luvat uusien kuvien käyttöön neuvolan terveydenhoitajilta. Esitteessä olevat kuvat on otettu omista lapsista. Esitteen sisältö vielä tarkistettiin kertaalleen terveydenhoitajien toimesta. Koulumme viestinnän opettaja tarkisti kielellisen osuuden ennen esitteen painoon menoa. Uusi esite painettiin kesäkuun 2008 alussa. Tämän työn liitteenä on valmis esite (Liite 1).

6 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN ARVIOINTIA JA POHDINTAA

Olimme itse kovasti mielissämme saamastamme toiminnallisesta aiheesta. Ryhdyimme työhön innostuneina ja ajatuksena olikin uudistaa esite aivan toisen näköiseksi. Mukana tuutoroimassa olleet terveydenhoitajat kuitenkin halusivat säilyttää esitteen sisällön samanlaisena lyhyenä ja ytimekkäänä, kuin edellinenkin esite oli ollut. Pieniä muutoksia ja muokkauksia saimme kuitenkin esitteeseen tehdä. Esitettä tehdessämme tutustuimme moniammatillisen yhteistyön käsitteen teoriaan ja innostuimme tutkimaan aihetta laajemmin lisää opinnäytetyötä työstäessämme.

Esitteen tekemisen haasteena oli saada kaikilta yhteistyötahoilta ajantasaiset puhelinnumerot ym. yhteystiedot ja osoitteet, sekä se tieto, mitä esitteeseen heidän toimipisteestään saa painaa. Esite on tarkoitettu jaettavaksi neuvolan asiakkaille. Esitteen yhteistyötahoille soitimme käytännössä jokaiselle erikseen ja välillä oli ongelmana saada kunkin yksikön esimies kiinni, joka vahvasti esitteeseen painettavat tiedot meille. Totesimme esitteen olevan tarpeellinen informaation lähde asiakkaille. Äitiys- ja lastenneuvolan asiakkaat eivät välttämättä tiedä mihin kaikkialle he voivat itsekin olla yhteydessä tai mistä eri asiantuntijan puhelinnumero tai vastaanottoaika löytyy. Tästä kompaktista esitteestä löytyvät nyt kaikki neuvolan asiakkaiden saatavilla olevien ammattilaisten yhteystiedot.

Esitteen ulkoasuun olisimme toivoneet voivamme puuttua enemmän, sekä sisältöä olisimme halunneet muokata laajemmin. Nyt esitteestä tuli hyvin lyhyt ja ytimekäs, lähes luettelomainen. Toisaalta asiakkaat varmaan löytävät helposti esitteestä etsimänsä yhteystiedot. Terveydenhoitajat halusivat esitteeseen vain informatiivisen tiedon, ei muuta ylimääräistä. Tavatessamme kahta tuutorina toimivaa terveydenhoitajaa ei heillä aina ollut ihan yhteneväistä linjaa ohjeistuksessa tai ohjeet muuttuivat edellisestä tapamisesta ja välillä tuntui, että teimme turhaa työtä tämän takia. Teimme

kuitenkin esitteen valmiiksi hyvässä yhteisymmärryksessä ja heidän ohjeidensa kaltaiseksi.

Esitteestä terveydenhoitajilta sekä asiakkailta saatu palaute on ollut positiivista. Esitteestä on selkeästi löydettävissä neuvolan tarjoamat neuvolapalvelut yhteystietoineen. Esitteen ajan tasalla pitäminen on jatkossa neuvolan terveydenhoitajien vastuulla. Esitteen painattaa ja jakaa neuvoloihin Hyvinkään kaupungin monistamo.

Opinnäytetyön ja kehittämistehtävän tavoitteina oli kehittää ja osoittaa opiskelijan valmiuksia soveltaa tietojaan ja taitojaan ammattiopintoihin liittyvässä käytännön asiantuntijatehtävässä. Mielestämme olemme onnistuneet pääsemään tämän opinnäytetyöprosessin kautta koulutuksen asettamiin tavoitteisiin. Esitteen uudistamisen myötä mahdollistui omien terveydenhoitotyön tietojen syventäminen terveydenhoitajien toteuttamasta moniammatillisesta yhteistyöstä äitiys- ja lastenneuvoloissa. Oma ammatillinen hoitotyön osaamisemme tulevana terveydenhoitajina sai vahvistusta ja terveydenhoitajan laaja työkuva jäsenyi moniammatillisen yhteistyön hahmottumisen myötä.

Kehittämistehtävän aikana opimme paljon uutta esitteen tekemisestä suhteessa terveyden edistämiseen. Terveydenhoitajan työllä on suomalaisessa yhteiskunnassa pitkät perinteet. Työssä korostuvat sairauksien ehkäisy, terveydenhoidollinen valistus sekä ohjaus ja opetus. Keskeistä terveydenhoitajan alue- ja väestövastuuisessa työssä on väestön osallistaminen ja aktivoiminen, jotta he ylläpitävät ja edistävät omaa terveyttään. Toimiessaan väestön parissa terveydenhoitajat ovat voineet arvioida, millaista uudistamista kulloisetkin elinolot ja yhteiskunnalliset muutokset aiheuttavat omassa työssä.

Haaralan ym. (2008, 22- 23, 485, 488.) mukaan tärkeää on lisätä terveyden tasa-arvoa ja vähentää yhteiskunnallista eriarvoisuutta. Terveydenhoitajan on otettava työssään huomioon ne terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavat tekijät, jotka vaikuttavat ihmisten elinympäristöön, elinolosuhteisiin ja hyvinvointiin. Terveydenhoitajan täytyy myös osata tunnistaa yhteiskunnassa tapahtuvia haasteita ja muutoksia sekä analysoida niiden vaikutuksia väestön terveyteen. Tehtäväkuvansa mukaisesti terveydenhoitaja pyrkii vaikuttamaan niihin ennalta ehkäisevästi ja myönteisesti. Terveydenhoitajan on osattava toimia muuttuvassa yhteiskunnassa. (Haarala ym. 2008; 485,488.)

Terveydenhoitajien tulee olla käytettävissä oman alansa ja ammattinsa asiantuntijoina. Terveydenhoitajien tehtävänä on vahvistaa terveydenedistämisen näkökulmaa terveystalveissa ja rakentaa terveyttä edistävää toimintaa yhteiskunnan eri toimijoiden kanssa. Näyttöön perustuva terveydenhoitajatyö lisää työn vaikuttavuutta ja laatua. Terveydenhoitajan työn kehittäminen edellyttää tieteellisen tiedon ja käytännön kokemukseen perustuvan asiantuntijuuden ja ammatillisen perinteen välistä tasavertaista vuoropuhelua. (Haarala ym. 2008, 498.)

LÄHTEET

- Antikainen, I. 1993. Terveyskasvatusnäkemys ja sen perusteet väestövas-
tuista työtä tekevien terveydenhoitajien kuvaamana. Kuopion yliopisto.
Kuopio. Pro gradu.
- Downie, RS., Tannahill, C. & Tannahill, A. 1999. Health Promotion –
Models and Values 2. ed. Oxford University Press. Oxford.
- Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K. & Tervaskanto-Mäentausta, T.
2008. Terveydenhoitajan osaaminen. Helsinki. Edita Prima.
- Hakkarainen, A. 2000. Terveyskasvatus työterveyshuollossa. Terveyden-
hoitajien ja lääkärien mielipiteitä työterveyshuollon terveystoiminnasta ja terveysneuvonnan toteutuminen asiakaskontakteissa Keski-
Suomen, Kuopion ja Pohjois-Karjalan lääneissä. Terveystieteen laitos. Jy-
väskylän yliopisto. Jyväskylä. Pro gradu.
- Hakulinen, T. & Savela, A. 2001. Terveyden edistämisen tulevaisuuden-
näkyviä – Argumentoiva Delfoi-tutkimus. Pohjois-Karjalan ammattikor-
keakoulun julkaisuja A: Tutkimuksia 8. Joensuu.
- Häyry, H. & Häyry, M. 1993. Oikeuksien ja velvollisuuksien rajapintoja
lääkintä- ja hoitotyössä. Teoksessa Ammattien ja ansaitsemisen etiikka.
Airaksinen, T. (toim.) 3. painos. Helsinki. Yliopistopaino.
- Isoherranen, K. , Rekola, L. & Nurminen, R. 2008. Enemmän yhdessä –
moniammatillinen yhteistyö. Helsinki. WSOY.
- Jakonen, S. Ruoraniemi, M. & Heljälä, L. 2003. Terveydenhoitajan käytän-
nön rooli terveydenedistämässä. Teoksessa Koskenvuo, K. (toim.) Saira-
uksien ehkäisy. 2. uudistettu painos. Helsinki. Duodecim.
- Koukkunen, K. & Honkala, J. (toim.) 1996. WSOY Iso tietosanakirja 7.
osa. Porvoo. WSOY.
- Kukkola, S. 1997, Kommunikatiivinen potilas- hoidonantajasuhde. Tutki-
mus halutun ja saadun kommunikaation vastaavuudesta perusterveyden-
huollossa. Väitöskirjat 2:1997. Yleislääketieteen ja perusterveydenhuollon
laitos. Helsingin yliopisto. Helsinki.
- Laitinen, M. & Toikkanen, M. 2003. Neuvonta tupakoinnista luopumisek-
si äitiysneuvolassa, terveydenhoitajan ja asiakkaan näkökulma. Hoitotie-
teenlaitos. Kuopion yliopisto. Kuopio. Pro gradu.
- Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. 2008. Sosiaali-
ja terveysministeriön oppaita 2004:14. Helsinki. Edita Prima Oy.

Lindholm, M. 2004. Lapsi, perhe ja yhteisö. Teoksessa Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. (toim.) Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Neurolatyön käsikirja 2007, Armanto, A.& Koistinen, P. (toim.) Hämeenlinna. Tammi.

Nupponen, R. 1998. What is counseling all about – Basics in the counseling of health – related physical activity. Patient education and counseling 33.

Nutbeam, D. & Harris, E. 1999. Theory in nutshell- A guide to Health to Promotion Theory. McGraw-Hill Book Company. Roseville, Australia.

Poskiparta, M. 1997. Terveysneuvonta, oppimaan oppimista- Videotallenteet hoitajien terveysneuvonnan ilmentäjinä ja vuorovaikutustaitojen kehittämismenetelmänä. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.

Sosiaali- ja terveysministeriö. Terveyden edistäminen. 2008. <http://www.stm.fi/Resource.phx/vastt/tervh/thedi/index.htm> > 7.2.2009

Terveyskasvatuksen neuvottelukunta. 1995. Terveyskasvatustutkimuksen kehittäminen Suomessa 1990 -luvulla. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 32.

Urjanheimo, E-L. & Larjonmaa, R. 2002. Hoitotyöntekijät perusterveydenhuollossa. Teoksessa Liukko, M. (toim.) Perusterveydenhuollon uudistuvat toimintatavat. Terveydenhuollon toimivuushankkeen julkaisu nro 1. Suomen kuntaliitto. Helsinki.

Vertio, H. 2003. Terveyden edistäminen. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Tammi.

Neuvolapalvelut



NEUVOLAPALVELUT

Neuvoloiden yhteystiedot

Yhteydenotot puhelimitse klo 12 - 13 välillä.
Sähköpostiosoitteet: etunimi.sukunimi@hyvinkaa.fi

Hakalan neuvola

Kuusamanpolku 4, 05840 Hyvinkää

Taina Haukka	puh. 459 5228
Merja Hokkanen	puh. 459 5229
Heli Hämäläinen	puh. 459 5223
Suvi Luhtala	puh. 459 5230
Marjo Rantanen	puh. 459 5224

Kenttädun neuvola

Kenttätaku 11, 05820 Hyvinkää

Leena Kenttä	puh. 459 3840
Johanna Mattila	puh. 459 3845
Hilikka Piirainen	puh. 459 3841

Urakan neuvola

Urakankatu 2, 05900 Hyvinkää

Eila Koivisto	puh. 459 3809
Satu Raatikainen	puh. 459 3812
Outi Rusula	puh. 459 3927
Merja Seppänen	puh. 459 3846
Mervi Kuoppamaa	puh. 459 3928
Tiina Mutanen	puh. 459 3807

Neuvoloiden yhteinen varahenkilö
Tuovi Ylenius

Osastonhoitaja Hannele Pirhonen

Kuusamanpolku 4, 05840 Hyvinkää
puh. 459 5251

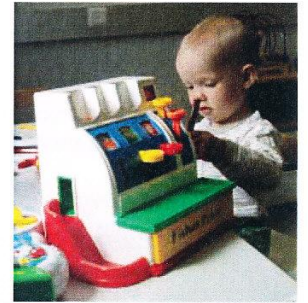
Ajanvaraukset neuvolalääkärille
oman terveydenhoitajasi kautta.

Olisi suotavaa, että sinä ja
lapsesi olisitte terveitä
neuvolaan tullessanne.

MUUT KAUPUNGIN PALVELUT

Omalääkäri

**Ajanvaraus omalle
lääkärille ja
sairaanhoidajalle**
ma - pe klo 8 - 11



Muut asiat

ma - to 12 - 16, pe 12 - 14

Eteläinen piiri

Päätterveysasema
Sandelininkatu 1, B rak.

puh. 459 3723

Hakala-Hyvinkäänkylä

Päätterveysasema
Sandelininkatu 1, B rak.

puh. 459 3960

Itäinen piiri

Päätterveysasema
Sandelininkatu 1, A-rak.

puh. 459 3709

Läntinen piiri

Päätterveysasema
Sandelininkatu 1, A-rak.

puh. 459 3828

Paavolan sos. ja terveysasema

Jussilankatu 6

puh. 459 4215

Fysioterapeutti

Sandelininkatu 1
ma - to 8 - 16, pe 8 - 13.30

puh. 459 3743

Hammashoito

Ajanvaraus ma-pe klo 8 - 15

puh. 459 3002

Hoitotarvikejakelu

Sandelininkatu 1, A-rak. puh. 459 3770
Tiedustelut ma klo 12 - 15, jakelu ti klo 8 - 16

Laboratorio

Sandelininkatu 1, A-rak.
Ajanvaraus/neuvonta puh. 459 3746

Röntgen

Sandelininkatu 1, A-rak. puh. 459 3712
Ajanvaraus ma - to 8 - 15.30, pe 8 - 13.30

Sosiaalikeskus

Hämeenkatu 6, neuvonta puh. 459 3020

Perhekeskus Pikku-Veturi

Pappilankatu 26 puh. 040 559 5740
Tilapäishoidon Ito puh. 040 545 0518
Unikoulun ohjaaja puh. 040 545 0518
Lähdekierron päiväkoti, Lähdekierto 3 - 5

Päivähoidon psykologi

puh. 459 3952,
040 835 4580

Neuvolapsykologi

Puhelinaika to, pe klo 12 - 13 puh. 040 701 9201

Puheterapeutit

Monninkatu 4a
vs. Satu Eskola ti, to 12 - 13
(jonohoitaja) puh. 040 861 5945
Sinikka Kokko ma 9 - 11.30 puh. 0400 208 616
Hanna Mäkinen ti, to 12 - 13 puh. 040 356 4880
Kristiina Winqvist to 9 - 10 puh. 459 4943

Toimintaterapeutti

Urakankatu 2
Helena Häyry, SI-koulutettu
ma 9 - 11 puh. 459 3810

A-Klinikka

Martinkatu 5
Ajanvaraus ja neuvonta puh. 459 4514

Mobile-tukiasema

Uudenmaankatu 27
ma, to, la klo 12 - 14, ti klo 16.30 - 19.30
ti puheluihin vastaa koulutettu vapaaehtoinen tukihenki-
lö puh. 459 3910,
0400 755 284

Perheneuvola

Oikokuja 2
Puhelinaika ti - to 9.30 - 10.30 puh. 459 3918

MUITA PALVELUNUMEROITA**Hyvinkään sairaala**

Sairaalankatu 1

Sairaanhoidon neuvontapuhelin,
arkisin klo 8-15.15 puh. 458 5701
Yleislääkärin/sairaanhoitajan päivystys puh. 458 5700
Äitiyspoliklinikka puh. 4587 2269
Synnytysosasto puh. 4587 2271
Sikiöseulonnat, UÄ-tutkimukset
ma - to 14 - 16, pe 14 - 15 puh. 4587 2349
Lastenpoliklinikka
ma -pe 8 - 9 ja 14 - 15 puh. 4587 2520

MLL lasten ja nuorten puhelin

Vanhempien numero puh. 0800-120400

Hyvinkään seurakunta

Palveleva puhelin
su - to 18 - 01, pe - la 18 - 03 puh. 010-190071
Hyvinkään-Riihimäen alueen perheasiain neuvottelukeskus
ti - to 9 - 11 puh. 456 1239

Neuvolan asiakkaaksi

Oletko raskaana?

Neuvolan asiakkaaksi voivat tulla kaikki raskaana olevat hyvin-kääläiset naiset. Kun raskaustesti on positiivinen tai jos epäilet olevasi raskaana, ota yhteyttä alueesi terveydenhoitajaan.

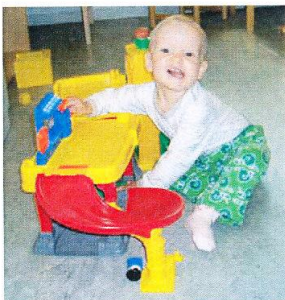
Mikäli haluat tuoda aamuvirtsaa neuvolaan raskauden alkamisen toteamiseksi, ota yhteyttä etukäteen puhelimitse neuvolan terveydenhoitajaan. Internetistä www.hyvinkaa.fi -> terveyspalvelut -> neuvolapalvelut, löydät kotiosoitteellasi oman piirisi terveydenhoitajan.

Raskauden seuranta

Raskaana oleva äiti käy terveydenhoitajan vastaanotolla noin 13 kertaa, uudelleensynnyttäjät vähän harvemmin. Myös isät ovat tervetulleita neuvolakäynnille. Ensimmäinen käynti neuvolan terveydenhoitajan vastaanotolle ajoittuu raskauden 8 - 11 viikoille. Neuvolalääkärin vastaanotolla käydään keskimäärin kolme kertaa raskauden aikana.

Perheille vapaaehtoiset raskaudenaikaiset ultraääni-seulonnat tehdään Hyvinkään sairaalassa.

Neuvola ja sairaala järjestävät yhteistyössä perhe- ja synnytysvalmennusta lasta odottavalle perheelle. Hyvinkään seurakunta ohjaa perheitä lapsen kasteeseen liittyvissä asioissa.



Lapsen synnyttyä

Lapsen synnyttyä perhe jatkaa neuvolakäyntejä omalla terveydenhoitajallaan lapsen kouluikään asti. Lapsen syntymän jälkeen terveydenhoitaja tekee mahdollisuuksien mukaan kotikäynnin vastasyntyneen perheeseen. Äidin jälkitarkastus on neuvolassa 5 - 12 viikon kuluttua synnyksestä. Perhe saa myös halutessaan raskauden ehkäisyneuvontaa.



Raskauden ehkäisy

Neuvolasta saa tietoa erilaisista ehkäisymenetelmistä. Hyvinkäällä opiskelevat nuoret varaavat ensikäyntiajan omalle koulu- tai opiskeluterveydenhoitajalle.

Ensimmäinen raskaudenehkäisy on mahdollista saada neuvolasta ja se on asiakkaalle maksuton. Kierukan laitot ja vaihdot tehdään omassa neuvolassa, jota varten varataan aika.

Muuta hyödyllistä

www.hyvinkaa.fi

Tietoa Hyvinkään kaupungin sosiaali- ja terveysneuvonnan palveluista. Hyvinkään kaupungin Internetsivuilta ja neuvolan terveydenhoitajalta saat lisäksi tietoa kaupungissa toimivista vauvakerhoista ja vertaisryhmistä.

www.sairaslapsi.com

Hyödyllinen tietolähde lapsiperheille ja lasten kanssa työskenteleville.

www.itsehoito-opas.net

Apteekin itsehoito-opas.

www.tartuntatautiliitto.fi

Tietoa tartuntataudeista, niiden ehkäisystä ja hoidosta.

www.terveyskirjasto.fi

Terveyskirjasto - luotettavaa tietoa terveydestä ja sairauksista.

www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa_terveydesta/rokottaminen

Tietoa rokottamisesta Kansanterveyslaitoksen sivuilta.

www.hyvinkaa.fi



Terveydenhuolto
Terveyskeskus
puh. (019) 459 11