

Saimaan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala, Lappeenranta  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Terveystenhoitaja ja Sairaanhoidaja

Elina Lahti ja Maria Lustberg

## **Saimaan ammattikorkeakouluopiskelijoiden tyytyväisyys opiskeluterveydenhuoltoon**

Opinnäytetyö 2017

## Tiivistelmä

Opiskelijan Elina Lahti ja Maria Lustberg  
Saimaan ammattikorkeakouluopiskelijoiden tyytyväisyys opiskeluterveydenhuoltoon, 37 sivua, 2 liitettä  
Saimaan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala, Lappeenranta  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Terveystyöntekijä ja Sairaanhoidaja  
Opinnäytetyö 2017  
Ohjaaja: lehtori Anne Suikkanen, Saimaan ammattikorkeakoulu.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää, miten hyvin Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijat tietävät opiskeluterveydenhuollon tarjoamista palveluista ja niiden saatavuudesta, ja mihin opiskelijat ovat olleet tyytyväisiä ja mitä palveluita vielä kaivataan.

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Kohderyhmänä olivat Saimaan ammattikorkeakoulun sairaanhoidon, ensihoidon- ja terveydenhuollon opinnot vuonna 2014 aloittaneet opiskelijat. Aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella. Kyselyyn vastasi 25 opiskelijaa.

Ammattikorkeakouluopiskelijoista yli puolet vastanneista ei tiennyt mitä opiskeluterveydenhuollon palveluita heille on tarjolla. Vastauksissa näkyi myös, että palveluista ei tiedoteta riittävästi. Palveluihin pääsy koettiin pääosin helpoksi. Eniten toivottiin hammashuollon palveluiden lisäämistä ja kehittämistä sekä terveydenhoitajan palveluiden kehittämistä. Internetpalveluiden kehittäminen olisi myös ajankohtaista.

Yhteenvetona voimme todeta, että opiskelijat ovat pääosin tyytyväisiä opiskeluterveydenhuoltoon, mutta kehitettävääkin on, muun muassa palveluiden tiedottamisessa. Opiskelijoilta tuli myös hyviä ehdotuksia opiskeluterveydenhuollon parantamiseksi ja kehittämiseksi.

Asiasanat: tyytyväisyyskysely, korkeakouluopiskelijan tyytyväisyys, opiskeluterveydenhuolto

## **Abstract**

Elina Lahti, Maria Lustberg

The students' satisfaction with student health care in Saimaa University of Applied Sciences, 37 pages, 2 appendices

Saimaa University of Applied Sciences

Health Care and Social Services Lappeenranta

Degree Programme in Nursing and Public Health Nursing

Bachelor's Thesis 2017

Instructor: Mrs. Anne Suikkanen, Senior Lecturer Saimaa University of Applied Sciences

The purpose of the thesis was to describe the experiences and development ideas of the students of Saimaa University of Applied Sciences about student health care. The aim of the thesis was to provide information in order to develop student-oriented health care services. The research was accomplished as a quantitative survey. Those students who began their studies in emergency care, nursing and public health nursing in the year 2014 in Saimaa University of Applied Sciences were selected to become the target group of this survey. The material was collected using a web-based questionnaire. 25 students answered the questionnaire.

More than half of the respondents did not know what kind of student health care services were offered to them. The answers also revealed that there was not sufficient information of the services. According to the students' experiences, the access to the services was mostly easy. The most wished development was the increase and development of dental care services as well as the development of nursing services. The development of Internet services would also be current, and students brought up some development ideas.

In summary, the students are mainly satisfied with the student health care, but the flow of information could be improved. The students also came up with good suggestions for improving and developing student health care services.

Keywords: satisfaction survey, satisfaction of university student, student health care

## Sisällys

1	Johdanto.....	5
2	Opiskeluterveydenhuolto .....	6
2.1	Opiskeluterveydenhuollon tavoitteet .....	6
2.2	Opiskeluterveydenhuollon sisältö.....	8
2.3	Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuolto.....	11
2.4	Opiskelijan oikeudet opiskeluterveydenhuoltoon.....	11
2.5	Opiskeluterveydenhuollon haasteet .....	13
3	Opiskelijoiden terveysongelmien erityispiirteet.....	14
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....	16
5	Opinnäytetyön toteutus.....	17
6	Eettisyyden ja luotettavuuden näkökohdat.....	19
6.1	Eettisyyden näkökohdat.....	19
6.2	Luotettavuuden näkökohdat.....	21
7	Tutkimustulokset.....	22
7.1	Korkeakouluopiskelijoiden tyytyväisyys opiskeluterveydenhuollon palveluihin .....	23
7.2	Opiskeluterveydenhuollon toiminnasta tiedottaminen .....	24
7.3	Opiskeluterveydenhuollon kehittäminen .....	25
7.4	Opiskelijoiden tietoisuus tarjotuista opiskeluterveydenhuollon palveluista .....	28
8	Yhteenveto ja pohdinta .....	28
9	Haasteet, oppimiskokemukset ja jatkotutkimusaiheet .....	32
9.1	Tutkimuksen haasteet .....	32
9.2	Oppimiskokemukset .....	32
9.3	Jatkotutkimusaiheet .....	33
	Kuviot .....	34
	Taulukot.....	34
	Lähteet .....	35

### Liitteet

Liite 1 Saatekirje

Liite 2 Kyselylomake

# 1 Johdanto

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on selvittää, miten hyvin Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijat tietävät opiskeluterveydenhuollon tarjoamista palveluista ja niiden saatavuudesta, ja mihin opiskelijat ovat olleet tyytyväisiä ja mitä palveluita vielä kaivataan. Valitsimme kyseisen aiheen, sillä meistä on tuntunut itsestämme siltä, ettei opiskeluterveydenhuoltoa ole tehty tarpeeksi näkyväksi ja helposti lähestyttäväksi. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL) mainitsee opiskeluterveydenhuollon tavoitteeksi, että opiskeluterveydenhuollon tulee olla opiskelijoiden hyvinvointia edistävää ja ylläpitävää. Opiskeluterveydenhuollon tulee järjestää opiskelijoille terveyden- ja sairaanhoitopalvelut, lisäksi mielenterveys- ja päihde-työ, seksuaaliterveyden edistäminen ja suun terveydenhuolto. Opiskeluterveydenhuolto seuraa myös opiskelijoiden terveyttä, sekä opiskelukykyä. (THL 2017.)

Termi opiskeluterveydenhuolto kuvaa opiskelijaterveydenhuollon tavoitteita ja sisältöä, niin yhteisön, kuin yksilötasollakin paremmin kuin aikaisempi opiskelijaterveydenhuolto-käsite. Uusi termi opiskeluterveydenhuolto sisältää sekä sairau- den hoidon että terveyden edistämisen. Tämä kuvastaa sitä, että kyseessä mo- niammatillinen yhteistyökokonaisuus. Opiskeluterveydenhuollon oppaassa nime- tään myös, että opiskeluterveydenhuollon piiriin kuuluvat toisen- ja korkea-asteen opiskelijat (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 21-22). Termejä asiakastytyväi- syys ja laatu voidaan arkikielessä käyttää toistensa synonyymeinä. (Ylikoski 1999, 149).

Aiheemme on tärkeä ja ajankohtainen, sillä Saimaan ammattikorkeakoulun opis- keluterveydenhuolto on elänyt murroskautta, ensin YTHS:n eli Ylioppilaiden ter- veydenhoitosäätiön palveluiden tultua kokeiluun ja sen jälkeen niiden jäätyä pois rahoituksen vuoksi. Saimaan ammattikorkeakoulu on aloittanut pilotoinnin, jossa Saimaan ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelijat pystyvät tarjoamaan niin sanotulla harmaalla alueella olleita opiskeluterveydenhuollosta puuttuvia pal- veluja oppimiskeskus Motiivin kautta sekä opiskelijoille että henkilökunnalle esi- merkiksi terveysneuvontana. Tällä hetkellä terveydenhoitajaopiskelijat tuottavat näitä palveluita Saimaan ammattikorkeakoulun henkilökunnalle.

Aihe on meille tärkeä opiskelun aikana, mutta myös tulevaisuudessa työskennellessämme esimerkiksi opiskeluterveydenhuollossa tai ylipäätään sosiaali- ja terveysalalla. Opinnäytetyössä tuotetaan sähköisen webropol- tyytyväisyyskyselyn avulla tietoa opiskeluterveydenhuollon palveluiden kehittämiseksi. Opinnäytetyömme avulla Saimaan ammattikorkeakoulu sekä Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiiri (Eksote) saavat hyödyllistä tietoa opiskelijoiden tämän hetkisistä tuntemuksista ja tarpeista, ja he voivat näin ollen hyödyntää jatkossakin kyselyn antamia tuloksia ja parantaa tarjoamaansa palvelua.

## **2 Opiskeluterveydenhuolto**

### **2.1 Opiskeluterveydenhuollon tavoitteet**

Opiskeluterveydenhuollon tavoitteeksi THL mainitsee, että sen tulee olla opiskelijoiden hyvinvointia ylläpitävää, sekä sen tulee seurata opiskelijoiden terveyttä ja opiskelukykyä, sekä edistää niitä. Opiskeluterveydenhuolto järjestää opiskelijoille terveyden- ja sairaanhoidonpalvelut, lisäksi mielenterveys- ja päihdepalvelut, seksuaaliterveyden edistämisen ja suun terveydenhuollon. Varhainen erityisen tuen ja tutkimusten tarve tulee huomioida, ja opiskelijaa tulee ohjata tarvittaessa jatkotutkimuksiin ja hoitoon. (THL 2017.) Kansanterveyslain mukaan opiskeluterveydenhuollon tehtäviä ovat myös edistää opiskeluympäristön terveellisyyttä ja turvallisuuden edistäminen. Sen tulee omalta osaltaan varmistaa myös koko opiskeluyhteisön hyvinvointi (Kunttu, Komulainen, Makkonen ja Pynnönen 2011, 78).

Terveyden edistämisellä opiskeluterveydenhuollossa parannetaan opiskelijoiden terveyttä niin opiskelujen aikana, kuin myös myöhemmin työelämässä. Terveyden edistäminen on terveysneuvontaa ja ohjaamista, joka voidaan toteuttaa yksilöohjauksena, ryhmissä tai luentoina.

Yksilötasoisessa terveysneuvonnassa korostuu yksilön vastuu tekemisestä. Yksilöohjaus on vuorovaikutustilanne, jossa tulee olla hienovarainen. Yksilöneuvontaa toteutetaan jokaisessa yksilöllisessä terveydenhoitajan tapaamisessa, kuten terveystarkastuksissa. Suositeltavaa on järjestää myös ryhmäneuvontaa, joka

soveltuu muun muassa elintapaohjaukseen. Ryhmäohjauksessa asiakkaat saavat myös vertaistukea, jolla tarkoitetaan samanlaisessa elämäntilanteessa elävän henkilön antamaa sosiaalista tukea. Vertaistuen ja ryhmän kautta syntyy usein myös uusia sosiaalisia verkostoja. Terveysneuvontaa onkin hyvä järjestää myös yhteisöllisenä neuvontana esimerkiksi oppilaitos yhteisössä. Yhteisöllisessä terveyden edistämisessä eri toimijoiden yhteistyö ja vuorovaikutus on tärkeää. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 70-71.)

Termi opiskeluterveydenhuolto kuvaa opiskelijaterveydenhuollon tavoitteita ja sisältöä, niin yhteisö kuin yksilötasollakin paremmin kuin aikaisempi opiskelijaterveydenhuolto käsite. Uusi termi *opiskeluterveydenhuolto* sisältää sekä sairauden hoidon että terveydenedistämisen. Tämä kuvastaa sitä, että kyseessä on moniammatillinen yhteistyökokonaisuus. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 22.) Opiskeluterveydenhuolto-käsite kattaa yksittäisen opiskelijan lisäksi opiskeluympäristön. Opiskeluterveydenhuolto kattaa terveydenhuollon lukiolaisille, sekä ammatillisen toisen asteen että ammattikorkeakoulun ja yliopiston opiskelijoille (Haarala, Honkanen, Mellin & Tervaskanto-Mäentausta 2015, 308-309).

Onkin tärkeää, että opiskeluterveydenhuolto tarjoaa kattavasti palveluja, sillä tutkimusten mukaan muun muassa terveystalvonnuksella on positiivisia vaikutuksia fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen elämään sekä käyttäytymiseen. Terveystalvonnus on terveyttä edistävää talvonnusta, joka lisää potilaan hyvinvointia ja auttaa saavuttamaan terveyteen liittyviä tavoitteita. (Elo, Kivelä, Kyn-gäs, Kääriäinen 2013, 262-263.) Opiskeluterveydenhuollon tulee tarjota laadukkaita terveyden- ja sairaanhoitopalveluita ja sen tulee olla kokonaisvaltaista. Opiskelijalle opiskelu on myös työtä. Opiskeluterveydenhuolto on opiskelijoiden työterveyshuoltoa, jonka tulee toimia yhteistyössä sekä kohderyhmänsä että oppilaitoksen kanssa. Opiskelukyky vaatii yksilöltä voimavaroja, joita ovat terveys, kyvykkyys, tiedot, taidot ja motivaatio. Opiskeluterveydenhuollon tulee olla laaja-alaista, opiskelukykyyn kaikki osa-alueet huomioivaa, moniammatillista toimintaa. (Kunttu ym. 2011, 80; Haarala ym. 2015, 308.)

## 2.2 Opiskeluterveydenhuollon sisältö

Ammattikorkeakouluopiskelijoiden terveydenhuolto, johon luetaan opiskelijan terveydenhuolto, sairaanhoito ja hammashuolto, on kansanterveyslain nojalla kuntien lakisääteinen tehtävä. Erolan (2004) samoin kuin Kuntun ym. (2016) korkeakouluopiskelijoiden tutkimuksessa käy ilmi, että yliopistossa opiskelevat käyttivät yleisemmin Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tarjoamia palveluja, ja ammattikorkeakouluopiskelijat käyttivät yleisemmin terveystakeskuksen palveluja. Tutkimustulosten perusteella myös ammattikorkeakouluopiskelijoiden tiedot palveluista ovat monilta osin puutteellisia. (Erola 2004; Kunttu ym. 2016.) Erolan (2004) mukaan ammattikorkeakoulujen tulisi jatkossa panostaa terveydenhuollon palveluista tiedottamiseen, etteivät terveydenhuoltopalvelut jää opiskelijoilta tavoittamatta siitä syystä, että heillä ei ole asiasta tietoa. Ammattikorkeakoulun opiskelijoilla tulisi olla myös yhtenevät palvelut opiskelukunnasta tai opiskelualasta riippumatta. (Erola 2004, 89.)

Opiskeluterveydenhuolto on osa kunnallista perusterveydenhuoltoa. Opiskelija voi hakea palveluiden piiriin samoin perustein kuin muut kuntalaisetkin tai halutessaan hän voi hakeutua myös kotikuntansa palveluiden piiriin. Palvelujen käyttäjänä opiskelija on samassa asemassa kuin kuntalaiset ja hoitoon pääsyä koskevat kriteerit koskevat myös opiskelijaa. Tasa-arvoinen asema palveluissa koskee myös hoidollisia tukipalveluja, joiden saatavuudessa on kuntien välillä eroja. Tukipalveluja ovat fysioterapiapalvelut sekä puheterapeutin, ravitsemusterapeutin, toimintaterapeutin terveystakeskuspsykologin palvelut. Lasta odottava opiskelija on oikeutettu käymään opiskelupaikkakuntansa äitiysneuvolassa.

Erikoissairaanhoitolain mukaan opiskelijoiden tarvitsema erikoissairaanhoito voidaan opiskeluaikana toteuttaa opiskelupaikkakunnan sairaanhoitopiirin sairaalassa tai toimintayksikössä. Korkeakouluopintojen aika useimmat opiskelijat ovat myös oman oppilaitoksen ulkopuolella esimerkiksi ammatillisessa harjoittelussa. Opiskeluterveydenhuollon palvelut ovat opiskelijan käytävissä normaalisti työharjoittelun ja työssäoppimisjakson aikana myös sillä paikkakunnalla, jolla harjoittelu tapahtuu. Oppilaitokset järjestävät opiskelijoilleen tapaturmavakuutuksen opiskeluun liittyvissä, työhön rinnastettavissa olosuhteissa syntyneen vamman tai sairauden korvaamiseksi. (Kunttu ym. 2011, 81.)



Terveydenhoitajan vastaanottotoiminta on yksi opiskeluterveydenhuollon osa-alue. Terveydenhoitajan vastaanottotoimintaan sisältyy erilaisia perusmittauksia kuten esimerkiksi paino, verenpaine ja pituus, sekä terveydenhoitaja voi tehdä pieniä diagnostisia perustutkimuksia ja sairauksien hoitoon liittyviä tutkimuksia. Terveydenhoitajan vastaanottotoimintaan sisältyy sairauksien ehkäisyä, ensiapua, ehkäisyneuvontaa ja alkuraskauden ohjausta. (Haarala ym. 2015, 311.)

Opiskeluterveydenhuollossa kaikissa toimipisteissä tulee olla opiskeluterveydenhuoltoon perehtynyt lääkäri. Opiskelijoilla on oikeus saada opiskeluterveydenhuollon kautta yleislääkäritasoisia sairaanhoidon palveluja. Terveydenhoitaja ja opiskeluterveydenhuollon lääkäri toimivat työparina ja terveydenhoitajalla tulee olla mahdollisuus konsultoida lääkäriä tarvittaessa. Päivystysluonteiset lääkärinpalvelut joudutaan tarvittaessa järjestämään terveyskeskuksen päivystyspisteessä, vaikka pyrkimyksenä olisi niiden järjestäminen opiskeluterveydenhuollon kautta. (Haarala ym. 2015, 311-312.)

Opiskeluterveydenhuollon keskeisiin tehtäviin kuuluvat oppilaan ja opiskelijan terveyden, hyvinvoinnin ja opiskelukyvyn edistäminen. Opiskeluterveydenhuollossa tehtävässä terveysneuvonnassa pohjana on opiskelijan yksilöllinen elämäntilanteen huomioiminen ja erityiset terveyttä uhkaavat asiat. Terveysneuvonnan tavoitteena on, että opiskelijat ottavat vastuuta omasta terveydestään ja ottavat terveet elämäntavat voimavaraksi ja osaksi arkikäyttäytymistä. Terveysneuvonnalla tuetaan muun muassa opiskelijoiden itsenäisyyttä ja aikuistumista, jolloin tähän tulee varata opiskeluterveydenhuollossa riittävästi aikaa esimerkiksi terveystarkastuksen yhteydessä. Opiskelijoiden terveydenedistämistoiminnalla vaikutetaan heidän opiskeluaikaan, mutta myös heidän tulevaan elämään. Opiskelijalle tulee antaa myös tietoa mahdollisista tulevaa ammattia koskevista terveyshaitoista. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 92-93.)

Nuorten siirtyessä korkeakouluopiskelijaksi he siirtyvät palvelujärjestelmässä opiskeluterveydenhuoltoon. Opiskelu on kuormittavaa ja vaatii yksilön sitoutumista hänen omiin tavoitteisiinsa. Nuoret ammattikorkeakouluopiskelijat elävät muutosvaihetta, johon kuuluvat aikuistuminen ja opintojen suorittaminen tulevaa tutkintoa ja työelämää varten. Opiskeluterveydenhuollossa onkin oleellista var-

hainen puuttuminen mahdollisiin epäkohtiin, jolloin opiskelijoiden tukeminen korostuu. Yhteisötason terveyden edistäminen on tärkeää huomioida opiskelukulttuurissa ja opiskeluympäristössä. (Haarala 2015, 308-310.)

Terveydenhoitaja on opiskeluterveydenhuollon henkilöstön keskeisin toimija ja hoidon tarpeen arvioija. Jokaisella oppilaitoksella on nimetty terveydenhoitaja, jonka yhteystiedot tulisi olla helposti opiskelijoiden saatavilla. Terveydenhoitaja on asiantuntija myös oppilaitoksen terveydellisten olojen valvonnassa sekä opiskelijahuoltoryhmässä. Oppilaitoksen työ- ja opiskeluoloja tulee tarkastaa lakisääteisesti kolmen vuoden välein. Opiskeluterveydenhuollon oppaan (STM) mukaan opiskeluterveydenhuollon toteuttamiseen tarvitaan yksi terveydenhoitaja 800 opiskelijaa kohti. Laadukkaan opiskeluterveydenhuollon edellytys on yhteistyö sekä opetushenkilöstön että muiden opiskeluhuollon toimijoiden kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 4; Kunttu ym. 2011, 81-82.)

Kunnalliseen opiskeluterveydenhuoltoon kuuluu yleislääkäritasoinen lääkäripalvelu. Opiskeluterveydenhuollossa lääkärin asiakasmääräksi suositellaan 2500-3000 opiskelijaa kokopäiväistä lääkäriä kohti. Terveydenhoitaja ja lääkäri toimivat työparina. Moniammatillinen asiantuntijatiimi täydennettynä psykologipalveluilla ja sosiaalihuollon osaajilla on tarpeen, kun syrjäytymisuhan alla olevien tai ulkomaalaisten opiskelijoiden osuus on suuri. Terveydenhoitajan työ opiskeluterveydenhuollossa koostuu kolmesta eri osa-alueesta: yhteisöön kohdistuvasta ehkäisevästä työstä, yksilötason opiskeluterveydenhuollosta ja vastaanottoiminnasta. (Haarala ym. 2015, 311.) Tiedossa kuitenkin on, että terveydenhoitajia ja lääkäreitä on suosituksiin verrattuna liian vähän juuri opiskeluhuollossa oppilasmääriin nähden (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 109).

Lasten ja nuorten ehkäisevien palveluiden kustannuksia on seurattu kunnissa vähän. Neuvolapalvelujen sekä koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kokonaiskustannukset olivat Stakesin käyntitilastojen perusteella vuonna 2006 noin 251 miljoonaa euroa, josta opiskeluterveydenhuoltopalvelujen osuus oli 18,2 miljoonaa euroa. Opiskeluterveydenhuollon järjestämiskustannukset yhtä opiskelijaa kohden ovat noin 300 euroa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 117.)

### **2.3 Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuolto**

Saimaan ammattikorkeakoulussa opiskelee noin 3000 opiskelijaa. Koulutustarjontaa on viidellä eri alalla, joita voi opiskella joko Lappeenrannassa tai Imatralla. Lappeenrannan kampuksella on mahdollista opiskella tekniikkaa, liiketaloutta sekä sosiaali- ja terveysalaa ja Imatran kampuksella hotelli- ja ravintola-alaa sekä kulttuurialaa (Saimaan ammattikorkeakoulu 2017a). Opetusta järjestetään päiväopetuksena ja monimuotokoulutuksena. Päätoimisesti opiskelevat nuoret opiskelevat pääosin arkipäivisin. Aikuisryhmien monimuotokoulutus järjestetään yhdistelemällä erilaisia opetusmuotoja esimerkiksi lähiopiskeluna, etäopiskeluna, sekä itsenäisesti tehtävinä opintoina. Työssäkäynti monimuotokoulutuksessa mahdollistuu paremmin, kuin päiväopetuksessa. (Opintopolku 2017.)

Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiiri (Eksote) vastaa Saimaan ammattikorkeakoulussa järjestettävästä opiskeluterveydenhuollosta. Opiskelijoiden terveydenhuoltoon sisältyvät terveysneuvonta, sairaanhoito, mielenterveys- ja päihdepalvelut sekä seksuaaliterveysneuvonta. Terveystoimittajalla on avovastaanotto ilman ajanvarausta maanantaista-perjantaihin kello 9-10 ja muutoin vastaanotto toimii ajanvarauksella. Lääkärin vastaanotolle aika varataan terveydenhoitajan kautta. Lappeenrannan Skinnarilan kampuksen terveydenhoitajan vastaanotto sijaitsee yliopiston 7-rakennusvaiheen, 2.kerroksessa, YTHS:n kanssa samoissa tiloissa. Myös Rakuunamäellä on terveydenhoitajan vastaanotto. Imatralla opiskeluterveydenhuollon toimipiste sijaitsee Saimaan ammattiopiston tiloissa. Heillä vastaanotto ilman ajanvarausta on maanantaista-perjantaihin kello 8-11 ja muina aikoina sopimuksen mukaan. Opiskelijoille on tarjolla myös psykiatrisen sairaanhoitajan ja seksuaaliterveysneuvojan palveluita. Eksoten muut palvelut, kuten terveysasemat, hammashoito ja mielenterveyspalvelut ovat myös opiskelijoiden käytävissä. Opiskelijat voivat käyttää sähköistä Hyvis-palvelua muun muassa ajanvarauksiin. (Saimaan ammattikorkeakoulu 2017b.)

### **2.4 Opiskelijan oikeudet opiskeluterveydenhuoltoon**

Sairaanhoitopiirin alueella olevien korkeakoulujen opiskelijat ovat oikeutettuja sairaanhoitoon opiskelupaikkakunnan sairaanhoitopiirin sairaalassa tai muussa

toimintayksikössä sinä aikana, jonka he opiskelun vuoksi joutuvat oleskelemaan vieraan sairaanhoitopiirin alueella (Erikoissairaanhoitolaki 1062/1.12.1989).

Kunnan kansanterveystyöstä vastaavan viranomaisen tulee hyväksyä yhtenäinen toimintaohjelma, joka kattaa neuvolatyön, koulu- ja opiskeluterveydenhuollon sekä lasten ja nuorten ehkäisevän suun terveydenhuollon. Toimintaohjelman laadittaminen tehdään yhteistyössä sosiaali- ja opetustoimen kanssa. Kunnan tulee järjestää terveystarkastuksia, joiden perusteella tehdään yksilöllisesti suunniteltua terveysneuvontaa, joka voidaan tarvittaessa tehdä moniammatillisesti. Ammattikorkeakoulu opiskelijoille tulisi ensimmäisenä opiskeluvuonna tehdä terveystarkastus, jonka perusteella tehdään tarvittaessa terveystarkastus. Suun terveystarkastus tulisi tehdä vähintään kerran opiskelujen aikana, siinä selvitetään suun terveysneuvonnan ja palvelujen tarve. (Valtioneuvoston asetus 28.5.2009.)

Valtioneuvoston asettamalla kuntien tekemällä toimintaohjelmalla on tarkoitus varmistaa, että kunnassa on kaikille asetuksessa mainituille saatavilla yhtenäiset palvelut kunnan eri toimipisteissä. Toimintaohjelman tuloksista raportoidaan vuosittain, mikä mahdollistaa tilastoinnin sekä asetuksen valvonnan. Yhtenäinen toimintaohjelma on apuna yksittäiselle työntekijälle samalla tavalla kuin moniammatillisessa yhteistyössäkin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 23.)

Opiskeluterveydenhuollon piiriin kuuluvalla opiskelijalla opiskeluterveydenhuollon terveyspalvelut ovat maksuttomia, kuten muutkin terveydenhoitajien palvelut, esimerkiksi terveystarkastukset. Opiskeluterveydenhuollon maksut määräytyvät asiakasmaksulain ja asetusten mukaisesti. Asiakasmaksuja voidaan periä 18 vuotta täyttäneiltä avosairaanhoidon lääkäripalveluista, kotisairaanhoidosta, laitoshoidon annettusta kuntoutuksesta, yksilökohtaisesta fysioterapiasta ja sairaankuljetuksesta. (Laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista 1992/734.)

Työterveyslaitoksen teettämän työympäristötutkimuksen Sulanderin & Romppaisen (2007) raportin mukaan opiskeluympäristö sisältää psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen ympäristön. Henkilö tarvitsee hyvien psyykkisten ja fyysisten voimavarojen lisäksi ympärilleen välittävän ja kannustavan opiskeluympäristön, joka tu-

kee oppimista. Opiskeluhyvinvointi tukee opiskelijan opintojen etenemistä ja opiskelijan terveyttä. Työkykyä edistävä toiminta voidaan verrata opiskelukykyä edistäväksi toiminnaksi oppilaitoksissa. Terveydenedistämisen painopisteen tulisi siirtyä terveiden opiskeluyhteisöjen rakentamiseen ja muokkaamiseen. Parhaiten tämä toteutuisi siirtymällä yksilön terveydestä ryhmä- ja tiimityön malliin. (Haarala ym. 2015, 308-309.)

## **2.5 Opiskeluterveydenhuollon haasteet**

Eri oppilaitoksissa opiskelevat opiskelijat ovat sosiaali- ja terveysministeriön mukaan eriarvoisessa asemassa terveyspalveluiden suhteen. Ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat ovat useammin syrjäytymisvaarassa kuin lukio-opiskelijat ja heidän palvelunsa tarvitsevat tehostamista. Vastaavasti ammattikorkeakoulujen opiskelijat ovat palveluiden saatavuudessa huonommassa asemassa suhteessa yliopisto-opiskelijoihin, joiden palveluita tuottaa Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö. (Haarala ym. 2015, 309.)

Kunnissa eroja palveluissa on muun muassa maksuissa ja opiskelijoiden kohtelussa. Jossakin tapauksissa opiskelija, joka ei ole ollut kirjoilla opiskelukunnassa, on joutunut menemään hakemaan hoitoa virallisesta kotikunnastaan. Myös erikoissairaanhoidon palveluiden saannissa on ollut puutteita, ja ammattikorkeakoululaiset ovat heikommassa asemassa kuin yliopisto- opiskelijat. (Erola 2004, 11-12.)

Opiskeluterveydenhuollon haasteena on lisätä opiskelijoiden omien yhteisöjen tietoisuutta niiden toiminnan vaikutuksista hyvinvointiin, terveyteen ja opiskelukykyyn. Opiskelukykyä edistetään suuntaamalla toimintaa yksilöiden lisäksi myös opiskeluympäristöön, mikä vaikuttaa muun muassa opiskelijan arvioihin ja asenteisiin sekä opiskelumotivaatioon ja -tyytyväisyyteen. (Kunttu ym. 2011, 79.)

Nuorten vastavalmistuneiden epäterveelliset elämäntavat ja työstressi ovat yleistyneet. Samoin tutkimuksissa on huomioitu lisääntynyt ylipainoisuus, joka näkyy huonoina ravintotottumuksina, liikunnan vähäisyytenä, riittämättömänä lepona ja muina epäterveellisenä tottumuksena. Näillä kaikilla edellä mainituilla tekijöillä on myös riski lisätä elintapasairauksia. Moniammatillisen yhteistyön kehittäminen ja lisääminen ovat tarpeen opiskeluterveydenhuollossa. (Haarala 2015, 316.)

Erolan (2004) hyvinvointitutkimuksessa kysyttiin opiskelijoilta, millaisiin asioihin he kaipaivat neuvontaa tai ohjausta opiskeluterveydenhuollossa. Stressinhallinta nousi kyselyssä vahvasti esille, 40% vastanneista ilmoitti tarvitsevansa siinä apua. Opiskelun ongelmiin ja opiskelutekniikkaan kaivattiin myös apua, samoin liikuntaan, ergonomiaan ja ravitsemukseen liittyvissä asioissa. (Erola 2004, 86.)

Opiskelijoiden mielenterveys- ja päihdepalvelujen tulisi olla helposti opiskelijoiden saatavilla. Opiskeluterveydenhuollossa THL:n vuoden 2016 tutkimuksen mukaan opiskelijan hyvinvoinnin kokonaiskuva on hämärtynyt ja näin hoito usein kohdistuu vain yksittäiseen oireiluun. Tutkimuksessa havaittiin puutteita erityisesti sairaanhoidollisten päihdepalvelujen toteuttamisessa. Esille nousi myös, etteivät opiskelijat aina tiedeneet, mistä tietyt palvelut ovat saatavilla tai mistä voi hakea apua. Olisi tärkeää, että opiskeluterveydenhuolto olisi profiloitunut selkeämmin. Opiskeluterveydenhuoltoa olisi hyvä tuoda esille työterveyshuollon tavoin. Opiskeluterveydenhuollon koko palveluvalikoima tulisi tuoda esimerkiksi verkkosivuilla selkeästi näkyväksi. (Kanste, Haravuori, Kolimaa, Vormaa, Fagerlund-Jalokinos, Suvisaari, Muinonen, Marttunen 2016, 99,106.)

### **3 Opiskelijoiden terveysongelmien erityispiirteet**

Opiskelijat ovat useimmiten nuoria tai nuoria aikuisia, joten he ovat fyysisesti terveitä. Nuorillakin on kuitenkin tarve hammashuollon palveluille tai silmälasien käytölle. Nuorilla ilmenee opintojen aikana monenlaista oireilua, jota ei tulisi vähätellä. Oireilu voi kertoa kuormittavasta elämänvaiheesta ja esimerkiksi stressistä. Opiskelija tulisi nähdä opiskeluterveydenhuollossa kokonaisuutena ja hoidolla tulisi olla jatkumo. Opiskeluterveydenhuollolla tulee olla päävastuu opiskelijan terveydenhoidosta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 66.)

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) 2016 tutkimuksessa opiskelijoiden omat toiveet saada apua erilaisissa ongelmissa antavat kuvaa opiskelijoiden tarpeista ja osoittavat opiskelijoiden hyvin tiedostavan ongelmakohdat ja muutostarpeet elämässään. Niissä korostuivat opiskelun ja henkisen hyvinvoinnin asiat, kuten stressin- ja ajanhallinnan, tuen tarve opiskeluongelmiin ja –taitoihin, jännittäminen sekä ihmissuhde/itsetunto-ongelmat. Apua toivottiin myös painonhallintaan ja liikuntaan. (Kunttu ym. 2016, 85.)

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS on toteuttanut valtakunnallisen korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen vuosina 2000, 2004, 2008, 2012 ja 2016. Tutkimusten kohteena ovat olleet alle 35-vuotiaat perustutkintoa suorittavat yliopisto-opiskelijat, ja vuodesta 2008 alkaen mukana ovat olleet myös ammattikorkeakouluopiskelijat. Tutkimuksessa on kartoitettu korkeakouluopiskelijoiden fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveydentilaa, keskeisiä terveyskäyttäytymisen piirteitä sekä terveyspalvelujen käyttöä ja mielipiteitä palvelujen laadusta. Lisäksi tutkimuksessa on selvitetty terveyteen, terveyskäyttäytymiseen ja opiskelukykyyn liittyviä tekijöitä, kuten sosiaalisia suhteita, opiskelua ja toimeentuloa. (YTHS 2016, 83-84.)

Opiskelijoista valtaosalla oli jokin lääkärin, hammaslääkärin tai psykologin toteama pysyvä, pitkäkestoinen tai usein toistuva sairaus, vika tai vamma, joka on oireillut tai vaatinut hoitoa viimeksi kuluneen vuoden aikana. Sairauksien esiintyvyys on pysynyt vuodesta toiseen hyvin samanlaisena, mutta diagnosoidun masennuksen ja ahdistuneisuushäiriön osuus on lähes kolminkertaistunut vuodesta 2000 alkaen. Hyväksi tai erittäin hyväksi fyysisen hyvinvointinsa koki 76 % opiskelijoista, mutta henkisen hyvinvointinsa koki vain 66 % opiskelijoista. Yleisimpiä opiskelijoiden oireita olivat väsymys, uniongelmat, yläselän oireet, iho-ongelmat, nuha/ tukkoisuus, ilmavaivat/turvotus sekä psyykkiset oireet. Opiskelijoista oli 8 %:lla todettu oppimisvaikeus tai oppimiseen vaikuttava sairaus tai vamma. Oppimisvaikeudet olivat yleisempiä ammattikorkeakoulussa opiskelevilla kuin yliopisto-opiskelijoilla. Mielenterveysseulan mukaan opiskelijoista 33% koki runsaasti stressiä. Opiskelijamiehistä 36 % ja naisista 26% oli ylipainoisia. Ylipainoisuus oli ammattikorkeakouluopiskelijoilla yleisempää kuin yliopisto-opiskelijoilla. (YTHS 2016, 83-84.)

Vuoden 2016 aikana terveydenhoitajat ja lääkärit ovat nimenneet opiskelijoiden yleisimmiksi terveysongelmiksi mielenterveysongelmat tai psyykkisen oireilun, vuorokausirytmien ongelmat, infektiosairaudet, migreenin tai muun toistuvan päänsärlyn, tuki- ja liikuntaelinten sairaudet sekä mahan tai suoliston sairaudet tai vastaavan oireilun. Tärkeimpinä kuitenkin pidettiin mielenterveyden ja psyykeen oireita. Lääkärit nimesivät terveysongelmiksi vielä opiskelijoiden päihdeongelmat. (Kanste ym. 2016, 63.)

Opiskelijat joutuvat usein hakemaan mielenterveys- ja päihdepalveluja eri yksiköistä niin opiskeluterveydenhuollosta kuin oppilaitoksen ulkopuolelta. Opiskelijoiden mielenterveys- ja päihdetyössä tulisi käyttää valtakunnallisia sähköisiä palveluita enemmän. Käypä hoito -suositusten systemaattinen käyttöönotto olisi olennaista mielenterveys- ja päihdetyöhön liittyen, kuten muutoinkin opiskelijoihin liittyen. Ongelmien varhainen tunnistaminen on tärkeää ja ongelmien hoitaminen opiskeluterveydenhuollossa sen voimavarojen mukaan on opiskelijalle hyödyksi. Yleiset käytännöt kaipaavat vielä kehittämistä muun muassa mielenterveyden edistämisessä ja keskeyttämisvaarassa olevien opiskelijoiden tunnistamisessa sekä tukemisessa. Opiskelu-uupumuksen ja stressin ehkäisemisen eteen tulisi tehdä kehitystyötä. (Kanste ym. 2016, 4,5.)

Tutkimusten mukaan opiskelijan epävarmuus toimeentulostaan on suoraan yhteydessä heikompaan opintomenestykseen, sosiaaliseen toimintakykyyn ja fyysiseen terveyteen ja se on erittäin merkittävä mielenterveyden riskitekijä. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS:n selvityksen mukaan mielenterveysongelmat ovat opiskelijoiden yleisimpiä terveysongelmia. (Psykologiliitto, 2016.)

Opiskelu on osaltaan verrattavissa työntekoon, mutta ne poikkeavat toisistaan muun muassa sairauslomien osalta. Opiskelija ei saa sairausloman ajalta palkkaa, vaan päinvastoin hänen koulutehtävänsä ja suorituksensa myöhästyvät ja hankaloituvat. Useimman täysi-ikäisen on myös opintojen lisäksi huolehdittava toimeentulostaan ja käytävä opintojen lisäksi töissä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 38.)

#### **4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet**

Opinnäytetyössämme tarkoituksena oli selvittää, miten hyvin Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijat tietävät opiskeluterveydenhuollon tarjoamista palveluista ja niiden saatavuudesta, mihin opiskelijat ovat olleet tyytyväisiä ja mitä palveluita vielä kaivataan. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa opiskelijalähtöisten opiskeluterveydenhuollon palveluiden kehittämiseksi.



Haimme kyselyllämme vastauksia niihin asioihin, joihin opiskelijat ovat jo opiskeluterveydenhuollossa tyytyväisiä sekä niihin asioihin, joissa voisi olla parantamisen varaa. Toivomme myös, että opiskelijat saavat äänensä kuuluviin ja tuovat esille myös niitä palveluita, joita tällä hetkellä ei opiskeluterveydenhuollon piiristä löydy ja joille voisi olla juuri tässä piirissä tarvetta. Halusimme myös kartoittaa kuinka paljon opiskelijat tietävät opiskeluterveydenhuollosta ja sen tarjoamista palveluista.

Opinnäytetyömme kysymykset ovat:

1. Kuinka tyytyväisiä ammattikorkeakoulun opiskelijat ovat nykyisiin opiskeluterveydenhuollon palveluihin
2. Mitä palveluita ammattikorkeakoulun opiskelijat kaipaavat tämän hetkiseen opiskeluterveydenhuoltoon?
3. Mitä palveluita ammattikorkeakoulun opiskelijat tietävät saavansa opiskeluterveydenhuollosta?

## **5 Opinnäytetyön toteutus**

Kyselymme kohderyhmänä oli Saimaan ammattikorkeakoulun vuoden 2014 syksyllä sairaanhoidon, ensihoidon ja terveydenhoidon opintonsa aloittaneet opiskelijat. Kohderyhmä rajautui kyseisiin oppilaisiin sen vuoksi, että heillä on opinnäytetyön teko hetkellä pisin opiskeluaika takanaan ja mahdollisesti myös eniten kokemusta opiskeluterveydenhuollosta. Pystyimme Saimaan ammattikorkeakouluopiskelijoiden opiskelijakunnan (Saikon) kautta jakamaan kyselymme valittujen ryhmien luokanvanhimmille ja näin tavoitimme haluamamme kohderyhmän. Opinnäytetyömme kyselyn lähestymistapa on kvantitatiivinen. Valitsimme kyseisen lähestymistavan, koska perusjoukko on suuri ja kyselylomake rakentuu strukturoiduista kysymyksistä. Perusjoukolla tarkoitetaan kohderyhmää, josta tutkimuksessa halutaan tehdä päätelmiä. Kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen avulla selvitetään lukumääriin ja prosenttiosuuksiin liittyviä kysymyksiä. Kvantitatiivinen tutkimus edellyttää riittävän suurta ja edustavaa otosta (Vilkkä 2007, 51; Kananen 2008, 70).

Aineiston keräämiseen käytimme kyselylomaketta (Liite 2), johon haimme Saimaan ammattikorkeakoululta tutkimusluvut. Aineiston keruussa on hyvä käyttää standardoituja tutkimuslomakkeita valmiine vastausvaihtoehtoineen (Heikkilä 2014, 9). Kyselymme sisältää myös avoimia kysymyksiä. Opinnäytetyössämme käytimme aineistonkeruumenetelmänä Webropol-nettikyselyä, joten liitteenä oleva (Liite2) kyselylomake ei ole ulkoasultaan aivan vastaavan näköinen. Kysely antoi meille informatiivista tietoa opiskelijoiden mielipiteistä. Opiskelijoiden mielipide on oleellinen kehitettäessä opiskeluterveydenhuollon palveluita, mikä tulisi ottaa huomioon. Halusimme tehdä kyselylomakkeesta selkeän ja helposti ymmärrettävän. Käytimme kyselyssä suljettuja, avoimia sekä sekamuotoisia kysymyksiä. Avoimia kysymyksiä käytimme vain harkiten, koska niitä on vaikea käsitellä. Avoimet kysymykset antavat kuitenkin vastaajalle mahdollisuuden ilmaista vapaammin mielipiteensä. Verkkokyselyn eduksi katsotaan nopeus, joustavuus, helppous ja ympäristöystävällisyys. Verkkokysely mahdollistaa myös laajan tutkimusjoukon tavoittamisen ja se on taloudellista (Heikkilä, Hupli, Leino-Kilpi 2008, 101).

Käytimme lomakkeessa myös asenneasteikoista Likertin asteikkoa. Likertin asteikko on tavallisesti 4- tai 5-portainen järjestysasteikon tasoinen asteikko, jossa toisena ääripäänä on täysin samaa mieltä -vaihtoehto ja toisena ääripäänä täysin eri mieltä -vaihtoehto (Heikkilä 2014, 38). Meillä vastausmahdollisuutena Likertin asteikollisissa kysymyksissä oli 1-6 portainen asteikko, joissa ääripäiksi oli nimetty, joko 1= *tyytyväinen, hyvä tai hyvin* -vaihtoehto ja 5= *tyytymätön, huono tai huonosti* vaihtoehdot riippuen kysymyksestä. Jokaisessa tämän tyyliässä kysymyksessä oli myös vaihtoehto 6= *minulla ei ole kokemusta tästä*. Vaihtoehto *minulla ei ole kokemusta* antaa vastaajalle mahdollisuuden ilmaista puolueettoman mielipiteen, jos hänellä ei ole kokemusta kyseisestä asiasta, toisin kuin asteikon ääripäiden vaihtoehdot. Emme kuitenkaan halunneet antaa vaihtoehtoa *en osaa sanoa*. Käytimme opinnäytetyössämme kyselylomakkeen pohjana Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisemaa opiskeluterveydenhuollon opasta vuodelta 2006, joka määrittelee opiskeluterveydenhuollon palvelut. Kähärän & Pajarin (2011) tekemässä Ammattikorkeakouluopiskelijoiden tyytyväisyys opiskeluterveydenhuoltoon- opinnäytetyöstä saimme myös runkoa omaan työhömmе ja kyselylomakkeen tekoon.

Tulkinnalla tarkoitetaan analyysin tuloksien pohdintaa ja niistä tehtyjä omia johtopäätöksiä. Esille tulevien merkitysten selkiyttäminen ja pohdinta kuuluvat tulkintaan (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2004, 211- 213). Opinnäytetyössämme olemme rajanneet aineiston keruun ammattikorkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuollon palveluihin, sisältöön ja tietoihin liittyen. Tarkoituksemme on saada ajankohtaista tietoa ammattikorkeakoululaisten mielipiteistä ja mahdollisista kehittämisideoista liittyen Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuoltoon. Olemme myös nimenneet ammattikorkeakouluopiskelijoiden terveysongelmien erityispiirteitä tekstissä. Kyselymme sulkeuduttua perehdyimme saatuihin tuloksiin prosenttiosuuksin ja tulkitsimme verraten niitä myös aikaisempiin vastaaviin tutkimuksiin, joista teimme sitten johtopäätöksiä.

## **6 Eettisyyden ja luotettavuuden näkökohdat**

### **6.1 Eettisyyden näkökohdat**

Eettisenä kantana meillä oli opiskelijan hyvinvoinnin edistäminen ja samalla työelämälähtöinen palvelun kehittäminen ja kartoittaminen. Toivomme, että tutkimus toisi hyödyn molemmille osapuolille. Samalla kun toteutimme kyselyn, jolle on selvä kysyntä Saimaan ammattikorkeakoulussa, saimme kerättyä tarvitsemamme aineiston opinnäytetyötämme varten.

Tutkimusta varten on hankittava tarvittavat tutkimusluvut ja laadittava suunnitelma (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012). Opinnäytetyön lupahakemukseen liitettiin opinnäytetyön suunnitelma ja tutkimuskysely. Tutkimusluvan saatamme toteutimme tyytyväisyyskyselyn. Tutkimuksen tarkoitus ja käyttötapa ovat oleellista selvittää tutkimukseen osallistuvilla (Heikkilä 2008, 31).

Opinnäytetyömme saatekirjeestä (Liite 1) kävi ilmi tutkimuskyselyn tarkoitus, kohderyhmä, ja että se on osa opinnäytetyötä ja että vastaaminen on vapaaehtoista. Tutkija ei saa valikoida mitä tuloksia hän raportissaan esittää, vaan tutkimustulosten raportoinnin tulee olla avointa (Vilkkä 2007, 91; Heikkilä 2008, 31–32). Tutkijan oma mielipide ei saa tulla esille tulosten esittämisessä ja tulosten tulee olla tutkijasta riippumattomia.

Tutkimustuloksia ei saa manipuloida. Tutkijan ja tutkittavan etäinen suhde auttaa tutkimuksen objektiivisuuteen. (Vilka 2007, 16; Heikkilä 2008 31.) Opinnäytetyöaineistomme kerättiin sähköisellä Webropol-kyselyllä, joten vastaajia ei koskaan henkilökohtaisesti tavattu, eikä täten pystytty vaikuttamaan heidän vastauksiinsa tai henkilöimään vastaajia.

Kunnioittavaan tutkimusnäyttöön kuuluu, että tutkittavalta pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Kunnioittavaa käytöstä on myös perehdyttää tutkittava tai kohderyhmä tutkimukseen hyvin etukäteen ja kertoa heille heidän oikeuksistaan sekä velvollisuuksistaan mahdollisimman rehellisesti, jotta tutkittava voi antaa todenmukaisen suostumuksensa tutkimukseen. Tutkittavalle tulee myös kertoa, että hänellä on mahdollisuus missä vaiheessa tahansa keskeyttää tutkimus halutessaan. Tutkittavan henkilöllisyyttä ei saa paljastaa missään vaiheessa, millä taataan tutkittavan anonymiteetti. (Leino-kilpi & Välimäki 2015, 209.)

Saatekirjeessä (Liite1) annettiin osallistujille tutkijoiden yhteystiedot mahdollisia lisäkysymyksiä varten. Kirjeessä oli mainittu, että vastaaja antaa kyselyyn vastatessaan tutkijoille luvan käyttää kyselyn tuloksia tutkimuksessa. Halkoaho ym. toteavat, että terveyden edistämisen tutkimuksen innovatiivisuus ilmenee eri tutkimusmenetelmien laaja-alaisena käyttönä ja tieteenalojen teorioiden sekä menetelmien hyödyntämisen uudella tavalla (Halkoaho, Länsimies-Antikainen, Pietilä, Vähäkangas 2008, 304). Tutkijalla on vastuu laadukkaan ja tarkoituksenmukaisen tutkimuksen toteuttamisesta.

Ihmisiin kohdistuvaa tutkimusta tehdessä on otettava huomioon eettisyys ja tutkimukseen osallistuvan henkilön anonyymisyys. Anonyymisyys tarkoittaa, että tutkittavaa henkilöä ei pystytä missään vaiheessa tunnistamaan tutkimustuloksista. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara. 2009, 25.)

Tutkijan subjektiiviset valinnat, kysymysten muotoilu ja analysointimenetelmät sekä tapa raportoida tuloksia eivät saa vaikuttaa tutkimustulokseen. Tutkimukseen eivät saa vaikuttaa tutkijan omat poliittiset tai moraaliset vakaumukset. (Heikkilä 2008, 30-31.) Saatua tietoa kytkeytyy jossain määrin sen tuottajaan, sillä tutkija on osa sitä mitä hän tutkii. Tutkijan arvomaailma ja näkemykset vaikuttavat

vastausten tulkintaan. (Eriksson, Isola, Kyngäs, Leino-Kilpi, Lindström, Paavilainen, Pietilä, Salanterä, Vehviläinen-Julkunen ja Åstedt-Kurki 2007, 26.) Tutkimuksemme raportointi on tehty rehellisesti ja puolueettomasti. Kyselyn tulokset hävitettiin opinnäytetyön valmistuttua asianmukaisesti.

Etiikka ohjaa ihmistä tekemään valintoja sekä arviomaan omaa ja toisten toimintaa, mutta myös pohtimaan omien toimintojensa perusteita (Lindqvist 2001, 4). Hoitotyössä etiikka on tärkeä osa hoitotyötä. Opinnäytetyössämme otamme vastuun kaikesta tutkimukseen liittyvästä tiedonkeruusta aina tietojen asianmukaiseen hävittämiseen asti.

Tutkimustulosten tulee vastata aineistoa, tutkittavalla on täysi anonymiteetin suoja, ja tutkija esittää tutkimuksen tulokset täysin rehellisesti ja avoimesti, nämä ovat tutkimuksessa tärkeimmät eettiset asiat. Tutkija on myös vastuussa etiikan toteutumisesta työssään. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 2006, 216.)

## **6.2 Luotettavuuden näkökohdat**

Kyselyssämme pyrimme asettelemaan kysymykset ja vastaukset niin, että ne ovat kaikille vastaajille samalla tavalla ymmärrettävissä sekä vastattavissa. Tutkimusta tehtäessä sen luotettavuutta pyritään arvioimaan ja näin välttämään virheiden syntymistä (Tuomi ja Sarajärvi. 2009, 134; Hirsjärvi 2009, 231). Kysely pyrittiin tekemään vastaajalle mahdollisimman selkeäksi, jotta parannamme tutkimustulosten pätevyyttä ja luotettavuutta.

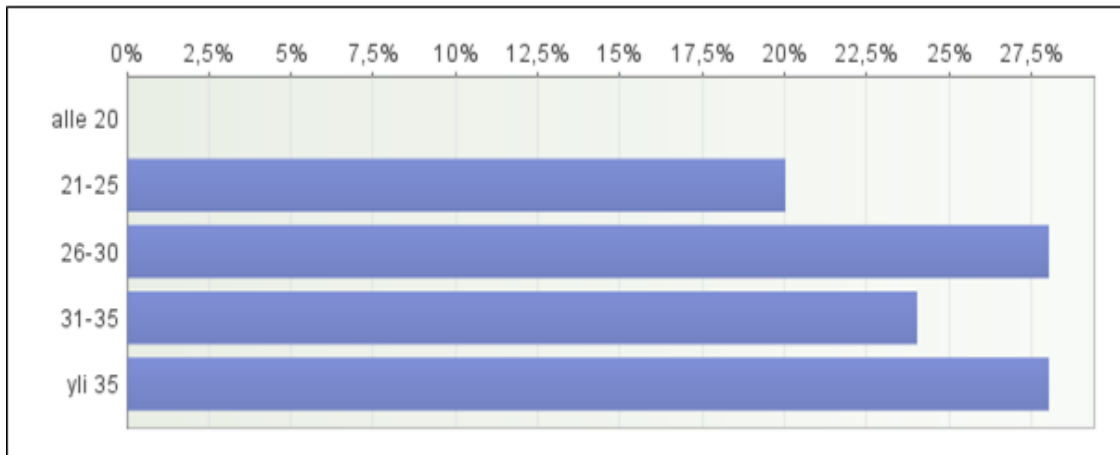
Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää, miten hyvin Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijat tietävät opiskeluterveydenhuollon tarjoamista palveluista ja niiden saatavuudesta, ja mihin opiskelijat ovat olleet tyytyväisiä ja mitä palveluita vielä kaivataan. Pyrimme siis antamaan opiskelijoille mahdollisuuden kertoa mielipiteensä tekemämme kyselyn avulla ja näin mahdollisesti myös vaikuttamaan oman opiskeluterveydenhuollon kehittämiseen. Asiantuntijaneeliarvioinnilla tarkoitetaan sitä, että esimerkiksi tutkijakollegat arvioivat tutkimusprosessia (Tuomi ym. 2009, 142). Kyselylomakkeemme ja tutkimusprosessi ovat olleet julkisia, millä pyrimme parantamaan tutkimuksen luotettavuutta. Kyselymme on tarkistanut ennen julkaisemista useampi henkilö, jotta se oli vastaajille mahdollisimman selkeä ja meille tietoa antava.

Paunonen ja Vehviläinen-Julkunen (2006) toteavat, että tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavat tutkijan taidot ja kokemus, tulkintojen ja havaintojen väärään tulkintaan voi johtaa kokematon tutkija. Luotettavuusongelma voi syntyä, jos tutkimusaineisto ei ole laadukas, tai jos tutkimuskysymyksillä ja aineistolla ei saada vastausta esitettyyn kysymykseen (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen, 2006, 215). Kunttu ym. (2016) toteavat ammattikorkeakouluopiskelijoille tehdyssä terveystutkimuksessa, että netin myötä kyselyjen määrä on lisääntynyt ja korkeakouluissa annetaan jokaisen kurssin jälkeen kurssipalautte. Nämä yhdessä ovat aiheuttaneet ilmiön, josta käytetään nimitystä vastaamisväsymys. Vastausaktiivisuuden lasku näkyy kysely- ja haastattelututkimuksissa. (Kunttu ym. 2016, 21.)

Validiteetti- ja reliabiliteettikäsitteitä käytetään tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa. Validiteetilla (pätevyys) tutkimuksessa tarkoitetaan sitä, että tutkimuksessa mitataan sitä, mitä oli tarkoituskin mitata. Reliabiliteetti (pysyvyys) puolestaan tarkoittaa tutkimuksen kykyyn tuottaa tuloksia, jotka saataisiin myös silloin, jos tutkimus toistetaan, eli ei sattumanvaraisia tuloksia. Tutkimuksen kokonaisluotettavuus syntyy yhdessä validiteetista ja reliabiliteetista. (Vilkkä 2007, 149–150, 152; Heikkilä 2008, 29–30; Kananen 2008, 79, 81; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 189–190.)

## **7 Tutkimustulokset**

Opinnäytetyömme Webpropol-kyselyyn internetissä vastasi 25 opiskelijaa. Vastajista iältään suurin osa oli 26-30-vuotiaita (28%) sekä yli 35-vuotiaita (28%). (Kuvio 1).



Kuvio 1. Vastanneiden ikäjakauma

### 7.1 Korkeakouluopiskelijoiden tyytyväisyys opiskeluterveydenhuollon palveluihin

Opinnäytetyössämme selvitimme kuinka hyvin opiskelijat ovat kokeneet opiskeluterveydenhuollon huomioivan heidän terveydentilansa ja sairautensa. Vastanneista 20 % koki opiskeluterveydenhuollon huomioineen tämän kohtalaisesti, 40% melko hyvin ja 28 % hyvin. Opiskeluterveydenhuollon koki terveyttä edistäväksi toiminnaksi valtaosa (60 %) vastaajista. Alle 10% vastaajista kuitenkin koki, ettei opiskeluterveydenhuollon toiminta ole terveyttä edistävää. Yli 30%:lla vastaajista ei ollut kokemusta opiskeluterveydenhuollon palveluista.

Kysyimme opiskelijoilta kuinka tyytyväisiä he ovat (Taulukko 1) eri asioiden käsittelyyn opiskeluterveydenhuollossa. Kyselyn vastauksissa korostui, ettei vastanneilla ole laajasti kokemusta opiskeluterveydenhuollon tarjoamista palveluiden eri osa-alueista. Terveysongelmien käsittelyyn oltiin tyytyväisiä (28% vastaajista), sekä seksuaaliterveyden hoitoon (16% vastanneista). Kuitenkin tyytymättömyyttä olivat herättäneet seksuaaliterveys, mielenterveystyö, päihdetyö, ravitsemus- ja liikuntaohjaus sekä opiskelu- ja elämäntilanteen tukeminen tasaisesti..

	1	2	3	4	5	6
terveysongelmat	28%	16%	8%	8%	0%	40%
mielenterveystyö	12%	0%	4%	0%	4%	80%
päihdetyö	4%	0%	4%	0%	4%	88%
seksuaaliterveys	16%	4%	4%	0%	8%	68%
ravitsemus- ja liikuntaohjaus	4%	4%	4%	0%	4%	84%
opiskelutilanteen tukeminen	4%	4%	4%	4%	4%	80%
elämäntilanteen tukeminen	4%	0%	8%	4%	4%	80%

Taulukko 1. Kuinka tyytyväinen olet seuraavien asioiden käsittelyyn opiskeluterveydenhuollossa? (1 = tyytyväinen, 5 = tyytymätön, 6 = minulla ei ole kokemusta tästä)

Opiskelijoista yli puolet koki opiskelijaterveyshuollon palvelut vähintään melko hyväksi, joten opiskelijat olivat tyytyväisiä opiskeluterveydenhuollon palveluihin. Vastanneista 24% koki palvelut hyväksi, 28% melko hyväksi. 20%:lla vastanneista ei ollut kokemusta palveluista. Kysyimme opiskelijoilta erilaisia asioita liittyen opiskeluterveydenhuollon toimintaan ja palveluiden toteutumiseen kuten yhteydenottoon, hoidon saamiseen ja hoitotilanteeseen liittyen, (Taulukko 2).

## 7.2 Opiskeluterveydenhuollon toiminnasta tiedottaminen

Opiskeluterveydenhuollon toiminnasta tiedottaminen toteutui opiskelijoiden mielestä melko huonosti, näin vastasi noin 36% vastaajista. Tiedottamisen opiskelijat kokivat kuitenkin melko hyväksi (20% vastaajista) tai kohtalaiseksi (28% vastaajista). Tiedottaminen opiskeluterveydenhuollon yhteystiedoista ja aukioloajoista toteutui vastaajista 16 %:n mielestä kohtalaisesti ja 20 %:n mielestä melko hyvin. 32% vastaajista koki, että tiedottaminen onnistui huonosti. Opiskeluterveydenhuollon vastaanoton aukioloaikojen sopivuus toteutui kohtalaisesti 28%:n mielestä ja melko hyvin 12%:n mielestä. Vastanneista 16%:n mielestä terveydenhoitajan tavoitti puhelimitse hyvin ja 32%:n mielestä kohtalaisesti ja vain 4%:n mielestä se toteutui huonosti. Terveydenhoitajan vastaanotolle pääsemisen nopeus koettiin kohtalaisen hyväksi, sillä vastaajista yhteensä 8% koki sen toimineen hyvin ja 36% melko hyvin. Vastaanottoaika koettiin riittäväksi (20%) tai melko riittäväksi (24%).



	1	2	3	4	5	6
tiedottaminen opiskeluterveydenhuollon toiminnasta	4%	20%	28%	8%	36%	4%
opiskeluterveydenhuollon yhteystietojen ja aukioloaikojen tiedottaminen	4%	16%	20%	20%	32%	8%
vastaanoton aukioloaikojen sopivuus	0%	12%	28%	24%	20%	16%
terveydenhoitajan tavoittaminen puhelimella	16%	8%	32%	8%	4%	32%
terveydenhoitajan vastaanotolle pääsemisen nopeus	8%	36%	8%	16%	8%	24%
vastaanottoajan riittävyys	20%	24%	12%	8%	12%	24%
sinua kuunneltiin ja tunsit tulleeesi ymmärretyksi	32%	28%	8%	4%	4%	24%
mahdollisuutesi vaikuttaa asioitasi koskevaan päätöksen tekoon	36%	16%	8%	4%	8%	28%
tarvittavan jatkohoidon saaminen opiskeluterveydenhuollon kautta	32%	12%	4%	4%	4%	44%

Taulukko 2. Kuinka hyvin asiat opiskeluterveydenhuollossa mielestäsi toteutuivat? (1 = hyvin, 5 = huonosti, 6 = minulla ei ole kokemusta tästä).

Vastaajista suurin osa koki, että heitä kuunneltiin opiskeluterveydenhuollossa ja he tunsivat tulleeensa ymmärretyksi hyvin vastaanottotilanteessa. Yli puolet vastanneista koki, että heillä oli ainakin kohtalainen mahdollisuus vaikuttaa omien asioidensa päätöksentekoon, sillä vastaajien mielestä oma mahdollisuus vaikuttaa omia asioita koskeviin päätöksiin toteutuu hyvin (36%), melko hyvin (16%) tai kohtalaisesti (8%). Vastaajista 32 % oli sitä mieltä, että tarvittavan jatkohoidon saaminen opiskeluterveydenhuollon kautta toteutui hyvin, mutta kokemusta jatkohoidon saamisesta ei ollut 44% vastaajista.

### 7.3 Opiskeluterveydenhuollon kehittäminen

Haimme opiskelijoiden mielipidettä opiskeluterveydenhuollon eri osa-alueiden palveluiden kehittämiseen ja palvelujen parantamiseen. Hammashuollon palvelujen kehittäminen nousi kyselyssä päällimmäiseksi noin 45% tuloksella, toiseksi tärkeimmäksi nousi terveydenhoitajan palvelujen kehittäminen (40%) ja kolmanneksi tärkeimmäksi koulun lääkäripalvelujen kehittäminen (yli 35%). Psykologin ja kuraattorin palveluissa, mielenterveyspalveluissa, yleislääkärin ja erikoislääkärin palveluissa, sekä päihdepalveluissa koettiin myös olevan kehitettävää. Vajaa 30% vastasi, ettei koe palvelujen kehittämistarvetta. (Kuvio 4).

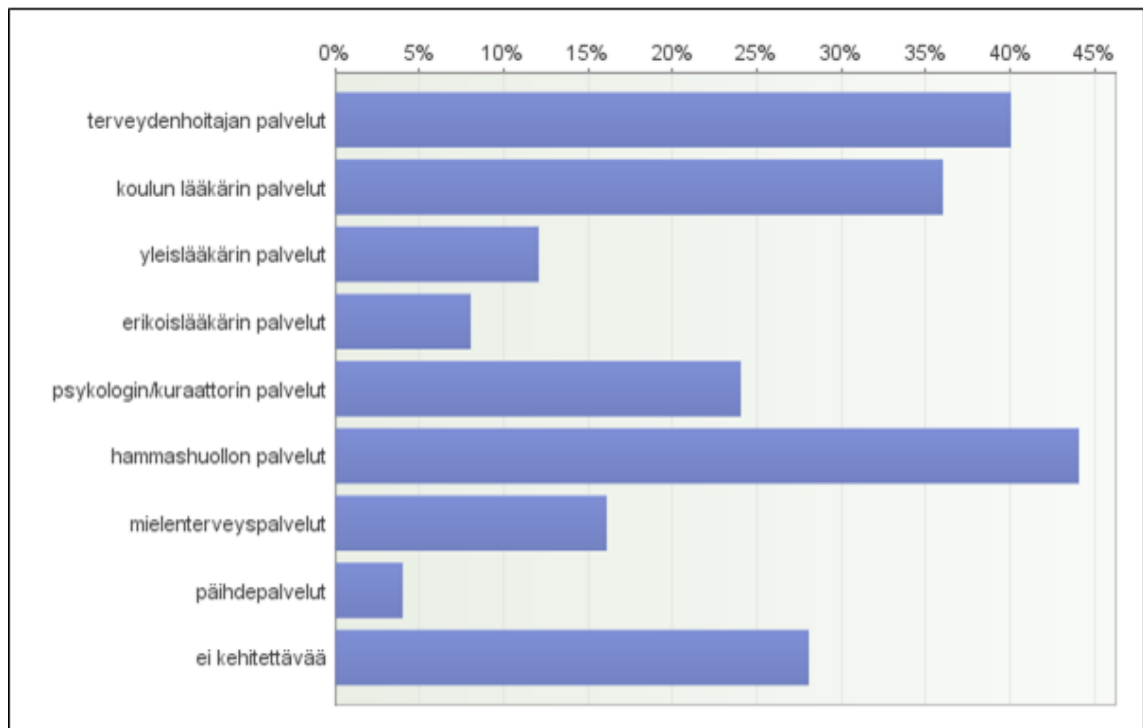
Kyselyssä opiskelijoilla oli mahdollisuus vastata avoimesti siihen, miten palveluita tulisi kehittää.

*Olen kolmen vuoden aikana nähnyt terveydenhoitajan kerran, ensimmäisenä koulupäivänä. En ole ollut edes tietoinen mitä palveluita häneltä saa, tai missä hänen vastaanottonsa on. Koulu ei ole suuremmin hänen toimintaansa mainostanut.*

*Mielestäni opiskeluaikana pitäisi kaikille opiskelijoille olla vähintään kertaalleen terveystarkastus. Terveystarkastuksessa voitaisiin esim. Kartoittaa opiskelijan rokotussuoja ja tarvittaessa täydentää sitä.*

*Olen ollut tarvitsemiini palveluihin tyytyväinen enkä ainakaan tällä hetkellä keksi kehitettävää.*

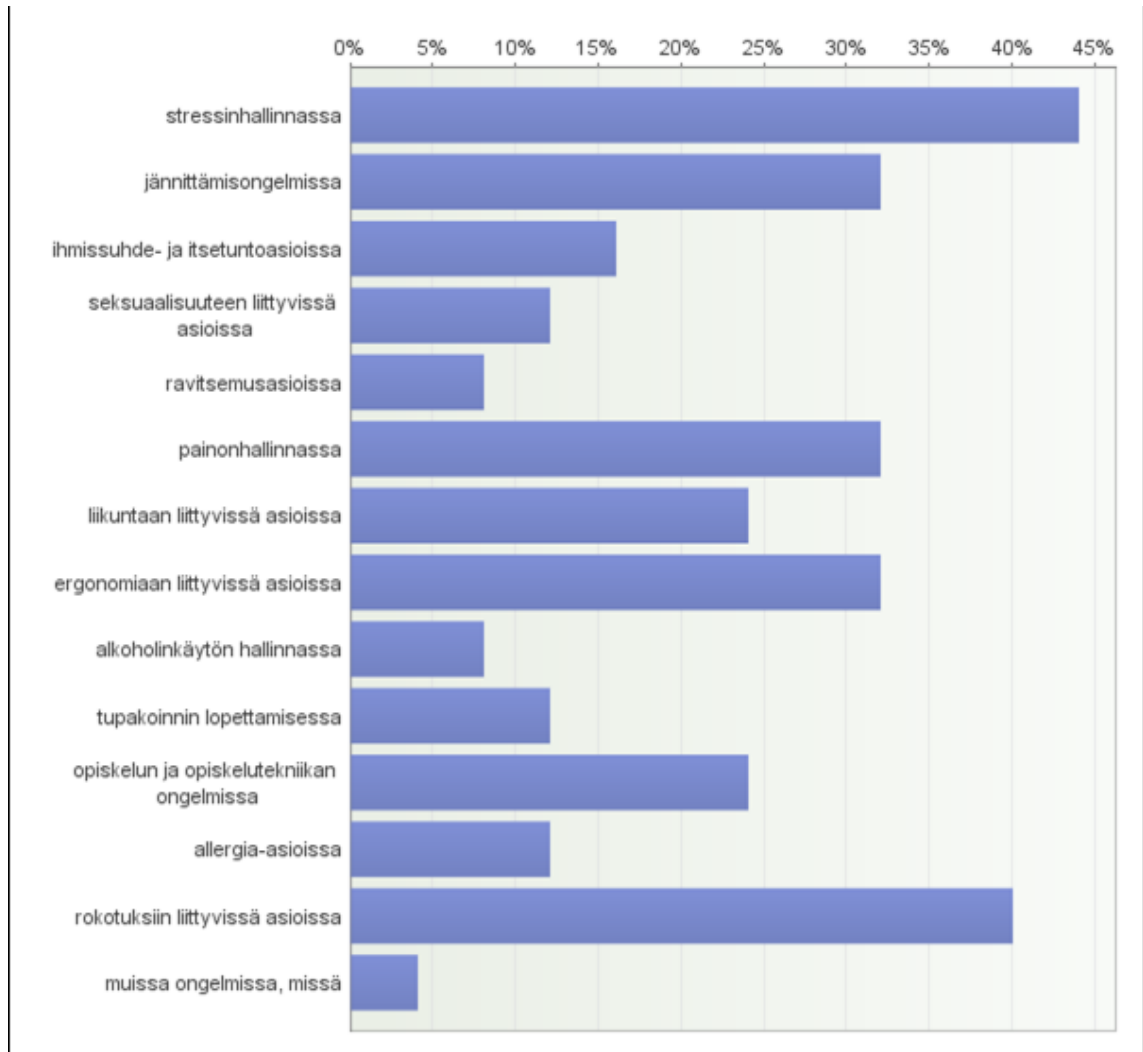
*Vastaanottoaikojen laajentaminen ainakin. Opiskeluterveydenhuolto tuntuu tällä hetkellä kovin pirstaleiselta, tuntuu että siitä ei monissa tilanteissa ole edes hyötyä, kun joutuu valitettavasti turvautumaan terveysaseman palveluihin. Miksi tämän kokoisessa laitoksessa niin vähän terveydenhuoltohenkilökuntaa?*



Kuvio 2. Mitä seuraavista opiskeluterveydenhuollon osa-alueista mielestäsi tulisi eniten kehittää?

Selvitimme mitä apua opiskelijat toivovat saavansa opiskeluterveydenhuollon kautta erinäisissä elämään ja terveydentilaan liittyvissä asioissa. Apua toivottiin eri muodoissa, joista esille nousivat erityisesti stressinhallintaan liittyvät asiat (noin 45% vastanneista), rokotusasiat (40% vastanneista), jännittämisongelmat (yli 30% vastanneista). Myös painonhallintaan ja ergonomiaan liittyviin asioihin yli

30% vastanneista toivoi apua. Vähiten apua tarvittiin alkoholinkäytön hallinnassa (alle 10%). (Kuvio 3)



Kuvio 3. Haluaisitko apua kyseisissä asioissa? (esimerkiksi yksilöllistä neuvontaa, ryhmäkokoontumista, kursseja tai luentoja)

Vastanneista 60% toivoi apua valitsemaansa aiheeseen yksilöneuvontana, ryhmäkokoontumisena apua toivoi reilut 30% vastanneista. Kurssi- ja luentomuotoa suosi yli 55% vastanneista. Opiskelijoista eräs mainitsi mahdolliseksi avun muodoksi yhteydenoton internetissä.

Valtaosa kyselyyn vastanneista opiskelijoista koki, että opiskeluterveydenhuollossa ei ole hyödynnetty tarpeeksi sähköisiä palveluita tai internetiä (60%). Kyse-

lyyn vastanneista vajaa 40% koki, että sähköisiä palveluita on hyödynnetty tarpeeksi. Opiskelijoiden mielestä internetiä ja sähköisiä palveluita voisi hyödyntää esimerkiksi seuraavasti:

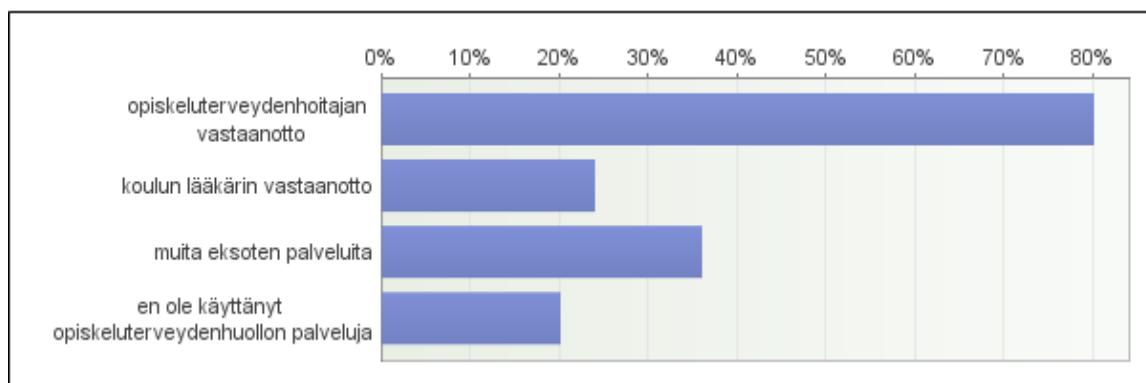
*Sähköisiä palveluita voisi olla esimerkiksi fyysisen ja psyykkisen terveyden sekä päihteiden käytön kartoittamisessa (ennakoiva kysely). Jos kyselyssä ilmenee aiheetta voisi sen perusteella varata ajan terveydenhoitajalle tai lääkärille.*

*Jokin oma varausjärjestelmä olisi hyvä, koska hyvis.fi kautta tehtävät varaukset eivät onnistu ulkopaikkakunnalta tulleilla opiskelijoilla, ellei kirjat ole siirretty Lappeenrantaan.*

*Enemmän tietoa ja selkeämmin. Löydettävyyys infolle helppoon paikkaan.*

#### **7.4 Opiskelijoiden tietoisuus tarjotuista opiskeluterveydenhuollon palveluista**

Opiskelijoista yli puolet ei tiennyt, mitä opiskeluterveydenhuollon palveluita Saimaan ammattikorkeakoululla on tarjolla. Kyselyssä näin vastasi 55% opiskelijoista. Opiskeluterveydenhuollon suosituimmat palvelut olivat opiskeluterveydenhoitajan palvelut (80%) ja muut Eksoten palvelut. (Kuvio 4).



Kuvio 4. Mitä seuraavista opiskeluterveydenhuollon palveluista olet käyttänyt?

Koululääkärin vastaanottopalveluita oli vastaajista käyttänyt reilu 20%. Vastanneista 20% ei ollut käyttänyt opiskeluterveydenhuollon tarjoamia palveluja lainkaan.

## **8 Yhteenveto ja pohdinta**

Selvitimme opinnäytetyössämme opiskeluterveydenhuollon tarjoamia palveluita, sekä sen toimintaa ja kysyimme opiskelijoiden tyytyväisyyttä niihin. Vastaajia

opinnäytetyöhömmme saimme 25, joka on melko pieni otanta kyselymme kohde-ryhmästä. Tulokset eivät edusta koko ammattikorkeakoulun opiskelijoiden mieli-pidettä, mutta voimme pitää saamiamme tuloksia luotettavina ja suuntaa anta-vina. Kyselymme vähäinen vastaajamäärä on harmillinen ja siihen varmasti osal-taan vaikutti kyselyn toteuttaminen näin keväällä, kun osa opiskelijoista on jo siir-tynyt esimerkiksi kesätöihin.

Opinnäytetyössämme esittelimme ammattikorkeakouluopiskelijan oikeuksia opiskeluterveydenhuoltoon ja opiskeluterveydenhuollon palveluiden sisältöä. Kyselyssämme kysyimme opiskelijoiden kokemuksia oman opiskeluterveyden-huollon palveluiden käytöstä sekä mielipiteitä palveluiden saatavuudesta ja nii-den laadusta. Kyselyn tuloksista pystyi huomaamaan, että opiskeluterveyden-huollon palveluiden käyttö on vastanneiden kohdalla vähäistä, eikä tietoa tarjolla olevista palveluista ole kattavasti. Kysymykseen, tiedätkö mitä palveluja omassa opiskeluterveydenhuollossa on tarjolla, yli puolet vastanneista ei tiennyt mitä pal-veluja on tarjolla.

Iso osa vastaajista, jopa 36%, koki palveluista tiedottamisen huonoksi tai melko huonoksi. Tämä voi osaltaan kertoa myös opiskeluterveydenhuollon vähäisistä käyttökokemuksista. Tulostemme perusteella voimme päätellä, että tiedottami-nen palveluista on puutteellista tai hankalasti saatavilla, joten sitä tulisi kehittää. Kähäri & Pajari (2011) vastaavassa kyselyssään ovat saaneet kanssamme sa-man suuntaisia tuloksia. Heidän kyselyssään 19% vastanneista ei tiennyt mitä palveluja heille on tarjolla, ja 28% vastanneista koki tiedottamisen puutteelliseksi (Kähäri & Pajari 2011).

Opiskeluterveydenhuollon palveluiden tulisi olla opiskelijalle saatavilla mielellään lähellä ja samassa paikassa, jotta opiskelijan olisi tarvittaessa helppo hakeutua palvelujen piiriin. Opiskelijalla tulisi olla tieto siitä, mitä palveluita hänellä on saa-tavilla ja mihin palveluihin hänellä on oikeus. Opiskeluterveydenhuollon tulisi olla kokonaisvaltaista ja tasavertaista, ja hoidon jatkuvuuden tulisi toteutua. Katta-valla tiedottamisella voisi parantaa näitä asioita. Haarala ym. (2015) toteavat, että ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevat, samoin kuin ammattikorkeakoulu-opiskelijat ovat, opiskeluterveydenhuollon palveluiden suhteen huonommassa

asemassa verrattuna muihin opiskelijoihin ja että heidän palvelunsa tarvitsevat tehostamista (Haarala ym. 2015, 309).

Opiskeluterveydenhuollon palveluihin pääseminen ja niiden saatavuus koettiin vastaajien kesken pääosin hyväksi ja riittäväksi. Kehittämiskohdiksi opiskeluterveydenhuollon palveluissa nousi erityisesti hammashuollon palveluiden kehittäminen ja tarjonnan lisääminen, sekä terveydenhoitajan palveluiden kehittäminen esimerkiksi terveystarkastuksia lisäämällä, joissa voisi esimerkiksi kartoittaa rokotesuojan. Opiskelijat toivoivat selvyyttä esimerkiksi siitä, kenelle palvelut kuuluvat ja mitä palvelut sisältävät. Ennen kaikkea opiskeluterveydenhuollon näkyvyyttä toivottiin lisää, jotta saataisiin tieto palveluiden tarjonnasta. Tässä korostuu jälleen puute tiedottamisessa ja tiedottamisen tärkeä merkitys. Palveluiden saatavuutta yhdestä paikasta toivottiin kehitettävän ja parannettavan, sillä tällä hetkellä palveluiden saatavuus on melko hajallaan. Kyselyssä nousi esille myös opiskeluterveydenhuollon vähäiset käyttökokemukset, mikä näkyi myös Erolan (2004) tutkimuksessa, jossa tulokset olivat saman suuntaisia kuin omassa tutkimuksessamme, sillä vastanneista opiskelijoista suurin osa on nuoria ja terveitä (Erola 2004, 34).

Esille nousivat myös psykologin ja kuraattorin palveluiden kehittäminen. Myös koulun lääkärin vastaanoton toimintaan toivottiin parannusta. Lääkärin toivottiin olevan koululla useammin ja säännöllisemmin. Työmme tulokset ovat samansuuntaisia edellä esiteltyjen tutkimusten kanssa. Kähärä & Pajari (2011) toteavat julkaisuissaan, että lääkärin toivottiin olevan useammin paikalla, ja vastaanottoaikoja toivottiin pidemmiksi (Kähärä & Pajari 2011). Vuodesta 2009 lähtien henkilöstömitoitussuosituksen toteutuminen on kehittynyt myönteiseen suuntaan. Edelleen opiskeluterveydenhuollossa on kuitenkin puutteita lääkäreiden ja terveydenhoitajien mitoituksissa suositusten mukaisiksi. Erityisesti opiskeluterveydenhuollon lääkäripalveluissa ja opiskeluhuollon psykologinpalveluissa oli puutteita. (Kanste ym. 2016, 100.)

Opiskelijat toivoivat myös sähköisten palveluiden kehittämistä.

*Sähköisiä palveluita voisi olla esimerkiksi fyysisen ja psyykkisen terveyden sekä päihteiden käytön kartoittamisessa (ennakoiva kysely). Jos kyselyssä ilmenee aiheita voisi sen perusteella varata ajan terveydenhoitajalle tai lääkärille.*

Kehittämisehdotuksia tulee tulkita kriittisesti ja tutkia löytyykö näitä palveluita jo. Opiskelijalla ei välttämättä ole tarkkaa tietoa sähköisistäkään palveluista, jolloin niistäkin tulisi löytyä helposti informaatiota. Hyviksestä, [www.hyvis.fi](http://www.hyvis.fi), löytyy esimerkiksi omahoitolomake, jolla kartoitetaan terveyden eri osa-alueita, sekä opiskelijoille suunnattu opiskeluterveyden terveystutkimus. Hyviksen kautta pystyy ottamaan yhteyttä myös opiskeluterveydenhuoltoon. Hyviksen palveluita pääsevät hyödyntämään ne, jotka ovat kirjoilla sellaisella alueella, joilla Hyviksen palveluita tarjotaan.

Opiskeluterveydenhuollon oppaan (2006) mukaan oppilaitoksen ja opiskeluterveydenhuollon, sekä kunnan tulisi yhteistyössä varmistaa, että tarjolla olevat opiskeluterveydenhuollonpalvelut yhteystietoineen olisivat helposti löydettävissä esimerkiksi oppilaitoksen ja kunnan verkkosivuilta. Opiskelijoiden tiedetään käyttävän internetiä ja hallitsevan myös uudenlaiset tietojärjestelmät. Terveystiedon etsimisessä on tärkeää käyttää arviointikykyä ja kriittisyyttä, sillä tietoa on olemassa monen tasoista. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 160–161.) Omissa tuloksissamme yli 60% vastanneista koki, ettei sähköisiä palveluita ole hyödynnetty tarpeeksi.

Kyselymme tulosten yhteenvedona voimme todeta, että opiskelijat ovat tyytyväisiä opiskeluterveydenhuoltoon. Opiskeluterveydenhuollon koettiin olevan terveyttä ja opiskelukykyä tukevaa, mutta myös kehitettävää olisi erityisesti palveluiden saatavuudesta ja tiedottamisesta. Opiskelijat antoivat runsaasti kehittämisehdotuksia. Vastauksissa näkyi vastaajien tietämättömyys tarjolla olevista opiskeluterveydenhuollon palveluista. Palveluiden tarjonnasta tiedottaminen ja opiskeluterveydenhuollon palveluiden esille tuominen nousivat kyselyssä parhaiten esiin. Kuntun (2016) tuottamassa Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimusaineistossa ilmenee, että ammattikorkeakouluopiskelijoista 14% ei tiennyt opiskeluterveydenhuollon palveluista ja yliopisto-opiskelijoilla vastaava luku oli 2%. Ammattikorkeakouluopiskelijat käyttivät useammin terveyskeskuksen palveluita, yliopisto-opiskelijoista yleisemmin käytettiin Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tarjoamia palveluja. (Kunttu 2016, 44.) Opiskelijoiden mielipiteet ja kehittämisehdotukset olisi tärkeää ottaa huomioon palveluiden kehittämisessä.

## **9 Haasteet, oppimiskokemukset ja jatkotutkimusaiheet**

### **9.1 Tutkimuksen haasteet**

Opinnäytetyöprosessimme aikataulujen yhteen sovittaminen oli ajoittain haastavaa. Olimme kevätlukukaudella harjoittelussa eri paikkakunnilla, mikä vaikeutti opinnäytetyön tekemistä. Haasteita toivat myös eri tutkintojen harjoitteluviikkojen eriaikainen toteutuminen. Haastetta opinnäytetyön kirjalliseen osuuteen aiheutti niukka kirjallisen ja tutkitun tiedon löytäminen. Useimmat opiskeluterveydenhuollon kirjalliset lähteet painottuivat peruskoululaisten kouluterveydenhuoltoon tai toisen asteen opiskelijoiden opiskeluterveydenhuoltoon. Halusimme kuitenkin opinnäytetyöhömmme erityisesti ammattikorkeakouluopiskelijoita koskevaa tietoa, jota löytyy niukasti. Tyytyväisyyskyselyn kohderyhmäksi valikoitui Saimaan ammattikorkeakoulussa 2014 vuonna aloittaneet sairaanhoitaja-, ensihoitaja- ja terveydenhoitajaopiskelijat. Kyselyn jakaminen ryhmänvanhimpien kautta sähköpostitse tuotti hankaluutta, sillä emme saaneet itsellemme tietoturvan vuoksi heidän sähköpostiosoitteitaan vaan kyselyn jakaminen tapahtui Saikon kautta ja siksi kyselyn avaaminen viivästyi. Myös se, ettei meillä ollut välitöntä kontaktia kohderyhmäämme, vaikeutti kyselyn tekemistä.

### **9.2 Oppimiskokemukset**

Oppimisprosessissa oleellista on arvioida omien tavoitteiden saavuttamista ja onnistumisia sekä mahdollisia kehittämiskohtia. Lopullisen työn toteutumisen arviointi suunnitelmaan nähden on oleellista. Opinnäytetyö on tekijälleen isoprojekti, joka sitoo tiiviisti opiskelijan aikaa sekä voimavaroja. Tutkittavaan asiaan perehtyminen vahvistaa tutkitun tiedon etsimistä ja sen käyttämistä.

Opinnäytetyönaiheemme syntyi omien kokemustemme perusteella opiskeluterveydenhuollon palveluista sekä niiden hyödyntämisestä ja kehittämistarpeesta. Koimme, että opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen sekä hyödynnettävissä, mikä oli tavoitteenamme alusta alkaen. Halusimme myös tehdä opinnäytetyön, joka jollain tavalla liittyy terveydenhoitajan työhön ja opiskelijoihin. Aiheemme on hyödyllinen tulevaisuuden työllistymistä ajatellen esimerkiksi opiskeluterveyteen, sillä opinnäytetyön myötä opiskeluterveydenhuollon toteutuminen on selkiintynyt



ja myös sen mahdolliset kehittämistarpeet ovat nousseet esille. Näitä tietoja voimme mahdollisesti hyödyntää myös oman työmme kehittämisessä.

Kokonaisuutena oppinäytetyöprosessi sujui melko hyvin, mutta toki aikataulu hankaluudet ja kyselyn pieni vastaajamäärä toivat haasteita prosessiin. Proses- sin aikana olemme muokanneet suunnitelmamme viitekehystä vastaamaan pa- remmin tarpeisiimme, mutta pääasiat ovat säilyneet koko ajan samana. Oppinäy- tetyön aihe oli mielenkiintoinen, mutta haastava juuri kirjallisen ja tutkitun tiedon niukkuuden vuoksi. Saimme oppinäytetyön myötä itsekkin hyödyllistä tietoa opis- keluterveydenhuollon sisällöstä ja palveluista sekä opiskelijoiden antamista ke- hittämisideoista. Olemme oppineet tiedonhaku prosessista ja erityisesti käytetyn tiedon kriittisestä tarkastelusta. Organisoitaitaidot kehittyivät myös oppinäytetyö- prosessin myötä.

### **9.3 Jatkotutkimusaiheet**

Jatkotutkimusaiheeksi esitämme kyselyssä esiin nousseiden asioiden jatkoselvit- tämistä ja tarkentamista sekä asioiden eteenpäin viemistä. Toiminnallisena opin- näytetyönä voisi toteuttaa opiskeluterveydenhuoltoon liittyvän info- tilaisuuden Saimaan ammattikorkeakoulussa aloittaville opiskelijoille orientoivien opintojen yhteydessä, jolloin opiskelijat saisivat tärkeää tietoa palvelun saatavuudesta. Myös Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuollon sähköisten pal- veluiden kehittämisestä olisi hyötyä opiskelijoille.

## **Kuviot**

Kuvio 1. Vastaajien ikäjakauma, s.23

Kuvio 2. Mitä seuraavista opiskeluterveydenhuollon osa-alueista mielestäsi tulisi eniten kehittää?, s. 26

Kuvio 3. Haluaisitko apua seuraavissa asioissa?, s. 27

Kuvio 4. Mitä seuraavista opiskeluterveydenhuollon palveluista olet käyttänyt?, s.28

## **Taulukot**

Taulukko 1. Kuinka tyytyväinen olet seuraavien asioiden käsittelyyn opiskeluterveydenhuollossa? (1 = tyytyväinen, 5 = tyytymätön, 6 = minulla ei ole kokemusta tästä), s.24

Taulukko 2. Kuinka hyvin asiat opiskeluterveydenhuollossa mielestäsi toteutuvat? (1 = hyvin, 5 = huonosti, 6 = minulla ei ole kokemusta tästä), s.25

## Lähteet

Elo, S., Kivelä, K., Kyngäs, H. & Kääriäinen, M. 2014. Terveysvalmennuksen vaikutukset aikuisten pitkäaikaissairaiden hyvinvointiin: systemaattinen kirjallisuus-katsaus. *Hoitotiede* 2014, 26 (4), 262-274.

Eriksson, K., Isola, A., Kyngäs, H., Leino-Kilpi, H., Lindström, U., Paavilainen, E., Pietilä, A-M., Salanterä, S., Vehviläinen-Julkunen, K. & Åstedt-Kurki, P. 2007. *Hoitotiede*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Erola, H. 2004. *Ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointi 2004*. Helsinki. Sosiaali- ja terveysministeriö.

Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O. & Tervaskanto-Mäentausta, T. 2015. *Terveydenhoitajan osaaminen*. Helsinki: Edita Prima.

Halkoaho, A., Länsimies-Antikainen, H., Pietilä, A-M. & Vähäkangas, K. 2008. *Terveyden edistämisen tutkimuksen eettinen ja menetelmällinen perusta*. *Hoitotiede* 2008, 20 (6), 304-313.

Heikkilä, T. 2008. *Tilastollinen tutkimus*. 7. uudistettu painos. Helsinki: Edita Publishing Oy

Heikkilä, T. 2014. Helsinki. *Tilastollinen tutkimus*. Edita Publishing Oy. [www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf](http://www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf). Luettu 1.5.2017

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. *Tutki ja kirjoita*. Hämeenlinna: Tammi.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. 15. painos. Hämeenlinna: Tammi.

Kananen, J. 2008. *Kvantti: Kvantitatiivinen tutkimus alusta loppuun*. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. *Tutkimus hoitotieteessä*. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kanste, O., Haravuori, H., Kolimaa, M., Vormaa, H., Fagerlund-Jalokinos, S., Suvisaari, J., Muinonen, E. & Marttunen, M. 2016. *Mielenterveys- ja päihdetyö opiskeluterveydenhuollossa*, THL. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130725/URN\\_ISBN\\_978-952-302-676-6.pdf](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130725/URN_ISBN_978-952-302-676-6.pdf). Luettu 1.5.2017.

Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. 2011. *Opiskeluterveys*. Duodecim. Porvoo: Bookwell Oy.

Kunttu, K., Pesonen, T. & Saari, J. *Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus*. 2016. *Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö, YTHS*. Helsinki: Arkmedia Oy.

Kähärä, N. & Pajari, J., Ammattikorkeakouluopiskelijoiden tyytyväisyys opiskelu-terveydenhuoltoon. 2011. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Opinnäyte-työ.[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/27306/Kahara\\_Noora\\_Pajari\\_Juha.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/27306/Kahara_Noora_Pajari_Juha.pdf?sequence=1). Luettu 22.3.2017.

Laki erikoissairaanhoidosta 1062/1.12.1989, 30§.

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista 734/3.8.1992, 5§.

Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. 2015. Etiikka hoitotyössä. Helsinki: Sanoma Pro.

Lindqvist, M. 2001 Terveystieteiden yhteinen arvopohja, yhteiset tavoitteet ja periaatteet. Etene. Helsinki <http://etene.fi/documents/1429646/1559098/ETE-NEjulkaisuja+1+Terveystieteiden+yhteinen+arvopohja,+yhteiset+tavoitteet+ja+periaatteet.pdf/4de20e99-c65a-4002-9e98-79a4941b4468>. Luettu 3.5.2017.

Opinpolku 2017. Aikuisten korkeakouluopinnot. <https://opintopolku.fi/wp/aikuis-koulutus/aikuisten-korkeakouluopinnot/>. Luettu 18.04.2017.

Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2006. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 4. painos. Porvoo: WSOY

Psykologiliitto 2016. Kannanotto. Akavan opiskelijat. 15.4.2016.[http://www.psyli.fi/file/243/Epavarmuus\\_toimeentuloista\\_on\\_uhka\\_opiskelijan\\_mielenterveydelle\\_Kannanotto\\_1504\\_2016\\_Suomen\\_Psykologiliitto\\_ja\\_Akavan\\_opiskelijat.pdf](http://www.psyli.fi/file/243/Epavarmuus_toimeentuloista_on_uhka_opiskelijan_mielenterveydelle_Kannanotto_1504_2016_Suomen_Psykologiliitto_ja_Akavan_opiskelijat.pdf). Luettu 22.3.2017.

Saimaan ammattikorkeakoulu 2017a. Esittely. <http://www.saimia.fi/fiFI/esittely>. Luettu 24.02.2017.

Saimaan ammattikorkeakoulu 2017b. Opintososiaaliset asiat. Opiskeluterveydenhuolto. <http://www.saimia.fi/fiFI/opiskelu/opintososiaaliset-asiat/opiskeluterveydenhuolto>. Luettu 03.04.2017.

Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaisuja, 2006. Opiskeluterveydenhuollon opas. Helsinki. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201504225553>. Luettu 8.8.2016.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2009. Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskelija sekä ehkäisevä suun terveydenhuolto. Helsinki: Yliopistopaino.

THL 2017. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Opiskeluterveydenhuolto. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/opiskeluhuolto/opiskeluterveydenhuolto>. Luettu 3.1.2017.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa. [www.tenk.fi](http://www.tenk.fi). Luettu 4.10.2016.

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta. 28.5.2009/380, 4,5,9,10§. Finlex –Valtion Säädöstietopankki. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/kumotut/2009/20090380>. Luettu 28.4.2017

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.

Ylikoski, T. 1999. Unohtuiko asiakas? 2. uudistettu painos. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

YTHS, ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö 2016. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016. Yhteenveto.[http://www.yths.fi/filebank/4189-Yhteenveto\\_KOTT2016.pdf](http://www.yths.fi/filebank/4189-Yhteenveto_KOTT2016.pdf). Luettu 22.3.2017.

Hei!

Teemme sairaanhoitaja- ja terveydenhoitajatutkintoon liittyvää opinnäytetyötämme Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuollosta. Tarkoituksena on tutkia koulumme opiskelijoiden tyytyväisyyttä tämän hetkiseen opiskeluterveydenhuoltoon. Tavoitteena on tuottaa tietoa, jonka avulla olisi mahdollista parantaa opiskeluterveydenhuollon palveluita.

Kyselyyn osallistujiksi valitsimme vuonna 2014 opintonsa aloittaneet ensihoitaja-, terveydenhoitaja- ja sairaanhoitajaopiskelijat, sillä teillä on oletettavasti eniten kokemusta opiskeluterveydenhuollosta. Mielenpitoenne on meille tärkeä laadukkaana tutkimustuloksen saamiseksi.

Kysely on nimetön ja vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Vastaaminen on vapaaehtoista, vastaamalla kyselyyn annat luvan käyttää vastauksia tutkimuksessa. Kyselyn voit keskeyttää missä vaiheessa tahansa. Kyselyn vastaukset tullaan hävittämään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

Opinnäytetyömme on tarkoitus valmistua toukokuun 2017 aikana, jolloin kyselyn tulokset ovat myös luettavissa valmiista opinnäytetyöstä.

Pyydämme teitä ystävällisesti vastaamaan oheiseen kyselyyn. Kyselyyn vastaamiseen teillä kuluu aikaa noin 10 min. Kysely on avoinna viikon ajan, toivomme mahdollisimman monen vastausta.

Mahdolliset lisätiedot sähköpostitse.

Ystävällisin terveisin: Elina Lahti ja Maria Lustberg

Tekijöiden yhteystiedot:

Elina Lahti

[e-lahti@student.saimia.fi](mailto:e-lahti@student.saimia.fi)

Maria Lustberg

[Maria.lustberg@student.saimia.fi](mailto:Maria.lustberg@student.saimia.fi)



seksuaaliterveys ○○○○○○  
ravitseminen- ja liikuntaohjaus ○○○○○○  
opiskelutilanteen tukeminen ○○○○○○  
elämäntilanteen tukeminen ○○○○○○

5. Kuinka tyytyväinen olet opiskeluterveydenhuollon palveluihin? (1 = hyvä, 5 = huono, 6 = minulla ei ole kokemusta tästä) \*

1 2 3 4 5 6

Palvelut ○○○○○○

6. Kuinka hyvin seuraavat asiat mielestäsi toteutuvat? (1 = hyvin, 5 = huonosti, 6 = minulla ei ole kokemusta tästä) \*

1 2 3 4 5 6

tiedottaminen opiskeluterveydenhuollon toiminnasta ○○○○○○  
opiskeluterveydenhuollon yhteystietojen ja aukioloaikojen tiedottaminen ○○○○○○  
vastaanoton aukioloaikojen sopivuus ○○○○○○  
terveydenhoitajan tavoittaminen puhelimella ○○○○○○  
terveydenhoitajan vastaanotolle pääsemisen nopeus ○○○○○○  
vastaanottoajan riittävyys ○○○○○○  
sinua kuunneltiin ja tunsit tulleesi ymmärretyksi ○○○○○○  
mahdollisuutesi vaikuttaa asioitasi koskevaan päätöksen tekoon ○○○○○○  
tarvittavan jatkohoidon saaminen opiskeluterveydenhuollon kautta ○○○○○○

7. Mitä seuraavista opiskeluterveydenhuollon osa-alueista mielestäsi tulisi eniten kehittää? \*

- terveydenhoitajan palvelut
- koulun lääkärin palvelut
- yleislääkärin palvelut
- erikoislääkärin palvelut
- psykologin/kuraattorin palvelut



- hammashuollon palvelut
- mielenterveyspalvelut
- päihdepalvelut
- ei kehitettävää

**8. Mitä kehittäisit ja millä tavalla? Perustelethan lyhyesti. \***

---

---

---

**9. Haluaisitko apua seuraavissa asioissa? (esim. yksilöllistä neuvontaa, ryhmäkokoontumista, kursseja, luentoja) \***

- stressinhallinnassa
- jännittämisongelmissa
- ihmissuhde- ja itsetuntoasioissa
- seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa
- ravitsemusasioissa
- painonhallinnassa
- liikuntaan liittyvissä asioissa
- ergonomiaan liittyvissä asioissa
- alkoholinkäytön hallinnassa
- tupakoinnin lopettamisessa
- opiskelun ja opiskelutekniikan ongelmissa
- allergia-asioissa
- rokotuksiin liittyvissä asioissa
- muissa ongelmissa, missä

---

**10. Missä muodossa apua olisi mieluisinta saada? \***

- yksilöneuvonta

- ryhmäkokoonnutuminen
- kurssi
- luento
- ei kiitos missään muodossa
- jokin muu, mikä?

\_\_\_\_\_

**11.** Onko Internetiä ja muita sähköisiä palveluita hyödynnetty tarpeeksi opiskeluterveydenhuollossa? \*

- kyllä
- ei

**12.** Miten mielestäsi sähköisiä palveluita voisi hyödyntää opiskeluterveydenhuollossa? \*

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**13.** Tiedätkö, mitä opiskeluterveydenhuollon palveluita ammattikorkeakoulullamme tarjotaan? \*

- kyllä
- en

**14.** Mitä seuraavista opiskeluterveydenhuollon palveluista olet käyttänyt? \*

- opiskeluterveydenhoitajan vastaanotto
- koulun lääkärin vastaanotto
- muita Eksoten palveluita
- en ole käyttänyt opiskeluterveydenhuollon palveluja

Kiitos vastauksestasi!