

Oulun ikäneuvola ikäääntymisen tukena

Hyvinvointia ikääntyneille
hyvinvointitapahtuma

- Tiistai 25.3.2025 -



Tervetuloa!

Tietoiskun sisältö

Oulun ikäneuvola
tutuksi

Ikäneuvolan tehtävät
ja tavoitteet Pohteella

Mitä 68-vuotiaiden
hyvinvointitapaaminen
sisältää?

Ketä olemme?

Oulun ikäneuvolan henkilöstö

Ikäneuvolan hoitajat

Sairaanhoitaja Autio Sanna

Sairaanhoitaja Matikainen Marita

Sairaanhoitaja Posio Teija

Sairaanhoitaja Ruokolainen Susanna

Sairaanhoitaja Silvennoinen Kati

Vastuuyksikönpäällikkö Isopahkala Ulla



Mitä ikäneuvolassa tehdään ja miten se tukee ikääntyvää ihmistä?

- Onko ikäneuvolan toiminta tuttua jo aikaisemmilta vuosilta?

Ikäneuvolasta tukea ikääntyvän hyvinvointiin ja terveyteen

- Pohteen ikäneuvolat ovat matalankynnyksen ennaltaehkäisevää palvelua ja osa ikäihmisten toimialueen palveluja.
- Ikäneuvola on yli 65-vuotiaille itsenäisesti kotona asuville Pohjois-Pohjanmaan asukkaille tarkoitettua palvelua, jolla edistetään hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä.
- Tavoitteena on ehkäistä ikääntymiseen liittyvien ongelmia jo varhaisessa vaiheessa.
- Ikäneuvolasta autamme varautumaan ikääntymisen tuomiin muutoksiin muun muassa 68-vuotiaille suunnatuilla hyvinvointitapaamisilla ja antamalla ohjausta sekä neuvontaa.

Palveluiden taustalla vanhuspalvelulaki

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 28.12.2012/980

- 12 § (28.10.2022/876) Hyvinvointia edistävät palvelut



12 § (28.10.2022/876)

Hyvinvointia edistävät palvelut

- Hyvinvointialueen on järjestettävä ikääntyneen väestön hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista tukevia neuvontapalveluja.
- Lisäksi hyvinvointialueen on tarjottava hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista tukevia terveystarkastuksia, vastaanottoja tai kotikäyntejä erityisesti niille ikääntyneeseen väestöön kuuluville, joiden elinoloihin tai elämäntilanteeseen arvioidaan tutkimustiedon tai yleisen elämäkokemuksen perusteella liittyvän palveluntarvetta lisääviä riskitekijöitä.

- Edellä 1 ja 2 momentissa tarkoitettuihin palveluihin on sisällytettävä:
 - 1) hyvinvoinnin, terveellisten elintapojen ja toimintakyvyn edistämiseen sekä sairauksien, tapaturmien ja onnettomuuksien ehkäisyyn tähtäävä ohjaus;
 - 2) ikääntyneen väestön terveyden ja toimintakyvyn heikkenemisestä aiheutuvien sosiaalisten ja terveydellisten ongelmien tunnistaminen ja niihin liittyvä varhainen tuki;
 - 3) sosiaalihuoltoa ja muuta sosiaaliturvaa koskeva ohjaus;
 - 4) sairaanhoitoa, monialaista kuntoutusta ja turvallista lääkehoitoa koskeva ohjaus; sekä
 - 5) ohjaus kunnassa ja hyvinvointialueella tarjolla olevien hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista edistävien palvelujen käyttöön.
- Edellä 1 momentissa tarkoitetussa neuvonnassa on kannustettava ikääntynyttä väestöä oman asumisensa ennakkointiin ja itsenäistä asumista tukevien ratkaisujen toteuttamiseen.
- Edellä 1 ja 2 momentissa tarkoitetut palvelut voidaan järjestää ja tarjota ikääntyneen väestön neuvolatoimintana.

Ikäneuvola toiminta Pohteella

- Ikäneuvola-toimintaa ollut Pohteen alueella jo 20 vuoden ajan
- Hyvinvointialueuudistuksen myötä toimintaa lähdettiin yhtenäistämään ja kehittämään koko Pohteen alueella
- Ikäneuvoloiden palvelut vaihtelevat vielä tällä hetkellä kunnittain ja palveluun ohjautumisessa on eroja
- Yhtenäistä toimintaa on tällä hetkellä 68-vuotilaiden hyvinvointitapaamiset

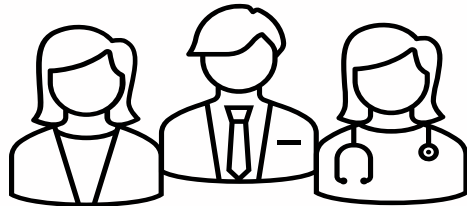
Ikäneuvolan hyvinvointitapaaminen on kokonaisvaltainen

Ikäneuvolassa saa

- **Tukea** uudessa elämänvaiheessa (eläkkeelle siirtyminen).
- **Oppii** tunnistamaan omia ikääntymiseen liittyviä muutoksia elämässä.
- **Innostetaan** hoitamaan itseään ja omaa hyvinvointia omaehtoisesti ja omat voimavarat huomioiden.
- **Oppii tunnistamaan** riskitekijöitä ja varhaisen tuen tarpeita.
- **Ohjataan** tarvittaessa oikeiden palvelujen piiriin hyödyntäen laajasti yhteistyötä eri järjestöjen, yhdistysten ja seurakunnan kanssa.



Pohteen ikäneuvolat muodostavat verkoston



Järjestämissuunnitelma 2023–2025

- Ikäihmisten palvelut

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
7 Ikäkeskuksen toiminnoissa edistetään ja turvataan ikäihmisten hyvinvointia - Hyvinvointitapaamiset käynnistyvät koko alueella ja niihin osallistuu 60% 68-vuotiaista (ei säännöllisen palveluiden piirissä olevista) - Sähköinen omaehtoinen hyvinvointiario otetaan käyttöön yli 68 vuotiaille ja sen toteuttaa 60% yli 68- vuotiaista.	a) Käynnistetään hyvinvointitapaamiset ja hyvinvointiarviot (ikäneuvola) vuoden 2023 aikana. b) Tehdään suunnitelmat ja aikataulu kuntouttavasta päivätoiminnasta	- Vähäisin sote-palveluin kotona asuvien yli 75-v. %-osuus (T) - Toteutuneiden hyvinvointitapaamisten määrä, %-osuus niistä 68-vuotiaista, jotka eivät ole säännöllisten palvelujen piirissä (T) - Omaehtoisen hyvinvointiarvion käyttöönotto yli 68 vuotiailla (T) - Yhtenäisen kuntouttavan päivätoimintamallin laajeneminen koko hyvinvointialueelle (T)

Aloitetaan 68v hyvinvointitapaamisista, joita laajennetaan omaehtoiseen hyvinvointiariioon yli 68v osalta, pystytäänkö v 2025 aikana?

Mittarit
S = Hyvinvointialuestrategian
K = Kansallisista tilastokanno
T = Kehitettävät mittarit

Yhteiset strategiset toimenpiteet vuodelle 2025

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Määritellään yhteistyöverkoston tavoite ja tehtävät Sujuvoitetaan asiakassiirtoja laajentamalla Uoma-järjestelmän käyttöä Vahvistetaan kotisairaalan toimintaa laajentamalla uusiin potilasryhmiin ja parantamalla tuottavuutta Vahvistetaan kotihoidon ja asumis- palveluasiakkaiden omalääkärimallia Vahvistetaan edelleen ammattihenkilöiden saamaa konsultaatiotukea 24/7 (esim. Kotas, etälääkäri, liikkuvat palvelut) Tunnistetaan paljon palvelua tarvitsevat asiakkaat, joilla ei säännöllisiä palveluita ja luodaan toimintamalli hoidon koordinointiin (jatkuu seuraavalla sivulla) | <ul style="list-style-type: none"> Yhtenäistetään lievää kognitiivista heikentymää sairastavien seuranta Hyödynnetään geriatriresurssia koko hyvinvointialueella Käynnistetään muistikoordinaattoripoolin toiminta Käynnistetään koordinoivan hoidon malli ja muodostetaan asiakaspoolit Laajennetaan toimintamallia muistisairauden riskissä olevien tunnistamisesta ja muistitoimintojen säilymisen tukemisesta monipuolisella elintapaohjelmalla (FINGER-toimintamalli) |
|--|---|

3 a § (8.7.2022/607)

Omaishoitajan hoitotehtävää tukevat palvelut

Hyvinvointialueen on tarvittaessa järjestettävä omaishoitajalle valmennusta ja koulutusta hoitotehtävää varten.

Hyvinvointialueen on tarvittaessa järjestettävä omaishoitajalle hyvinvointi- ja terveystarkastuksia sekä hänen hyvinvointiaan ja hoitotehtäväänsä tukevia sosiaali- ja terveyspalveluja.

Muistipooli/Ikäneuvola työ- ja tehtäväjako kesken, joitain tehtäviä tulossa ikäneuvolaan

Ikäneuvolan tehtävät

ENSISIJAINEN TEHTÄVÄ

- 1) Hyvinvointitapaamiset 68vuotiaiden ikäryhmälle
 - 2) Yli 65v. omaishoitajien terveystarkastukset/hyvinvointitapaamiset (aloitus 2025 ikäneuvoloissa)
 - 3) FINGER-toimintamallin hyödyntäminen elintapaohjauksessa, asiakkaan ohjautuvat hyvinvointitapaamisen kautta (riskiryhmään kuuluvat asiakkaat)
- **IKÄNEUVOLA ei sisällä** hoitajan vastaanottotoimintaa

Ikäneuvolan tavoitteet

- Tavoitteena laajentaa Pohteen ikäneuvolan toimintamallia,
- Yhtenäistää toimialueiden välisiä työ- ja tehtäväjakoja,
- Yhdenvertaistaa ikäneuvolan palvelut koko Pohteen alueella,
- Keskittyä järjestemissuunnitelman mukaisten tavoitteiden, omaishoidontuen lain kirjauksen ja Pohteen ikäryhmäkohtaisen tavoitteiden (Finger) toteuttamiseen

68-vuotiaiden hyvinvointitapaaminen

Palvelukuvaus

- 68-vuotiaiden hyvinvointitapaaminen toteutetaan ennaltaehkäiseviä matalankynnyksen palveluja tarjoavassa Ikäneuvolassa osana Ikäkeskusta.
- 68-vuotiaiden hyvinvointitapaamiseen kutsutaan tarkastusvuonna 68 vuotta täyttävät Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueen eli Pohteen asukkaat, jotka eivät ole säännöllisen kotihoidon palveluiden tai ympärivuorokautisen palveluasumisen asiakkaita.



68-vuotiaiden hyvinvointitapaaminen -

Palveluun hakeutuminen

Ennaltaehkäisy, varhaisen tuen ja tunnistamisen vaihe

Kohdennettu tuki

Ohjaus muualle

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue



1

Kutsu 68-vuotiaiden hyvinvointitapaamiseen

Ikäneuvolan hoitaja saa listauksen alueen tarkastusvuonna 68 vuotta täyttävistä henkilöistä, jotka eivät ole säännöllisten ikäihmisten palveluiden piirissä. Näille henkilöille lähetetään kirjallinen kutsu 68-vuotiaiden hyvinvointitapaamiseen.



2

Ilmoittautuminen hyvinvointitapaamiseen

68 vuotta tarkastusvuonna täyttävä henkilö ilmoittaa halukkuutensa osallistua hyvinvointitapaamiseen:

1. Sähköinen polku - Työn alla vielä

2. Soittamalla Ikäneuvolaan ennalta määritellyllä soittoajalla.



3

Esitietolomakkeiden lähetyt

1. Sähköinen polku - Työn alla vielä

2. Asiakkaan soittaessa hoitaja lähettää Omaolon hvt-lomakkeet kirjallisena kotiosoitteeseen tai ohjeistaa Omaolon hyvinvointitarkastuksen täyttämiseen. Asiakasta ohjataan palauttamaan täytetyt paperiset lomakkeet ikäneuvolaan.



4

Esitietolomakkeiden täyttö & tarkastus

Asiakas täyttää Omaolossa hyvinvointitarkistuksen & lähettää sen ikäneuvolan hoitajalle tarkistettavaksi. Ikäneuvolan hoitaja viestii asiakkaalle Omaolossa tai soittaa ja tarjoaa tarvittaessa etävastaanoton tai ikäneuvolan vastaanoton mahdollisuutta (sekä tekee lähteen labrakokeisiin tarpeen mukaisesti).

Ikäneuvolan hoitaja täyttää testiasiakkaan asiakkaan paperisiin lomakkeisiin täyttämällä tiedoilla, jonka jälkeen yhteys asiakkaaseen. Tarvittaessa etävastaanoton tai ikäneuvolan vastaanoton ajanvaraus.



5

Etävastaanotto

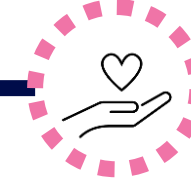
Ikäneuvolan hoitaja on asiakkaaseen yhteydessä yhteisesti sovitulla etävastaanottoajalla ja tarkistaa samalla asiakkaan laboratoriokokeet. Asiakkaalle varataan tarvittaessa vielä aika ikäneuvolaan.



6

Ikäneuvolan vastaanotto

68-vuotiaiden hyvinvointitapaaminen Ikäneuvolassa. Tarpeen mukainen yksilöllinen matalankynnyksen jatko-ohjaus ja konsultaatio. Lähte laboratoriokokeisiin tarpeen mukaisesti.



7

Asiantuntijavastaanotto – tai konsultaatio

Asiakas ohjataan varhaisen tuen asiantuntijavastaanotolle (psykiatrinen sairaanhoitaja, fysioterapeutti, suuhygienisti, muistihoitaja ravitsemusterapeutti, sosiaalityöntekijä, mt- ensilinja...).

Ikäneuvola-lääkärin tai muun ammattilaisen konsultaatio jatkosta.

8

Ohjaus muuhun toimenpiteeseen

Asiakas saa ohjauksen muun palvelun piiriin (esim. ENNI)



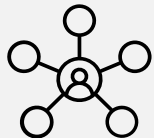
Ryhmäneuvola

Matalankynnyksen ryhmäohjaus etä ja/tai läsnä toteutuksena. Laaja-alainen moniammatillinen yhteistyö (Finger, hyvinvointialueen eri toimialat, kunnan palvelut, kolmas sektori)



Ikäihmisen omaehtoinen terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn edistäminen

Sähköinen hyvinvointitarkastus ohjaa omaehtoisen terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn edistämiseen. Hyvinvointilähete (hyvinvointi- ja järjestöverkoston hyödyntäminen). Omaolon valmennukset.



IKÄVERKOSTO-
ammattilaiset



Ikäneuvolan hoitaja



Ikäneuvolan lääkäri



Ikäkeskuksen asiantuntijat



Hyvinvointi- ja järjestöverkosto



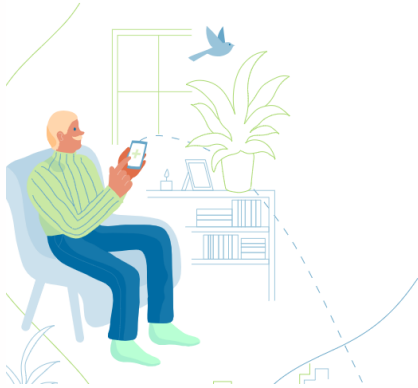
Ikäneuvolan vastaanottoaika, mahdollisuus varata aika suoraan Omaolosta



Etävastaanottoaika tai Ikäneuvolan vastaanottoaika



Etävastaanottoaika tai Ikäneuvolan vastaanottoaika



Millainen on olosi?

Saat arvion hoidon tarpeesta ympäri vuorokauden ja tarvittaessa yhteyden julkisen sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisiin paikkakunnallasi.



Hae oireella tai oirearvion nimellä

Flunssa Polvikipu Päänsärky Seksitauti
Selkäkipu Virtsatietulehdus



Omaolo – hyvinvointitarkastus

- 68-vuotiaiden hyvinvointitapaamiseen on integroituna Omaolon hyvinvointitarkastus
- Omaolon hyvinvointitarkastuksen sisältö
 - **Terveystarkastus STAR:**
 - terveet elämäntavat, tunnistetut terveysriskit
 - **Elämänlaatumittari WHO QOL-BREF:**
 - Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky sekä elinympäristö
 - **Suun terveydenhoito OHIP-14:**
 - Suun terveyden huolet, oireet, vammat
- Vastaukset näkyvät sekä asiakkaalla että ammattilaisella
- Tarkastuslomakkeet voidaan lähettää asiakkaalle myös paperisena

Hyvinvointi- tapaamisen pääteemat

Perussairaudet

Liikunta

Kuulo, näkö

Uni

Mieliala, muisti

Seksuaaliterveys

Ravitsemustila

Sosiaalinen verkosto

Suunterveys

Oman hyvinvoinnin

Riippuvuudet

omaehtoinen
seuranta



68-vuotiaiden hyvinvointitapaaminen - ikäneuvola



1

Kutsu

Pohteen
68 vuotta täyttävät
saavat kotiin kutsukirjeen
hyvinvointitapaamiseen.



2

Ilmoittautuminen

Hyvinvointitapaamiseen
ilmoittaudutaan
soittamalla kutsussa
olevaan ikäneuvolan
numeroon.



3

Esitietolomakkeet

Ikäneuvolan hoitaja aktivoi
Omaoloon asiakkaalle
täytettäväksi sähköisen
hyvinvointitarkistuksen. Asiakas
voi täyttää tarkistukseen
kuuluvat kyselyt myös
paperisena.



4

Etävastaanotto tai ikäneuvolan vastaanotto

Asiakkaalle varataan
etävastaanottoaika tai vastaanottoaika
ikäneuvolaan. Tapaamisessa
kartoitetaan asiakkaan
kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä
käydään läpi kyselyiden tulokset.
Jokainen tapaaminen on yksilöllinen,
sillä sisältö muotoutuu jokaisen
asiakkaan elämäntilanteen, tarpeiden
ja toimintakyvyn mukaan.



5

Jatkot

Asiakasta innostetaan
omaehtoiseen ja aktiiviseen
hyvinvoinnin ja terveyden
edistämiseen. Yksilöllisen tarpeen
mukaan matalankynnyksen jatko-
ohjaus muihin palveluihin ja
toimintaan.

Kiitos!

Ulla Isopahkala

vastuuyksikköpäällikkö

Ulla.isopahkala@pohde.fi

puh. 040 5704330

www.pohde.fi

