

TYÖOTE-hankkeen uutiskirje lokakuu-joulukuu 2022



Satakunnan alueen TYÖOTE-hankkeessa palveluja kehitetään yhdessä!

Satakunnan alueen TYÖOTE-hankkeen Työnyrkissä, jossa kehitetään työikäisten selkäleikattujen hoitoprosessia, asiakkaiden äänen tuo kuuluviin kokemusasiantuntijan roolissa liikunta-alan ammattilainen Johanna Merivalli. Johanna on selviytynyt voittajana massiivisesta selkäleikkauksesta, joka tehtiin hänelle vuonna 2013. Leikkaus pelasti Johannan pyörätuolilta, kuten hän itse kertoo. Syynä leikkaukseen oli kaksinkertainen skolioosi, joka oli alkanut vetää Johannaa vinoon ja oli jo lyhentänyt häntä. Skolioosi aiheutti lisäksi kipuja Johannan jokapäiväiseen elämään.

"Kun muistelen tuota aikaa, niin kipu oli aivan sietämätöntä ja vei elämänlaatua rajusti alas. Kävin töissä useamman vuoden voimakkaiden kipulääkkeiden turvin. Kuvainnollista on, että jos suoritin vaikka niin yksinkertaista kotityötä kuin

imuroiminen, niin en saanut sen jälkeen enää itseäni suoraksi ilman apua”, Johanna kertoo.

Asiakasosallisuuden edistäminen palveluiden kehittämisessä ja arvioinnissa on tärkeä osa myös TYÖOTE-hankkeessa tehtävää työtä. Se tuo ammatillisen ja tieteellisen tiedon rinnalle kokempohjaisen näkökulman ja auttaa toimivien palvelujen rakentamisessa. Johannalla on omakohtaista kokemusta selkäleikkauksesta, joten hänen kokemuksensa ja näkemyksensä ovat erittäin tärkeitä Satakunnan TYÖOTE-toimintamallin käyttöönotossa. Erityisesti itse leikkaukseen ja siitä toipumiseen Johanna olisi itse kaivannut apua.

”Olisin aikoinani kaivannut keskusteluhetkeä tai rohkaisua ja sparrausta juuri ennen leikkausta, vaikka edellisenä iltana henkilöltä, joka on itse läpikäynyt leikkauksen. Muistan pelkoni ja hän olisi ehkä pystynyt auttamaan asian läpikäymisessä”, kertoo Johanna.

”Kun makasin leikkauksen jälkeen sairaalassa, tietämättä mitä minulla on edessä, myös silloin olisin kaivannut keskustelua ja rohkaisua. Toki TYKS:n henkilökunta oli aivan ihania, mutta heillä ei ollut henkilökohtaista kokemusta leikkauksesta ja sen he myös minulle kertoivat. Minusta kokempohjaisuus pitäisi olla juuri sitä!”

Johanna sai leikkauksen jälkeen hyvät kotihoito-ohjeet ja kävi useamman kerran fysioterapeutin vastaanotolla. Kuitenkin oma aktiivinen kuntoutus oli se, joka auttoi Johannaa toipumisessa. Hän käy edelleen hänet leikkauksen kirurgin luona kontroleissa muutaman vuoden välein.

”Oman taustani vuoksi ymmärrän erityisen hyvin selkäongelmien kanssa kamppailevia ja selkäleikkauksesta kuntoutuvia. Siksi haluankin olla nykyään esimerkkinä ja tukena henkilöille, jotka tarvitsevat apua kuntoutuksen jälkeen tapahtuvan liikkumisen kanssa. Tiedän, miltä tuntuu, kun jokin fyysinen ongelma rajoittaa liikkumista”, Johanna kertoo.

Johanna veti aikaisemmin vertaistukiryhmiä Satakunnan Selkäyhdistyksessä, mutta on nykyisin jättäytynyt siitä pois. Hän auttaa selkäongelmista kärsiviä ja selkäleikkauksesta toipuvia muilla tavoin. Hän on kouluttautunut mm. liikunta-alan ammattilaiseksi ja hyvinvointi- ja kuntosalivalmentajaksi.



Kuvassa Johanna Merivalli.

Mikä on Työnyrkki?

TYÖOTE-hankkeen yksi yhteiskehittämisyhmistä alueella on nimeltään Työnyrkki, jossa kehitetään työikäisten selkäleikkattujen hoitoprosessia. Työnyrkissä tavoitteena on luoda yhdessä uudenlainen toimintamalli työikäisten selkäleikkattujen hoitoprosessiin. Työnyrkkiin kuuluu kokemusasiantuntijan lisäksi ammattilaisia Satasairaalaasta, perusterveydenhuollosta, työterveyshuollosta, Työterveyslaitokselta ja Satakunnan Tulevaisuuden sote-keskus-hankkeesta.

Lisätietoja TYÖOTE-hankkeesta löydät hankkeen Satasairaalan sivuilta [täältä](https://satasairaala.fi) (satasairaala.fi).

TYÖOTE-hanke näkyi Satakunnan Satahyvää –tutkimuspäivillä!

TYÖOTE-hankkeen Satasairaalan hankekoordinaattori Tiia Nieminen osallistui Satakunnan sosiaali-, terveys- ja hyvinvointitutkimuksen päivään 20.10.2022.

Tilaisuus kokosi yhteen Satakunnassa tehtyä ja Satakuntaa käsittelevää sosiaali-, terveys- ja hyvinvointialojen tutkimus- ja kehittämistyötä. Tapahtuman päätavoitteena oli tehdä näkyväksi alueen tutkimusta ja tutkimuksen teon mahdollisuuksia sekä käytännön kehittämisen tuloksia. Tilaisuus sisälsi asiantuntijapuheenvuoroja sekä tutkimus- ja kehittämisprojektien esittelyjä. TYÖOTE-hankkeella oli oma esittelypiste Satakunnan ammattikorkeakoulun tiloissa, jossa tutkimuspäivät järjestettiin.



Kuvassa hankekoordinaattori Tiia Nieminen.

Työterveyshuollon toimijoiden moniammatillinen työryhmä aloitti toimintansa!

Satakunnan alueen työterveyshuollon toimijoiden moniammatillinen työryhmä aloitti toimintansa 26.9.2022, jolloin toimijat kokoontuivat ensimmäiseen järjestäytymiskokoukseensa. Paikalla oli kattava osanotto lähes kaikista Satakunnan alueen työterveyshuollon toimijoista. Järjestäytymiskokouksessa puheenjohtajaksi valittiin toimitusjohtaja Petri Nieminen Länsirannikon Työterveydestä ja varapuheenjohtajaksi vastaava työfysioterapeutti Tuija Sällilä Lääkärikeskus Karhulinnasta. He toimivat tehtävissään seuraavat 6 kuukautta, jonka jälkeen puheenjohtajuusvuoro siirtyy seuraaville toimijoille.

Työterveyshuollon toimijoiden työryhmän toinen tapaaminen pidettiin 1.11.2022, jossa käsiteltiin mm. e-lähetetestauksen etenemisen tilannetta, selkäleikatun potilaan

hoitoprosessia ja pohdittiin yhdessä sitä, mistä kaikesta työterveyshuollon yksiköissä on hyvä sopia, kun uusi toimintamalli otetaan käyttöön. Työryhmä kokoontuu vielä kolmannen kerran joulukuun alussa.

Työnyrkin kokousten kuulumisia!

Työikäisten selkäleikattujen hoitoprosessia kehittävä Työnyrkki on kokoontunut syksyn aikana yhteensä kolme kertaa. Tavoitteena on luoda yhdessä uudenlainen toimintamalli työikäisten selkäleikattujen hoitoprosessiin sujuvaksi ja kaikkia toimijoita palvelevaksi käytännöksi. Työnyrkissä on syksyn aikana päätetty kuvata selkäleikatun potilaan hoitoprosessi uimaritamallin mukaisesti. Työnyrkissä on lisäksi keskusteltu hoitoprosessiin liittyvistä yksityiskohdista, kuten potilaan informoisesta uudesta toimintamallista, potilaan työterveyshuollon tietojen tarkastamisesta ja kirjaamisesta, hoito-ohjeisiin tehtävistä päivityksistä ja e-läheteprosessin etenemisestä. Työnyrkin kokoukset jatkuvat tammikuussa.

Tulevia tilaisuuksia vuonna 2023!

Vuoden 2023 alussa on tulossa seuraavia tilaisuuksia, joiden sisältö ja ohjelma tarkentuvat vielä lähempänä ajankohtaa. Merkitse kuitenkin jo tilaisuudet ylös kalenteriisi. Tilaisuudet järjestetään Helsingissä hybriditilaisuuksina eli etäosallistuminen niihin on mahdollista. Tiedotamme heti tarkemmin kyseisistä tilaisuuksista, kun niiden ohjelma ja ilmoittautuminen julkaistaan.

Sote-palveluiden yhteistyöllä työkykyä ja tuottavuutta

- 8.2.2023 klo 12.00-15.00, hybriditilaisuus (Helsinki)

MYÖTE-hankkeen seminaari

- 16.3.2023 klo 12.00-15.30, hybriditilaisuus (Helsinki)

TYÖOTE –hankkeen seuraava uutiskirje ilmestyy maaliskuussa 2023.

TYÖOTE –hankkeen kehittäjät Satasairaalasta ja Työterveyslaitokselta toivottavat kaikille hyvää ja rauhaista joulunaikaa.



Yhteistyöterveisin

Tiia Nieminen, hankekoordinaattori, Satasairaala, tiia.nieminen@satasairaala.fi

Kirsi Harjula, projektisihteeri, Satasairaala, kirsi.harjula@satasairaala.fi

Marika Lassfolk, kehittäjä, Työterveyslaitos, marika.lassfolk@ttl.fi

Pirjo Korenius, kehittäjä, Työterveyslaitos, pirjo.korenius@ttl.fi

Tuulia Varanka-Ruuska, kehittäjä, Työterveyslaitos, tuulia.varanka-ruuska@ttl.fi