

## Vastaus valtuustoaloitteeseen 14.12.2022 - Pohjois-Karjala-projekti 2.0 käynnistäminen, hyvinvointia liikunnasta - Keskustan aluevaltuustoryhmä

Vastauksessa valtuustoaloitteeseen avataan elintapaohjauksen ja hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yhdyspinnan tilannetta Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella sekä ”Pohjois-Karjala 2.0”-työnimellä kulkevan yhteistyön suunnittelun tilannetta. Vastaus antaa myös näkemyksiä aloitteeseen 14.12.2022, koskien kampanjaa sokerin syönnin hillitsemiseksi.

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä 612/2021 §7 todetaan, että ”Hyvinvointialueen on edistettävä asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä. Hyvinvointialueella on ensisijainen vastuu hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä siltä osin kuin tämä tehtävä kytkeytyy hyvinvointialueen muihin lakisääteisiin tehtäviin.” Saman lain 6 §:ssä säädetään vastaavasti kuntien vastuusta hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä.

Liikkumattomuus aiheuttaa, kuten valtuustoaloitteessakin todetaan, kustannuksia ja vältettävissä olevaa palvelujen käyttöä. Pohjoiskarjalaisten elintavat ovat keskimäärin muuta maata huonommat sekä lasten ja nuorten elintavoissa tapahtunut muutosta huonompaan suuntaa viime vuosina. Lisäksi väestön fyysinen kunto on heikkoa. Vuonna 2020 Pohjois-Karjalassa lihavien (kehon painoindeksi BMI  $\geq$  30 kg/m<sup>2</sup>) osuus 20–64-vuotiaasta väestöstä oli 25,1 % (koko Suomi 23,1 %). Liikkumattomuuden ehkäisyssä hyvinvointialueen keskeinen keino on prosessimainen elintapaohjaus yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Elintapaohjauksen kokonaisuuteen kuuluu liikuntaneuvonta, ravitsemusneuvonta, uniterveys sekä päihteiden käyttöön liittyvät teemat. Vaikuttavien elintapaohjauksen menetelmien on todettu sisältävän kuusi osatekijää: lähtötilanteen kartoittamisen, tiedonvaihdon, tavoitteenasettelun, suunnitelman, seurannan ja palautteen antamisen. Vaikuttava elintapaohjaus on siis riittävän pitkäkestoista ja prosessimaista. Vaikuttavaa elintapaohjausta voidaan tarjota yksilö- ja ryhmämuotoisina. Vuonna 2022 asiakkaita prosessinomaisissa elintapaohjauksen palveluissa oli arviolta n. 400 asiakasta. Elintapaohjauksen kokonaisuutta on avattu lisää vastauksen lopussa olevassa kuvassa.

Kuntien, hyvinvointialueen sekä muiden toimijoiden, kuten järjestöjen, välisen työnjaon selkeyttäminen ja yhteisten tavoitteiden asettaminen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä on hyvinvointialueiden käynnistyessä ollut tärkeä tehtävä yhdyspintatyössä ja se jatkuu edelleen. Yhteistyöstä on sovittu kuntien, hyvinvointialueen ja maakuntaliiton välisellä puitesopimuksella ja kuntakohtaisia yhteistyötä tarkennetaan syyskuussa 2023 toteutettavissa kuntakohtaisissa neuvotteluissa. Hallintosäännön mukaan Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunnan tehtäviin Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella kuuluu päättää hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kuntayhteistyön rakenteesta, tavoitteista, painopisteistä, yhteistyöstä ja seurannasta sekä päättää hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen painopisteistä. Kuntien ja hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yhdyspinnan rakentumista tuetaan Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskuksen kanssa sovitulla järjestökumppanuudella. Kansanterveyden keskuksen rooli maakunnan kansanterveystyön ja terveyden edistämisessä on ollut merkittävä ja sieltä saatava asiantuntijatuki on ollut tärkeää hyvinvointialueen aloittaessa toimintansa.

Elintapaohjausta on kytketty järjestämislain ohjaamalla tavalla hyvinvointialueen lakisääteisiin tehtäviin. Elintapaohjauksen kriittiset ja ensisijaiset kohderyhmät hyvinvointialueen toimintaan liittyen ovat:

- Tyypin 2 diabetesta sairastavat

- liikuntaneuvonta, terveysasemien elintaparyhmät
- Sepelvaltimotautia sairastavat
  - liikuntaneuvonta, terveysasemien Tulppa-ryhmät
- Riskiryhmään kuuluvat henkilöt
  - liikuntaneuvonta, ikäneuvola, (terveysasemien Tulppa-ryhmät)
- Ylipainoiset odottavat äidit / raskausdiabetes
  - liikuntaneuvonta, ravitsemusterapia
- Pitkäaikaistyöttömät
  - liikuntaneuvonta
- BMI > 35 tai BMI 30-35 ja lihavuuteen liittyvä sairaus
  - painonhallintaryhmät terveysasemalla
- Erikoissairaanhoidon painonhallintaryhmään osallistuvat eli ENE-ryhmäläiset
  - liikuntaneuvonta / erikoissairaanhoido

Koronan seurauksena kaikki terveysasemien elintaparyhmät jäivät pois toiminnasta vuosiksi. Viimeisen vuoden aikana henkilöstön elintapaohjauksen osaamista on vahvistettu Tulevaisuuden sotekeskus-hankkeessa erilaisilla koulutuksilla. Lisäksi terveysasemia on tuettu elintaparyhmien käynnistämässä uudestaan mm. kehittämällä alueellista Tulppa-kuntoutusmallia. Valtaosassa terveysasemia ryhmät saadaan käynnistymään syksyn 2023 ja kevään 2024 aikana. Yhteistyötä on myös tiivistetty paikallistasolla elintapaohjauksen toteuttamisessa, esim. elintaparyhmiä toteutetaan joissakin kunnissa yhteistyössä kunnan työntekijän kanssa.

Elintapaohjauksessa Tulevaisuuden sotekeskushankkeen tuella on pilotoitu terveysasemien linkkihenkilötoimintaa. Linkkihenkilö on elintapaohjauksen ammattilainen, jolle kohderyhmiin kuuluva asiakas voidaan ohjata. Linkkihenkilö tukee asiakasta vaikuttavan elintapaohjauksen prosessissa lähtötilanteen kartoituksesta seurantaan ja palautteen antoon sekä koordinoi ryhmämuotoista elintapaohjausta.

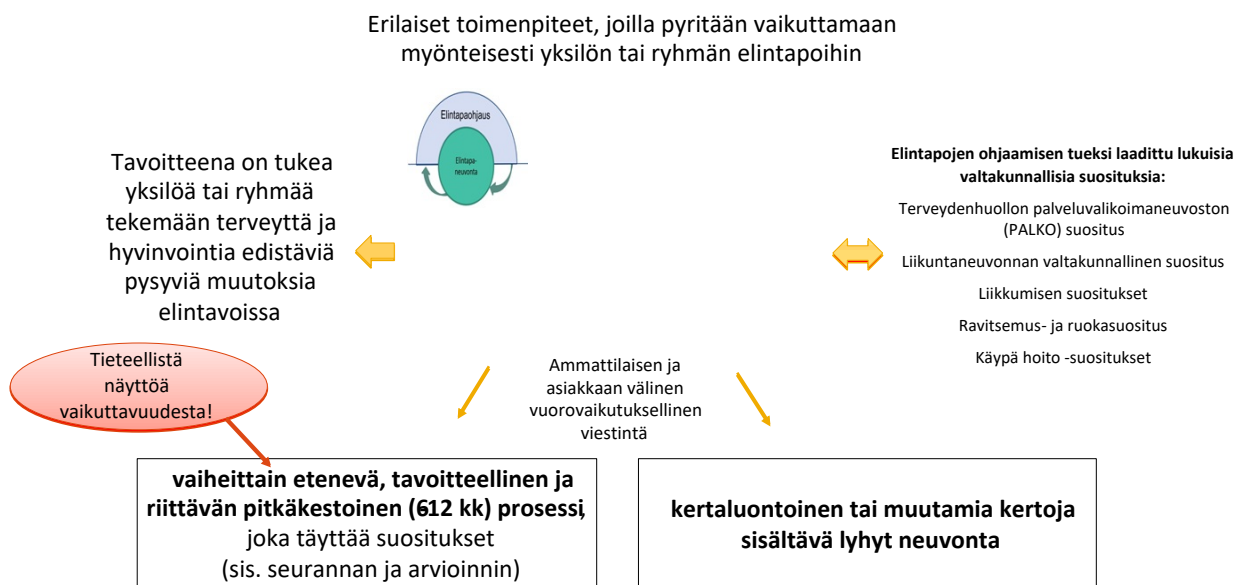
Prosessimaisen elintapaohjauksen toteuttaminen hyvinvointialueella väestön tarvetta vastaavasti vaatii panostuksia. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunta on kokouksessaan 11.5.2023 § 30 antanut lausunnon ja painopisteet vuoden 2024 talousarvion valmisteluun. Lautakunta on esittänyt 270 000 €:n suuruista varausta elintapaohjaukseen, jolla pystyttäisiin palkkaamaan viisi henkilöä tekemään prosessimaista elintapaohjausta ja sen kehittämistä soteasemilla. Lisäksi lautakunta on esittänyt 350 000 €:n suuruista varausta ikäneuvolatoiminnan laajentamiseen (7 htv). Ikäneuvolatoiminnan parissa tehdään myös elintapaohjausta. Lisäksi lautakunta on esittänyt 50 000 €:n (1 htv) suuruista varausta ehkäisevään päihdetyöhön mini-interventioiden laajentamisen tueksi palvelujen sisällä. Prosessimaisen elintapaohjauksen resurssit ovat tähän asti olleet vähäiset ja toiminnan kehittäminen on tapahtunut Tulevaisuuden sotekeskus -hankkeen turvin. Ravitsemusterapian resurssi hyvinvointialueella on tällä hetkellä 6,5 htv:ta. Ensi vuodelle on talousarvioon toivottu huomioitavaksi yhtä htv:ta lisää.

Valtuustoaloitteessa esitetty ”Pohjois-Karjala 2.0” -hankkeen suunnittelu on käynnistetty keväällä 2023. Yhteistyössä eri maakunnan toimijoiden kanssa (Maakuntaliitto, ISLO, Yliopisto, Riveria, Karelia, Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskus, Hyvinvointialue, AVI, Joensuun kaupunki, POKALI) kanssa on järjestetty hankkeen suunnittelun tiimoilta kaksi yhteistä työpajaa. Työpajojen järjestämisen vetovastuu sovittiin yhteisesti ISLO:lle, POKALI:lle ja Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskukselle. Työpajoissa on haettu yhteistä näkemystä ja

keskusteltu mahdollisen koordinaatiotoiminnan rahoitusvaihtoehdoista. Hyvinvointialueen rooli on yhteisesti sovittu järjestämislain mukaisesti hyvinvointialueen lakisääteisiin tehtäviin kytkeytyväksi. Suunnittelussa on työstetty ajatusta koordinaatio- ja viestintähankkeesta, johon kytkeytyisi eri toimijoiden erillisrahoitteisia tai omarahoitteisia kokonaisuuksia. Viestinnän osalta suunnittelu laajan ja vaikuttavan viestintäkampanjan tekemiseksi on meneillään, mutta rahoituskanavia sille ei vielä ole löydetty. Hyvinvointialueella ei tässä tarkoitettuun toimintaan ole varattu talousarviossa rahaa vuodelle 2023 ja vuoden 2024 talousarvio valmistelu on vielä kesken.

Pohjois-Karjalassa toimii elintapaohjauksen verkosto, jonka koordinaatiovastuu kuuluu hyvinvointialueelle. Verkostossa on mukana sote-ammattilaisia sekä kuntien, järjestöjen ja oppilaitosten edustajia. Asiantuntijaverkoston tehtävänä on tukea osaltaan maakunnallista elintapaohjauksen kehittämistä pitkäjänteisesti yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Verkoston visiona on, että kaikissa Pohjois-Karjalan kunnissa toteutetaan yhdenmukaista suosituksiin pohjautuvaa elintapaohjausta – kuntalaiset ja eri toimijat ovat tietoisia erilaisista elintapaohjauspalveluista. Verkoston konkreettiset toimenpiteet tähtäävät yhteisen vision toteutumiseen. Verkoston tehtävänä on myös maakunnallisen elintapaohjauksen osaamisen vahvistaminen ja vuoden 2023 aikana on järjestetty kolme kaikille avointa koulutusiltaa. Verkosto suunnittelee parhaillaan toiminnan vuosikelloa vuodelle 2024.

## Mitä osa-alueita elintapaohjaukseen kuuluu?



Lähde: mukailtu Tuunanen & Kivimäki, 2021