

**Pohjois-Karjalan Sydänpiiri ry:n kumppanuushakemus Perheen sydän ratkaisee -hankkeeseen**  
1138/00.01.05.02/2024

Tulevaisuuslautakunta 15.02.2024 § 20

Lisätiedot	Kehittämisohtaja Heli Aalto puh. 013 330 7908
Päätösehdotus	Strategiajohtaja Pirskanen Ilkka:  Tulevaisuuslautakunta päättää hyväksyä Pohjois-Karjalan Sydänpiiri ry:n kumppanuushakemuksen ja omarahoitusosuuden 12 000 euroa vuodelle 2024.
Päätös	Hyväksyttiin.
Selostus	<p>Pohjois-Karjalan Sydänpiiri ry on hakenut Pohjois-Karjalan hyvinvointialue – Siun sotelta kumppanuutta STEAn myöntämään 10448-kehittämishankkeeseen Perheen sydän ratkaisee. Siun soten osuus hankkeeseen on 12 000 €. Perheen sydän ratkaisee -hankeaika on 2022–4/2025. Hankkeen kokonaisbudjetti 401 052 €. Vuoden 2024 STEAn avustus 10448-kehittämishankkeeseen Perheen sydän ratkaisee on 133 684 €. Siun soten kumppanuus kohdistuu vuodelle 2024.</p> <p>Kumppanuus kohdistuu Tulppa-toiminnan jalkauttamiseen, markkinointiin, tulppavertaisohjaajien mukaan ottamiseen Tulppa-toimintaan sekä sydänvertaistukitoiminnan kehittämiseen Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella.</p> <p>Tulppa-kuntoutus on Sydänliiton kehittämä sydäntuntoutuksen toimintamalli, joka on tarkoitettu terveydenhuollon toimijoiden käyttöön. Sydäntuntoutuksen saatavuus on Suomessa heikkoa, vaikka sekä Euroopan Kardiologinen Seura (ESC) että Suomen kansalliset Käypä hoito -suositukset vahvasti suosittelevat kokonaisvaltaista sydäntuntoutusta sydäninfarktin sairastaneille ja sepelvaltimotautidiagnoosin saaneille. Tulppa-kuntoutuksessa toteutuvat hoitosuositusten kaikki piirteet. Se on tavoitteellista, ohjattua toimintaa, joka tähtää tehokkaaseen sekundaaripreventioon sekä sairastuneen hyvinvoinnin ja elämänlaadun parantamiseen. Tulppa-kuntoutuksessa käytettävät keinot perustuvat tutkittuun tietoon siitä, miten käyttäytymismalleja muutetaan terveyttä edistäviksi. Erityisesti Ruotsissa tehtyjen monien tutkimusten mukaan sydänvalmennus vähentää sepelvaltimotautipotilaiden kuolleisuutta sekä terveydenhuollon kustannuksia.</p> <p>Tulppa-ryhmäkuntoutus on perinteinen kasvokkain tapaamisiin perustuva kuntoutuksen toimintamalli. Se sisältää n. 10 pienryhmätapaamista, joissa kuntoutuja saa tietoa eri aiheista, voi</p>

keskustella kokemuksistaan sekä kartuttaa omahoidon ja elintapamuutoksien tekemisen taitoja. Ryhmäkuntoutus sopii kuntoutukseksi sepelvaltimotautia, aivoverenkiertohäiriötä ja alaraajojen tukkivaa valtimotautia sairastaville sekä useita riskitekijöitä omaaville. Kuntoutujilla on käytössään Sydänliiton tuottama Kuntoutujan työkirja. Tulppa-kuntoutusta aloitettiin syksyllä 2023 ensimmäisenä Ilomantsin terveysasemalla, jonne myös Tulppa-vertaisohjaaja rekrytoitiin mukaan. Tulppa-toiminnan on tarkoitus laajentua yhä useammalle terveysasemalle Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella ja tulppavertaisohjaajia on tarkoitus kouluttaa mukaan jokaiselle terveysasemalle, jossa Tulppa-ryhmät kokoontuvat. Tulppa-ryhmät mahdollistavat myös sairastuneiden vertaistuen.