

Ikäneuvola

Vanhusneuvosto 25.03.2025 § 17
351/00.02.05/2021

Siun soten ikäneuvolan toiminta laajenee eri puolille Pohjois-Karjalaa. Siun sote haluaisi tavoittaa yli 65-vuotiaita itsenäisesti kotona asuvia ihmisiä, jotka voisivat hyötyä ikäneuvolan palveluista. Näitä ovat terveystapaamiset ja elintapaohjaus ravitsemukseen, liikkumiseen ja unettomuuden lääkkeettömään hoitoon. Siun Soten geriatrisesta keskuksesta terveydenhoitaja ja sosiaaliohjaaja esittelevät Ikäneuvolan toimintaa.

Vanhusneuvosto:

Terveydenhoitaja esitteli Siun Soten geriatrisen keskuksen alaisena toimivaa ikäneuvolaa.

Tavoitteena on ikääntyvien hyvinvoinnin, terveyden, terveellisten elintapojen ja toimintakyvyn edistäminen, sairauksien ehkäiseminen ja varhainen puuttuminen.

Siun Soten alueella Ikäneuvolassa työskentelee 5,5 terveydenhoitajaa, joista yksi pohjoisella alueella (Nurmes-Juuka, Lieksa).

Ikäneuvolan palveluihin kuuluvat terveystapaamiset (lähi- tai etäkäynnit):

- elintapaohjausta yli 65-vuotiaille, joilla on riski sairastua elintavoista johtuviin sairauksiin

Omais- ja perhehoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastukset:

- vapaaehtoista ja maksutonta tarkastusta tarjotaan kahden vuoden välein yli 65-vuotiaille omais- ja perhehoitajille ja yli 65-vuotiaita hoitaville omais- ja perhehoitajille

- päähuomio on omais- tai perhehoitajan jaksamisessa, tuen tarpeen tunnistamisessa ja kuormittumisen riskitekijöissä

Terveyttä edistävä ryhmätoiminta eri kunnissa kiertäen

- Intoa elämään-hyvinvointikurssit

- uniryhmät

- Finger-Aivoterveysryhmä- "Hellitkö aivojasi"

Muu Ikäneuvolan toiminta:

- verkostoituminen alueen muiden toimijoiden kanssa.

- matalan kynnyksen tapahtumien järjestäminen yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

- yleisötilaisuudet terveyteen liittyvin teemoin

- 68-vuotiaiden ikäkausitarkastukset alkaen syksy 2025

Yhteyden Siun Soten Pohjoisen alueen Ikäneuvolan

terveydenhoitajaan saa soittamalla p. 013 330 7899 tai jättämällä

yhdeydenottopyynnön verkkoajanvarauksen kautta osoitteessa

www.siunsote.fi/ajanvaraus