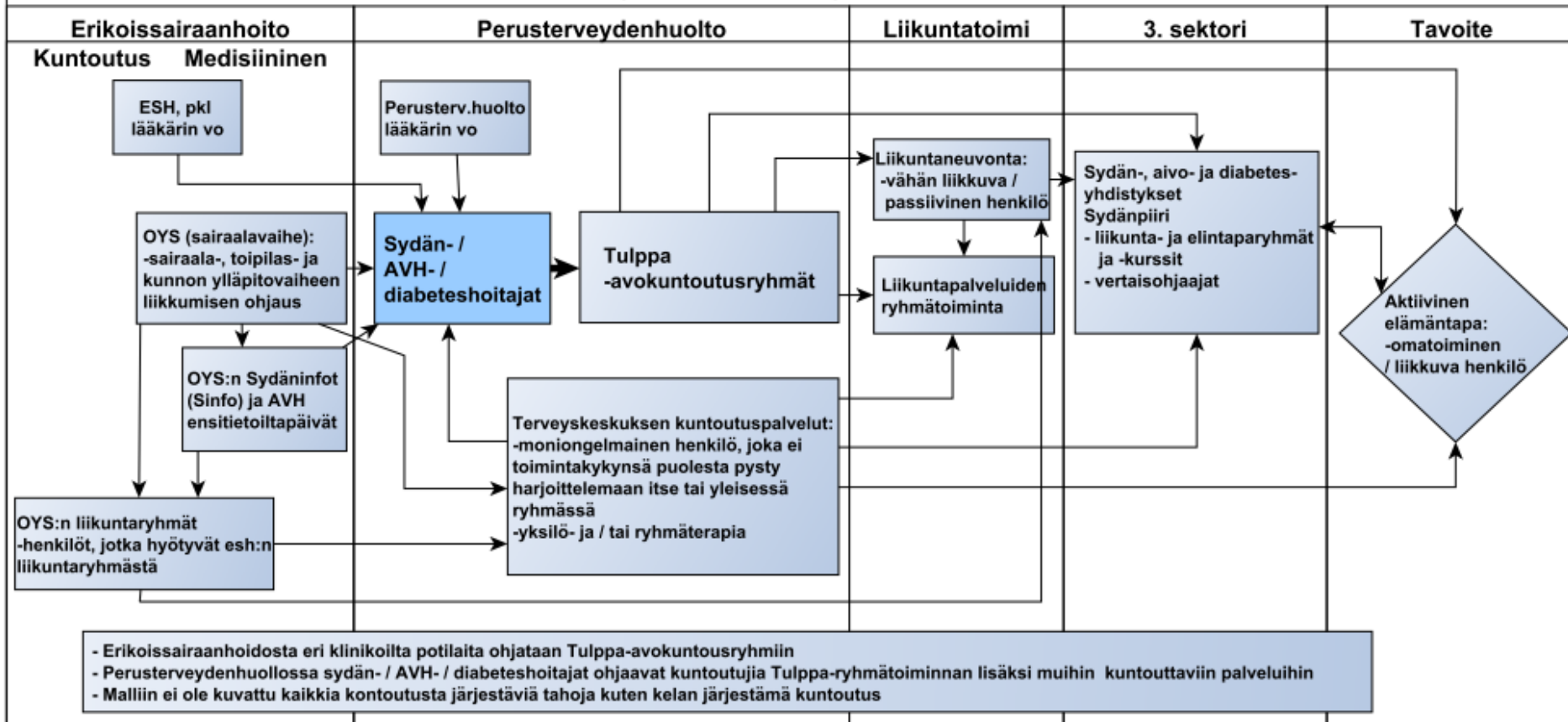


Valtimotautipotilaan kuntoutuspolku PPSHP:n alueella



Tulppa-avokuntous osana valtimopotilaan hoitopolkua Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirissä (PPSHP)

- Sydän- / valtimopotilaan avokuntoutusta on kehitetty PPSHP:n perusterveydenhuollon, kardiologian, verisuonikirurgian, kuntoutuksen ja neurologian yksiköiden yhteistyönä.
- Työryhmässä edustus myös Oulun kaupungin liikuntapalveluista, Sydänpiiristä ja Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry:stä.
- Tavoitteena on potilaan sujuvaa ohjautuminen erikoissairaanhoidosta ja perusterveydenhuollosta Tulppa-avokuntoutusryhmiin.
 - Potilailla on mahdollisuus osallistua OYS:n järjestämineen ensitietopäiviin.
 - Perusterveydenhuollossa sydän- / diabetes- / AVH-hoitaja koordinoi potilaan hoitoa .
- Tulppa-avokuntoutuksen vaikuttavuutta arvioidaan.

Tulppakuntoutuksen eteneminen

M
-
s
e
r
ä

ESH
PTH



O
X
-
g
L

**Ryhmän
kokoaminen**

Tapaamiskerrat

**1. Seuranta
6kk**

**2. Seuranta
12kk**

**Ryhmän
kokoaminen**

- alkuhaastattelu
- mittaukset
- sitouttaminen

1. Ryhmä tutuksi
ja tietoa
valtimotaudeista

2. Mielen
hyvinvointi

3. Omahoito

4. Avain
terveyteen ja
hyvinvointiin

4. Terveyttä
edistävät
elintavat

5. Syöminen

6. Liikkuminen
(kävelytesti)

7. Avoin teema

8. Miten tästä
eteenpäin?

1. Seuranta

- väliarvio avain-
suunnitelmalle
- mittaukset
- 2. kävelytesti

2. Seuranta

- jatko-
suunnittelu
- mittaukset
- jatko-ohjaus
- päätös

Tulppa-avokuntoutuksen vaikuttavuuden arviointi

- Tulppa-ryhmistä tilastointi tehdään ryhmän alussa, 6 kk:n ja/tai 12 kk:n seurantakäynneillä ryhmän alkamisesta.
- Kaikille elintaparyhmiin osallistuvilta kirjataan:
 - Paino
 - Pituus
 - BMI
 - Vyötärön ympäryys
 - RR (verenpaine)
 - AHTUP (tupakointialtistus)
 - Audit-C (päihdekysely, lyhyt)
 - Kävelytesti 6 min, matka (m)
 - Laboratoriotutkimukset:
 - Kol, HDL, LDL, Trigly, sokerirasitus (0t ja 2t –avot), HbA1C
 - EuroHis-8- elämänlaatumittari