

## NEUVOKAS PERHE -JUURRUTUSKIERROKSEN RAPORTTI

Dienh Hong (dienh@uef.fi)  
Ravitsemustieteen opiskelija  
Itä-Suomen yliopisto

13.5.2019

## NEUVOKAS PERHE -JUURRUTUSKIERROKSEN TAUSTAA

Neuvokas perhe (NP) -toimintamalli on kehitetty helpottamaan neuvola- ja kouluterveydenhoitajien työtä ja sen tarkoituksena on toimia terveydenhoitajien yhtenä työkaluna elintapaohjauksessa. Neuvokas perhe-toimintamalli oli hallituksen kärkihankkeena vuosina 2016-2017. Sen johdosta Pohjois-Pohjanmaan kuntien terveydenhoitajia oli koulutettu hyvin laajasti. Koulutusten tavoitteena oli saada Neuvokas perhe -toimintamalli Pohjois-Pohjanmaan terveydenhoitajien käyttöön jokapäiväisessä vastaanottotyössään lasten ja perheen parissa.

Neuvokas perhe -juurrutuskierron tavoitteena oli kartoittaa toimintamallin käytön yleisyys sekä juurruttaa toimintamalli osaksi arjen työtä Oulun kaupungin neuvoloissa ja kouluterveydenhuollossa. Juurrutuskierron toteutettiin 1.4-10.5.2019. Kierroksen aikana käytiin seitsemässä neuvolassa Oulun alueella ja ympäristökunnissa (Kontinkangas, Kaakkuri, Haukipudas, Kiiminki, Kaijonharju, Tuira ja Myllyoja) sekä kouluterveydenhuollon ja neuvolan kehittämispäivässä (17.4.).

## JUURRUTUSKIERROKSEN TULOKSIA

### NEUVOKAS PERHE (Taulukko 1)

#### **Neuvokas perhe koulutus**

Suurin osa seitsemän neuvolan terveydenhoitajista oli käynyt NP koulutuksen. Vain muutamia yksittäisiä terveydenhoitajia ei ole käynyt koulutusta. Kouluterveydenhoitajien keskuudessa oli enemmän kouluttamattomia, mikä voi johtua siitä, että NP-materiaalit ovat suunnattu enemmän päiväkotikäisille sekä pienimmille koululaisille. NP:n nettisivuilta löytyy kuitenkin linkki nuorille tarkoitettuun materiaaliin (Neuvokasperhe.fi → Ammatillaiset → Nuorten terveyden tueksi).

Ehdotettiin, että NP:stä järjestetään jatkossa joka vuosi vahvistuskoulutus. Seuraava NP vahvistuskoulutus on 18.9. ja Neuvokasperhe -ohjaajakoulutus 19.9.

#### **Neuvokas perhe materiaali**

NP:n nettisivuilta löytyy todella paljon erilaista materiaalia. Nettisivut on kuitenkin koettu sekavaksi suuren tietomäärän takia. Nettisivut ovat kuitenkin päivityksen alla ja tavoitteena on tehdä selkeämmät nettisivut.

Lasten lihavuudesta puhumiseen kaivataan vielä enemmän tietoa sekä työkaluja vastaanotolle. Aiheesta on tulossa uutta materiaalia ammattilaisille kesän aikana. Lisätietoa tästä sekä nettisivujen uudistumisesta saa Sydänliiton kehittämispäälliköltä Terhi Koivumäeltä (terhi.koivumaki@sydanliitto.fi).

Terveystoimijat kaipasivat myös enemmän konkreettista materiaalia, kuten Unipuu-pohjaa, Ylipainosta tasapainoon ym. lappusia, joita voidaan antaa perheille vastaanotolla. Epäselvyyksiä oli siitä, mistä materiaalia voi tilata ja paljonko maksavat. Materiaalia voi tilata keskusvaraston kautta ja ne ovat ilmaisia.

### **Neuvokas perhe -kortin käyttö**

NP-korttien käytöstä annettiin ohjeistus juurrutuskierröksellä. Korttien suositeltiin käytettävän äitiysneuvolan voimavarakäynnillä, 1,5-, 2,5- ja 5-vuotiskäynneillä. Tästä kuitenkin kaivattiin tarkempaa ohjeistusta. Lisäksi ehdotettiin, että korttia voisi käyttää esimerkiksi joka vuosi rutiinien ylläpitämiseksi. Kortti voisi olla myös neuvolakortin rinnalla samassa muovitaskussa, jotta se ei katoaisi.

Kortin käytön vapaaehtoisuus koettiin ongelmana. Terveystoimijain kokemusten mukaan, mikäli korttia suositellaan täyttämään ja mainitaan, että se katsotaan seuraavalla käynnillä läpi, ovat perheet olleet aktiivisempia kortin täyttämisen suhteen kuin jos sanotaan kortin käytön olevan ”vain teidän perheen juttu eikä terveystoimija katso sitä ollenkaan”.

Kouluterveydenhoitajat ovat myös kokeneet NP-kortin käytön olevan positiivinen asia. Korttia on jaettu mm. ykkös- ja kakkosluokkalaistilaisille. Ykkösluokkalaistilaiset ovat olleet todella tunnollisia kortin käyttäjiä, mutta jo kakkosluokkalaistilaiden yhteydessä on ollut havaittavissa kortin katoamisia. Kouluterveydenhuollon ja neuvolan kehittämisiltapäivässä Sanna Iisakka päätti terveystoimijain yhteisön voimin, että terveystoimijain ohjeistukseen lisätään NP-kortin käyttö ykkösluokkalaistilaiden laajan terveystarkastuksen yhteydessä.

### **Lasten lihavuuden puheeksiotto ja motivointi vastaanotolla**

Juurutuskierröksen aikana kaikissa toimintapisteissä nousi esille lasten lihavuuden puheeksioton vaikeus. Lisäksi motivaation puute perheissä oli yksi suuri ongelma lasten lihavuuden hoidossa. Puheeksiottoon ja motivoimiseen halutaan lisätä työkaluja

Terveystoimijain keskustelu lasten lihavuudessa koettiin vaikeana, varsinkin nuorten keskuudessa. Myös turhautumisen tunteita on koettu siitä, ettei painosta saisi keskustella vaan asiasta täytyy puhua ”kiertäen ja

kaartaen”. Terveyskeskeisestä keskustelemisesta on kuitenkin hyviä kokemuksia nuorten keskuudessa vastaanotolla.

Lasten lihavuuden hoidossa perheen osallistuminen on todella tärkeää. Osa terveydenhoitajista pyytää lasten vanhemmat mukaan vastaanotolle. Suurin osa on sitä mieltä, että vanhempien läsnäolo ja pyytäminen vastaanotolle olisi hyvä kirjata ohjeisiin. Perheen vähäiset voimavarat, stressi ja huono mielenterveys sekä uusioperheet kuitenkin koettiin kaikista haastavimmaksi lasten lihavuuden hoidossa. Näihin haasteisiin kaivattaisiin lisää työkaluja.

Ehdotettiin, että lihavuuden puheeksiotosta sekä motivoimisesta lihavuuden hoitoon järjestetään koulutuksia.

### **Uudet käytäntöehdotukset Neuvokas perhe -toimintamalliin**

Juurutuskierroksen aikana kävi ilmi, että terveydenhoitajilla ei ole keinoja auttaa nuoria, jotka eivät selviydy arjesta. On vaikeaa antaa neuvoja sellaisille nuorille, jotka eivät osaa esimerkiksi siivota, käydä kaupassa, tehdä ruokaa yms. Tällaisille tapauksille toivotaan ”arjen selviytymiskursseja”, joihin terveydenhoitaja voisi ohjata.

Lääkäreiden tietämystä NP-toimintamallista halutaan lisätä. Terveydenhoitajat kokevat, että lääkäreiden ohjeet ovat vaikuttavampia ja mikäli lääkärit vahvistavat terveydenhoitajien sanomaa NP-toimintamallin mukaisesti, hoito olisi vaikuttavampaa ja yhtenäisempää moniammatillisesti. Terhi Koivumäkeä Sydänliitolta voi tarvittaessa pyytää kertomaan NP:sta lääkäreille.

### **LASTEN LIHAVUUDEN HOITOKETJU (taulukko 2)**

Lasten lihavuuden hoitoketjua ei yleisesti tunneta terveydenhoitajien keskuudessa. Vain pieni osa on käynyt lukemassa/tutustumassa Terveysportissa olevan Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin lasten lihavuuden hoitoketjuun.

Lasten lihavuuden hoitoon halutaan lisää koulutuksia. Ehdotettiin, että koulutuksia aiheesta voitaisiin järjestää vuosittain.

### **Terveydenhoitajien rooli lasten lihavuuden hoitoketjussa**

Juurutuskierroksella esille nousi, että yhtenäisiä käytäntöjä lasten lihavuuden hoitoon ei ollut. Jokainen terveydenhoitaja teki päätökset itse omien tietotaitojensa perusteella. Terveydenhoitajat konsultoivat muita ammattilaisia, kuten ravitsemusterapeutteja, fysioterapeutteja ja lääkäreitä harkintansa mukaan eikä taustalla ollut yhtenäisiä ohjeita. Muiden ammattilaisten konsultointi sähköisesti tai puhelimitse koettiin kuitenkin

helpoksi, vaivattomaksi ja toimivaksi. Osa terveydenhoitajista ei kuitenkaan tiennyt kaikkia ammattiryhmiä, joita he voivat konsultoida, esimerkiksi fysioterapeutin roolia ei kaikissa neuvoloissa tiedetty. Yhdessä neuvolassa ei ollut ravitsemusterapeutin palveluita käytössä lainkaan.

Hyvinvointineuvolakäytäntö, jossa perhe yhdessä tutun terveydenhoitajan kanssa tapaavat muita ammattilaisia koettiin erittäin hyväksi. Terveydenhoitajien mukana oleminen takasi sen, ettei ristiriitaisuuksia esimerkiksi ohjeistusten ja hoidon tavoitteiden välillä ollut. Terveydenhoitajat voisivat myös olla mukana Oodipoliklinikan tapaamisissa. Tällöin terveydenhoitaja olisi jatkuvasti perillä hoidon kulusta ja osaisi paremmin suunnitella jatkoseurannan. Terveydenhoitajien toivotaan ottavan Kunta-Eskon tunnukset käyttöön ja käyvänsä lukemassa lihavan lapsen erikoissairaanhoidon kirjaukset.

### **Muiden ammattilaisten rooli lasten lihavuuden hoitoketjussa**

Ravitsemusterapeuttien rooli hoitoketjussa mietitytti ja käyntien määrää haluttaisiin lisätä 2-3 kertaan sekä niiden lisäksi halutaan vielä seurantakäynti. Lisäksi hoitoketjuun pitäisi lisätä kunnan liikuntapalvelut ja liikunnanohjaajan rooli. Ihannetilanne olisi, jos sama henkilö osaisi antaa sekä ravitsemus- että liikuntaohjeita.

### **Tiedonkulku eri ammattiryhmien välillä**

Sujuva tiedonkulku eri ammattilaisten kesken koettiin kaikista tärkeimmäksi hyvän hoidon kannalta. Hoitosuunnitelmaan/palautteeseen on tärkeää kirjata hoidon ja jatkoseurannan tavoitteet sekä aikataulu hoidosta. Lisäksi halutaan ohjeistusta siitä, miten tulisi toimia, jos hoito ei mene suunnitellusta, esimerkiksi jos perhe ei noudata ohjeita tai mitään muutosta ei ole tapahtunut esim. kolmen tapaamisen jälkeen ym.

Lasten lihavuuden hoitoon kaivataan yhtenäisiä ohjeita kaikkien ammattilaisten kesken. Lasten lihavuuden hoitoketjua on siis tehtävä yksityiskohtaisemmaksi ja juuri Pohjois-Pohjanmaata koskevaksi. Hoitoketjuun kaivataan mm. ohjeita, milloin ja missä yhteydessä lapset punnitaan, mitä ja mihin kirjataan, milloin konsultoidaan muita ammattilaisia ja milloin ohjataan hoitoketjussa eteenpäin.

### **Yhteenveto juurrutuskierrroksesta**

Neuvokas perhe -toimintamalli ei ole juurtunut seitsemässä neuvolassa toivotulla tavalla hallituksen kärkihankkeen loputtua. NP-materiaali on tuttua, mutta vähän käytettyjä. Juurrutuskierroksen aikana esitetyt kuvakansion kuvat, Olohuonesirkus sekä ylipaino-osion sivut olivat hyvä muistutus, mitä NP-nettisivuilta voi löytyä. NP -juurrutuskierrros koettiin tarpeelliseksi ja tärkeäksi.

Konkreettista NP-materiaalia kaivataan lisää. Lasten lihavuuden puheeksiottoon ja perheen motivoimiseen halutaan lisää työkaluja. Koulutuksia teemoista kaivataan.

NP-kortin käytöstä tarvitaan ohjeistusta ja sen täyttäminen ei pitäisi olla pelkästään perheen vastuulla.

Lasten lihavuuden hoitoketju on päivitettävä yksinkertaisempaan kaaviomuotoon, jossa jokaisen ammattiryhmän tehtävät on kuvattu tarkasti. Tiedonkulku eri ammattiryhmien kesken on tehtävä sujuvammaksi ja toimivammaksi.

Terveydenhoitajan rooli lasten lihavuuden hoidossa on tärkeä. Tutun terveydenhoitajan läsnäolo hoidon eri vaiheissa on hoidon ja tiedonkulun kannalta merkityksellistä.

## LIITTEET

Taulukko 1. Neuvokas perhe -juurrutuskierroksen terveydenhoitajien kommentit ja esille nousseet asiat.

NEUVOKAS PERHE (NP)					
KOULUTUS	MATERIAALI	KORTTI	PUHEEKSIOTTO JA MOTIVOINTI	UUDET KÄYTÄNNÖT	SEKALAISET
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaakkurissa Neuvokas perhe koetaan erittäin hyväksi työkaluksi ja sitä käytetään mielellään ohjauksen tukena → koulutuksen käyneillä aktiivisesti käytössä</li> <li>• Kouluterveydenhoitajista yli puolet käynyt NP-koulutuksen → osa terveydenhoitajista työskentelevät yläkoululaisten kanssa, mikä selittää kouluttamattomuuden</li> <li>• Kiimingin neuvolasta puolet käyneet koulutuksen</li> <li>• Kaijonharjun neuvolasta vain 2 ei ole käynyt koulutusta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konkreettista materiaalia olisi hyvä olla enemmän saatavilla, esim. ylipainosta tasapainoon –lappusia, unipuu yms., jotta niitä voi antaa perheille matkaan</li> <li>• Kuvien avulla on helpointa käydä asioita läpi → kaivattaisiin kuitenkin kuvia myös vanhemmille lapsille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Neuvokas perheen korttia voisi käyttää säännöllisemmin (joka vuosi?), jotta siitä tulisi rutiini – ei siis pelkästään 1,5-, 2,5- ja 5-vuotiskäynneillä.</li> <li>• Paperinen kortti katoaa ihmeellisen helposti, vaikka samankokoinen neuvolakortti pysyy tallessa → tähän jokin uusi käytäntö?</li> <li>• Kouluikäisillä (1-2.lk) kortin käytöstä on tullut positiivista palautetta ja se koetaan olevan todella hyvä työkalu</li> <li>• Sanna Iisakka koko kouluterveydenhoitaja kokoonpanon kanssa päättivät, että NP-kortti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivoimiseen tarvitaan työkaluja → hyvin usein perutaan aikoja</li> <li>• Koetaan, että nuorille on todella vaikeaa puhua ylipainosta → Ohjeistus tästäkin tarpeen</li> <li>• Hyviä kokemuksia siitä, kuinka ylipainosta on puhuttu terveystieteiden koulusta</li> <li>• Huonoja kokemuksia on siitä, kuinka vaikeaa on olla puhumatta itse painosta ja koetaan, että on raskasta ”lähteä puhumaan siitä kiertäen ja kaartaen”</li> <li>• Ylipainosta puhumiseen halutaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opiskelijoille olisi hyvä järjestää konkreettisia ”arjen selviytymiskursseja”, johon sisältyvät mm. kaupassa käyntiä, kokkaamista, pyykkäämistä ja siivoamista. Kursseille voi terveydenhoitaja tarvittaessa lähettää huonoimmassa tilanteessa olevat tapaukset.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lihavuuden hoitoketjusta halutaan yhtenäisiä käytäntöjä ja linjoja yli ammattirajojen, varsinkin lääkäreiden tietoisuutta NP:stä on lisättävä, jotta ohjaus oli loogista ja vaikuttavaa alusta loppuun asti → pitäisikö myös kierrellä lääkäreiden keskuudessa ja kertoa NP:stä</li> <li>• Vanhemmat on saatava mukaan lapsensa lihavuuden hoitoon, jolloin heidät on pyydetty vastaanotolle</li> <li>• Uusioperheiden haasteet</li> </ul>

		<p>jaetaan myös ykkösluokkalaisille ja se kirjataan ohjeisiin</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Tarkkoja ohjeita kaivataan, miten NP-korttia käytetään 1,5-, 2,5- ja 5-vuotiskäynneillä</li> </ul>	<p>vielä enemmän vinkkejä ja työkaluja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Koetaan, että nuorille on todella vaikeaa puhua ylipainosta → Ohjeistus tästäkin tarpeen</li> <li>• Huonoja kokemuksia on siitä, kuinka vaikeaa on olla puhumatta itse painosta ja koetaan, että on raskasta ”lähteä puhumaan siitä kiertäen ja kaartaen”</li> <li>•Motivoimiseen tarvitaan työkaluja → hyvin usein perutaan aikoja</li> <li>•Vanhempien voimavarat ja lasten mielenterveys huomioitava (stressi, huononmuuden ja epäonnistumisen tunteet)</li> <li>•Lihavuuden hoidossa motivaation puute koetaan yhtenä</li> </ul>		
--	--	--	---	--	--

			<p>suurimmista ongelmista.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Vanhempien tietotaito lihavuuden hoidossa on vajavaista</li> <li>•Hyviä kokemuksia siitä, kuinka ylipainosta on puhuttu terveystieteiden näkökulmasta</li> </ul>		
--	--	--	---	--	--

Taulukko 2. Neuvokas perhe -juurrutuskierroksen terveydenhoitajien kommentit ja esille nousseet asiat lasten lihavuuden hoitoketjusta.

LASTEN LIHAVUUDEN HOITOKETJU		
TOIMINTA JA KÄYTÄNNÖT	YHTEISTYÖ	TIEDONKULKU
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Koko perheen merkitys lasten lihavuuden hoidossa korostettava la laitettava lihavuuden hoitoketjuun</li> <li>•Hoitoketjuun ohjeet, kuinka usein punnitaan ja missä yhteydessä → yhtenäiset käytännöt</li> <li>•Kaijonharjussa käytössä hyvinvointineuvolan toimintamalli, jossa ei kuitenkaan ole mukana ravitsemusterapeuttia</li> <li>•Terveydenhoitajille tunnukset Kunta-Eskoon ja sieltä perheiden tietojen katsominen jatkoseurannan suunnittelemiseksi</li> <li>•Hoitosuunnitelmassa/hoitopalautteessa on kirjattuna tavoitteet, mitä odotetaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Konsultaatiot tehtävä toimivimmiksi → fysioterapeutin palveluita on käytetty todella vähän</li> <li>•Lihavuuden hoitoketjusta halutaan yhtenäisiä käytäntöjä ja linjoja yli ammattirajojen</li> <li>•Ravitsemusterapeutille perheet eivät halua, mutta hyvinvointineuvolan käytäntö toimii</li> <li>•Hoitoketjuun toivotaan vielä selkeämpi työnjako eri ammattilaisten kesken sekä selkeät ohjeet, mitä asioita tuetaan ja miten hoidossa edetään</li> <li>•Liikuntaohjaajan rooli puuttuu hoitoketjusta</li> <li>•Hoitoketjun sujuvuutta voitaisiin parantaa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Lasten lihavuuden hoitoketjua ei yleisesti tunneta kouluterveydenhoitajien keskuudessa</li> <li>•Tiedonkulkuun kiinnitettävä entistä enemmän huomiota, jotta ei tulisi ristiriitaisuuksia ohjauksessa</li> </ul>



<p>terveydenhoitajan seurankäyntien tuloksena</p> <ul style="list-style-type: none"><li>•Tarkemmat ohjeet terveydenhoitajille, mitä labratutkimuksia otetaan ja milloin</li><li>•Tarkemmat ohjeet, milloin konsultoidaan lääkäriä</li><li>•Järjestetään koulutuksia lasten lihavuuteen liittyen esim. kerran vuodessa</li><li>•Ravitsemusterapeutille olisi hyvä saada enemmän kuin yksi käynti ja sen lisäksi myös seurantakäynti</li><li>•Ravitsemusterapeutilta toivottaisiin myös terveystiikunnasta ohjeistusta</li><li>•Hoitoketjuun ohjeistus miten toimia, mikäli hoito ei mene suunnitellusti</li></ul>	<p>nimeämällä joku vastuuhenkilö → perhe palautuu perusterveydenhuoltoon samalle hoitajalle → samanlainen toimintamalli kuin sydänhoitajalla</p> <ul style="list-style-type: none"><li>•Terveystenhoitaja kutsutaan mukaan perheen viimeiselle OYS:n Oodi-poliklinikkakäynnille</li><li>•Tieto terkkareille, mitä on tehty OYS:ssa ja mitä on sovittu sekä suositus seurantakäyntien määrästä</li></ul>	
--	---	--

Kaavio 1. Lasten lihavuuden hoitoketju.

# Lasten lihavuuden hoitoketju

