

Perusterveydenhuollon yksikön uutiskirje

Kevät 2018 on ollut työn täyteistä aikaa. VESOTE-hankkeessa on koulutettu alueemme terveydenhuollon ja liikuntatoimen ammattilaista sekä järjestötoimijoita elintapaohjaajiksi, Tulppa-avokuntoutusta on kehitetty monialaisessa yhteistyössä ja uusia Tulppa-ryhmiä käynnistyy kunnissa.

Uudet koulu- ja varhaiskasvatuksen ruokailusuositukset julkaistiin 2017-2018. Yksikkömme on tehnyt yhteistyötä kuntien kanssa suositusten tunnetuksi tekemiseksi.

Maakunnassa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä on kehitetty osana maakunta- ja soteuudistusta. Yleislääketieteen jatko- ja täydennyskoulutus on uudistumassa ja työtä sen äärellä riittää.

Ennen kuin laskeudumme kesän viettoon, haluamme muistuttaa tulevista syksyn koulutuksista ja tapahtumista.





Terveyden edistämisen syksyn koulutuksia:

- **Potilaan ohjaus tupakoimattomuuteen hoitajan työssä -koulutus**, 5.10.2018, OYS. Koulutukseen otetaan 70 ilmoittautumisjärjestyksessä.
[Ohjelma ja ilmoittautuminen](#)
- Tulossa koulutusta **varhaiskasvatuksen ruokailusuosituksesta**
[Terveyttä ja iloa ruoasta -ruokailusuositus](#)

Muiden järjestämät koulutukset:

- **Valtakunnalliset ravitsemuspäivät teemana painonhallinta**, 1.-2.10.2018, Helsinki
[Ohjelma](#)
- **Neuvokas perhe -koulutukset**
[Ohjaajakoulutus](#) 9.10.2018
[Vahvistuskoulutus](#) 10.10.2018

VESOTE-hankkeen syksyn koulutukset

- [Elintapaohjauksen verkkokoulutus](#) 3.9.2018
- Tulppa-vahvistuskoulutus 5.10.2018
- - Ohjelma valmistuu kesän jälkeen
[Verkkopuntari-ohjaajakoulutus](#) 4.10.2018
- [Sydän\(Verkko\)puntari-ohjaajakoulutus](#) 5.10.2018
- VESOTE-hankkeen loppuseminaari 30.11.2018
- - Ole kuulolla, laita päivämäärä kalenteriisi ylös!
[Terveysliikuntapäivät 24.-25.10 Seinäjoella](#)
- - Vesote-toimijoille -20% alennus



Yleislääketieteen jatko- ja täydennyskoulutus 2018-2019

Toiminta- ja teemakoulutuskalenteri

- GP-koulutuspäivä 31.8.
- Yleislääketieteen erikoislääkärikoulutuksen starttiseminaari 5.9.
- Työkaluja neuvolatyöhön III 27.9.
- Yleislääketieteen ja geriatrian alueellinen koulutuspäivä 11.10.
- GP-koulutuspäivä 12.10.
- Ohjaajalääkärivalmennuksen kertauspäivä 18.10.
- Pohjois-Suomen yleislääkäripäivät II "Yleislääkärin puhetta yleislääkärille" 19.10.
- GP-koulutuspäivä 9.11.
- Ohjaajalääkärivalmennus I-II 12.-13.11.
- Kivusta huolimatta toimintakykyinen 16.11.
- GP-koulutus päätösseminaari 13-14.12.
- Ohjaajalääkärivalmennus III 17.12.

Tiedoksi

Kesäkuukausina lomailemme limittäin.

Kesälomien jälkeen asiantuntijalääkäri Marianne Riekki sijaistaa asiantuntija Liisa Cajan-Suokasta ajalla 8.8. – 31.12.2018 (marianne.riekki@ppshp.fi) p. 040 5537 473

Aurinkoista ja rentouttavaa kesää!

Tupakoimattomana Leikkaukseen

Terveyskylän omapolulle on avautunut ensimmäinen omahoito-ohjelma potilaille

Tupakoimattomana leikkaukseen -toimintamallin tavoite on vähentää tupakoinnista johtuvia komplikaatioita leikkauksissa ja niiden jälkeen. Toimintamallissa leikkauksiin tuleville henkilöille tarjotaan aktiivisesti tukea tupakoinnin lopettamiseen ennen ja jälkeen leikkauksen.

Potilas kirjautuu hyvissä ajoin ennen leikkausta omahoito-ohjelmaan. Omahoito-ohjelmassa eivät ole ammattilaiset mukana. Ammattilaiset voivat ohjata potilaan omahoito-ohjelmaan. Omahoito-ohjelman on hyvä jatkaa vielä ainakin kuukausi leikkauksen jälkeenkin, jotta saadaan mahdollisimman hyvä tuki savuttomuuden jatkumiselle.

Jos haluat ammattilaisena käydä tutustumassa omahoito-ohjelmaan omapolulla, tulee sinun kirjautua sisään kansalaisena – ammattilaiskortilla ohjelmaan et pääse, koska siihen ei ole kytketty ammattilaistukea. [Kirjautumis- ja rekisteröitysmishoje](#)

Jos omahoito-ohjelmassa ilmenee teknisiä ongelmia, laita tukipyyntö osoitteeseen tuki@terveyskyla.fi. Tukipyyntöön tulee kuvata ongelma ja liittää kuvakaappaukset. Näin ongelmat kirjautuvat Terveyskylän ylläpidon työlistalle.

Lisätietoa omahoitopolusta:

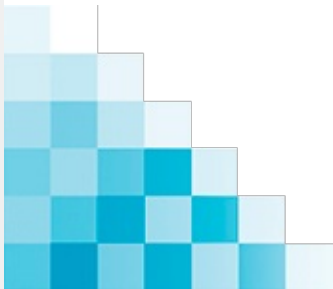
Pia Liljamo, projektipäällikkö, Virtuaalisairaala 2.0-hanke Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, pia.liljamo(at)ppshp.fi

Terveyskylä.fi on asiantuntijoiden yhdessä potilaiden kanssa kehittämä erikoissairaanhoidon verkkopalvelu. Se tarjoaa tietoa ja tukea kansalaisille, hoitoa potilaille ja työkaluja ammattilaisille.



Hyvää juhannusta ja aurinkoista kesää!

Toivoo PPSHP:n perusterveydenhuollon yksikön väki



ppshp | POHJOIS-POHJANMAAN
SAIRAANHOITOPIIRI

Yhteystiedot

Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri
Perusterveydenhuollon yksikkö
PL 10, 90029 OYS