



Keski-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Sopimusliite liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen toteutuksesta Keski-Pohjanmaalla

Sisällys

1. Sopimusosapuolet	3
2. Sopimuksen tausta ja tarkoitus	3
3. Sopimuksen voimassaoloaika	4
4. Sopimukseen sovellettava lainsäädäntö	4
5. Suositukset ja ohjeistukset	5
6. Sopimuksen osapuolten roolit ja vastuut	5
7. Liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen palveluketju	7
8. Kustannusten jako	8
9. Rekisterinpito, asiakirjat ja salassapito	8
10. Muut sovellettavat sopimukset ja liitteet	8
11. Rajaus	8

1. Sopimusosapuolet

1. Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soite
2. Kunta

2. Sopimuksen tausta ja tarkoitus

Hyvinvointialueella ja kunnilla on yhteiset asukkaat sekä asukas- ja asiakaskohtaisesti toteutettaviin palveluihin liittyviä yhteistyötarpeita. Hyvinvointialueen ja kuntien toiminnallista yhteistyötä edellyttävien tehtävien asianmukaista ja asiakaslähtöistä toteuttamista tukevat yhteisesti asetetut tavoitteet, sovitut menettelytavat ja toimiva tiedonkulku. Lainsäädäntö edellyttää kuntia ja hyvinvointialueita toimimaan yhteistyössä. Yhteistyöstä on säädetty muun muassa hyvinvointialueesta annetussa laissa¹ sekä sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä annetussa laissa.²

Keski-Pohjanmaan kuntien ja Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soiten yhteistyörakenteiden ja toimintatapojen periaatteista on sovittu yhteistyösopimuksessa. Sopimuksessa paneudutaan tarkemmin turvallisuuteen ja varautumiseen sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Tämä sopimus on yksi hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen osioista.

Terveystieteiden tutkimuskeskus³ mukaan hyvinvointialueen on järjestettävä alueen asukkaiden terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä sekä sairauksien ehkäisyä tukevaa terveysneuvontaa, joka on sisällytettävä kaikkiin terveydenhuollon palveluihin. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen suositus elintapamuutosta tukevista tekijöistä elintapaohjauksen ja omahoidon tuesta⁴ edellyttää, että julkisessa terveydenhuollossa tarjotaan potilaille vaikuttavia elintapaohjauksen ja omahoidon tuen menetelmiä. Suosituksessa todetaan, että muilla julkisilla toimijoilla, kuten kuntien liikuntatoimella on tärkeä rooli elintapaohjauksessa ja eri toimijoiden välille on luotava yhteys, jotta potilas saa

¹ Laki hyvinvointialueesta 611/2021

² Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä 612/2021

³ Terveystieteiden tutkimuslaki 1326/2010

⁴ Palveluvalikoimaneuvosto. Elintapamuutosta tukevat tekijät elintapaohjauksen ja omahoidon tuen menetelmissä epäterveellisen ravitsemuksen ja vähäisen liikunnan aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseksi. 2020

tarvitsemansa riittävän tuen ja mahdollisuudet elintapojensa muuttamiseen. Sosiaali- ja terveysministeriön ohjeistuksen mukaan elintapaohjauksen kokonaiskoordinaation vastuu on hyvinvointialueella ja yhteistyöstä, työnjaosta sekä palveluiden yhteensovittamisesta tulee sopia. Elintapaohjauksen yhdyspintapalvelusta suositellaan laadittavan kumppanuussopimukset ja hyvinvointialueelle sekä kuntaan tulee määritellä vastinparit.

Elintapaohjauksen tavoitteena on tukea yksilöä tai ryhmää tekemään terveyttä ja hyvinvointia edistäviä pysyviä elintapamuutoksia. Yksilöllä tarkoitetaan tässä yhteydessä myös asiakasta tai potilasta. Elintapaohjauksessa voi olla monia sisältöjä, kuten liikkuminen, ravitsemus, uniterveys, savuttomuus/nikotiinittomuus, päihteiden käytön ja riippuvuuksien ehkäisy ja vähentäminen ja kulttuurin hyödyntäminen (kulttuurihyvinvointi.) Elintapaohjaus voidaan toteuttaa yksilölle tai ryhmälle, mutta tavoitteena silti on yksilöllinen ohjaus. Lisäksi voidaan hyödyntää sähköisiä itse- ja omahoito-palveluita⁵.

Tällä sopimuksella sovitaan Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soiten sekä kuntien välisestä yhteistyöstä alueen potilaiden ja asiakkaiden liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen toteutuksessa, jonka kokonaiskoordinaatiosta vastaa hyvinvointialue.

3. Sopimuksen voimassaoloaika

Sopimus on voimassa toistaiseksi.

4. Sopimukseen sovellettava lainsäädäntö

Sopimukseen sovelletaan terveydenhuoltolakia (1326/2010), hyvinvointialueesta annettua lakia (611/2021), lakia sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä (612/2021), liikuntalakia (390/2015) sekä muita elintapaohjauksen toteutusta säätelevät lait ja asetukset.

⁵ Vuorijärvi J, ym. Vaikuttavaa elintapaohjausta Etelä-Pohjanmaalla: miksi ja miten? Etelä-Pohjanmaan VESOTE-hankkeen loppuraportti. EPSHP, 2019.

5. Suositukset ja ohjeistukset

Liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen toteutuksessa huomioidaan seuraavat ajantasaiset suositukset ja ohjeistukset:

- Suositus liittyen epäterveellisen ravitsemuksen ja vähäisen liikkumisen aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseen suositukseen, Palveluvalikoimaneuvosto 2020
- Suositus liittyen tupakasta vieroitukseen osana elintapaohjausta, Palveluvalikoimaneuvosto 2020
- Käypä hoito -suositukset
- Voimassa olevat ravitsemussuositukset, Valtion ravitsemusneuvottelukunta
- Ravitsemuksella hyvinvointia sote- ja kuntatarkistuslistat, Valtion ravitsemusneuvottelukunta ja Kuntaliitto 2022
- Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset, Liikkuva aikuinen -ohjelma 2021
- Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla – ohjeistus sote-uudistuksen valmisteluun ja toimeenpanoon, Opetus- ja kulttuuriministeriö 2022
- Elintapaohjauksen tarkistuslista, työkalu elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun, Sosiaali- ja terveysministeriö 2022

6. Sopimuksen osapuolten roolit ja vastuut

Kuntien ja hyvinvointialueen vastuut ja roolit on tärkeää määritellä liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen yhdyspinnoilla. Tämän sopimuksen nojalla sopimusosapuolet toteuttavat liikuntaneuvontaa ja elintapavalmennusta yhteistyönä eli yhdyspintapalveluna. Liikuntaneuvonta on kunnan toteuttama palvelu. Näin ollen laki sosiaali- ja terveydenhuollon valvonnasta (741/2023), ei koske tämän osalta kuntia, koska kunnat eivät toimi hyvinvointialueen palveluntuottajana, vaan liikuntaneuvonta on kuntien omaa toimintaa.

Huomioitavaa on, että puheeksiotto, lyhytneuvonta eli mini-interventio ja palveluohjaus sähköisten omahoitopalveluiden piiriin voi tapahtua myös yksittäisen toimijan palveluissa, jolloin ne eivät kuulu yhdyspintasopimuksen piiriin.

Liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen palveluketjussa hyvinvointialueella tunnistetaan ja tavoitetaan terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat, elintavat otetaan puheeksi ja asiakas ohjataan kriteerien perusteella joko kunnan liikuntaneuvontaan tai hyvinvointialueen elintapavalmennukseen. Liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen palveluketju on kuvattu tämän sopimuksen luvussa 7.

Hyvinvointialue:

Hyvinvointialue vastaa liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen palveluketjussa:

- Elintapoihin tukea tarvitsevien potilaiden ja asiakkaiden kartoituksesta (tunnistaminen ja puheeksiotto) sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä terveydenhuoltolain mukaisesta terveysneuvonnasta
- Elintapavalmennuksen toteuttamisesta potilaille ja asiakkaille, joilla on liikkumattomuuden lisäksi diagnosoitu tyypin 2 diabetes, sydän- ja verisuonitauti, ylipaino/korkea BMI tai toimintakyvyn heikkenemisen uhka ja jossa/joissa-tilanne vaatii terveydenhuollon ja fysioterapeutin asiantuntemuksen (hyvinvointialueen elintapavalmennuksen kohderyhmän kriteerit).
- Potilaiden ja asiakkaiden; joiden kriteerit eivät ohjaa hyvinvointialueen elintapavalmennukseen (yllä mainittu hyvinvointialueen elintapavalmennuksen kohderyhmän kriteerit) ja jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän, eivät ole löytäneet sopivaa liikuntamuotoa tai kaipaavat neuvoja liikkumiseen tai ravitsemukseen; lähettämisestä potilastietojärjestelmän kautta sähköisen viestipiikin avulla kunnan liikuntaneuvojalle
- Osaltaan potilaiden ja asiakkaiden jatko-ohjauksesta terveyttä ja hyvinvointia edistävien sekä ylläpitävien palveluiden piiriin, esimerkiksi järjestöjen ja yritysten liikuntapalveluihin.

Hyvinvointialueen elintapavalmennusta toteuttavat kuntoutuksen fysioterapeutit.

Kunta:

Kunta vastaa liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen palveluketjussa:

- Prosessinomaisen liikuntaneuvonnan toteutuksesta hyvinvointialueelta ohjatuille potilaille ja asiakkaille toimintaan vuosittain määriteltyjen resurssien sallimissa puitteissa
- Liikuntaneuvonnan toteutumisen kirjaamisesta potilastietojärjestelmään rajatulle LIIKUN-välilehdelle
- Osaltaan asiakkaiden jatko-ohjauksesta terveyttä ja hyvinvointia edistävien sekä ylläpitävien palveluiden piiriin, esimerkiksi järjestöjen ja yritysten liikuntapalveluihin.

Resurssi liikuntaneuvontaan määritellään vuosittain kunnan talousarvion yhteydessä.

Kunta voi hankkia liikuntaneuvonnan palvelun myös alihankintana ulkopuoliselta palveluntuottajalta.

7. Liikuntaneuvonnan ja elintapavalmennuksen palveluketju

Liikuntaneuvonnan palveluketjussa hyvinvointialueella tunnistetaan ja tavoitetaan terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat, liikkuminen otetaan puheeksi ja asiakas ohjataan kriteerien perusteella joko hyvinvointialueen elintapavalmennukseen tai kunnan liikuntaneuvontaan. Lisäksi voidaan ohjata hyvinvointialueen omaan tai yhteistyössä toteutettuun ryhmämuotoiseen elintapavalmennukseen, kunnan tai järjestöjen toteuttamaan ryhmätoimintaan, digitaalisiin elintapoja tukeviin palveluihin tai tutustumaan elintapoja tukeviin materiaaleihin ja ohjelmiin. Toimintaan ohjautuminen edistää asiakkaan hyvinvointia ja ehkäisee kansansairauksia sekä parantaa hyvinvointialueen ja kunnan välistä yhteistyötä.

- Elintapavalmennus on prosessinomaista terveydenhuollon ammattilaisen antamaa apua ja tukea elintapojen muutokseen (liikunta, ravitsemus ja uni).
- Liikuntaneuvonta on yksilöön kohdistuvaa, terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen ammattilaisen (liikuntapalvelun tai järjestöjen) antamaa ohjausta liikunnalliseen elämäntapaan osana kokonaisvaltaista elintapaohjausta

Kesto: Prosessinomaisesti 6-12 kk tai lyhyempi aika yksilöllisesti asiakkaan tarpeen mukaan.

Ohjausmuoto: Yksilöohjaus tai ryhmäohjaus, voidaan toteuttaa livenä ja/tai etäyhteyksien avulla

Kohderyhmä: Elintapavalmennuksen kohderyhmänä yli 18-vuotiaat, jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän (= ei täytä terveysliikuntasuositusta) ja jolla on lisäksi jokin /jotkin seuraavista ja näissä tarvitaan terveydenhuollon puuttumista/fysioterapeutin asiantuntemusta:

- ylipaino/korkea BMI
- tyypin II diabetes
- sydän- ja verisuonitauti
- toimintakyvyn heikkenemisen uhka
- Lisäksi asiakkaalla tulee olla motivaatio omien elintapojensa muutokseen.

Liikuntaneuvonnassa kohderyhmänä pääsääntöisesti kaikenikäiset kuntalaiset, jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän. Asiakkaalla oma halu tehdä muutoksia omassa terveyskäyttäytymisessä, eivät ole löytäneet sopivaa liikuntamuotoa tai kaipaavat neuvoja liikkumiseen tai ravitsemukseen.

Seuranta ja mittaukset: Elintapavalmennuksen seurannassa hyödynnetään valtakunnallisia suosituksia seurannasta ja mittareista. Liikuntaneuvonnassa käytetään valtakunnallisia suosituksia ja lisäksi soveltavia mittareita.

8. Kustannusten jako

Osapuolet vastaavat itsenäisesti kustannuksista, joita tämän sopimuksen mukaisen toiminnan järjestäminen niille aiheuttaa. Elintapavalmennus ja liikuntaneuvonta on asiakkaalle maksutonta.

9. Rekisterinpito, asiakirjat ja salassapito

Hyvinvointialue ja kunta tekevät erillisen sopimuksen potilastietojärjestelmän rajallisesta kirjaamisoikeudesta ja siihen liittyen tietosuojasta.

10. Muut sovellettavat sopimukset ja liitteet

- Keski-Pohjanmaan kuntien, maakuntaliiton ja Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soiten yhteistyösopimus yhteistyörakenteiden ja toimintatapojen periaatteiksi

11. Rajaus

Kohdennetun elintapavalmennuksen palveluketju ei korvaa muita hoito- ja palveluketjuja. Potilaan hoito määritellään alueellisissa hoito- ja palveluketjuissa ja Käypä hoito -suosituksissa.