



Vaikuttavaa elintapaohjausta sosiaali- ja terveydenhuoltoon poikkihallinnollisesti

VESOTE

Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta -kärkihanke
STM 2017-2018

Tommi Vasankari, johtaja
Anne-Mari Jussila, koulutus- ja kehittämisjohtaja
UKK-instituutti



VESOTE, mistä on kysymys?



VESOTE-hanke vahvistaa ja kehittää **vaikuttavaa ja tavoitteellista elintapaohjausta** sosiaali- ja terveydenhuollossa.

Väestön osalta päämääränä on, että suomalaiset lisäävät liikkumista, vähentävät istumista, syövät monipuolisesti ja terveellisesti sekä nukkuvat paremmin.

Ammattilaisten osalta päämääränä on

1. Elintapaohjauksen vaikuttavien ja laadukkaiden **toimintamallien käyttöönotto tai vahvistaminen**
2. Elintapaohjauksen **osaamisen kehittäminen** (verkko- ja lähikoulutus)
3. Olemassa olevien **hyvien käytäntöjen** hyödyntäminen ja levittäminen
4. Elintapaohjauksen **moniammatillisuuden ja poikkialueellisuuden vahvistaminen**
5. **Kolmannen sektorin** osaamisen ja kokemuksen hyödyntäminen elintapaneuvonnassa

VESOTE - Puolen Suomen sote-hanke



Hankealueella on yhteensä 11 shp:ä, yli 190 kuntaa ja noin neljä miljoonaa suomalaista.

Hankkeen päävastuu

UKK-instituutti

Valtakunnalliset konserniokumppanit:

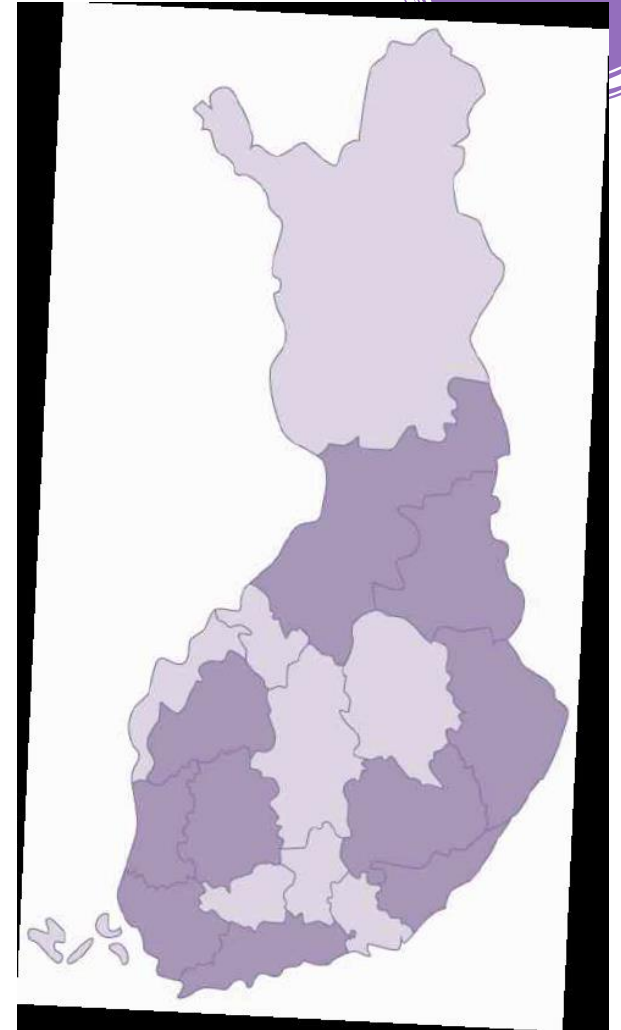
KKI-ohjelma (Likes), Diabetesliitto, MTKL, Vitalmed (Uniklinikka), Tays ravitsemus

Alueelliset toimijat

10 (11) sairaanhoitopiiriä

Liikunnan aluejärjestöt

PLU ja PHLU





Mikä lisääntyy ja/tai mitä syntyy?

- Virtuaalipoli elintapaohjaukseen – ammattilaisten menetelmät ja välineet
 - Palvelupolut ja -ketjut
 - Palvelutarjotin
- Yhteistyöverkostot vahvistuvat
- Osaaminen kehittyy
- Kertyy objektiivista elintapatietoa – hyte-kertomukseen indikaattoreita
- **Elintapaneuvonta on vahva osa terveyden edistämistä maakunnassa/kunnassa/kaupungissa.**

Vaikuttavuutta mitataan

- Liikemittari (uni ja fyysinen aktiivisuus)
- Randomoidut kontrolloidut interventiot sydänleikatuille (käynnissä KYS, leviää TYKS) ja diabeetikoille (Siun sote ja Pirkanmaa)
- Hankkeen seurantoimet; mm. hankematriisi ja koulutuksen arviointi

Elintapaohjauksen poliklinikka



- Vaikuttavista ja laadukkaista elintapaohjauksen kehittämistoimenpiteistä muodostuu virtuaalinen elintapaohjauksen poliklinikka, jossa on ammattilaisille mm. elintapanevonnan työkaluja ja menetelmiä.
- Poliklinikalle luodaan elintapaohjauksen **palvelutarjotin**, joka auttaa ammattilaista ohjaamaan asiakasta alueellisille elintapaohjauksen poluille.
- Keskiössä ovat liikunta, ravitsemus ja uni.
- Toimijoina elintapapolissa voivat olla esh, pth, kunnallinen toimija, järjestö tai yksityinen toimija.

Alueellisten elintapaneuvonnan verkostojen muodostaminen

MUKANA
HALLITUKSEN
KÄRKIHANKKEESSA

Hankkeen lähtökohta on elintapaohjaukseen syntyvä laaja yhteistyö (pth, esh, tth, järjestöt, yksityiset, muut):

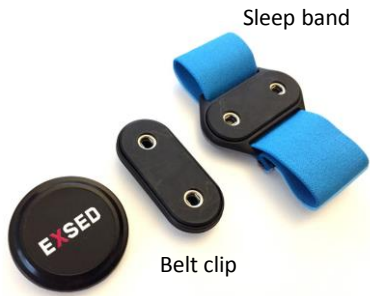
- tunnistetaan eri toimijat
- kutsutaan yhteiseen verkostoitumiseen
- luodaan yhteinen visio ja suunnitelma
- rakennetaan elintapaohjauksen työkalut ja toimintatavat niin, että ne ovat mahdollisimman monen käytössä
- koulutetaan toimijoita puheeksi ottamisen ja elintapaneuvonnan osalta

Elintapojen objektiivinen mittaaminen - vaikuttavuusnäkökulma



UKK Institute

We integrated our **EXSED** service as a part of the national health care system.



Exsed Movesense tracker

Activity / passivity tracker
Devices and accessories manufactured by Suunto Ltd.



IOS / Android app

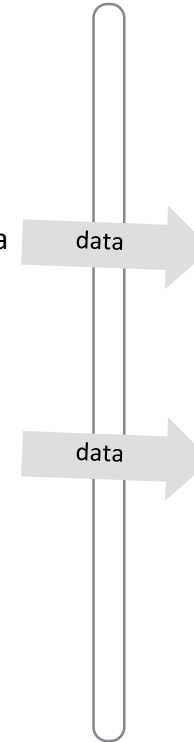
- activity, sedentary, sleep, etc.
- recommendations & goals
- correlation to diabetes / cardiov. diseases
- correlation to general population



Cloud databases

- Raw & calculated data
- additional analysis
- GDPR compliant

To 3rd party services and clients



API's & strong authentication

Virtual Hospital 2.0

- pilot starting in early 2018

Ongoing pilots & research

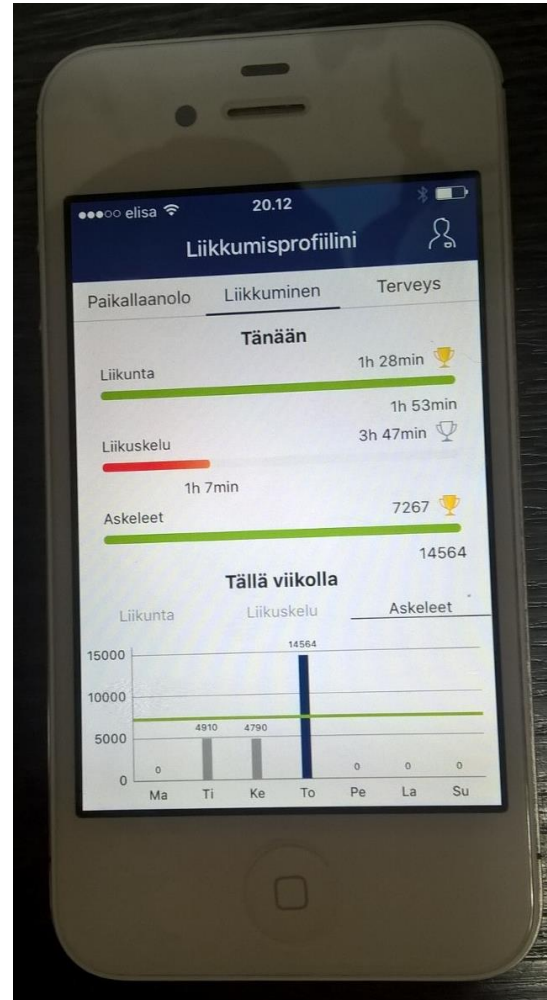
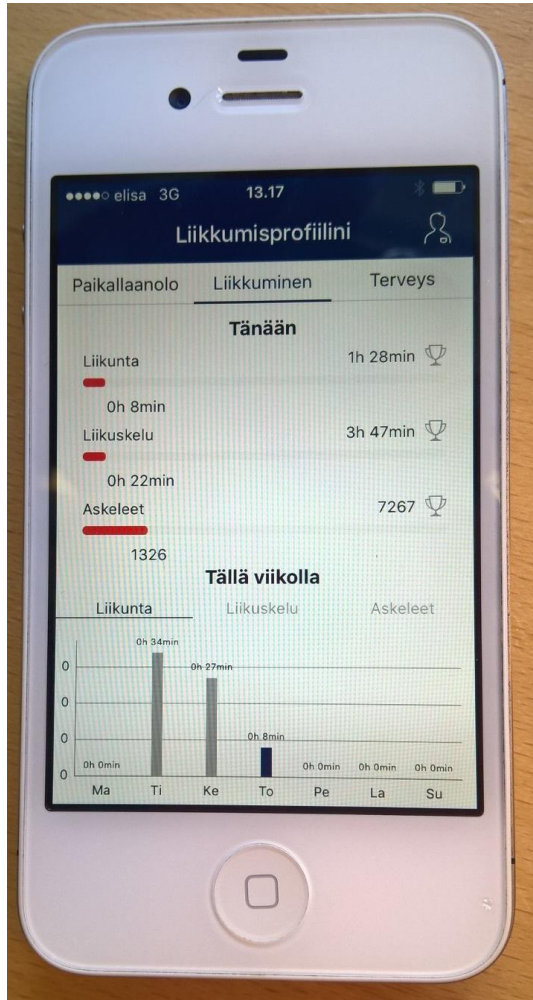
- Kuopio / Turku Univers. Hospital: cardiovascular patients
- Siun sote hospital: diabetes patients
- PET centre, Turku Univers. Hospital: sedentary metabolism
- VESOTE project with 10 hospital district
- Finnish Defence Forces



Applikaatio - ExSed



Liikkuminen (liikunta, liikuskelu, askeleet)





VESOTE-täydennyskoulutus

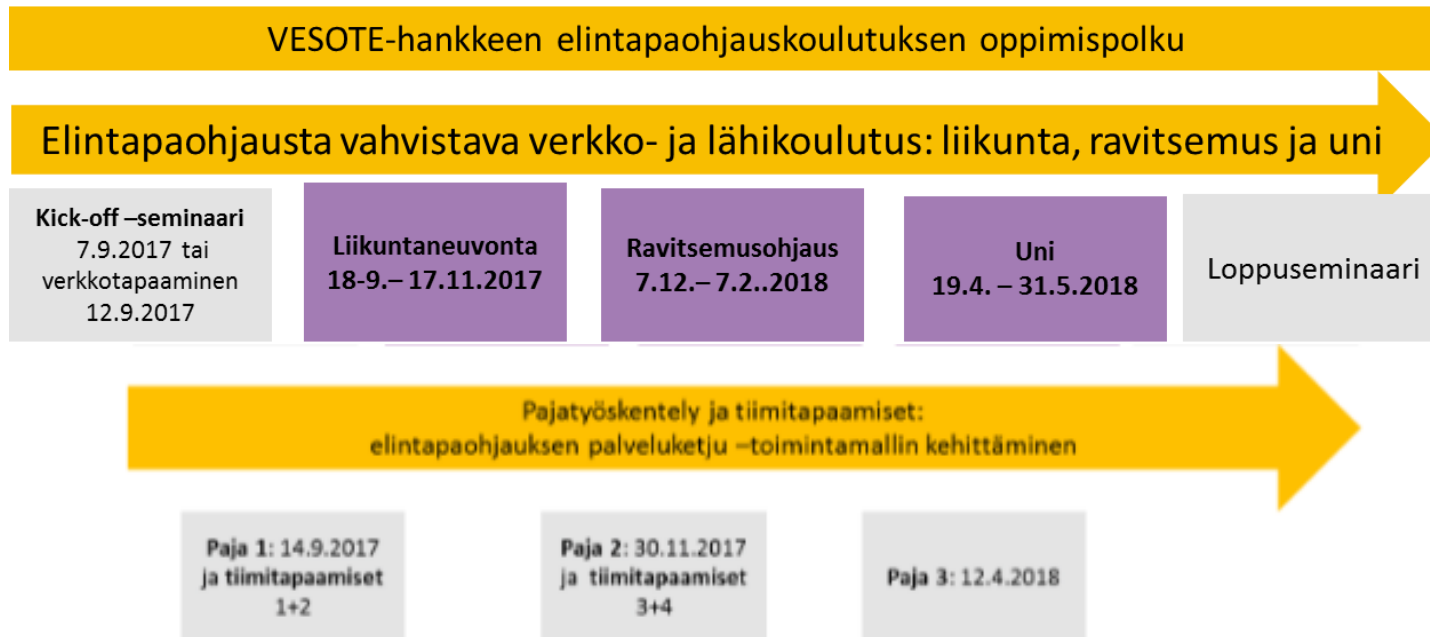
- Liikuntaneuvontakoulutukset / UKK; ravitseminen / PSHP & UKK; uniterveys / Helsingin uniklinikka - Vitalmed
- Rakentuvat yksilöllisesti sekä alueellisten koulutustavoitteiden mukaan
- Koulutuksen kestot 10-15 tuntia/aihe
- Koulutusmuodot:
 - Verkkokoulutus
 - Alueiden järjestämä lähikoulutustaso
 - Ohjattu oppimis- tai kehittämistehtävä
 - Työpajatyöskentely ja tiimitapaamiset

→ Elintapaohjaus juurrutetaan toimintakäytäntöihin toiminnallisen työskentelyn keinoin

Liikuntaneuvonnan täydennyskoulutukset



- Käynnissä kaikkialla, osallistujia muutamasta kymmenestä muutamaan sataan / shp
- Koulutussyklin eteneminen räätälöidyn aikataulun mukaisesti
- Esimerkkinä EPSHP:n kaikkien kolmen elintapaohjauksen koulutuspolku:



Viestintää valtakunnallisesti ja alueellisesti – myös sisäisesti

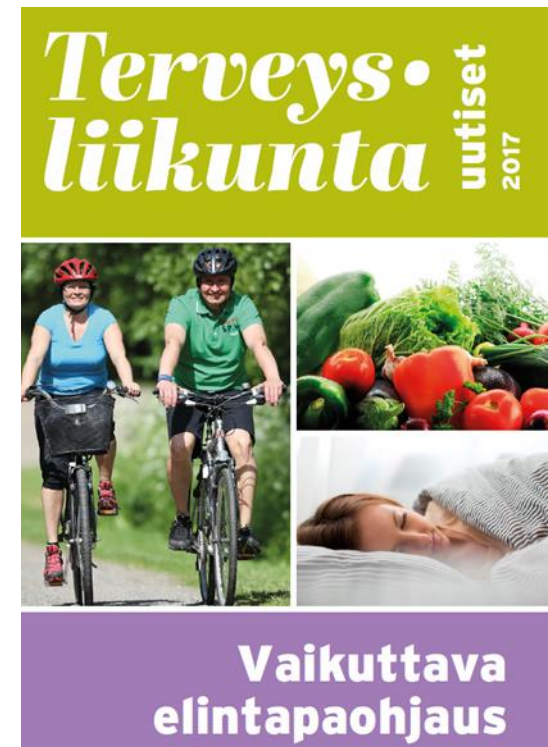


- Organisointimalli
 - hallinnon viestintäsuunnittelu
 - hankkeen yhteinen viestintätiimi kokoontuu 1 krt/2 kk
 - muu sisäinen viestintä
 - alueellinen viestintätoiminta
- Ydinviestit
 - **Puolen Suomen sote-hanke**
 - VESOTE-hankekokonaisuuden ympäristöä ja laajuutta kuvaava ydinviesti
 - **Vahvistetaan vaikuttavaa elintapaohjausta**
 - VESOTE-hankkeen tavoitetta ja sisältöä kuvaava hankkeen oma ydinviesti
 - **Hyvät käytännöt hyötykäyttöön**
 - VESOTEen valittu ydinviesti STM:n määrittelemistä yhteisistä valtakunnallisista ydinviesteistä kaikille STM:n kärkihankkeille

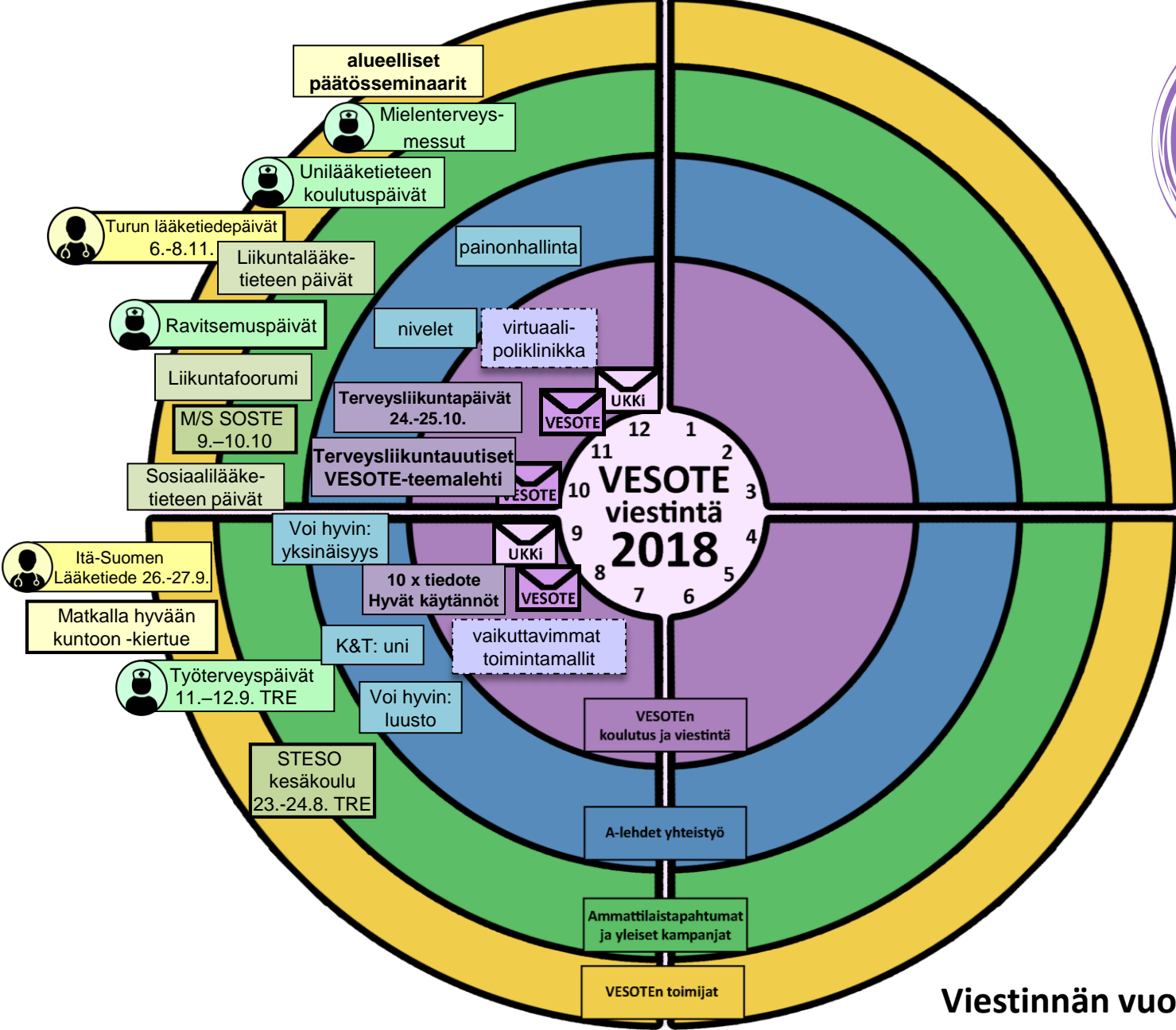
Useita viestintäkanavia käytössä

MUKANA
HALLITUKSEN
KÄRKIHANKKEESSA

- Terveysliikuntapäivät 11.-12.10. Seinäjoki
”Hyvinvoinnin uusi aikakausi – Sinua tarvitaan”
 - Terveysliikunta-teemalehti julkaistaan
- 7.11-11.12 SHP:n omat päätösseminaarit (8)
- Matka hyvään kuntoon kiertue – KKI-ohjelma
- Mediatiedottaminen
 - Hyvät käytännöt alueittain ja yhteistyökumppaneittain
 - Isompia valtakunnallisia ulostuloja
- Ammattilaistapahtumat
 - mm. M/S SOSTE, Lääkäripäivät
- Alueellinen viestintä vapaasti varioiden



MUKANA
HALLITUKSEN
KÄRKIHANKKEESSA



Viestinnän vuosikello 8-12/18



Tulevaisuuden jalkautustoimet

MUKANA
HALLITUKSEN
KÄRKIHANKKEESSA

- Elintapaohjauksen kouluttaminen valtakunnallisesti
 - täydennyskoulutus
 - peruskoulutus
- Elintapojen objektiivinen tiedonkeruu ja hyödyntäminen
- Asiantuntija- ja verkostotyö
- Viestintätoimet
- Tutkimus – esim. kustannusvaikuttavuus