

JOKU

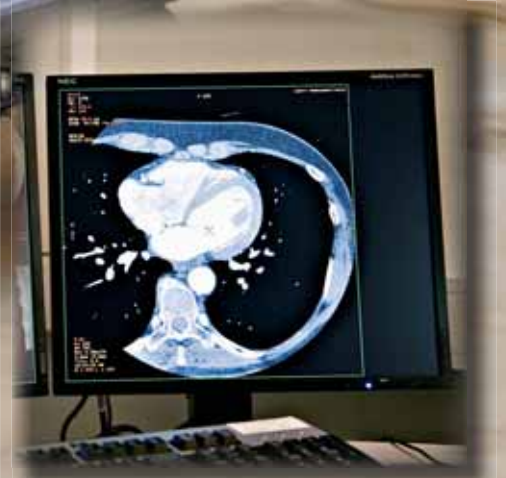
LAPIN SAIRAANHOITOPIIRIN HENKILÖKUNTA- JA TIEDOTUSLEHTI 2/2009



*Luontoteko tiaiselle synnytti
101 lintukotoa.*



Depressiokoulua videon kautta.



*Lapin keskussairaalan
64-leike-ct-laite edustaa uusinta
huipputekniikkaa.*

Hankkeilla haaveista totta vai tuhti taakka arkeen?

VEP. Mielekäs elämä. Mieli maasta. Masto. Lokki. Nuotta. Nuora. Napero. Vavu. Tukeva. Aikalisa! CAMHEE. TAPPO. SIHTI. Kaste. Sateenvarjo. PÄÄSKY. ERVA-PS. Pohjanmaa. KAIDE.

EU-tasolla, Suomessa valtakunnallisesti, sairaanhoitopiireissä ja eri pienissäkin toimintayksiköissä on 2000-luvulla toteutettu suuri määrä mielenterveys- ja päihdepalveluhankkeita, joskus hauskanimisiäkin, kuten ylläolevasta luettelosta näkyy.

Valtakunnallisesti mielenterveys- ja päihdehankkeita on pohjustettu suunnitelmallisesti 1990-luvun lopulta alkaen: Mielekäs elämä!, Mielen-terveyspalveluiden kehittämissuositukset, Mielen-terveyspalveluiden laatusuositukset 2001, Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma Mieli 2009 valmistui nyt alkuvuodesta. Kaste-ohjelma 2008-2011 on täällä Lapissakin tuttu ja kaikkien sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista ja niiden kehittämisestä vastuussa olevien huulilla. Ohjelma on myös strateginen sosiaali- ja terveyspolitiikan ja toimintojen kehittämisen ohjauksena, kuten ministeri Risikkokin seminaari- puheessaan äskettäin on todennut.

Asiaan vihkiytymättömälle nimet eivät ehkä kerro mitään, mutta jokaisella hankkeella on ollut ja on mielekäs lähtökohta ja yhteys EU-tasolla, Suomessa valtakunnallisesti, sairaanhoitopiireissä ja pienissäkin toimintayksiköissä tapahtuvaan tavoitteelliseen kehittämistyöhön.

Miten meillä omissa sairaanhoitopiirissämme?

Lapin sairaanhoitopiirissäkin on usean vuoden aikana toteutettu laajoja kehittämishankkeita: skitsofrenianhanke, mielenterveys- ja päihdepalveluiden seudullisen kehittämisen sekä lasten ja nuorten psykososiaalisten erityispalveluiden kehittämishanke. Viimeinen ”korvamerkitty” lasten ja nuorten psykiatrisen hoidon ja kuntoutuksen valtionavustushanke päättyi viime vuonna, samoin Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin vetämä ERVA-PS -hanke.



Mitä olemme saaneet aikaan?

Hyvin paljon. On luotu uusia hoidon ja kuntoutuksen malleja, käynnistetty ip-avusteinen konsultaatio-käytäntö kuntien kanssa, valmisteltu lasten ja nuorten syömishäiriöketjut, koulutettu niin omaa kuin kuntien ja kolmannen sektorinkin väkeä uusiin työmenetelmiin.

Niin hankkeiden vastuulliset vetäjät kuin kuntien, sairaanhoitopiirin ja kolmannen sektorin väki ovat olleet innovatiivisina ja avoimin mielin mukana hankkeissa – kiitos hankkeiden onnistumisista kuuluu kaikille! Hanketyöskentelyssä olemme tutustuneet toisiimme, yhteisen haasteen ja päämäärän myötä keskinäinen luottamus on vahvistunut.

Mitä seuraavaksi?

Tervein mielin Pohjois-Suomessa 2009-2011 -hanke on käynnistynyt, Lappi jatkaa kiinteää kehittämisyhteistyötä ERVA-alueemme sairaanhoitopiirin ja valtiohallinnon kanssa. Oman sairaanhoitopiirimme vastuulla on erityisesti mielenterveys- ja päihdestrategioiden laatiminen. TAPPO-hankkeemme on loppusuoralla, mutta yhteinen hankkeessa löytyneiden ajatusten eteenpäin jalostaminen tulee olemaan yhteinen haasteemme.

Hankkeet tuovat totisesti tuhdin taakan arkeen, mutta auttavat myös muuttamaan haaveet todeksi!

Helena Terävä
ylilääkäri
psykiatrisen hoidon
tulosaluejohtaja

Matkalla vuoteen 2019

Inhimillisesti tehokas sairaala-hankeelle annettiin avausseminaarissa haasteelliset eväät kohti organisaatiokulttuurin muutosta. Sairaanhoitopiirin ja Lapin yliopiston yhteinen tutkimus- ja kehittämisohjelma tähtää uuteen tapaan tehdä työtä sairaalatyöyhteisössä.

Avasseminaarin kerrottiin hankkeen lähtökohdista, tavoitteista sekä keinoista, joilla inhimillisesti tehokasta sairaalaa voidaan kehittää ja toteuttaa. Keskeisenä toimijana ovat sairaalan työntekijät, sillä he tietävät mitä ja miten heidän työtänsä ja toimintatapoja voidaan parhaiten muuttaa.

Seminaari haastoi satapäisen osallistujajoukon ryhmätöillä matkalle vuoteen 2019. Tehtävänä oli visioida Inhimillisesti tehokas sairaala ja kuinka siihen on päästy. Ryhmätöitä käytettiin keskustelun pohjana AamuTV-lähetyksessä. Sitä veti toimittaja Timo Rehtonen ja vieraksi oli kutsuttu ammattijärjestöjen edustajat.

Ryhmätöiden anti heijasti nykyisen sairaalatyöorganisaation ongelmakohtia ja muutostarpeita. Seuraavassa muutamia poimintoja ryhmätöistä ja keskustelusta:

*Inhimillisesti tehokkaassa sairaalassa vuonna 2019 muutokset lähtevät ruohonjuuritasolta. Esmiehet ymmärtävät hoitotyön merkityksen, kun-
tapäätäjät ovat jalkautuneet sairaalaan ja oman työnsä asiantuntijat toimivat vaikuttajina.*

*Sairaalassa ovat raja-aidat kaatuneet, sillä osallistava johtaminen on käytössä, työyhteisöjen ja ammattiryhmien välillä yhteistoiminta pelaa. Mestari-kisällä -järjestelmällä siirretään ammatillista osaamista ja hiljais-
tietoa nuoremmille.*

Moniammatillisuus on todettu potilaan parhaaksi. Tehtäväkuvien sisältöjä on selkeytetty, kukin tekee sitä työtä mitä parhaiten osaa. Henkilökuntaa on palkattu lisää.

*Lisäresurssien ansiosta työ on kii-
reetöntä, jolloin työmotivaatio ja tehokkuus ovat kasvaneet. Tätä tukee jatko-
kouluttautuminen. Toisten työtä kun-
nioitetaan, koska on perehdytty muiden
työhön ja opittu uusia toimintatapoja.*

Tiedotus toimii viestintäkoulutuksen ja nopeutetun tiedonsiirtoliikenteen ansiosta. Toiminnasta on muodostunut avointa. Tietokoneet on saatu myös osastojen henkilökunnalle.

PP



Ryhmätöet innostivat AamuTV:n osallistujatkin heittäytymään vuoteen 2019.

Luottamus ja tasavertainen kohtaaminen hoitotyön perusta

Jokainen hoitosuhde on oma tahtumansa, joka rakentuu ainutlaatuisiksi kohtaamisen myötä. Näin toteaa sairaanhoitaja Anna-Leena Sani työstään mielenterveyspotilaiden parissa.

Anna-Leena Sani on toiminut sairaanhoitajana Muonion mielenterveystoimistossa lähes 20 vuotta, sitä ennen hän työskenteli seitsemän vuotta Ivalossa.

– Työvuosieni aikana psykiatristen sairauksien esiintyminen määrällisesti ei ole paljonkaan muuttunut, perusproblematiikka on edelleen ihmisenä olemisen vaikeus. Tänä päivänä irrallisuus, pinnallisuus, päihteet, kiire ja suorittaminen aiheuttavat ahdistusta ja paha oloa.

Sani ei ole sitonut työtään mihinkään oppisuuntaan tai kaavaan.

– Psykiatrisen työn peruselementti on kohtaamisessa syntyvä vuorovaikutus – sen toteutuessa – ehkä – voi työntekijänä auttaa apua hakevaa ihmistä itse löytämään elämänsä siitä puuttuva tasapaino.

Anna-Leena Sanin mukaan luottamuksen ja hyvän hoitosuhteen rakentaminen perustuu hoitajan ja potilaan tasavertaiseen kohtaamiseen.

Kuva: Miika Tukki.

Yhdessä potilaan kanssa käydään läpi hänelle ongelmallisia ja vaikeita asioita.

Nykyisin mielenterveyspotilaan hoitoon kuuluvat olennaisesti hänen perheensä, lähipiiri ja yhteiskunnalliset tukiverkostot. Näin saadaan paremmin tietoa potilaan kokonaistilanteesta. Avoimuus hälventää samalla ennakkoluuloja psykiatrista sairastumista kohtaan.

Sanin mielestä hoitotyössä on tärkeitä potilaan kunnioittaminen ja pitkäaikaispotilaan kohdalla ihmisen näkeminen sairauden takaa sekä asioiden avoin käsittely.

– Kyse on potilaan kanssa kulkemisesta sairauden ja vaikeiden asioiden ja vaiheiden läpi niin, että hän ei kadota toivoaan selviytymisestä.

Sani rentoutuu fyysisesti raskeissa "lajeissa". Omakotitalonsa hän lämmittää puilla, mikä vaatii puiden kaatamista ja halkomista. Huhtikuussa Sani toteutti hiihtoreissun Inarin Hammastunturiin koiransa kanssa ja nyt mielessä orastaa jo ulkosauunan remontti.

PP



Hoitotyön tunnustukset Sanille ja Paanaselle



Tämän päivän "nightingalet" Jari Jokelan ja Erja Ojanahon kukittamina.

Tänä vuonna kansainvälistä sairaanhoitajan päivää vietettiin tavallisuudesta poiketen sairaanhoitopiirissä. Juhlinnan syynä oli hoitotyön palkittujen lisäksi Hoitotyön toimintaohjelman käyttöönotto. Hoitotyön tunnustukset jaettiin sairaanhoitaja Anna-Leena Sanille ja hallintoylihoitaja Eila Paanaselle.

1980-luvulta lähtien psykiatristen potilaiden parissa työskennellyt Anna-Leena Sani palkittiin pitkäaikaisesta ja tasokkaasta työstä sairaanhoitajana. Tunnustuksen perusteluissa todetaan, että Sanin työ on vaatinut monipuolista paneutumista psykiatristen potilaiden kohtaamiseen.

Lisäksi hänen työnsä on edellyttänyt erikoissairaanhoidon ja pe-

rusterveidenhuollon, sosiaalitoimen ja muiden sidosryhmien yhteistyöhön panostamista sekä jatkuvaa itsensä ammatillista kehittämistä.

Vuoden hoitotyön teosta palkittiin hallintoylihoitaja Eila Paananen. Hänen panoksensa ja roolinsa vuoden ajan kestäneen hoitotyön toimintaohjelman laadinnassa, ideoijana ja käynnistäjänä on ollut merkittävä. "Näin me sen teemme" -näyttöön perustuvan hoitotyön toimintaohjelma valmistui alkuvuodesta.

Lisäksi Paananen on ottanut rohkeasti vastaan uusia haasteita ja kantanut vastuun hoitotyön kehittämisestä. Työssään Paananen on pyrkinyt varmistamaan, että sairaalamme hoitotyön taso on maamme kärkeä.

PP

Lapissa toteuttiin Suomen ensimmäinen videovälitteinen depressiokoulu

Pitkät etäisyydet vaikeuttavat osallistumista erilaisiin terapioihin ja ryhmämuotoisiin hoitoihin. Koska tietokoneen käyttö on yhä tutumpaa kaikissa ikäryhmissä, itsehoitotaitoja ja vertaistukea on mahdollista saada nyt myös kotona, tietokoneen välityksellä.

Videoneuvotteluteitse toteutettava depressiokoulu on normaalia depressiokoulua vaativampi menetelmä nimenomaan sen takia, että ryhmäläiset joutuvat opiskelemaan sekä tekniikan että menetelmän. Ryhmien toteutuksessa oli tärkeää sopia pelisäännöt selvästi. Puheenvuorojen pyytäminen ja jakaminen vaati keskittymistä, samoin puheenvuorojen viiveellä tuleminen. Ryhmän koko ratkaisi henkilökohtaisen huomion saamisen määrän ja pienemmässä ryhmässä huomiota oli mahdollista antaa enemmän.

– Oppituntien toteutuksessa pyrittiin hyvin aikatauluissa, kiireen tuntua ei tullut. Ohjaajilta menetelmä vaati kylläkin hyvää ennako-suunnittelua ja tuntien nuotitusta. Jokaisen oppitunnin aikana ryhmäläiset saivat olla ilman ohjaajia keskusteluyhteydessä keskenään kymmenen minuuttia ohjaajien poistussa linjalta. Tällä tavoin tuettiin ryhmäläisten keskinäistä ryhmäytymistä ja edesautettiin vertaisuuden kokemista. Tämä menetelmä

on käytössä tavallisessakin depressiokoulussa, mutta se toimi hyvin myös internet-pohjaisessa menetelmässä, kertoo UULA-projektin projektipäällikkö Sirpa Liimatta.

Oppituntien alussa käytiin läpi aiemmin opittu. Näin oppi saatiin yhdessä jakoon ja käyttöön. Depressiokouluohjaaja-kouluttaja, erikoissairaanhoitaja Sirkku Valveen mukaan vertaistuen voima toteutui menetelmän avulla loistavasti.

– Vertaiskokemuksista ryhmäläiset saivat voimaa ja itsetunnon

herätystä ja kasvua. He oppivat havaitsemaan asioita, jotka itsellä ovat hyvin ja joista kannattaa pitää huolta. Ryhmäläiset korostivat, että ”maailma on auennut ryhmän avulla” ja, että ”masennus on tuonut enemmän kuin vienyti!”.

Videoneuvotteluteitse toteutettava depressiokoulu-ryhmä koetaan toimivaksi tavaksi, joka antaa mahdollisuuden osallistua niillekin, jotka eivät uskalla tai voi osallistua fyysisesti läsnäolevaan ryhmämuotoiseen hoitoon. Sen etuna

on myös se, että jokainen voi osallistua ryhmään joko kotoa tai jopa työpaikalta käsin.

Teknisiä haasteita

Suurimpina haasteina depressiokoulun järjestämisessä videoneuvotteluohjelmiston välityksellä ovat asiakkaan tietoliikenneyhteyden ja päätelaitteen tekniset ominaisuudet ja valmiudet. Tämän päivän videoneuvotteluohjelmistot vaativat minimissään laajakaistayhteyden, jotta kuva ja ääni olisivat laadukkaat. Kovin vanhalla laitekannalla nykypäivän videoneuvotteluohjelmistot eivät toimi, suositeltavaa on, että käytettävät päätelaitteet olisivat korkeintaan 2–3 vuoden ikäisiä.



Depressiokouluohjaaja-kouluttajat Seija Vauramo (vas.), Sirkku Valve, Pentti Vuorma ja Paula Perttunen.

Mistä on kysymys?

Mielenterveys- ja päihde-työn seudullinen kehittäminen Lapin Sairaanhoidopiirin alueella -hankkeen ja UULA-projektin yhteistyönä syksyllä 2008 käynnistynyt kokeilu toteuttaa depressiokoulu. Hankkeita ovat rahoittaneet EAKR, Lapin kunnat, Lapin lääninhallitus ja Sosiaali- ja terveysministeriö.

Tieteellinen kirjasto uudistui

Lapin sairaanhoidopiirin tieteellinen kirjasto on ollut uusissa tiloissa ravintokeskuksen vierisellä käytävällä vuoden alusta alkaen. Kirjaston toimisto on saman käytävän varrella. Kirjaston avoimien ovien päivänä 11.2.09 kirjastoon kävi tutustumassa noin 180 henkilöä.

Kirjasto palvelee Lapin sairaanhoidopiirin omaa henkilökuntaa. Kirjastossa on itsepalveluperiaate ja sisään pääsee kulunvalvonnan avaimella. Neuvoa voi kysyä kirjaston toimistosta Sirpa Kärkkäiseltä. Informaattikko Paula Kangasniemi on kirjastossa keskiviikkoiltapäivisin (12-16). Kirjastossa on myös kaksi asiakastietokonetta, tulostin, skanneri ja kopiokone.

Kirjaston OUNAS-tietokanta sisältää tiedot Lapin sairaanhoidopiiriin hankituista kirjoista (1998 alkaen). Sieltä näkyy myös, missä kirja sijaitsee. Tieteellisen kirjaston hyllyissä on noin 450 teosta, psykiatri-

an kirjaston kokoelmissa noin 1200 teosta ja henkilökunnalla eri yksiköissä noin 1470 teosta (uusimmat teokset). Kaikkia kirjoja voi myös lainata.

Uusien kirjojen hankintaesityksiä voi tehdä hankintaesityslomakkeella, joka löytyy intranetistä kirjaston verkkosivulta. Hankintaesityksen hyväksyy yksikön esimies, jonka jälkeen kirjasto hankkii kirjat. Kaikki uudet kirjat tulevat ensin kirjastoon, jossa ne luetteloidaan ja lähetetään sitten tilanneeseen yksikköön. Kirjastossa on myös kokoelma vanhoja, historiallisia kirjoja.

Lapin sairaanhoidopiiriin on tilattu 138 ulkomaista lääketieteen lehteä, näistä 31 tulee kirjastoon ja 107 eri yksiköihin. Kirjastoon on tilattu myös 17 kotimaista sosiaali- ja terveysalan ammattilehteä. Tiedot lehdistä ja niiden sijaintipaikoista löytyvät intranetistä kirjaston verkkosivulta. Kirjastoon tulevat uudet lehdet löytyvät uutuus-

hyllystä. Vanhat vuosikerrat ovat kirjaston vuosikertahyllyissä pääsääntöisesti 2-5 vuoden ajalta, joistakin lehdistä voi olla vuosikertoja kymmenien vuosien ajalta kirjaston varastossa (mm. Duodecim, Lancet, NEJM).

Lehtiartikkeleita, joita ei löydy kirjaston kokoelmista, voi tilata kirjaston kautta. Toimitusaika on yhdestä päivästä viikkoon.

Tutustu kirjaston verkkosivuihin intranetissa ja poikkea kirjaston viihtyisään lukunurkkaukseen!

Paula Kangasniemi



Painettujen lehtien lisäksi Lapin sairaanhoidopiirissä on käytettävissä noin 170 ulkomaista lääketieteen verkkolehteä, jotka ovat käytettävissä intranetistä kirjaston verkkosivuilta.

- Ovid 15 lehteä
- MDConsult 74 lehteä
- MDCittäisiä verkkolehtiä 4 kpl
- noin 80:een painettuun lehteen liittyy verkkolehden käyttöoikeus

Lapin sairaanhoidopiiriin on käytettävissä myös UpToDate-verkkopalvelu.

Jukka Saukko uskoo toiminnalliseen kuntoutukseen

Jukka Saukko on toiminut kolmekymmentäviisi vuotta puutyönohjaajana Muurolan sairaalassa.

– Tuntuu yhtäaikaan haikealta mutta helpottuneelta, juhannuksena eläkkeelle jäävä Saukko kuvailee olotilaansa.

Jukka Saukon työpaikka on sijainnut kaikki nämä vuodet samassa paikassa Muurolan sairaala-alueen pihan perällä, entisessä sikalassa. Keuhkoparantolan aikainen eläinsuoja saneerattiin puutyöverstaaksi vuonna 1974, jolloin Saukkokin aloitti tehtävässään. Entiseksi sikalaksi rakennuksen voi arvata vain pieniruutuisista ikkunoista, jollaisia nykyurbaani ihminen saattaa muistaa nähneensä vanhoissa suomalaisissa elokuvissa. Sisällä talossa sorvi, vannesaha ynnä muut pelit soivat ja ilmapiirin kruunaa työstetyn puun tuoksu. Pajan tuotteitakin – puutarharyhmiä, penkkejä ja pöytiä – on näkyvissä.

Jukka Saukko ei ole haikaillut muihin hommiin vaikka mahdollisuus olisi ollut, kyseessä on toiveammatti. Tai oikeastaan toiveammattien yhdistelmä.

– Koska minulla on sekä puusepän että mielisairaanhoidajan koulutus, haaveilin näiden kahden asian yhdistämisestä. Rovaharjun siirtyessä Muurolaan hain ensin töihin hoitajaksi vastaanotto-osastolle odottaen, että tämä toiminta alkaisi.

Saukolla oli syytäkin odottaa pääsyä puutöihin, sillä -70-luvulla toimintaterapia eli nousukauttaan, siihen panostettiin. Toiminta alkoi tosin vaatimattomasti, mutta vähitellen puutyösalin lattialle alkoi ilmestyä tarvittavia työstökoneita.

Toimintaterapiaa, toiminnallista hoitoa, -kuntoutusta – termi riippuu siitä, mistä vuosikymmenestä puhutaan – tehdään puutöissä kahden ohjaajan voimin.

Saukon työparit ovat olleet hoitoalan koulutuksen saaneita puuseppiä ja askarteluohjaajia. Tällä hetkellä Saukko on siirtämässä omia vastuitaan nykyiselle työparilleen Sirpa Petterssonille.

Jukka Saukon mukaan tekeminen on hyvä väline psykiatrisessa hoidossa ja kuntoutuksessa.

– Kaikessa mitä teemme on hoitollinen tavoite. Väitän, että yhdessä tekemisen kautta saavutan potilaan luottamuksen nopeammin kuin pelkästään puhumalla. Vuosien varrella puutöissä on syntynyt tuhansia jakkaroita ja pöytiä, joita nimitän hoitojätteeksi. Nimitys



Jukka Saukko hioo leipälapiota. Taustalla Jukan työpari Sirpa Pettersson.

ei ole kaikkien mieleen, mutta kuvastaa sitä, mikä tässä on tärkeintä.

Saukon uran alkuaajoista työnkuva on muuttunut muun muassa siten, että potilaiden hoitajaksot sairaalassa ovat lyhentyneet. Myös lääkehoito on kehittynyt huomasti.

– Lääkkeillä luodaan hoitoon pohja, jota tekemisellä avustetaan, Saukko uskoo vakaasti.

Puutöiden tulevaisuudesta erikoissairaanhoidossa keskustellaan. Muurolassa toiminta jatkuu ainakin tämän vuoden joulukuuhun asti.

– Toiminnalliseen kuntoutukseen satsataan mielestäni nykyään liian vähän. Ja jos puutyöt eivät ole mukana kuntoutuksessa, tällainen rouvimpi, karkeampi tekeminen loppuu. Me ohjaajat uskomme kyllä vahvasti tämän toiminnan tervehdyttävään vaikutukseen, joutenolo on potilaanhoidossa myrkyä, Jukka Saukko kiteyttää ja laittaa tasohlän ulvomaan.

TR

Luontoteko tiaiselle synnytti 101 lintukotoa



Tiaispönttöjen sijoittuminen näkyy kartasta.

Lintuharrastajana Jukka Saukko on silloin tällöin miettinyt, että jossakin vaiheessa toimintaa pitäisi panostaa linnunpönttöjen valmistukseen. Työuran viimeisen kevättalven koittaessa oli aika toimia. Pelkän pöntön valmistamisen lisäksi kyseessä olisi tietysti hoitotapahuma, mikä on kaiken toiminnan lähtökohdana puutöitä tekevä psykiatrisen klinikan toiminnassa.

Saukko alkoi valmistella asiaa esimiehensä, osastonhoitaja Seija Rönkön kanssa. Päädyttiin siihen, että kaksi kuukautta kestävä kampanjan tavoitteina olisi muun muassa esitellä luontoharrastusta ja lisätä lintulajien tuntemusta. Sen lisäksi että projektiin osallistuja koki tekemisen riemua ja onnistumisen onnea, linnuillekin olisi toiminnasta hyötyä.

Suomessa asuu seitsemän tiaislajia, mutta harva niitä kaikkia tunnistaa. Lajien tutuksi tulemistä helpottamaan Muurolan sairaalan kahvilaan laitettiin esille Jukka

Saukon työparin, Sirpa Petterssonin hienosti maalaamia tiaisia. Potilasryhmät kävivätkin bongaamassa lintuja aktiivisesti ja muutenkin sairaalassa keskusteltiin tiaisen suvusta paljon.

Koko toiminnallisen hoidon väki antoi kampanjaan oman panoksensa; esimerkiksi monitoimituvalla pönttö numeroitiin, jotta niiden myöhäisempiä vaiheita voidaan helposti seurata, ja rakennustarvikkeiden kustannusten peittämiseksi valmistettiin puulle maalattuja tiaispinssejä.

Sataayhtä pönttöä oli rakentamassa kymmeniä potilaita ja useita omahoitajia. Tärkeä osa projektia oli, että tekijät sitoutuivat viemään pönttöt metsään. He saivat ohjeet myös pönttöjen vuosittaisesta puhdistuksesta.

– Tärkeää oli valmistuksen yhteydessä vallinnut sosiaalisuus. Ja jatkuvuutta kampanjalle syntyy siitä, kun pönttöjen elämää seurataan tulevaisuudessa, Jukka Saukko summaa.

Juttusarjassa tutustutaan Lapin sairaanhoitopiirissä työskentelevän henkilön työhön.

Joakim Baumann. Lähetti. Työvuoro 11.5.2009

Posti ja sairauskertomukset liikkuvat Lapin keskussairaalaan paikasta toiseen lähettien ansiosta.

Arkistossa työskentelevä **arkistolähettilä** tuo ja vie sairauskertomuksia arkistosta ja arkistoon. **Postilähettilä** jakaa sisäisen postin lisäksi ulkoa tullutta postia talon sisälle ja "frankeeraa" postimaksukoneella ulomenevän postin. **Poliklinikkälähettilä** tekee eräänlaista salapoliisintyötä etsimällä sairauskertomuksia, jotka eivät ole arkistossa.

- Potilas voi olla esimerkiksi hoidossa kirurgian vuodeosastolla, mutta hänen tietojaan tarvitaan korvapoliiklinikalla. Arkistosta sairauskertomusta ei tällöin löydy, joten poliklinikkälähetin hommana on "löytää" sairauskertomus kirurgian vuodeosastolta korvapoliiklinikalle, selvittää asiaa Joakim Baumann. Hän on tänään poliklinikkälähettilä.

07.30 Saavun töihin.

07.40 Kierrän 2. kerroksen kaikki poliklinikat. Toimitan poliklinikoille niiden tarvitsemat sairauskertomukset

ja otan mukaani arkistoitavat.

08.00 Noudan arkistosta osastojen ja poliklinikoiden puutelistan. Se on kolme A4:sta pitkä.

08.00-08.30 Muokkaan listan hakukelpoiseksi, eli järjestän nimet ja HETU:t omaan järjestykseeni.

08.30 Siinä toivossa, että lista lyhenisi, tarkastan arkistosta, onko siellä sairaskertomuksia, jotka olisivat listallani.

08.45 Käyn kahvilla arkistossa.

09.00 Lähden työstämään puutelistani 6. kerroksesta alaspäin. Puhelinsoittojen määrästä ja listan pituudesta riippuen kerään listan yleensä jär-

jestyksessä 6.krs, 5.krs, 4.krs, 3.krs...

Lapin keskussairaalan viisi lähettiä vaihtaa työpistettään kolmen viikon välein. Kaksi heistä toimii postilähetteinä, kaksi arkistolähetteinä ja yksi poliklinikkälähettinä. Sairaalan kaikissa kolkissa käydään.

- Tehtävien kierto on hyvä juttu, työ on näin monipuolisempaa. Ja se on ainakin varmaa, että talo ja henkilöt tulevat tutuiksi.

11.00 Käyn syömässä sairaalan ruokalassa.

11.25 Jatkan jäljellä olevien kerrosten työstämistä eli 1. krs ja 2. krs ja 0. krs.

Kerättyäni lopuista kerroksista listallani olevat sairaskertomukset ja toimitettuani ne uusille tarvitsijoille, päivä on jo pitkästi iltopäivässä. Askelmittarin mukaan olen kävellyt tähän mennessä noin kuusi kilometriä.

Arkistolähetinkin päivittäinen kävelyannos on noin neljä kilometriä, joten lähettinä kunto pysyy korkealla. Työnkuvan tervehentämisestä huolimatta monikaan ei suunnittele koko elämän mittaista uraa lähettinä. Joakim toimi lähettinä kymmenen kuukautta ennen varusmiespalvelusta, josta hän vapautui tammikuussa. Baumann jatkaa hommaa ainakin syksyyn saakka. Jatkosuunnitelmat selviävät siten - sen aikaisen elämäntilanteen mukaisesti.

- Välietappina tämä on hyvä homma, mutta korostan, että ei tämä ole mitään kesätyötä, jossa voi nojailla lapioon. Jos tätä työtä ei tehdä kunnolla, se näkyy välittömästi ympäri taloa.

Tulevaisuudessa tietotekniikan avulla tehdään todennäköisesti suuri osa tämän päivän lähettitöistä, mutta vielä tällä hetkellä Lapin keskussairaalan läheteillä kiirettä riittää.

- Paperia liikkuu jäätäviä määriä, Joakim Baumann kuvailee lähettin työmäärää.

14.30 Poistan listastani haetut sairaskertomukset ja viimeistelen listan siihen kuntoon, että se on siisti ja valmis seuraavalle aamulle.

15.00 Listassa ei ole kuin rästiin jääneet työt, eli sairaskertomukset, joita ei voi hakea tai ne voi noutaa sovitusti, esimerkiksi "huomenna / ylihuomenna"

15.15 Työpäivä päättyy.



Uusi psykiatrian vastaava ylilääkäri Sanna Blanco-Sequeiros:

”Tiesin, mitä hain”



Sanna Blanco-Sequeiros oli työskennellyt psykiatrina Muurolan sairaalassa aikaisemmin, joten hän tiesi mihin ryhtyi hakieksaan ylilääkärin virkaa.

– Muurolassa vallitsee hyvä ilma-
piiri ja hoitajilla on korkea työ-
moraali. Työn haasteellisuudesta
huolimatta halusin alkaa to-
sissani tehdä tätä työtä heidän
kanssaan.

Työn haasteellisuudesta kertoo se,
että viime vuosina Muurolan yli-
lääkärin pestissä ei ole pitkään
viihdytty.

– Vaikka tunnenkin olevani työ-
höni erittäin sitoutunut, on totta,
että välillä koen riittämättömyyden
tunnetta. Tähän asiaan on onneksi
tulossa parannusta, kun saamme li-
sää lääkäreitä kesän ja syksyn aika-
na. Silloin voin keskittyä enemmän
hallinnollisiin tehtäviin.

Ruukin kunnasta kotoin oleva
Sanna Blanco-Sequeiros, omaa su-
kuaan Simojoki, halusi psykiatriksi,
koska halusi hoitaa ihmisiä. Vas-
tuunottamiseen kanssaihmisistä
hän kasvoi kotona, suvussa on ollut
useita yhteiskunnallisia vaikuttajia.

Lääkärinopinnot ja erikoistumi-
sen hän suoritti Oulussa. Miehen-
sä tavattuaan vaihtui sukunimen
lisäksi asuinpaikka – ensin Helsin-
giksi, sitten Rovaniemeksi.

– Kahdeksan vuotta sitten me-
teorologimieheni siirtyi töihin Ro-
vaniemelle ja me lasten kanssa tu-
limme kokeeksi perässä. Aivan
aluksi asuimme vuokralla kesämö-
kissä. Vaikka alkukesä oli erittäin
kylmä ja valtavan sääskinen, alkoi

rantasaunaa lämmittäessä jostakin
syystä tuntua, että tähän on ai-
van mahtavaa. Osaltaan kaipuuseen
Lappiin voi vaikuttaa sekin,
että äidin puolen suku on kotoisin
Simosta. Mummola oli minulle lap-
sena hyvin rakas paikka.

Profiilinkohotusta

Muurolan sairaala kaipaa tällä het-
kellä useampaa psykiatrian erikois-
lääkärinä. Asian eteen on tehty vo-
vasti töitä.

– Olen kertonut etelän psykiatri-
piireissä, että meillä lääkarille lu-
daan mielekäs työnkuva ja muka-
va työympäristö. Ja kyllähän Ro-
vaniemeä ja Lappia voi kehua estotto-
masti hienona asuinympäristönä.

Toinen merkittävä asia, johon
Blanco-Sequeiros aikoo paneutua
tiiviisti, on hoitoketjujen tarkastelu.

– Lähtökohtanani ei ole räjäyt-
tää kaikkea olemassa olevaa, koska
jos jokin hoitokäytäntö on jatkunut
pitkään, siihen on syynsä. Kuiten-
kin hoitoketjut on hyvä mallintaa,
kirjoittaa auki, jotta ongelmakohtia
päästään muokkaamaan.

Etelä-Suomeen hyvin istuvat
hoitomallit eivät välttämättä toimi
Lapissa. Esimerkkinä Blanco-Se-
queiros mainitsee terapian.

– Jotta lappilaisilla olisi samat
mahdollisuudet saada terapiapal-
veluja kuin eteläsuomalaisilla, täy-
tyy kehittää uusia toimintamalle-
ja. Tällöin voidaan hyödyntää esi-
merkiksi videovälitteistä terapiaa.

Lappi eroaa alueena selkeäs-
ti Etelä-Suomesta. Lapissa puoles-
taan Rovaniemen alue eroaa tilan-
teeltaan muusta, harvemmin asute-
tusta läänistä, jossa on erilaisin re-
surssein varustettuja, erilaisia tar-
peita vaativia yksiköitä.

Kuntayhteistyötä Blanco-Se-
queiros pitääkin erittäin tärkeänä.
Tähän liittyen Muurolassa on aloit-
tamassa työskentelyään päivystävä
sairaanhoitaja, jonka työnkuvaan
kuuluu olla yhteydessä potilaan
kunnan terveydenhoitoon.

– Suunnitelmissa on, että jos
lääkäreitä saadaan lisää, voitaisiin
kunnille tarjota psykiatrin konsul-
taatioita palveluja esimerkiksi arvi-
ointipoliklinikan muodossa. Kunti-
en ääntä on tärkeä kuunnella.

TR

Radiologeille avautui uusi maailma

Tietokoneen ruudulla näkyy kallo
sivukuvana. Kun kallosta leika-
taan päälaki pois ja kuvaa pyö-
räytetään, päästään kallon sisäl-
le, jolloin aivoverisuonten raken-
ne avautuu tarkasti kuvaruudul-
le. Kyseessä ei ole tietokonepeli
vaan Lapin keskussairaalan uusi
64-leike-ct-laite, joka hyödyntää
monileiketietokonetomografiaa.

Laite edustaa tämän hetken huip-
putekniikkaa, johon ollaan siirryt-
ty jo melkein kaikissa Suomen kes-
kus- ja yliopistollisissa sairaaloissa.

– Radiologeille sen antamat kuvat
ovat kuin uusi maailma. Aikaisem-
min katsottiin poikittaisleikekuvaa,
nyt kohde näkyy kolmiulotteisena

eri suunnista. Lisäksi suuri kuva-
tarkkuus mahdollistaa uudet kuva-
uskohteet; sellaiset paikat, joita
ennen ei ole voinut tutkia, sanoo
radiologi Hannele Jolma.

Uusia kuvauskohteita ovat
muun muassa kaulan, aivojen ja
sydämen verisuonet – tällöin esi-
merkiksi sepelvaltimotautien selvit-
tämisessä tehtäviä nivusvaltimon
kautta katetrisoitavia valtimokuva-
uksia voidaan vähentää. Myös or-
topedit voivat nähdä laitteen välit-
tämien kuvien avulla tulevan leik-
kauskohteensa selkeänä.

Monileikelaitte mahdollistaa en-
tistä lyhyemmän kuvausajan, esi-
merkiksi keuhkoalueen kuvaami-
seen menee nyt 3-4 sekuntia entisen
25 sekunnin sijaan. Näin potilaan ei tar-
vitse olla paikallaan yhtä kauan kuin en-
nen, joten huonokun-
toisten potilaiden ja
pienen lasten kuva-
us helpottuu. Poti-
lasvaihdot eivät kui-

tenkaan juuri nopeudu uuden lait-
teen ansiosta, sillä kuvauksen esi-
valmistelut vaativat aikaa hieman
entistä enemmän.

– Myös kuvien tulkinta vie jon-
kin verran enemmän aikaa, kos-
ka tietomäärä on valtava, Hannele
Jolma sanoo.

Kuvauksen jälkeen niin sanotus-
ta systeemidatasta voidaan muo-
dostaa haluttuja leikekuvia työase-
mille. Sairaala fyysikko Kimmo Lei-
nosen mukaan datan liikkumista
Oulun yliopistolliseen keskus-
sairaalaan on tarkoitus parantaa läh-
iaikoina, nykyiset yhteydet eivät
riitä suurelle tietomäärälle.

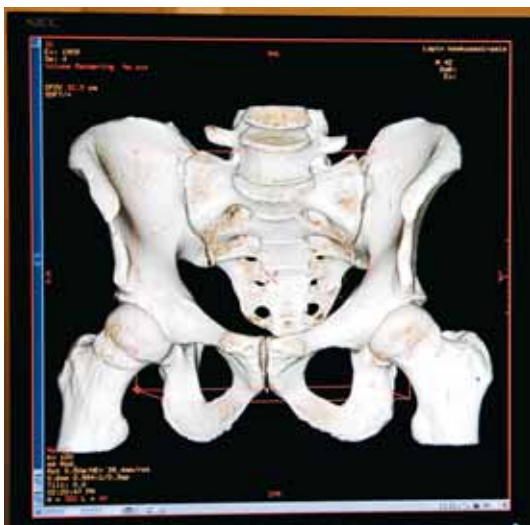
– Jos potilas siirtyy meiltä Ou-
luun, täytyy kuvaustiedotkin saa-

da sinne että siellä ei tarvitse ku-
vata uudestaan, Leinonen selittää.

Leinonen kertoo, että Lapin kes-
kussairaalan ct-laitteessa on pe-
rusmallia tehokkaampi röntgengen-
eraattori. Suuremman generaatorin
ansiosta laitteen putkivirta
suurenee ja kuvat tarkentuvat en-
tisestään.

– Meillä on käytössä myös pros-
pektiivinen tahdistusohjelma, joka
vähentää potilaan saaman sädean-
noksen yhteen kolmasosaan pe-
rinteiseen ohjelmaan verrattuna.
Kone ottaa huomioon myös poti-
laan koon, jonka mukaan se säätää
putkivirtaa säästään näin potilasta
tarpeettomalta säteilyltä.

TR



Monileikekuvista muo-
dostettu kolmiulottei-
nen kuva on selkeän
näköinen.



Ravitsemispäälliköllä riittää haasteita



Murolan ruokahuolto. Potilasruokailun uudet ravitsemissuosituksset. Elintarvikekustannusten nousu. Siinä joitakin ravitsemispäällikkö Outi Määtän lähiaikojen haasteista.

Maaliskuussa ravitsemispäällikkönä työnsä aloittanut Määttä on työskennellyt aikaisemmin, lähes kahdenkymmenen vuoden ajan, suurtalous- ja ravintola-alan ammattiopettajana ammattiopistossa ja ammattikorkeakoulussa. Posioltä lähitöisin oleva Määttä on ehtinyt työskennellä myös sairaaloissa. Koulutukseltaan hän on suurtalouden työnjohtaja, ammattiopettaja ja kasvatustieteen maisteri.

- Kaikista aikaisemmin teke mistäni töistä on tässä tehtävässä hyötyä. Suurtalousalalla on tulossa lähiaikoina suuria muutoksia ja alan kehittäminen kiinnostaa, Outi Määttä perustelee siirtymistään opetusmaailmasta sairaalamaailmaan.

Suurtalousalalla suuria haasteita

Määttä tietää, mitä suurtalousalalla tapahtuu. Ala muuttuu koko ajan liikelaitosmaisemmaksi: yksiköt suurenevät ja taloudellisissa tavoitteissa yritetään pysyä tiukemmin.

Lapin keskussairaalan ravintokeskukselle on merkittävä haaste Murolan sairaalan ruokahuollosta huolehtiminen heinäkuusta alkaen. Määtän alkutaival on ollut paljolti tämän toiminnan suunnitte-

lua muun muassa hankintojen sekä henkilöstön sijoittumisen osalta.

Ravintokeskusten henkilöstö koostuu yli neljästäkymmenestä naisesta. Miehiä Määtän alaisena on vain "puolikas" varastomies.

- Naisvaltainen henkilöstö on pitkän työuran tehnyttä ja raskas työ alkaa tuntua: kädet, selkä ja niska alkavat loppua, Määttä kertoo ravitsemiskeskusten työntekijöiden ammattivaivoista.

Lähiaikoina potilasruokailuun on tulossa uusia valtakunnallisia suosituksia. Niiden mukaan potilaille tulee tarjota muun muassa enemmän ja entistä laadukkaampia ateriavaihtoehtoja. Lisäksi nähtäväksi jää muun muassa, pystyykö elintarviketeollisuus toimittamaan ravitsemissuosituksien mukaisia elintarvikkeita.

- Luonnokset uusista suosituksista on nähty, ne näyttivät haasteelliselta. Sairaaloista on annettu kyllä palautetta, että suunniteltuja suosituksia ei pystytä semmoisenaan toteuttamaan.

Toisaalta apua voi olla tulossa tehostetuista työmenetelmistä, esimerkiksi elintarviketeollisuus ja laitevalmistajat ovat innostuneet tällä hetkellä kylmäruoan valmistusmenetelmistä. Kun ruoka valmistetaan alusta loppuun kylmistä ruoka-aineista, se säilyy paremmin. Tällöin ruokalajeja voidaan valmistaa etukäteen ja voidaan esimerkiksi vähentää ruoanvalmistuksen ruuh-

kahuippua aamutohinasta iltapäivälle. Mutta uudenkaan menetelmän avulla perinteinen ruoanvalmistus ei katoa.

Ravitsemispäällikkö pysyy perillä suurtalouden maailmanmenosta seuraamalla alan lehtiä ja tapamalla muiden sairaanhoitopiirien ihmisiä.

- Muutaman keskussairaalan kanssa on oltu jo yhteydessä, lähitulevaisuudessa olisi tarkoitus keskustella myös lappilaisten terveyskeskusten kanssa esimerkiksi yhteisistä koulutuksista.

Kuntien taloudellinen tilanne vaikuttaa siihen, milloin sana "säästö" nostaa painoarvoaan. Outi Määtän mukaan suurtaloustehtävissä säästäminen alkaa elintarvikkeista ja muista hankinnoista.

- Elintarvikekustannukset ovat nousseet erityisesti viime vuonna tosi paljon ja säästää voidaan tietysti hankkimalla halvempia elintarvikkeita. Tällöin joudutaan tosin ehkä muuttamaan ruokalistojen sisältöä, mikä voi olla ristiriidassa ravitsemissuosituksien kanssa. Muiden hankintojen osalta joudutaan priorisoimaan, onko hankinnalla akuuttia tarvetta.

Henkilöstöruokailuunkin satsataan

Keskussairaalan henkilöstöravintolaakin ollaan kehittämässä. Määtän mukaan suunnitelmissa on muun muassa, että päivittäisiä ruokalajeja olisi useampia ja salaattipöytä kehitetään monipuolisemmaksi.

- Ruokaan liittyvät teemapäivät ja silloin tällöin tarjolla olevat trendikkäät ruoat voisivat myös kiinnostaa henkilökuntaa, Määttä pohtii.

- Jos ja kun uudistukset tarkoittavat enemmän töitä, täytyy miettiä, voisiko uusista työmenetelmistä olla tällöin apua.

Sekä keskussairaalan että Murolan kahviot ovat niin ikään kehittämislisillä.

- Tärkeimpiä kysymyksiä ovat miten saataisiin jonot pois, myydäänkö oikeita tuotteita, kuinka tehtäisiin miljöö viihtyisämmäksi ja ovatko aukioloajat kohdallaan.

Uusi ravitsemispäällikkö ei tunne kuitenkaan olevansa haasteineen yksin.

- Hyvin olen kotiutunut, tukea ja turvaa olen saanut. Ei ole semmoinen olo, että olisi yksin jätetty.

TR

RUNORAITO

Runoraito kulkee yksiköstä toiseen viestin tavoin. Yksikkö voi kirjoittaa runon itse tai lainata riimit kuuluisalta tai tuntemattomalta runoilijalta.

Viime lehdessä Lshp:n tieteellinen kirjasto heitti runoviestikapulan fyysiatrian poliklinikan väelle.

- Fysiatrian poliklinikan väki vastaa ammattikirjaston heittämään haasteeseen ja haastaa vuodeosasto 5B:n henkilökunnan mukaan juomaan. Toivotamme kaikille lämmintä ja aurinkoista kesää Jorma Eton runon mukana.

Kesä alkaa keskeltä

*Pölyisä kevätrusakko saa väriä.
Alavilla mailla yhä hallanvaara.
Yöt käyvät valkeiksi kuin neidon rinnat,
yötaivaalla aurinko punaisena
kuin suuri nänni.
Puut punovat ylleen ripsunvihreää kevättä,
niillä ääni voimistuu, alkavat kahista
kaikenlaista asiaa,
lörpötellä, lehtipuut.
Havuiset kuusipuut ja männyt
katsovat vakaasti vuosien ylitse,
kukkivat kovia käpyjä.
Pelloilla multa leviää auki,
sen tulee lämmin ja se saa siementä sisään.
Pientarella sille kuiskii korvaan koko ajan
pieni keltainen kukka, niskaansa nyökyttäen.
Kaikenkokoiset haravat haluavat raapia maata.
Lapiot leventelevät leuhkina.
Vesi nousee kastelukannuihin
ja paperipusseissa suhisevat sadat siemenlapset.
Kesä alkaa keskeltä, juhannuksena
ruusut ruusuja, tuomissa
kukkien tuoksu.*

Jorma Etto