

Miten edistää ravitsemusterveyttä tulevassa Sotessa ja sen yhdyspinnoilla?



Työpaja 20.6.2022

Sirpa Sarlio, sosiaali- ja terveysministeriö

sirpa.sarlio@gov.fi

Työn tausta ja tarve sote-uudistuksessa

- **Sosiaali- ja terveystalvelujen järjestäminen hyvinvointialueiden vastuulle 1.1.2023**
 - Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen säilyy myös kunnan tehtävänä
- **Kuntien ja hyvinvointialueiden välille tarvitaan saumaton ravitsemusterveyden yhdyspinta osana elintapaohjauksen kokonaisuutta**
 - Tehtävistä, vastuunjaosta ja yhteistyön rakenteista on sovittava
 - Palvelujen saatavuus ja kohdentaminen palveluja tarvitseville on varmistettava
 - Ravitsemusterveyden edistämisen tärkeitä toimijoita ovat sote-palvelujen lisäksi mm. kunnan sivistystoimi (varhaiskasvatus ja koulu), kunnalliset ja yksityiset ruokapalvelun tuottajat, järjestötoimijat ja paikalliset yhteisöt
- **Kuntien ja kuntayhtymien palveluksessa oleva sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstö, ml. ravitsemusterapeutit, siirtyvät hyvinvointialueiden palvelukseen**
 - Asiantuntijuus ja ammatillinen osaaminen on varmistettava kunnissa ja yhdyspintatyössä

VRN:n nimeämä työryhmä, jonka tehtävänä on

Ravitsemusterveyden edistämisen yhdyspintojen osalta tukea kuntia ja hyvinvointialueita seuraavilla tavoilla:

1. **Määritellä mitä on** ravitsemusterveyden edistäminen ja eri toimijoiden roolit osana elintapaohjausta
2. **Valmistella sisällöt ravitsemusterveyden palveluketjun osalta** STM:n Yhdyspintojen valmisteluryhmän määrittelemille tehtäväkokonaisuuksille (mm. hallintorakenteet, johtaminen, osaaminen, tietojärjestelmät ja viestintä)
3. **Laatia hyväksi havaittujen käytäntöjen pohjalta toimintamalleja** ravitsemusterveyden edistämisen palveluketjuista alueiden erityispiirteet sekä eri kokoiset ja -tyyppiset kunnat ja niiden tarpeet huomioiden
4. **Määritellä, miten todennetaan** ravitsemusterveyden edistäminen ja sen vaikuttavuus osana elintapaohjausta
5. **Tehdä suunnitelma toimintamallien levittämisestä** ja käyttöön ottamisesta elintapaohjauksessa yhdessä KTNK:n Rakenteet ja menetelmät –jaoston kanssa.

Ravitsemusterveyden edistämisen määrittely

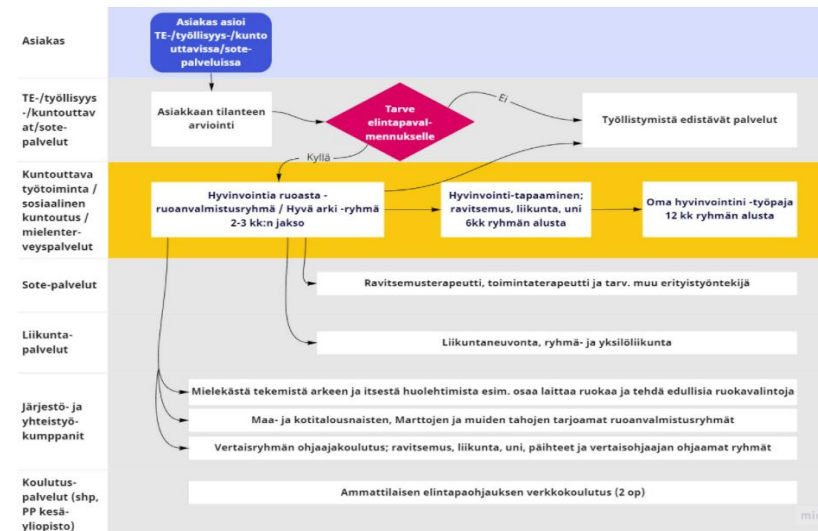


Keskeisiä tuotoksia

Kuvattu keskeiset toimijatahot ja toimijat asukasryhmittäin



Esimerkkejä palveluketjuista ja toimintamalleista



Elintapahauduksen yhdyspintapalvelujen tarkistuslista

Ohjeistus: Tämä tarkistuslista on tarkoitettu hyvinvointialueiden valmistelijoille, kuten hyvinvointikoordinaattoreille avuksi elintapahauduksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun. Lista on koottu elintapahauduksen näkökulmasta keskeisiä asioita, joiden olisi hyvä toteutua menellään olevassa hyvinvointialueiden suunnittelussa ja niiden alkavassa toiminnassa. Listauksen taustalla on sote-uudistuksen alueellisen toimeenpanon tietokartan rakenne yhdyspintapalveluista

ja sen rakenne perustuu tietokartan mukaisiin tehtäviin. Listauksessa tehtäviä elintapahauduksen näkökulmasta. Hyvinvointialueen hyvä katsoa, miten kukin elintapahauduksen sisältö (liikunta, ravitsemus, päihitteet) ja riippuvuudet sekä kulttuurivierin taulukkoa täyttää oman alueen tilanteen mukaisesti, voi hyvin valmistelussa ja mihin tulisi kiinnittää huomiota.

LIIKUNTA

RAVITSEMUS

1. HALLINTORAKENTEET JA JÄRJESTÄMINEN

☐ - alueella tunnistetaan, keiden tulee osallistua elintapahauduksen yhdyspintapalvelujen valmisteluun alueiden ja kuntien yhteistyönä

☐ Mukana ovat asiantuntijat, jotka kuuluvat liikuntaneuvonnan palveluketjuun. Alueellisesti elintapahauduksen koordinoimista tai elintapahauduksesta vastaava henkilö, esim. liikuntasuunnittelija, sairaanhoitopiirin elintapahaudaja, elintapahauduksesta vastaava hyvinvointivalmittelija, terveyden edistämisen koordinaattori. Kunnan liikuntapalveluissa liikuntaneuvonnan vastaava henkilö tai liikuntaneuvoja. Yhteistyössä järjestöjen paikallisyhdistykset, yritykset, kansalais- ja työväenopistot ja Liikkuja Apteekit. Lisätyöniemissä myös muut toimijat, kuten työterveys, sosiaalitoimi, työllisyystoimijat, perhekeskukset.

☐ Hyvinvointialueen ravitsemusasiantuntijoita (ravitsemusterapeutit ja/tai ravitsemussuunnittelijat) käytetään valmistelussa. Tunnistetaan ja hyödynnetään alueella olemassa olevia ravitsemuksen verkostoja. Tärkeä löytää ravitsemuksen ammattilaisen vastinpari myös kunnista, joissa ei ole ravitsemuksen ammattilaisia (esim. hytekoordinaattori ja/tai elintapahauduksesta vastaava)

☐ Ravitsemusterveyden edistämisen palveluketjuja ja kokonaisuuksia on kuvattu, ks. [https://www.ruokavirasto.fi/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemuksella-hyvinvointia/ravitsemusterveyden-edistamisen-hyvinvointia/ravitsemusterveyden-littvat-palvelut/](https://www.ruokavirasto.fi/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemuksella-hyvinvointia/ravitsemusterveyden-edistamisen-hyvinvointia/ravitsemusterveyden-edistamisen-hyvinvointia/ravitsemusterveyden-littvat-palvelut/)

☐ - palveluketjut ja -kokonaisuus (ml. konsultaatio- ja läheteikäytännöt) on määritelty

☐ Liikuntaneuvonnan palveluketju sekä toimijoiden roolit on kuvattu Liikuntaneuvonnan valtakunnallisissa suosituksissa (https://liikkuvaikuisen.fi/wp-content/uploads/2021/03/liikkuvaikuisen-suositukset_FINAL.pdf)

Ravitsemuksen osuus elintapahauduksen yhdyspintapalvelujen tarkistuslistassa

Ravitsemusterveyden edistämisen todentaminen ja vaikuttavuus



Mitä on ravitsemusterveyden edistäminen?

Ravitsemusterveys on
hyvinvoinnin ja terveyden
edistämistä
ravitsemuksen keinoin eri
ikä- ja väestöryhmissä



Ravitsemukseen liittyvä yleinen viestintä ja tiedottaminen

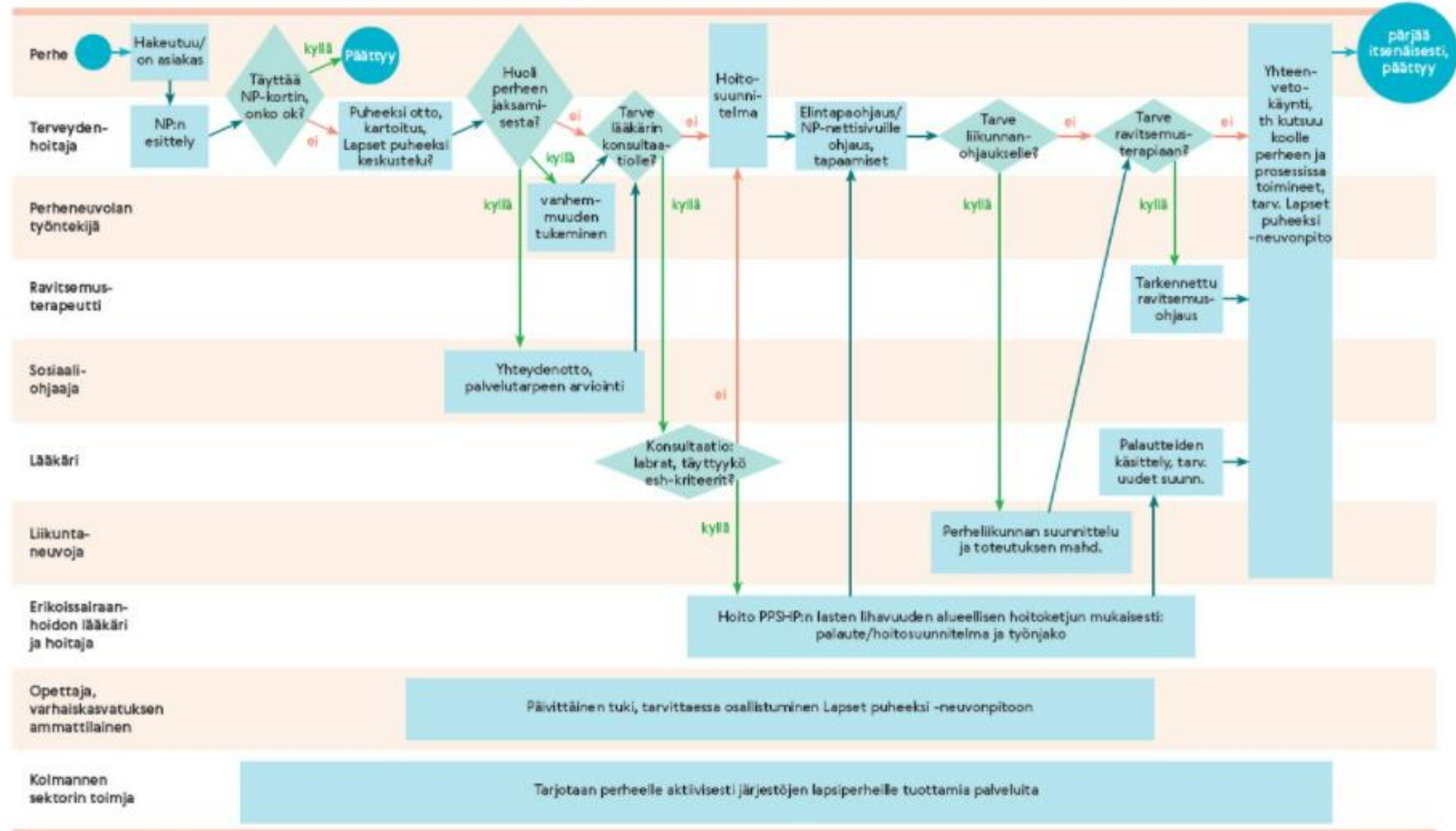
- Omaehtoista toimintaa ja pystyvyyttä tukevat digipalvelut (ruokavaliokyselyt ja omahoito ym.)
- Ravitsemus- ja ruokasuositukset
- Muu yleinen tuki terveellisen ravitsemuksen edistämiseksi

Ravitsemus osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä, kasvatusta ja opetusta

- Ruokakasvatus varhaiskasvatuksessa ja peruskoulussa
- Ruokapalvelut varhaiskasvatuksessa, oppilaitoksissa, palvelukeskuksissa ja työpaikoilla sekä kotiateria- ja kauppakassipalvelut
- Ruokakurssit, kuluttajaneuvonta ja muut matalan kynnyksen yksilölliset ja perhekeskeiset palvelut

Ravitsemus osana sairauksien ehkäisyä ja hoitoa

- Neuvola- ja muut neuvontapalvelut
- Sairauksien ravitsemushoito
- Ravitsemusterapia
- Kuntoutuspalvelut





Kuvio 1. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden ravitsemusterveyden edistämisen keskeiset toimijat

Asiakas

Asiakas asioi
TE-/työllisyys-/kunto
uttavissa/sote-
palveluissa

Arjen sankarit - kuntoutumisen ja ravitsemusterveyden edistämisen polku

TE-/työllisyys-
-/kuntouttav
at/sote-
palvelut

Asiakkaan tilanteen
arviointi

Tarve
elintapaval-
mennukselle

Ei

Työllistymistä edistävät palvelut

Kyllä

Kuntouttava
työtoiminta /
sosiaalinen
kuntoutus /
mielenter-
veyspalvelut

Hyvinvointia ruoasta -
ruoanvalmistusryhmä / Hyvä arki -ryhmä
2-3 kk:n jakso

Hyvinvointi-tapaaminen;
ravitsemus, liikunta, uni
6kk ryhmän alusta

Oma hyvinvointini -työpaja
12 kk ryhmän alusta

Sote-palvelut

Ravitsemusterapeutti, toimintaterapeutti ja tarv. muu erityistyöntekijä

Liikunta-
palvelut

Liikuntaneuvonta, ryhmä- ja yksilöliikunta

Järjestö- ja
yhteistyö-
kumppanit

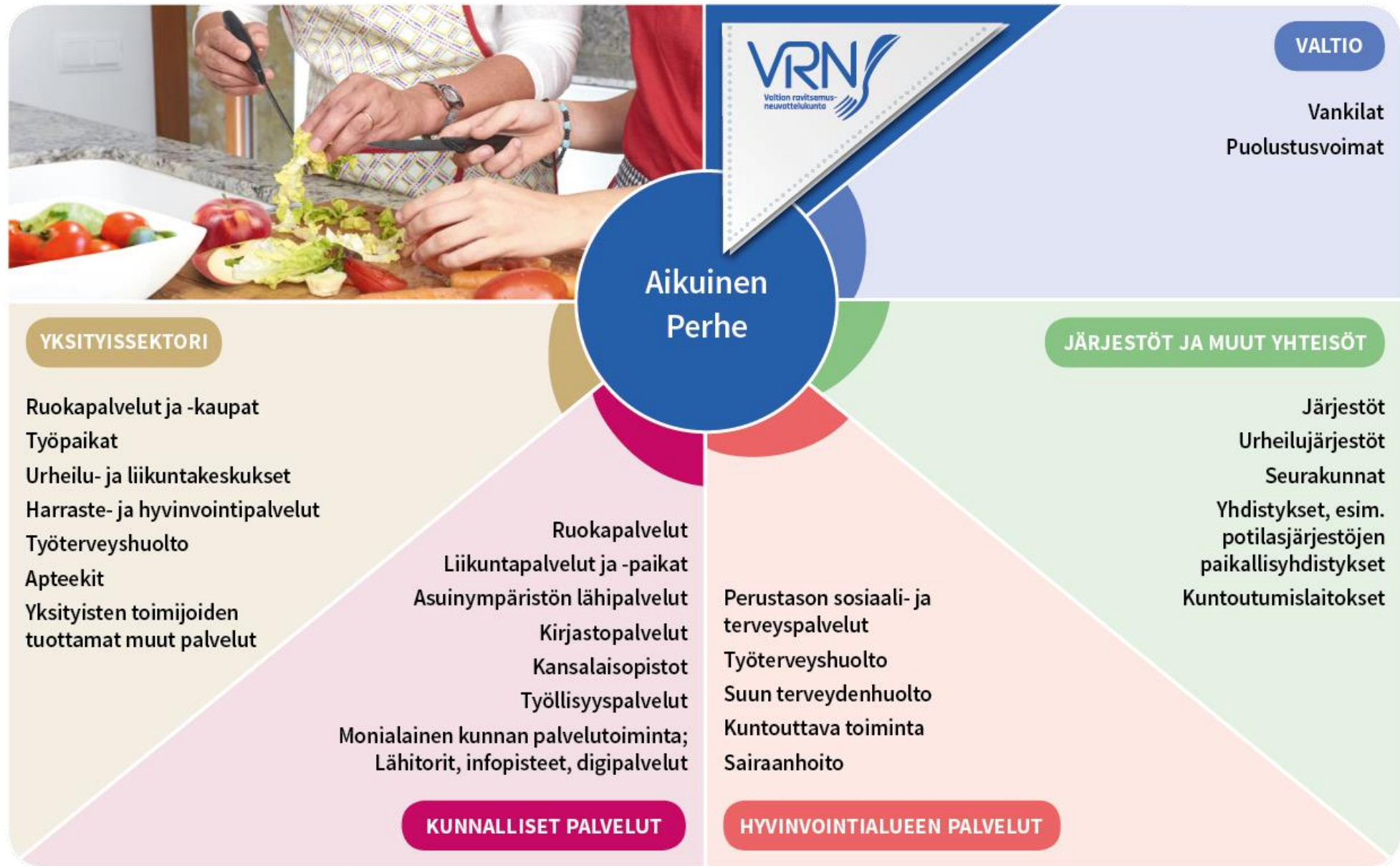
Mielekästä tekemistä arkeen ja itsestä huolehtimista esim. osaa laittaa ruokaa ja tehdä edullisia ruokavaihtoja

Maa- ja kotitalousnaisten, Marttojen ja muiden tahojen tarjoamat ruoanvalmistusryhmät

Vertaisryhmän ohjaajakoulutus; ravitsemus, liikunta, uni, päihteet ja vertaisohjaajan ohjaamat ryhmät

Koulutus-
palvelut (shp,
PP kesä-
yliopisto)

Ammattilaisen elintapaohjauksen verkkokoulutus (2 op)



Kuvio 2. Aikuisten (ml. opiskelijat) ravitsemusterveyden edistämisen keskeiset toimijat

Pohjoispohjalaisen ikäihmisen polku kotoa kotiin

Kotona kaikki hyvin	Arjen turvaksi ja riskin tunnistamiseksi kotona	Kodista poissa ollessa	Sujuva kotiutuminen	Tuettu toimiva arki kotona
Kokonaisvaltainen hyvinvointi ja terveys Itsenäinen ruokahuolto (kaupassa käynti, ruoanvalmistus) Terveysten omaseuranta (painonseuranta, ruokapäiväkirja) Toimintakyvyn ylläpito riittävän ja monipuolisen ravinnon ja liikunnan avulla (vähintään kaksi pääateriaa päivässä, esim. aamupala ja lounas tai päivällinen, riittävä nesteen saanti) Arjen yhteisöllisyyden tukeminen Yhdessä syöminen (kasvokkain tai skype välityksellä) Digiosaaminen Nettiruokapalvelujen käyttö, kaupakassipalvelu Oma-aloitteinen kotona asumista ja arkea tukevien palveluiden osto Ruokakurssit (ikämiehet), ateriapalvelu	Matala kynnyksen palveluita ruokanäyttelyt, ravitsemusterapeutin tietoiskut ja yleisöluennot, ITE-pisteet ruokakaupoissa ja kirjastoissa Hyvinvointia edistävät kotikäynnit, joissa myös ravitsemusasiantuntija mukana Kuntouttavat palvelut (hyvä ravitsemus ja toimintakyky) ravitsemusterapeutin ryhmäohjaus päiväkeskuksissa, ravitsemusterapeutin yksilöohjaus perusterveydenhuollossa (kasvokkain tai etävastastoilla) Monipuoliset asumisratkaisut yhteinen keittiö, yhdessä syöminen Seniorineuvola-vastaanotot Systemaattinen, kokonaisvaltainen geriatrinen arviointi ja vajaaravitsemusriskin tunnistaminen (MNA), suunnitelma ravitsemushoidon tehostamisesta Ruoka ja ravitsemus osana muistikuntoutuspolkua Muistikahvilatoiminta Oman terveydentilan seuranta, muutoksen ennakoiti Painonseuranta, ruokapäiväkirja	Vaikuttava hoito ja kuntoutus Vajaaravitsemusriskin arviointi osastohoidossa (NRS2002), ravitsemushoidon tehostaminen, Ravitsemusterapeutin konsultaatio Ravitsemushoito osana vaikuttavaa hoitoa ja kuntoutusta Akuutin sairaalavaiheen jälkeen ja kotiutusprosessin suunnittelu Yksilöllinen, ravitsemusterapeutin tekemä ravitsemussuunnitelma, ohjeet ravitsemushoidon käytännön toteuttamiseen Vaikuttava kuntoutuminen kuntoutusyksikössä Tehostettu ravitsemushoito tarvittaessa (täydennysravintovalmisteet, letkuravitsemus, suonen sisäinen ravitsemus)	Palvelutarpeen arviointi arvioidaan ravitsemushoidon tarve, syömisessä apuvälineiden tarve ja syömisessä auttamisen tarve, kauppa- ja ateriapalvelun tarve Kotiutuksen sujuvuutta edistävät kotiutushoitaja / -yhdyshenkilö / -tiimi kanssa yhteistyössä tehty suunnitelma ruokailun ja ravitsemushoidon toteuttamisesta kotona sekä seurantamittareiden käytöstä sopiminen (RAI-ravitsemusmittarit) Tarvetta vastaava kotihoito ja tehokuntoutus Kotisairaala- ja kotikuntoutus-palvelu	Kotona kuntoutuminen eli arki-kuntoutuminen → aktiivista arkea Toimintakyvyn kannalta sopiva asumisympäristö Kotona pärjäämistä ja asumista tukevat palvelut ja teknologia (mm. toimiva kotihoito 24/7, kotisairaala-toiminta, monialainen kotikuntoutus, jossa huomioidaan ravitsemussuunnitelman mukaiset toimenpiteet ja seurataan sovittuja ravitsemusmittareita (RAI-ravitsemusmittarit, MNA, paino, ruonkäyttö, nesteen riittävä saanti) kuntouttavat kotikäynnit, joka sisältää myös ravitsemuskuntoutuksen Kotona asumisen jatkuva arviointi, ennakoiti ja määräaikaistarkastukset, Ravitsemustilan ja ravinnonsaannin seuranta (paino, MNA, RAI-ravitsemusmittarit) Tavoitteellinen päivätoiminta Yhdessä syöminen, ravitsemustietoiskut Kotona asumista tukevien palvelujen järjestämistavat + suora hankinta ilman kuntaa välikätenä Omaishoidon ja -hoitajan monipuolinen tukeminen Ravitsemusryhmäohjaus omaishoitajille, ruoanvalmistuskursseja esim. yhteistyössä Marttojen ja Maa- ja kotitalousnaisten kanssa, ITE-ryhmiä kirjastoissa, kaupoissa yms.



Kuvio 3. Ikääntyvien ravitsemusterveyden edistämisen keskeiset toimijat

Ravitsemusterveyden edistämisen todentaminen ja vaikuttavuus

PANOKSET (RESURSSIT) ESIMERKIKSI



Elintapaohjaukseen (ml ravitsemus)
liittyvien palvelujen organisointi

Ravitsemusasiantuntijoiden
rekrytointi

Ravitsemuksen täydennyskoulutus
moniammatillisen työn tueksi

Konsultaatio ja verkostojen
rakentaminen monitoimijaisesti
yhdyspinnoilla

Ravitsemusterveyden
seurantajärjestelmä

TUOTOKSET (MITÄ RESURSSILLA TEHDÄÄN)



Ravitsemusneuvonnan
ja -ohjauksen saatavuus
eri kohderyhmissä

Ravitsemusneuvonnan ja
-ohjauksen systemaattinen
kirjaaminen ja kuvaus
potilastietojärjestelmiin

Ravitsemusterveyden edistämistä
tukeva viestintä

Tieto ravitsemusterveyden
tilanteesta

VAIKUTUS (KONKREETTINEN MUUTOS)



Asukkaiden/potilaiden
tiedot, osaaminen ja
pystyvyyden tunne paranevat

Ruokatottumukset muuttuvat
terveellisempään suuntaa

Toimintakyky ja elämänlaatu
paranevat

Tietämys kunnan/alueen
ravitsemusterveyden tilanteesta
paranee

VAIKUTTAVUUS (HYÖTY TERVEYDEN/ YHTEISKUNNAN KANNALTA)



Ravitsemukseen liittyvät
sairaudet/ongelmat vähenevät

Koettu terveys paranee

Ravitsemuksen eriarvoisuus
vähenee

Kustannusvaikuttavuus
(saatu hyöty suhteessa panoksiin)



Elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen tarkistuslista

Ohjeistus: Tämä tarkistuslista on tarkoitettu hyvinvointialuiden valmistelijoille, kuten hyvinvointikoordinaattoreille avuksi elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun. Listaan on koottu elintapaohjauksen näkökulmasta keskeisiä asioita, joiden olisi hyvä toteutua meneillään olevassa hyvinvointialueiden suunnittelussa ja niiden alkavassa toiminnassa. Listauksen taustalla on soite-uudistuksen alueellisen toimeenpanon tiekartan rakenne yhdyspintapalveluista

ja sen rakenne perustuu tiekartan mukaisiin tehtäviin. Listan tehtäviä elintapaohjauksen näkökulmasta. Hyvinvointialue hyvä katsoa, miten kukin elintapaohjauksen sisältö (liikuntaveys, päihitteettömyys ja riippuvuudet sekä kulttuurihyvinvointia) täyttää oman alueen tilanteen mukaisesti, voi näin hyvin valmistelussa ja mihin tulisi kiinnittää huomiota.

LUONNOS 20.6.2022

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS
1. HALLINTORAKENTEET JA JÄRJESTÄMINEN		
☐ - alueilla tunnistetaan, keiden tulee osallistua elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen valmisteluun alueiden ja kuntien yhteistyönä	☐ Mukana ovat asiantuntijat, jotka kuuluvat liikuntaneuvonnan palveluketjuun. Alueellisesti elintapaohjauksen koordinoinnista tai elintapaohjauksesta vastaava henkilö, esim. liikuntasuunnittelija, sairaanhoitopiirin elintapaohjaaja, elintapaohjauksesta vastaava hyvinvointivalmentaja, terveyden edistämisen koordinaattori. Kunnan liikuntapalveluissa liikuntaneuvonnasta vastaava henkilö tai liikuntaneuvoja. Yhteistyössä järjestöjen paikallisyhdistykset, yritykset, kansalais- ja työväenopistot ja Liikkujan Apteekit. Lisääntymässä myös muut toimijat, kuten työterveys, sosiaalitoimi, työllisyystoimijat, perhekeskukset.	☐ Hyvinvointialueen ravitsemusasiantuntijoita (ravitsemusterapeutit ja/tai ravitsemussuunnittelijat) käytetään valmistelussa. Tunnistetaan ja hyödynnetään alueella olemassa olevia ravitsemuksen verkostoja. Tärkeä löytää ravitsemuksen ammattilaisen vastinpari myös kunnista, joissa ei ole ravitsemuksen ammattilaisia (esim. hytekoordinaattori ja/tai elintapaohjauksesta vastaava)
☐ - palveluketjut ja -kokonaisuus (ml. konsultaatio- ja lähetekäytännöt) on määritelty	☐ Liikuntaneuvonnan palveluketju sekä toimijoiden roolit on kuvattu Liikuntaneuvonnan valtakunnallisissa suosituksissa (https://liikkuvaakuinen.fi/wp-content/uploads/2021/03/liikkuvaakuinen_FINAL.pdf)	☐ Ravitsemusterveyden edistämisen palveluketjuja ja kokonaisuuksia on kuvattu, ks. https://www.ruokavirasto.fi/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemuksella-hyvinvointia/ravitsemusterveyden-edistaminen/

Kiitos RaTePal -työryhmä



- STM/ Sirpa Sarlio, pj.
- OPH/ Pia Kola-Torvinen
- OPH Marjaana Manninen
- THL/Tulevaisuuden sote-keskus, Anu Niemi
- THL/ Susanna Raulio
- Ruokavirasto/VRN, Satu Jyväkorpi
- Kuntaliitto/ Tarja Tenkula
- Kuopio/ Tanja Tilles-Tirkkonen
- Keski-Suomen shp/ Nina Peränen
- STM/ Soile Ridanpää
- Pirkanmaan shp/ Auli Pölönen
- Päijät-Sote/ Raisa Valve
- Pohjois-Pohjanmaan shp/ Leea Järvi
- Järvi-Pohjanmaa/ Jaakko Anttila
- Etelä-Pohjanmaan shp/Soili Alanne
- HUS/ Laura Suojanen
- Sydänliitto/ Terhi Koivumäki
- Marttaliitto ry/ Maija Soljanlahti
- RTY/ Kirsikka Aittola
- VRN/ Arja Lyytikäinen

<https://www.ruokavirasto.fi/ravitsemuksellahyvinvointia>