

# SÄHKÖISET OMAOLO-PALVELUT

Omaishoito nyt ja tulevaisuudessa – fokuksessa Lappi  
3.4.2019 Kittilä



**OMAOLO**

# Sisältö

- Omat digiajan hyvinvointipalvelut (ODA) –hanke
- Omaolo-palvelut
- Minäkö läheishoitaja?

# Taustaa

- Hallitusohjelman ja Sotetieto hyötykäyttöön –strategian kärkihanke
  - Juha Sipilän hallitusohjelmassa asiakaslähtöiset palvelut nimettiin hyvinvointi- ja terveysteemassa kärkihankkeeksi.
- Sosiaali- ja terveystalouden perinteisen toimintamallin uudelleen muotoilu
- Pieni vähemmistö kuluttaa valtaosan sosiaali- ja terveystaloudesta.
- Suurelle enemmistölle tämä näyttäytyy palvelun huonona saatavuutena ja pitkinä jonoina.
- Sosiaali- ja terveydenhuollolle asetetut uudistustavoitteet saavutetaan vain lisäämällä kansalaisten vastuunottoa terveydestään sekä palvelutuotannon tehokkuutta, tuottavuutta ja toimintatapoja kehittämällä.

# Omat digiajan hyvinvointipalvelut (ODA) –hanke

- 1.1.2016-31.10.2018
- Pilottikohteet:
  - Terveys- ja hyvinvointitarkastukset: neuvolat, kouluja opiskeluterveydenhuolto, työterveyshuolto
  - Hoitopolut: diabetes, verenpainetauti
  - Satunnainen hoidontarve: terveys- ja hyvinvointiasemat, yhteispäivystykset
  - Palvelupolut: työttömät, maahanmuuttajat, omaishoitajat, vammaispalvelut, huolilapset, nuoret mielenterveysasiakkaat
  - Suun terveydenhuolto





# Omaolo-palvelut

- Sähköinen sosiaali- ja terveydenhuollon kanava, jonka kautta voi arvioida omaa hoidon tai palvelun tarvettaan.
- Tavoitteena on tarjota sote-palveluita verkossa yhdestä osoitteesta, yhdenvertaisesti ja tasalaatuisesti.
- Omaolon oire- ja palveluarvion avulla asukkaat voivat arvioida tarvettaan hoitoon tai apuun kaikkina vuorokaudenaikoina ja jonottamatta.
- Omaolo-palvelua käyttää tällä hetkellä 14 kuntaa ja sairaanhoitopiiriä.
- Omaolo on SoteDigi Oy:n ensimmäinen asukkaiden käytössä oleva, digitaalinen palvelu.
- SoteDigi on lokakuussa 2017 perustettu valtion omistama kehitysyritys, joka edistää sosiaali- ja terveys- palvelujen digitalisaatiota





# Omaolo-palvelusisältö

## Oirearviot

Hengitystietulehdus  
Kurkkukipu  
Yskä  
Korvakipu  
Närästys  
Olkapään kipu  
Peräaukon oireet  
Polven oireet  
Ripuli(n oireet)  
Selkäkipu  
Päänsärky  
Rähmivä ja vetistävä silmä  
Naisen (18-65-v.) virtsatieinfektio  
Sukupuolitauti  
Tuberkuloosi (keuhko)  
Suun terveys

## Palveluarvio ja -ohjaus

Omaishoidontuki  
Kuljetuspalvelu  
Henkilökohtainen apu

## Suunnitelmapohjat

Verenpaine  
Diabetes  
VTI

## Hyvinvointitarkastus

Terveystarkastus  
Elämänlaatu (BREF)  
Suun terveys (OHIP)  
Omaishoitajan jaksaminen (COPE)  
THL lakisääteiset lomakkeet (koulu, NLA)  
Nuoren hyvinvointi (3x10D)  
Maahanmuuttajan kysely

## Verkkokurssit

Tyypin 2 diabeetikon ABC  
Näin käytät Marevania  
Haluaisitko nukkua paremmin?  
Polven ja lonkan nivelrikon hoito  
PEF-seuranta  
Suola ja verenpaine  
Rannemurtuman hoito

## Hyvinvointivalmennukset

Alkoholin käytön vähentäminen  
Liikuntaohjelma askeltajille  
Hyvät teot -valmennusohjelma  
Lapsiperheiden valmennusohjelma  
Kiitollisuus-harjoitusohjelma  
Optimismi-harjoitusohjelma  
Positiivinen vuorovaikutus parisuhteessa  
Ristiriitojen ratkaisu parisuhteessa  
Arjen harmituksen vähentäminen  
Lihaskunto, liikkuvuus ja tasapaino -ohjelma  
Liikuntaohjelma 3 , 4, 5, yli 7 tuntia viikossa  
Liikuntaohjelma diabeetikolle, sepelvaltimo- tai verenpainetautia sairastavalle, tuki- ja liikuntaelinsairaalle, astmaatikolle  
Painonhallinta  
Terveellinen ravinto  
Stressin hallinnan -harjoitusohjelma  
Tietoisuustaidot  
Tupakoinnin lopettamisen valmistelu, lopettaminen  
Univalmennus

## Päätöksentuki

n. 150 muistutetta

# Omaolo-palvelut - Oirearviot

- Käypä hoito –suositukseen perustuva
- Tapahtumasarja, jossa asukkaan tietokoneella/mobiililaitteella antamat tiedot hänen kokemistaan oireistaan ja mahdollisesti esiintyvistä sairauksista yhdistetään ajantasaisimpaan käytettävissä olevaan lääketieteelliseen tietoon.
- Annettujen tietojen perusteella tietokoneohjelma tekee oirearvion terveydenhuollon osalta.
- Oirearvion kautta asukas saa apua yksittäisen terveysongelman ratkaisemiseen.
- Vastaamalla yksinkertaisiin kysymyksiin asukas saa toimintasuosituksen sekä ohjauksen tarkoituksenmukaiseen oikea-aikaiseen palveluun, joka voi olla esimerkiksi:
  - itsehoito-ohje
  - sähköinen resepti
  - yhteydenotto hoitajaan tai lääkäriin puhelimella, viestillä, videolla
  - ajanvarausoikeus ammattilaisen vastaanotolle.



# Omaolo-palvelut - Palveluarviot

- Tapahtumasarja, jossa asukkaan sähköisesti antamat tiedot hänen tilanteestaan, hyvinvoinnista ja toimintakyvystä sekä palvelutarpeestaan arvioidaan automaattisesti hyödyntäen yhteisesti sovittuja parhaita käytäntöjä sekä laissa määriteltyjä palveluiden saamisen edellytyksiä, kriteereitä.
- Selvitetään henkilön tilapäisen, toistuvan tai pitkäaikaisen palvelun/tuen tarve.
- Palvelutarpeen arvio sisältää:
  1. Yhteenvedon asukkaan tilanteesta sekä sosiaalipalvelujen ja erityisen tuen tarpeesta;
  2. Sosiaalihuollon ammattihenkilön johtopäätökset asiakkuuden edellytyksistä;
  3. Asukkaan mielipiteen ja näkemyksen palvelutarpeestaan, ellei palvelutarpeen arvioimiseen yhteistyössä asukkaan kanssa ole ilmeistä estettä;
  4. Asukkaan ja sosiaalihuollon ammattihenkilön arvion omatyöntekijän tarpeesta.
- Arvion lopputuloksena asukas saa itsepalveluohjeita ja/tai palveluohjausta.

# Omaolo-palvelut - Hyvinvointitarkastus

- Palvelu, jossa asukas täyttää itsenäisesti sähköisen palvelun ohjaamana kyselyn hyvinvointinsa tilasta.
- Palvelu kartoittaa vastaajan terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tilannetta.
- Asukas saa kyselyn pohjalta tietokoneohjelman laatiman palautteen elin- ja elämäntapojensa vaikutuksesta hyvinvointiinsa sekä esimerkiksi tarkempaa riskiarviota, palveluarviota, ehdotuksia elin – ja elämäntapamuutoksista, erilaisia arjenhallinnan työkaluja tai toimintaohjeita – ja suosituksia.
- Analyysissä ja ohjauksessa hyödynnetään lääketieteellisen/ hyvinvointitietämyksen moottoria.

# Omaolo-palvelut - Hyvinvointivalmennus

- Toimintatapa, jossa yhdistetään hoito-, lääke- ja sosiaalitieteen rinnalle käyttäytymistieteellisiä keinoja asukkaan motivoimiseksi itse- ja omahoitoon.
- Hyvinvointivalmennus voi perustua hyvinvointitarkastuksen tuloksiin mutta sitä voi käyttää myös itsenäisenä työkaluna.
- Hyvinvointivalmennus käsittää myös hyvinvoinnin ja toimintakyvyn ylläpitämiseen tarkoitettua arjenhallinnan työkaluja.
- Käyttäjälle tarjotaan vaihtoehtoja eri teemoista hyvinvoinnin alueella.
- Tarkoituksena on ennaltaehkäistä hyvinvoinnin ongelmia tukemalla yksilön elin- tai elämänmuutoksia niiltä osin, joilla hänellä on kohonnut riski; tai tukea pitkäaikaissairauksia sairastavien tai pitkäaikaisista hyvinvoinnin ongelmista kärsivien omaehtoista hoitoa.

# Omaolo-palvelut - Omasuunnitelma

- Kokoa yhteen pitkäaikaissairaan tai useista eri hyvinvointiin liittyvistä ongelmista kärsivän asukkaan hoidon/ päivittäisiin toimintoihin liittyvät tavoitteet, keinot ja seurannan.
- Tämä suunnitelma perustuu asukkaan itse asettamiin tavoitteisiin ja ammattilaisen kanssa yhdessä suunniteltuun hoitoon tai palveluun, jonka seurannassa asukkaalla itsellään on aktiivinen rooli.

# Minäkö läheishoitaja?

- Kohderyhmä: läheistään hoitavan henkilön hyvinvoinnin edistäminen
  - Läheishoitajat
  - Omaishoitajat
- Tavoite:
  - Omaistaan hoitavan läheisen varhaisen tuen tarpeen arviointi ja ohjaus mahdollisimman aikaisin oikean tuen ja avun piiriin
  - Läheishoitajan ja hänen hoidettavansa kotona pärjääminen mahdollisimman pitkään
- Nykytila:
  - Omaishoitajien voimavarojen riittämättömyys ja arvostuksen puute
  - Ammattilaisten tietämättömyys omaishoitajuudesta → kohderyhmää ei tunnisteta
  - Ns. asiakkaan ”luukuttaminen” toimijalta toiselle
  - Palvelujen valtava määrä → sekava kokonaisuus sekä ammattilaisen että asiakkaan näkökulmasta
  - Apua on hankala saada, kun asiakas ei edes tiedä, mistä voisi kysyä
  - Pitkät jonot ammattilaiselle → henkilöstön väärä resurssointi

# Läheishoitajuuden tunnistaminen, segmentointi ja ohjaus



# KIITOS!

Lisätietoja:

**Hanna Nordlund/Sotedigi Oy**  
hankejohtaja: [hanna.nordlund@sotedigi.fi](mailto:hanna.nordlund@sotedigi.fi)

**Maarit Hoppula/Sodankylän kunta**  
tietohallintokoordinaattori/FM/ ODA-projektipäällikkö: [maarit.hoppula@sodankyla.fi](mailto:maarit.hoppula@sodankyla.fi),  
p. 040 7430377

Omaolon käyttöönoton käsikirja: [sotedigi.fi/omaolokasikirja](http://sotedigi.fi/omaolokasikirja)

[www.omaolo.fi](http://www.omaolo.fi)

LinkedIn: [www.linkedin.com/groups/8508624](https://www.linkedin.com/groups/8508624)