

## Vaikuttavaa elintapaohjausta poikkihallinnollisesti ja digiloikkaa tukien

Anne-Mari Jussila, koulutus- ja kiehittämisjohtaja, UKK-instituutti

Sari Kivimäki, projektipäällikkö, KKI-ohjelma/LIKES

Tommi Vasankari, johtaja, UKK-instituutti

Tausta: Vaikuttavaa elintapaohjausta sosiaali- ja terveydenhuoltoon poikkihallinnollisesti - VESOTE-kärkihanke(STM) VESOTE-hanke (2017-2018) vahvistaa ja kehittää sosiaali- ja terveydenhuollon antamaa vaikuttavaa ja tavoitteellista elintapaohjausta seuraavalle tasolle. Elintapasubstansseista painotetaan liikuntaa, ravitsemusta ja unta. Hanketyössä kannustetaan teknologian hyödyntämistä.

Tavoite ja tarkoitus: Hankkeella tavoitellaan terveytensä kannalta riittävästi liikkuvien, liiallista istumista vähentävien ja ravitsemussuositusten mukaan syövien osuuden lisääntymistä sekä lääkkeettömien hoitokeinojen käytön yleistymistä univaikeuksien hoidossa hankkeeseen osallistuvilla alueilla. Hankkeen päävastuu ja hallinnointi on UKK-instituutilla. Mukana hankkeessa ovat KKI-ohjelma (LIKES), Diabetesliitto ja Mielenterveyden keskusliitto, Helsingin Uniklinikka sekä 10 sairaanhoitopiiriä. Hankkeen tavoitteita:

- johdon sitoutuminen
- hallinnonrajat ylittävä yhteistyö ja uudenlainen organisoituminen (myös mm. järjestöt mukaan) - ammattialisten elintapaohjaukseen liittyvän osaamisen vahvistaminen (erityisesti verkkokoulutus työtapana)
- toimivien välineiden ja vaikuttavien toimintatapojen (kuten tehokkaat hoitopolut ja hallinnon rajat ylittävät palveluketjut) käyttöönotto tai niiden vahvistaminen
- annetun elintapaohjauksen objektiivinen seuranta ja vaikuttavuuden arviointi (objektiivinen liikemittari, joka mittaa liikkumista, istumista ja unta)
- edellisten toimien pohjalta tapahtuvaa edelleen kehittämistä - monikanavinen viestintä

Menetelmät ja toteutus: Hankkeen menestyksellinen toteuttaminen edellyttää samanaikaisia toimenpiteitä monella toiminnan tasolla. Hankkeessa panostetaan vahvasti elintapaohjauksen puheeksi ottamiseen, elintapaohjauksen toteuttamiseen ja seuraamiseen. Lisäksi hankkeessa luodaan vaativampaa elintapaneuvontaa tarvitseville hoitopolkuja ja monitoimijaisia palveluketjuja. Myös järjestöjen kanssa rakennetaan paikallisesti vertaistukea, ryhmiä ja tuetaan osallisuutta. Elintapaohjauksen tuki rakennetaan lopulta virtuaaliseksi elintapapoliklinikaksi, joka sisältää työkaluja henkilökohtaisen elintapaohjauksen toteuttamiseen, tietoa hoitopoluista ja palveluketjuista sekä elintapaohjauksen palvelutarjottimen (sisältäen mm. järjestöjen tarjoaman vertaistuen ja ryhmät, ym. sekä tukea ohjauksen antamiseen). Palvelutarjotin nivotaan vahvasti valtakunnalliseen digitalisaation kokonaisarkkitehtuuriin. Myös asiantuntijoiden osaamista kehitetään sekä henkilökohtaisella että organisatorisella tasolla.