

# KAUPUNGIN HENKILÖSTÖN TYÖTERVEYSHUOLLON JA LIIKUNTANEUVONNAN PALVELUPROSESSIN KUVAUS

Asiakas hakeutunut työterveyshuoltoon: Terveystarkastus, sairastuvastointi, työkykyasiat, kuntoutukseen hakeutuminen ja jälkiseuranta. Työterveyshuolto tunnistaa liikuntaneuvonnasta hyötyvän asiakkaan

## Työterveys arvioi asiakkaan soveltumisen, kriteerit:

- ▷ Liikkuu vähemmän kuin kerran viikossa
- ▷ Haluaa työkaluja parempaan jaksamiseen arjessa
- ▷ On kiinnostunut liikkumisen lisäämisestä
- ▷ Koettu työkyky 5–10 (0–10)

## Työterveyshuollon tarvittavat mittaukset:

- ▷ DM2 riskipisteet, paino, bmi, vyötärönympäryys
- ▷ RR, veren rasva- ja sokeriaineenvaihdunnasta kertovat tutkimukset
- ▷ Työkyvyn riskit, koettu työkyky

## Asiakas ohjataan liikuntaneuvontaan:

- ▷ Lähetteenä toimii suojattu sähköposti, jossa yhteystiedot, perussairaudet ja miksi ohjautuu liikuntaneuvontaan.
- ▷ Liikuntaneuvonta ja seurattavat terveysarvot kirjataan asiakkaan henkilökohtaiseen terveystieteeseen

## Liikuntaneuvonnan prosessi:

- ▷ Kesto 6–12 kk, sisältää 6–8 tapaamista
- ▷ Neuvoja on yhteydessä työterveyshuoltoon matalalla kynnyksellä asiakkaan tilanteen vaatiessa
- ▷ Liikuntaneuvontaprosessin kanssa samanaikaisesti työterveyshuollon käyntejä tarvittaessa esim. työpsykologin tai -fysioterapeutin käynnit

## Seuranta työterveyshuollossa liikuntaneuvontaprosessin päätyttyä

- ▷ Liikuntaneuvonnasta aina yhteenveto työterveyshuoltoon salattuna sähköpostina
- ▷ Kirjataan tilanne henkilökohtaiseen terveystieteeseen
- ▷ Tarvittaessa asiakas varaa käynnin työterveyshuoltoon