

Omaolo.fi

Laura Aarikka ja Maija Grönlund
Helsingin Omaolo-tiimi
Projektiasiantuntijat



ESITYKSEN SISÄLTÖ

MIKÄ OMAOLO ON?

OMAOLON KÄYTTÖTARKOITUS

OMAOLON PALVELUT

OMAOLO UDELLAMAALLA

MITÄ HYÖTYÄ ON OMAOLOSTA?

MIKÄ ON OMAOLO?

Valtakunnallinen julkisen sosiaali- ja terveydenhuollon digipalvelu, joka on tarkoitettu asiakkaan hoidon ja palveluntarpeen arviointiin sekä hoidon suunnittelun ja toteutuksen välineeksi.

Palvelu ottaa asiakkaan mukaan edistämään terveyttä ja hyvinvointia yhdessä ammattilaisten kanssa.

Vuorokauden ympäri toimiva palvelu, joka tavoittaa tällä hetkellä noin 4 miljoonaa asiakasta Suomessa.

Toimii osoitteessa www.omaolo.fi.

Palvelun tuottaa DigiFinland Oy.

Omaolon terveystarkastuksen ja oirearvioiden sisällön taustalla on Kustannus Oy Duodecimin sähköinen lääketieteellinen moottori, joka pohjautuu näyttöön perustuvaan tietoon.

Omaolo on CE-merkitty lääkinnällinen laite.

”Omaolosta löydät sosiaali- ja terveyspalvelut, nopeasti ja esteettömästi, ympäri vuorokauden – vaikka kotisohvalta käsin!”

”Sen käyttö on helppoa ja se säästää sinut jonottamiselta sekä turhilta hoitokäynneiltä.”

OMAOLON KÄYTTÖTARKOITUS

Tarkoituksena on hoidon tarpeen ja kiireellisyyden arviointi kun asiakkaalla on:

- Yksittäinen terveysongelma tai useita oireita
- Tarve arvioida terveyttä ja hyvinvointia
- Tarve arvioida sairautta tai sen riskiä

ja tarkoitus ohjata asiakas oikean hoidon piiriin, terveyttä ja hyvinvointia edistäviin palveluihin.

OMAOLON KÄYTTÖTARKOITUS

Käytetään asiakkaan omalla päätelaitteella kuten tietokoneella, tabletilla tai matkapuhelimella.

Palveluun tunnistaudutaan Suomi.fi-tunnistautumisen kautta, johon tarvitaan suomalaiset verkkopankkitunnukset, varmennekortti tai mobiilivarmenne.

Palveluun tunnistautuminen ei ole välttämätöntä, mutta se mahdollistaa tietojen tallentamisen, yhteydenoton ammattilaiseen ja ajanvarauksen.

Omaolo-palvelu ei ole tarkoitettu käytettäväksi henkeä uhkaavissa tilanteissa.

OMAOLON PALVELUT

16 KPL OIREARVIOTA:

Omaolon oirearvio kertoo luotettavasti, vaativatko oireesi ammattilaisen hoitoa vai riittääkö itsehoito. Suositukset perustuvat ajantasaisimpaan tieteelliseen näyttöön ja Käypä hoito -suositukseen.

- Virtsatietulehdus (18-75 vuotiaille naisille)
- Alaselkäkipu tai –vamma
- Polven oire tai vamma
- Yleinen oirekysely
- Kurkkukipu tai nieluoire
- Ripuli
- Hengitystietulehdus
- Närästys
- Yskä
- Peräaukon seudun oire
- Seksitautiepäily
- Silmän rähmiminen, vetistys tai punoitus
- Päänsärky
- Korvan kipu tai lukkoisuus
- Olkapään kipu, jäykkyys tai vamma
- Koronavirustaudin oirearvio ja ajanvaraus mahdollisuus

OMAOLON PALVELUT

TERVEYSTARKASTUS:

- Asiakas saa kattavan raportin terveydentilastaan; miten henkinen hyvinvointi ja elintavat vaikuttavat arvioituun elinikään ja sairastumisriskiin.

HYVINVOINTITARKASTUS:

- Ammattilaislähtöinen hyvinvointitarkastus on kolmesta erillisestä kyselystä koostuva kokonaisuus, jonka avulla voidaan kartoittaa asiakkaan terveyttä, elämänlaatua ja mahdollisia terveysriskejä laaja-alaisesti. Se sisältää seuraavat kyselyt:

- Suun terveystarkastus: Kartoittaa asiakkaan kokemusta suun terveydentilasta ja sen vaikutuksista jokapäiväiseen elämään.
- Elämänlaatukysely: On yleinen hyvinvoinnin ja elämänlaadun itsearviolomake
- Terveystarkastus: Asiakas saa raportin terveydentilasta. Terveystarkastus arvioi sairastumisriskejä ja antaa keskimääräisen eliniän ennusteen.

OMAOLON PALVELUT

VERENPAINENSEURANTA:

Ammattilaislähtöinen, eli lomake mahdollistuu asiakkaalle ainoastaan silloin, kun ammattilainen sen luo asiakkaalle. Asiakas tekee verenpaineenseurannan kotona, siten että hänellä on mitattuna verenpaine seurannan arvot, ennen kuin täyttää tulokset lomakkeelle. Lomake kysyy kotimittaus tulokset neljältä päivältä (aamu- ja iltamittaukset) ja laskee niistä keskiarvon. Asukas saa tulosten perusteella yhteenvedon.

Verenpaineenseuranta sisältää kustannus Oy Duodecimin tuottaman verenpaineen seurantalomakkeen sekä linkit sairauden hoitoon liittyviin Omahoito-verkkokursseihin, joita asukas voi suorittaa itsenäisesti:

- Haluaisitko nukkua paremmin?
- Suola ja verenpaine
- Tyypin 2 diabeteksen omahoito

OMAOLON PALVELUT

10 KPL HYVINVOINTIVALMENNUKSIA:

- Kannustavat asiakasta elämäntapamuutoksiin. Valmennukset ohjaavat ja seuraavat tehtävien avulla edistymistä. Asiakas voi aloittaa hyvinvointivalmennuksia itsenäisesti tai ammattilaisen suosittelemana.

- Alkoholinkäytön vähentäminen
- Arjen harmituksen vähentäminen
- Lapsiperheiden valmennusohjelma
- Liikuntaohjelma terveysliikkujille
- Painonhallinta
- Positiivinen vuorovaikutus parisuhteessa -valmennusohjelma
- Ristiriitojen ratkaisu parisuhteessa -valmennusohjelma
- Terveyttä edistävä ravinto -valmennus
- Tupakoinnin lopettamisen valmennusohjelma
- Univalmennus

3 KPL PALVELUARVIOTA:

- Asiakas voi arvioida, millaista tukea tai palvelua hänen tai läheisen elämäntilanteeseen on tarjolla.

- Arvio henkilökohtaisesta avusta
- Arvio liikkumisesta kodin ulkopuolella
- Arvio omaishoitotilanteesta

Minuutin ajan otetaan vastauksia Chatissa seuraavaan kysymykseen:

Kumman haluat nähdä esiteltävän

1. Oirearvion vai

2. Terveystarkastuksen täytön?

OMAOLO UDELLAMAALLA

Uudellamaalla Omaolo on käytössä Helsingissä, Espoossa ja Porvoossa.

- Asiakas saa asuinkuntaansa koskevat ohjaukset

Voit käyttää Omaoloa vaikka se ei varsinaisesti olisi käytössä kunnassasi.

- Asiakas saa kansalliset ohjaukset, jotka koskevat koko Suomea

→ Kummassasikin tapauksessa asiakas saa perustiedot suositelluista jatkotoimenpiteistä ja vinkkejä alueen palveluihin.

Helsingissä palvelua on mahdollista käyttää suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.

PALVELUN HYÖDYT

- Palvelua voi käyttää missä vain ja milloin itse haluaa
- Luotettavat, henkilökohtaiset vastaukset
- Nopeaa ja vaivatonta, ei jonoja eikä turhia käyntejä
- Saat suuremman roolin oman hyvinvointisi arvioinnissa ja seurannassa
- Ammattilaisen käytössä ovat paremmat ennakkotiedot asiakkaista ja ajantasaiset hoito- ja palvelusuositukset päätöksenteon tukena
- Vastaanotolla ammattilainen voi keskittyä sinuun ja varsinaiseen asiaasi

**Suuri kiitos
mielenkiinnosta!** 