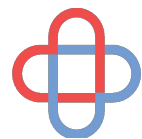


Ravitsemusyksikön toiminta

Raisa Valve, johtava ravitsemusterapeutti, FT

30.8.2023



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Ravitsemusyksikön monipuoliset palvelut hyvinvointialueelle, kunnille ja maakunnalle

Perus- ja erityistason ravitsemusterapiapalvelut

Yksilö- ja yhteisvastaanotot, osasto- ja kotikäynnit
Ryhmävastaanotot ja ryhmät
Puhelin- ja etävastaanotto ja sähköiset palvelut

Ammattilaisten osaamisen vahvistaminen

Moniammatilliset yhteistyöverkostot
Täydennyskoulutus
Yhtenäiset materiaalit ammattilaisille ja asiakkaille

Konsultaatio ja etäkonsultaatio ammattilaisille

Neuvolat, varhaiskasvatus, koulut ja koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto
Työterveys ja työttömien terveydenhuolto
Kotihoito, asumispalvelut ja vuodeosastot



Matalan kynnyksen palvelut asukkaille

Yleisötilaisuudet, tapahtumat ja teemapäivät
Ennaltaehkäisevä yksilö- ja ryhmäohjaus
Chat ja sosiaalinen media

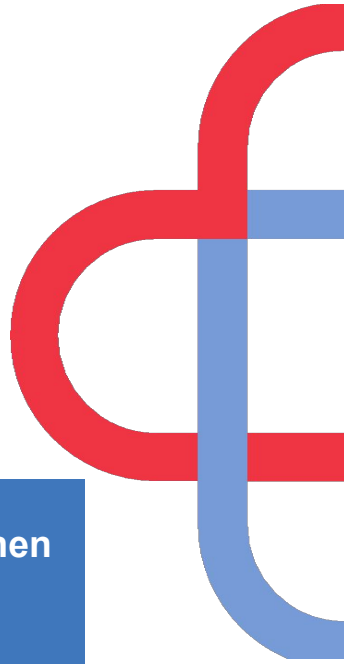
Ravitsemusta tukevien käytäntöjen kehittäminen

Ravitsemustyöryhmiin ja hoitotiimeihin osallistuminen
Ruokapalveluyhteistyö
Projektit ja hankkeet
Ravitsemuksen huomioiminen kuntien ja maakunnan hyvinvointikertomustyössä

Ravitsemusviestintä, tutkimukset ja julkaisut

Positiivinen ravitsemusviestintä
Ravitsemushoidon ja ravitsemusterveyden edistämisen kehittäminen tutkimuksen avulla

Johtava ravitsemusterapeutti johtaa ja koordinoi ravitsemusyksikön tuottamien palvelujen suunnittelua, toteuttamista ja kehittämistä ja vastaa ravitsemusterapeuttien työn toteutumisesta alueella



Ravitsemuksen johtaminen ja rakenne hyvinvointialueella



Päijät-Soten ravitsemusyksikkö:

- Terveys- ja sairaanhoitopalvelujen toimialalla sisätautien alla
- Oma budjetti mahdollistaa itsenäisen työskentelyn
- Johtava ravitsemusterapeutti vastaa toiminnasta
- Perus- ja erityistason ravitsemusterapiapalvelut kaikille asukkaille
- Ravitsemuksen asiantuntijatuki ammattilaisille
- Ravitsemusterveyden edistämisen kehittäminen ja koordinointi

päijät  **sote**

**Päijät-Hämeen
ravitsemusterveyden
edistämisen suunnitelma**

2021-2025



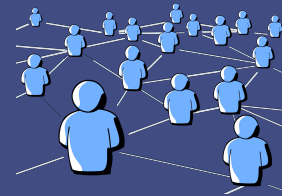
Suuntaviivat
ravitsemusterveyden
edistämistyölle linkittyen muihin
alueellisiin
hyvinvointisuunnitelmiin

**Päijät-Hämeen
ravitsemusterveyden
edistämisen työryhmä**



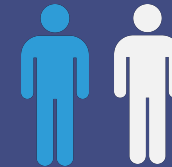
Suunnitelman
toteutumisen seuranta ja
arviointi

**Alueelliset
ravitsemusterveyden
edistämisen teemaverkostot
ja alatyöryhmät**



Alueellinen suunnittelu ja
kehittäminen, kokemusten ja
käytäntöjen jakaminen ja yhteistyön
tiivistäminen

**Kuntien ja yksiköiden
omat työryhmät ja
yksittäiset ammattilaiset**



Kunta- ja yksikötason suunnittelu
ja kehittäminen sekä
ravitsemusasioiden huomioiminen
eri toimintaympäristöissä

**Asukas, asiakas
ja potilas**



Hyvinvoinnin ja terveyden
lisääntyminen
ravitsemuksen keinoin

Päijät-Hämeen ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelma 2021-2025: Vastuutahot ja painopisteet eri ikäryhmien osalta

KUNTA-, SOTE- JA JÄRJESTÖTOIMIJAT SEKÄ YKSITYISET TOIMIJAT

tukevat asukkaiden terveyttä
edistävää ravitsemusta
omassa toiminnassaan

RAVITSEMUSTERAPEUTIT

vastaavat ravitsemusterapia-
palveluista ja tukevat muita
toimijoita

Lapset ja lapsiperheet:

- Vahvistetaan yhteistyössä vanhempien kanssa lasten ja nuorten tasapainoisen ja myönteisen ruoka- ja kehosuhteen rakentumista ja syömisen taitoa
- Tuetaan lapsiperheiden säännöllistä ruokarytmiä sekä terveyttä edistäviä ja kestäviä ruokavalintoja
- Vahvistetaan ruokakasvatuksen jatkumoa varhaiskasvatuksesta kouluun
- Tuetaan hyvää ravitsemusta varmistamalla ruuan saatavuus ja yhteisölliset ruokailumahdollisuudet

Aikuiset:

- Vahvistetaan aikuisten tasapainoista ja myönteistä ruoka- ja kehosuhdetta sekä syömisen taitoa
- Tuetaan työssä käyvien, etätyötä tekevien ja työelämän ulkopuolella olevien aikuisten säännöllistä ruokarytmiä sekä terveyttä edistäviä ja kestäviä ruokavalintoja
- Tuetaan hyvää ravitsemusta varmistamalla ruuan saatavuus ja yhteisölliset ruokailumahdollisuudet

Ikääntyneet:

- Tuetaan yhteistyössä omaisten ja läheisten kanssa kotona asuvien ikääntyneiden toimintakykyä
- Tuetaan ikääntyneiden säännöllistä ruokarytmiä sekä monipuolisia, terveyttä edistäviä ja kestäviä ruokavalintoja
- Tuetaan hyvää ravitsemusta varmistamalla ruuan saatavuus ja yhteisölliset ruokailumahdollisuudet

Lapsiperheet, aikuiset ja ikääntyneet:

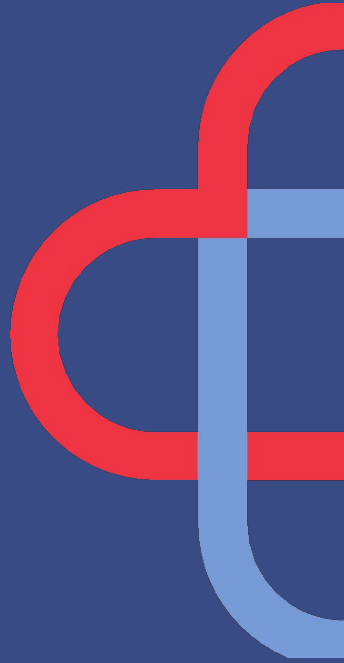
- Varmistetaan ravitsemusasioissa tukea tarvitsevien asukkaiden palvelut ennakoiden, joustavasti ja tasavertaisesti
- Varmistetaan ravitsemuksen asiantuntijatuki ammattilaisille

Terveen
kasvun
tukeminen

Heikommassa
asemassa
olevien hyvän
ravitsemuksen
tukeminen

Kotona
asumisen
tukeminen ja
vajaa-ravitsem-
uksen ehkäisy

Nykytila



Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ravitsemusterapeutit

Aiemmin hajasijoitettuina

TESA/Medisiininen/ sisätautiplk
5 ravitsemusterapeuttia
1 johtava ravitsemusterapeutti

TESA/ th avovastaanotto/avosh
1 ravitsemusterapeutti

TESA/Medisiininen/lastentautienplk/
1 ravitsemusterapeutti

TESA/Kehittäminen ja te/Hyvinvoinnin
edistäminen
1 ravitsemusterapeutti

IKU/Ikäntyneet ja kuntoutus
1 ravitsemusterapeutti

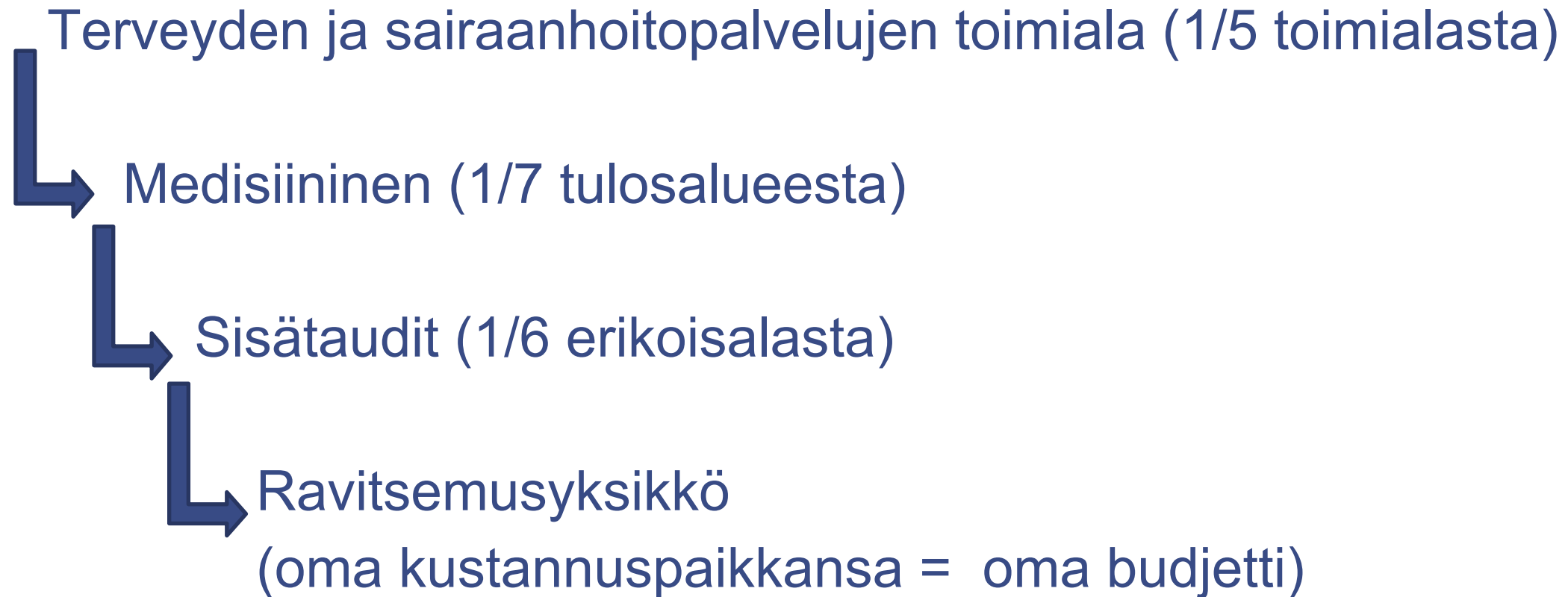
1.1.2020 aloitti ravitsemusyksikkö

Ravitsemusyksikkö

1 johtava ravitsemusterapeutti
9 ravitsemusterapeuttia

+ 1 ravitsemusterapeutti 2021-
+ 1 hanketyöntekijä 2021-
1 ravitsemusterapeutti 40% 2022-
+ 1 ravitsemusterapeutti 2023
+1 sihteeri 2023-

Ravitsemusyksikkö organisatorisesti Päijät-Sotessa



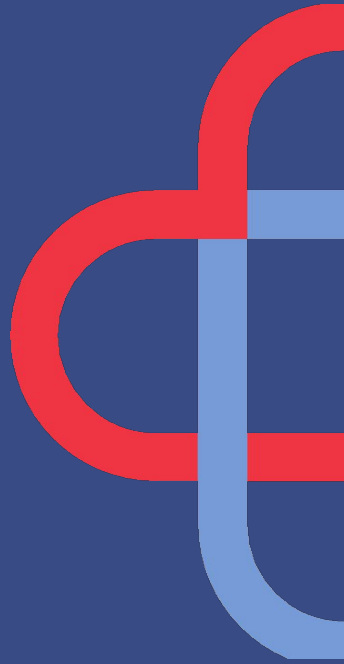
Ravitsemuksen tukirankoina mm.

- Ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelma
 - 2021-2025 (ensimmäinen oli vuosille 2015-2020)
 - <https://paijat-sote.fi/ela-hyvin/ravitsemus/tukea-ammattilaisille/>
 - Linkitetty alueellisiin ja kuntien hyvinvointisuunnitelmiin
 - Ravitsemusterveyden edistämisen työryhmä
- Kiinteä yhteistyö ruokapalvelutoimijoiden kanssa
 - Sotessa yhteinen Ravitsemuskäsikirja
- Ylimmän johdon ja lähiesimiesten tuki
- Muiden ammattilaisten tuki
 - Mm. Hyte-yksikkö
- Ravitsemus on osa omavalvontasuunnitelmaa
- Ravitsemusterapeuttien verkostoituminen ”omissa lähityöyhteisöissään”
- Vahva verkostoituminen muuallakin kuin sotessa

Mitä olemme yhdessä saaneet aikaan mm.

- Muutoksille myönteinen, innostava ja kannustava ilmapiiri
- Sovitut työnjaot ja työparit
- Palvelupyyntökriteerit eri tahoille
- Palvelujen laajennus perustasolle
- Ryhmät, ryhmävastaanotot, etävastaanotot
- Yhteisvastaanottoja muiden ammattilaisten kanssa
- Tekstiviestimuistutus sovitusta vastaanottoajasta
- Potilaskortit eli ravitsemusterapeutin toimintakortit
- Yhteistyötä alueen muiden kuin sote-toimijoiden kanssa mm. liikuntaneuvojat
- Kutsut sähköisesti, ajanmuutokset/peruutukset takaisinsoittopalvelun kautta

Miten olemme päässeet nykytilaan?



Pari huomiota

1. Emme ole tehneet resurssitarvekyselyä
2. Tarve perusteltu kuntalaisten terveys/sairaushaasteilla ja olemassa olevilla ravitsemusterapeuttiressursseilla/niiden puutteella

Perusteluja ravitsemusyksikölle

- Palvelut integroidaan terveyden edistämisen sekä perus- ja erityistason osalta
- Resurssit kohdennetaan koordinoitusti sinne, missä niitä tarvitaan
- Palvelut tuotetaan tasalaatuisesti, tasa-arvoisesti ja joustavasti alueen asukkaille ja ammattilaisille tarpeen mukaan
- Ravitsemushoitoa ja ravitsemusterveyden edistämistä kehitetään aktiivisesti
- Ravitsemusasiantuntemusta hyödynnetään laaja-alaisesti
- Ravitsemus saadaan näkyvämmäksi alueella
- Ravitsemusterapia ja ruokapalveluosaaminen tukevat sisällöllisesti toisiaan
- Yhteistyö vahvistuu eri ammattilaisten ja tahojen kanssa

Ravitsemukseen kannattaa panostaa

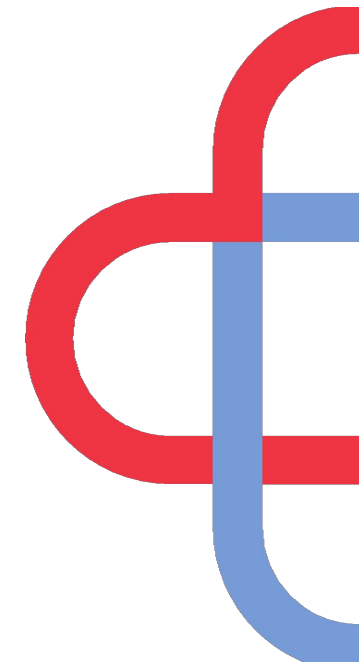
Ravitsemusterveyden edistäminen

- Sairauksien ennaltaehkäiseminen ja toimintakyvyn ylläpito on edullisinta hoitoa
- Ravitsemusterveyden edistäminen on osa moniammatillista terveydenedistämisen kokonaisuutta: hyvä ravitsemus on terveyden ja hyvinvoinnin perusta
- Joukkoruokailu kaventaa hyvinvointi- ja terveyseroja tarjoamalla kaikille mahdollisuuden syödä terveellisesti
- Päijäthämäläiset ikääntyvät ja hoivantarve kasvaa ravitsemuksen osalta
- Ravitsemusterapeutti tukee asiantuntemuksellaan alueen kuntia ja maakuntaa ravitsemusterveyden edistämistyössä

Ravitsemukseen kannattaa panostaa

Potilasohjaus

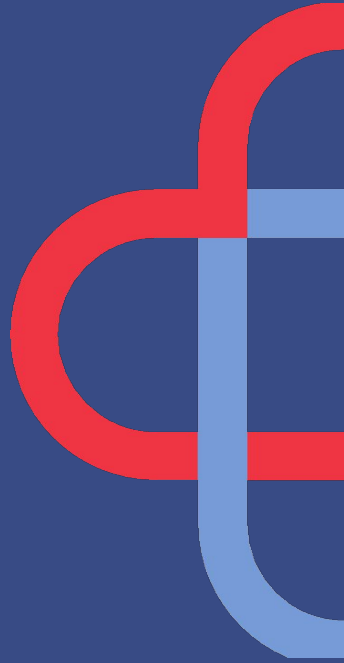
- Laadukas ja oikea-aikainen ravitsemushoito osana sairauksien hoitoa ja ehkäisyä vähentää kustannuksia
- Potilaan hyvä ravitsemus parantaa hoitotuloksia, lyhentää hoitajaksoja ja estää lisäsairauksia
- Potilasohjauksen lisäksi ravitsemusterapeutti tukee muita ammattilaisia potilaiden ravitsemushoidon toteuttamisessa
- Nykyresursseilla ravitsemusterapiaa saa vain pieni osa sitä tarvitsevistä päijäthämäläisistä asukkaista



Vaikuttava ravitsemushoito

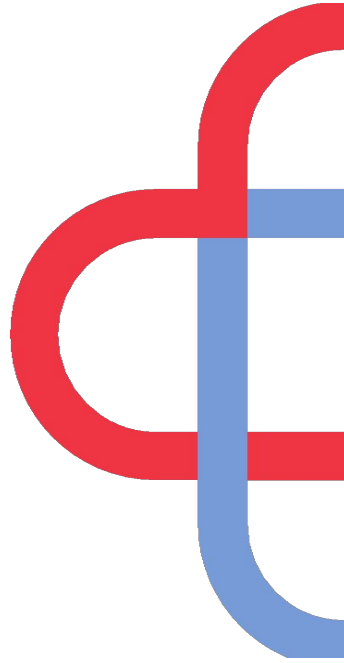
- Ikääntyneiden vajaaravitsemus
 - Huonontaa toimintakykyä, kotona asumisen mahdollisuutta
 - Lisää palvelun tarvetta
- Sairaalapotilaan vajaaravitsemus
 - Hidastaa toipumista, pitkittää sairaalajaksoa
 - Lisää riskiä uudelle sairaalajaksolle
 - Huomio myös kotiutuvan potilaan ravitsemukseen
- Huono hoitotasapaino
 - mm. diabetes, munuaissairaudet, keliakia, IBS, IBD, syömishäiriöt
- Sairauksien ehkäisy
 - mm. lihavuus, verenpaine, dyslipidemia

Tulevaisuus hyvinvointialueella



Päijät-Hämeen hyvinvointialueella

- Työmme jatkuu ja kehittyy
- Perusterveydenhuollossa – yhteistyön rakentaminen yksityisen palveluntuottajan kanssa
- Viestiminen hyvinvointialueen päättäjille ja terveyden edistämisen valiokunnalle
- Yhteistyö kuntien kanssa
- Yhteistyö ruokapalveluiden kanssa
- Yhteistyö järjestöjen kanssa
- Yhteistyö koulutusorganisaatioiden kanssa



Ammattilaiset voivat edistää ravitsemusterveyttä monilla eri tahoilla



Koottu Päijät-Hämeen ravitsemusterveyden edistämisen työryhmässä 10.5.2022

Ruokapalvelut

Lähiesimies- ja esimiesverkosto

Sapere-tiimi

Kotitalousopettajien
verkosto

Neuvola-, koulu- ja opiskelijaterveydehuolto

Työikäisten palvelut

Hyvinvointityöryhmä

Opettajat

Perheet

Varhaiskasvatus, myös yksityinen

Luontoaskel terveyteen -verkotot

Maistuva koulu -työryhmä

Lähikunnat

Kestävät ja ympäristöystävälliset palvelut -verkosto

Ruokapalvelut

Sivistystoimi

LAPE-ryhmä

Liikuntaneuvojien paikallinen ja

Opetushenkilöstö

Syömispulmaiset lapset -työryhmä

Monipalvelupotilaan tiimit

valtakunnallinen verkosto

Vakan ja koulun johtotiimi

Hyvinvointialueen muodostamiseen

Terveysvalmennus

Yhteisökahvilatoiminta

Suun terveys

Martat

liittyvät verkostot

-etävastaanotto

Kouluruuan palveluntuottajat

Avosairaanhoito

Ravitsemusyksikkö/ravitsemusterapeutit

Ikäihmiset ja erityisryhmät

Ilmastokumppanuusverkosto

Etsivä nuorisotyö

Varhaiskasvatus

Työttömien kohtaamispaikkojen asiakkaat ja
ammattilaiset

Yläkoulun ja lukion kotitaloustunnit

Ruokapalvelupäälliköt

Ravitsemukseen ja ruokakasvatukseen
liittyvät hankkeet

Ravitsemusterveyden edistämisen

Sairaala ja tutkimus

Lasten, nuorten ja perheiden työryhmä

työryhmät ja verkostot

Perusterveydenhuolto

Koulun ruokaraati

Oman kunnan ruokapalveluryhmä

Yliopisto ja yliopistokeskus

Kunnan ruokakasvatustyöryhmä

Oma perhe, ystävät ja sukulaiset

Keskussairaalan ravitsemustyöryhmä

Lasten kaverit

Hyte-koordinaattoreiden verkosto

Planetary health -verkosto

Ravintola- ja catering-alan työryhmä

Työttömien terveyspalvelut

Seurakunta

Vähähiiliset hankinnat ja

Työllisyyteen liittyvät verkostot

Oman koulun kouluruoka-agenttityöryhmä

ilmastohankinnat -verkotot

Pikkulapset, esipetus ja koululaiset

Potilas- ja asiakasturvallisuustiimi

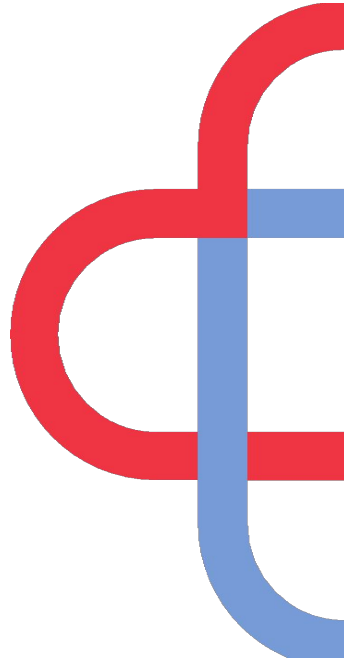
Tyhy-ryhmä

Onnistumisen elementtejä

- **Teemme** systemaattista moniammatillista yhteistyötä eri toimijoiden kanssa hyvän päälle rakentaen, tukien ja kannustaen, seuraten ja arvioiden ja sitä kautta asioita yhdessä kehittäen
- **Tuemme** muita ammattilaisia ja vahvistamme heidän ravitsemusosaamistaan
- **Varmistamme** ravitsemusterapiapalvelujen saatavuuden toimimalla joustavasti toimijoiden ja asiakkaiden tarpeiden mukaan
- **Tavoitamme** suuremman joukon ravitsemusohjauksesta hyötyviä ihmisiä kehittämällä ryhmiä, ryhmävastaanottoja ja ryhmätilaisuuksia
- **Viestimme** ravitsemuksesta myönteisellä tavalla ruokailoa jakaen

Ravitsemusterapiaa ja ravitsemusterveyttä

- [Ravitsemusterapia - Päijät-Sote \(paijat-sote.fi\)](http://paijat-sote.fi) ulkoiset sivut
- [Elämänlaatua ruuasta | Vates](#) TE-hanke
- [Elämänlaatua ruuasta -koulutukset verkossa | Vates](#) osallistu – jaa tieto verkostoissasi
- [Yliopistoyhteistyöllä kestävä ja terveellinen ruoan innovaatioihin | Lahden Yliopistokampus](#) -Yhteistyö Luontoaskel terveyteen ohjelman kanssa





Ravitsemusyksikön
väki
kehittämispäivässä
syksyllä 2022