

Työohje: Liikuntaneuvonta

Vastuualue: Terapiapalvelut

Erikoisala/Palvelualue/Yksikkö: Terapiapalvelut PTH, fysioterapia

Hyväksyjä: palvelupäällikkö Ritva Mönkkönen

Laatija: Tuija Heikkinen, Elina Lehikoinen, Sari Pietarinen ja Kati Pykäläinen

Hyväksytty: 1.12.2023

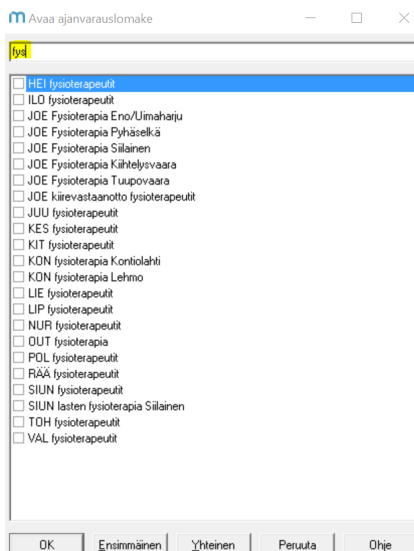
Voimassa: 31.12.2024

Fysioterapeutit auttavat asiakasta löytämään sopivia liikkumistapoja osana asiakkaan arkea. Kohderyhmänä ovat tyypin 2 diabetekseen ja sepelvaltimotautiin sairastuneet, ylipainoiset odottavat äidit, erikoissairaanhoidon painonhallintaryhmään osallistuvat asiakkaat eli ENE-ryhmäläiset tai lihavuusleikatut, pitkäaikaistyöttömät sekä asiakkaat, joilla on kansansairauksien riskitekijät koholla ja liikkuminen on vähäistä. Fyysisen aktiivisuuden lisääminen on merkittävä osa pitkäaikaissairauksien ennaltaehkäisyä ja hoitoa, jossa asiakkaan oman motivaation tukeminen on tärkeässä roolissa. Pääpaino liikuntaneuvontatapaamisissa on asiakkaan aktiivisen arjen tukemisessa, mutta tarpeiden mukaisesti voidaan käsitellä myös muita elintapoihin liittyviä teemoja tai ohjata asiakas toiselle asiantuntijalle.

Ohjautuminen liikuntaneuvontaan

Liikuntaneuvontaa on saatavilla kaikilla Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen terveysasemilla. Ohjautuminen liikuntaneuvontaan tapahtuu sote-ammattilaisen lähettämänä (ajanvaraus fysioterapeutin ajanvarauskirjalle tai tiedoksi-viestillä) tai asiakas voi itse hakeutua palveluun varaamalla ajan verkkoajanvarauksen kautta tai soittamalla fysioterapian palvelunumeroon (013-3302601).

Liikuntaneuvontakäynnit ovat asiakkaalle maksuttomia.



Fysioterapeutin ajanvarauskirjan aukaiseminen:

- paina **crtl+f11**
- hakusana **fys** (viereinen kuva)
- valitse oikea terveysasema

Varaa aika fysioterapian avovastaanottokirjalle (esim. TOH_FYS Fysioterapian avovastaanotto, Tohmajärvi) valitsemalla aikatyypin FT tai FT60WEB (kuva alla).

TERAPIAPALVELUT TOHMAJÄRVI PTH - TOH_FYS Fysioterapian avovastaanotto, Tohmajärvi
to 2.11.2023
TOHTP
Terveysasema Tohmajärvi
07:50 - 08:00 KOK
<input type="checkbox"/> 08:00 - 09:00 FT
<input type="checkbox"/> 09:15 - 10:15 FT60WEB
<input type="checkbox"/> 10:15 - 11:15 FT

Ensisijaisesti pyritään toteuttamaan ensimmäinen käynti etävastaanottona, jolloin vaihdetaan aikatyypin FT tai FT60WEB f9-painikkeella ETÄVO-aikatyypiksi ja varaa aikaa tämän jälkeen asiakkaalle. Mikäli asiakkaalle ei sovi etävastaanotto, varaa normaalisti FT tai FT60WEB-aikatyypille aikaa. Muista lisätä varaamissyksä liikuntaneuvontaa. Huom. Muistathan tarkistaa asiakkaan perustiedoista etävastaanottoluvan sekä käytössä olevan sähköpostiosoitteen ja puhelinnumeron. Tarvittaessa lisää puuttuvat tiedot.

Jos varaat ajan suoraan fysioterapian ajanvarauskirjalle, sinun ei tarvitse lähettää tiedoksi-viestiä.

Tarvittaessa tiedoksi-viesti kohdistetaan kunkin kunnan fysioterapiaan, esim. Fysioterapia, Tohmajärvi. Kirjauksessa tulee ilmetä, että asiakas ohjataan liikuntaneuvontaan. Lähettävä taho lisää käyntitekstiinsä Mediatriin keskimmäiseen sarakkeeseen Insert-napilla "Tiedoksi-PTH" -otsikon ja kolmanteen sarakkeeseen painaa Ctrl+Enter ja "rajaa" kohtaan kirjoittaa paikkakunnan fysioterapian esim. "Fysioterapia, Tohmajärvi".

Käyntisy/dg	
Tiedoksi-PTH	Fysioterapia, Tohmajärvi
ALLEKIRJOITUS	

Tiedoksi-viestin saavuttua fysioterapeutti on puhelimitse yhteydessä asiakkaaseen ajan varaamiseksi ja merkitsee tiedoksi-viestin valmiiksi.

Liikuntaneuvonnan palveluketju



LIIKUNTANEUVONTAPROSESSI

