



OSAVUOSIKATSAUS 2022

TOIMITUSJOHTAJALTA

Opiskeluyhteisötyöllä vaikutetaan tulevaisuuteen

Poikkeuksellisista oloista tuntuu tulleen uusi normaali. Alkuvuoden elimme koronan varjossa, keväällä kuormaan lisättiin Ukrainan sota ja heti perään inflaatio ja energiakriisi. Ja nyt koronakin kuuluu taas keräävän voimiaan. Poikkeuksellinen kuormitus opiskelijoiden arjessa jatkuu ja haastaa meitä opiskeluterveydenhuollossa. Miten organisoimme resurssit, kehitämme toimintaa ja teemme yhteistyötä niin, että vahvistamme opiskelijoiden terveyttä ja hyvinvointia ennalta, ja että tarvittaessa apua on lähellä ja saatavissa? Näitä asioita pohdimme YTHS:llä päivittäin.

Kuluvana vuonna on tapahtunut niin paljon, että YTHS laajentuminen palvelemaan myös ammattikorkeakouluissa opiskelevia tuntuu jo kaukaiselta historialta. Elämme kuitenkin vasta toista vuotta uudessa toimintaympäristössä. Muutos ei ole vielä valmis, mutta uskallan sanoa, että olemme jo pitkällä. Kertyneen datan ja saatujen oppien avulla olemme tänä vuonna kehittäneet palvelumallin yksittäisiä osia ja osien yhteensopivuutta sekä palveluverkon toimivuutta. Työtä digitalisaation hyödyntämiseksi ja monikanavapalvelujen rakentamiseksi on jatkettu päämäärätietoisesti. Haluamme olla tavattavissa niin verkossa kuin kivijalassakin - siellä, missä se asiakkaan näkökulmasta on tehokasta ja tarkoituksenmukaista. Tämä on yksi ratkaisu palvelujen saatavuuteen ja riittävyyteen ja tähän tulemme jatkossakin keskittymään.

Opiskeluterveydenhuollon on pystyttävä nyt ja jatkossa tarjoamaan korkeakouluopiskelijoille perusterveydenhuollon tasoiset palvelut saavutettavasti ja hoitotakuun mukaisesti. Vain sairaudenhoitoon keskittyminen on kuitenkin lyhytnäköistä paitsi resurssien ja rahoituksen myös asiakkaidemme näkökulmasta. Viime vuosina on käynyt yhä selvemmäksi tarve matalan kynnyksen palveluille, opiskeluyhteisötyölle, terveyden edistämiseksi ja koko korkeakoulu-yhteisön yhteistyölle. Pidän ensiarvoisen tärkeänä, että me YTHS:llä tuotamme opiskelijoille hyödynnettäväksi työkaluja ja toimintatapoja ja opiskelukyvyn ja terveyden ylläpitämiseksi, innostamme opiskelijoita niiden käyttöön ja ohjaamme korkeakouluja kehittämään toimintatapojaan terveyden ja opiskelukyvyn näkökulmista. Näillä toimilla voimme vaikuttaa positiivisesti juuri nyt opiskelevien nuorten tulevaisuuteen. Tähän meillä YTHS:llä on terveydenhuollon kentässä poikkeuksellinen verkosto, asiantuntemus ja ammattitaito.



Katariina Poskiparta
Toimitusjohtaja

Hankkeita hyvinvointivajeen korjaamiseksi

Kesästä 2021 alkaen YTHS on tuottanut lisäpalveluja koronan aiheuttamien haittojen lieventämiseen, korkeakouluopiskelijoiden opiskelukyvyyn tukemiseen ja hyvinvoinnin varmistamiseen. Näiden palvelujen tuotanto jatkuu vuoden 2022 loppuun saakka. Lisäpalvelut rahoitetaan YTHS:lle myönnettyllä 5 miljoonan euron valtionavustuksella.

Hyvinvointivajeen korjaamiseksi YTHS on toteuttanut laajan toimenpidekokonaisuuden, joilla on tuotettu mielenterveyden hoidollisia ja matalan kynnyksen palveluja. Keskeinen osakokonaisuus lisäpalveluissa on ollut myös oman henkilöstön ja koko korkeakoulu yhteisön mielenterveysosaamisen lisääminen.

Hoidollisia palveluja

- YTHS:n omaa lyhytterapian palvelutuotantoa on täydennetty ostopalveluilla.
- Tasavirtastimulaatiohoidon käyttöä on laajennettu uusiin palvelupisteisiin.
- Hoidollisia ryhmiä on tarjolla aiempaa enemmän.
- SelfChatin ylimääräinen hoidollinen linja palveli kesään 2022 saakka. Chatissä käytiin yli 14 000 keskustelua, hoidontarpeen arviota ja ohjausta avun piiriin.

Matalan kynnyksen palveluja

- Kaikille avoin ja anonyymi MieliChat palveli vuoden ajan 06/2021-06/2022. Kaikkiaan MieliChatissä käytiin yli 3000 keskustelua. Keskeisiä puheenaiheita olivat ahdistus, yksinäisyys ja yhteiskuntaan liittyvät huolet.
- Opiskelijoiden käyttöön on hankittu digitaalista terveyden, hyvinvoinnin ja opiskelukyvyyn edistämisen materiaalia. Lifeclassin videoaineistot ovat olleet käytettävissä kevättalvesta 2022, kuluva syksy on tuonut tarjontaan myös henkilökohtaisia videotapaamisia Auntie-hyvinvointipalvelun ammattilaisten kanssa sekä SiltaFocuksen verkkovalmennusta keskittymiskyvyn parantamiseen ja arjen stressinhallintaan.

Osaamisen kehittämistä

- Kevästä 2022 lähtien on toteutettu YTHS:n psykologien vetämiä Mielen-terveyden ensiapu® -koulutuksia sekä Yksinäisyystyön menetelmäkoulutuksia.



Kasvava ja kehittyvä Self

Osana digitalisaation hyödyntämistä ja palvelujen kehittämistä opiskelijoiden Self-verkkopalvelua on tänä vuonna uudistettu niin sisällön kuin käytettävyydenkin osalta. Uudistuksessa kiinnitettiin huomiota myös palvelun saavutettavuuteen, rakenteeseen ja visuaaliseen ilmeeseen.

Self vastaa nyt entistä paremmin opiskelijoiden digiasioinnin tarpeisiin. Selfissä opiskelija voi chatin, etävastaanoton ja ajanvarausten hallinnan lisäksi hoitaa terveyteen liittyviä asioita omatoimisesti digitaalisilla asiointilomakkeilla. Opiskelijoiden käytössä on laaja valikoima hoidontarpeen arviointiin liittyviä lomakkeita sekä mm. raskaudenehkäisyn ja matkailuterveyden palvelulomakkeita. Opiskelija voi täyttää oireisiinsa sopivan lomakkeen ja odottaa yhteydenottoa.

Uutena osiona Selfistä löytyy myös kaikille avoimia terveydenedistämisen palveluja. Tällä hetkellä käytettävissä on muun muassa yli 90 videon video-kirjasto, joissa käsitellään laajasti mielen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä, masennusta, unta ja päihteiden käyttöä.



Tehokkuutta toiminnanohjausjärjestelmistä

Joustava-mallilla suunterveys kerralla kuntoon

YTHS:n suun terveydenhoidossa on perinteisen vastaanottotoiminnan rinnalla käytössä ns. Joustava-malli. Mallia kokeiltiin reilun vuoden ajan Töölössä ja tänä vuonna se on otettu käyttöön myös Jyväskylän, Oulun, Turun ja Tampereen Hervannan palvelupisteissä.

YTHS:llä Joustava-mallin tavoitteena on hoitaa asiakas kerralla kuntoon. Moniammatilliseen tiimiin kuuluu hammaslääkäreitä, hammashoitajia, suuhygienistejä sekä toimintaa koordinoiva kapellimestari, joka kutsuu potilaat oikeaan aikaan vastaanotolle ja ohjaa järjestelmän avulla hoitovuoroja ammattilaisille. Ammattilaisilla on hoituhuoneissa käytössään toiminnanohjausjärjestelmä, johon tarvittava hoitoaika kirjataan. Suuhygienistit ja hammaslääkärit voivat myös konsultoida toisiaan ohjelman kutsutoiminnon avulla.

Asiakkaalle Joustava-mallissa annetaan tarkan ajan sijasta tunnin aikaikkuna ja käynnin aikana tehdään tarpeen mukaan sekä suun terveystarkastuksia että korjaavaa ja ylläpitävää hoitoa. Kun yhdellä hoitokäynnillä tehdään mahdollisimman paljon, vähennetään merkittävästi jatkokäyntien tarvetta.

YTHS:n henkilöstön ja asiakkaiden kokemukset Joustava-mallista ovat olleet positiivisia ja molemmilta tahoilta on saatu hyviä ajatuksia mallin kehittämiseksi edelleen. Joustava-mallissa hoidetaan YTHS:llä tällä hetkellä useita satoja opiskelijoita kuukausittain ja näistä kerralla kuntoon tulee lähes 50 prosenttia.

Mielenterveyden hoitoa yhdenmukaisesti ja tavoitteellisesti

Mielenterveystyön tehostamiseksi YTHS:llä otetaan tänä vuonna valtakunnallisesti käyttöön toiminnanohjausjärjestelmä, joka tukee yhdenmukaisia mielenterveys- ja päihdetyön toimintatapoja, selkiyttää hoitopolkua ja edistää hoidon toteutumista tavoitellulla intensiteetillä. Asiakkaan näkökulmasta tavoitteena on, että hoitoon pääsy nopeutuu ja hoito käynnistyy tiiviinä ja tavoitteellisenä. Järjestelmä ohjaa hoitosuunnitelman laatimista asiakkaan tarpeita vastaavaksi ja hoitosuosituksiin perustuvaksi.

Mielenterveystyön toiminnanohjausjärjestelmää on kevään aikana pilotoitu Joensuun palvelupisteessä, josta saatujen kokemusten avulla järjestelmää on räätälöity YTHS:n tarpeisiin. Lokakuussa käynnistynyt valtakunnallinen käyttöönotto toteutetaan alue kerrallaan loppuvuoden aikana.

Mestareita ja kisällejä

Lääkäreiden mentorointiohjelman pilotti käynnistyi YTHS:llä tammikuussa, ja parhaillaan on käynnissä haku ensi vuoden ohjelmaan. Lähes vuoden kestävään valmennukseen sisältyy mentoreiden ja aktorien säännöllisiä kahdenkeskisiä ja koko valmennusryhmän yhteisiä tapaamisia. Vuorovaikutteisen prosessin tavoitteena on tarjota sparrausta aktoreiden ammatilliselle polulle sekä tukea ammatillista kasvua ja osaamisen kehittymistä. Saatujen kokemusten pohjalta arvioidaan mahdollisuutta laajentaa mentorointiohjelmaa tulevaisuudessa lääkäreiden lisäksi muihinkin ammattiryhmiin.

Toukokuussa YTHS:n Töölön palvelupisteessä valmistui oppisopimuskoulutuksella neljä hammashoitajaa. Oppisopimuskoulutus kesti kaikkiaan lähes vuoden ja se toteutettiin yhteistyössä Stadin ammattiopiston kanssa. Positiivisten kokemusten myötä oppisopimuskoulutuksia avattiin lisää ja uudet kisällit ovat jo aloittaneet. Ensi vuonna YTHS:ltä valmistuu viisi uutta oppisopimuksella koulutautunutta hammashoitajaa.

Onnea YTHS:n ensimmäisille oppisopimuskoulutetuille hammashoitajille Vilmalle, Ennalle, Wendylle ja Sithalle! Kuvassa mukana myös oppisopimusohjaajat Joel ja Silja.



Opiskeluyhteisötyötä verkossa ja kampuksilla

Viime keväänä kampuksilla alkoi kahden vuoden koronataulun jälkeen näkyä liikettä, mutta opiskeluyhteisötyötä tehtiin kuitenkin vielä pääsääntöisesti verkossa. Hyväksi havaitut webinaarit saivat jatkoa, ja keräsivät kaikkiaan satoja osallistujia monien erilaisten terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien aiheiden ympärille.

Monikanavaista terveydenedistämistä

YTHS-päivän *Yhteistyöllä opiskelijoiden hyvinvointia* -webinaarissa maaliskuussa avattiin kuulijoille YTHS:n opiskeluyhteisötyötä ja opiskelijoiden hyvinvoinnin parantamiseksi kehitettyjä toimintamalleja. Tilaisuuteen osallistui lähes 300 opiskeluyhteisötyöstä kiinnostunutta.

Helmikuussa *ksylitoliviikko* valtasi somekanavat suunterveyden teemoilla. Teemaviikko oli näkyvästi esillä myös YTHS:n palvelupisteissä.

Osana opiskelijoiden mielenterveyspäivän kampanjaa huhtikuussa YTHS ja Nyyti järjestivät yhdessä *Tuella ja itsemyötätunnolla takaisin opintoihin* -webinaarin yli 200 kuulijalle. Webinaarissa vahvistettiin itsemyötätuntoa ja syvennyttiin mielenterveyden haasteiden takia opintonsa keskeyttäneiden opiskelijoiden tilanteeseen.

Vappuviikolla YTHS:n väki jalkautui kampuksille. *Turvallista vappua! #SafeSex* -seksuaaliterveyden kampanja näkyi kampuksilla ja somekanavissa 25.–29.4.2022. Kampanjaviikolla nostettiin esiin seksuaaliterveyttä, seksuaalisuuden myönteisiä hyvinvointivaikutuksia ja muistutettiin turvallisesta seksikäyttäytymisestä. Lisäksi IG-livessä kuultiin suoraa puhetta seksistä.

11 opiskeluympäristöä tarkastettu

Opiskeluympäristön tarkastukset eli OPY-tarkastukset ovat YTHS:n lakisääteinen tehtävä ja yksi opiskeluyhteisötyön peruspilareista. Niistä saatava tieto syventää ymmärrystä opiskeluyhteisöstä ja lisää valmiuksia tukea opiskelijaa.

Tänä vuonna toteutettujen opiskeluympäristön tarkastusten tiedot on koottu uuteen digitaaliseen OPY-portaaliin. Portaali sujuvoittaa tarkastustoimintaa, tuo tulokset entistä helpommin hyödynnettäväksi ja tehostaa kehittämistoimien seuranta. Elokuun loppuun mennessä uuteen järjestelmään on avattu 11 opiskeluympäristön tarkastuskertomusta.

Kyykyllä opiskelukykyä

YTHS myöntää vuosittain henkilöstölle hankerahaa, jolla voidaan toteuttaa erilaisia terveyden edistämisen hankkeita yhdessä sidosryhmien kanssa. Keväisin valitaan ja palkitaan edellisvuoden onnistuneimmat hankkeet. Keväällä 2022 kärkihankkeena palkittiin YTHS ja LAB-ammattikorkeakouluyhteisön *Kyykyllä opiskelukykyä* -videosarja. Valinnassa kiitettiin sitä, että videot motivoivat liikkumaan, materiaalia on mahdollista hyödyntää laajasti, ne liittyvät YTHS:n vuosien 2021–2022 terveyden edistämisen liikuntateemaan ja on toteutettu yhteisöllisesti. Videot voi katsoa YTHS:n YouTube-kanavalta.

