



OSAVUOSIKATSAUS 2023

TOIMITUSJOHTAJALTA

YTHS on osa terveydenhuollon haasteiden ratkaisua

Kuluva vuosi 2023 on ollut poikkeuksellinen koko maassa monella tapaa. Taloutta on vaivannut korkea inflaatio ja kustannukset ovat nousseet. Terveystenhuollon toimialalla vaikutus on näkynyt myös palkkojen nousuna. Koronan jälkimainingeista paluu normaaliin ei ole sujunut vaivatta, koska terveydenhuollon palvelukysyntään on ehtinyt kahden vuoden aikana kertyä patoutunutta palvelutarvetta. Lisäksi toimialaa yleisesti vaivaava työvoimapula ei ole helpottanut. Palvelukysyntä myös YTHS:n palveluissa on pysynyt korkealla tasolla.

Kaikkien haasteiden keskellä olemme sinnikkäästi valmistautuneet 1.9.2023 kiristyneeseen hoitotakuulainsäädäntöön. Olemme myös jatkaneet terveyden edistämisen ja opiskeluyhteistyön vahvistamista palveluissamme lain edellyttämällä tavalla. Aivan erityistä huomiota olemme kiinnittäneet yhteistyön tiivistämiseen opiskelijajärjestöjen, korkeakoulujen ja erityisesti uusien vuoden 2023 alusta aloittaneiden hyvinvointialueiden kanssa.

Hoitotakuun kiristyessä olemme sujuvoittaneet palvelumalliamme tarttumalla hoitoprosessin pulonkauloihin ja kirkastaneet hoidon porrastusta. Opiskelijoita ohjataan yleis- ja mielenterveyden palveluissa hoidon tarpeen arvion perusteella vahvemmin matalan kynnyksen palveluihin. Kun toimimme näin hoitopolun alkupäässä, pystymme varaamaan resursseja myös hoitoa enemmän tarvitseville. Digitaaliset palvelut ovat turvanneet palvelujen saatavuutta valtakunnallisesti.

Jatkamme suunnitellusti opiskelijoiden terveyden edistämistä ja sairauksien ennaltaehkäisytyötä, vaikka hoitotakuun kiristymisen vuoksi kaikki resurssit voisivat tulla käytetyksi pelkästään terveyden- ja sairaanhoidossa. Opiskeluterveystyötä tehdään yhdessä opiskelijajärjestöjen ja korkeakoulujen kanssa, jotta opiskelijat valmistuivat ajallaan ja jatkaisivat hyvinvoivina työelämään.

Koko terveydenhuollon toimialalla on tärkeää, että tarkoituksenmukaiset resurssit ovat käytössä oikeaan aikaan oikeassa paikassa. Me YTHS:ssä teemme osuutemme korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuollossa. Tuotamme käytettävissämme olevilla resursseilla mahdollisimman hyvät kiireettömän perusterveydenhuollon tasoiset palvelut. Tavoitteenamme on, etteivät korkeakouluopiskelijat päädy käyttämään hyvinvointialueiden palveluja epätarkoituksenmukaisesti. Vältämme turhia päällekkäisyyksiä tai asiakkaiden pompottelua. Sujuvuus edellyttää hyvää yhteistyötä ja vuorovaikutusta hyvinvointialueiden kanssa.



Katariina Poskiparta
YTHS:n toimitusjohtaja

Yhteistyötä hyvinvointialueiden kanssa

YTHS haluaa tehdä aktiivista yhteistyötä hyvinvointialueiden kanssa. YTHS:n alueellinen johto on luonut vuoden 2023 aikana yhteyden jokaiseen hyvinvointialueeseen ja aloittanut tapaamisia eri ammattiryhmittäin ja toiminnan eri tasoilla. Tapaamisiin ovat osallistuneet aluejohtajan ohella esimerkiksi alueylilääkärit. Alueilla on nimetty vastuuhenkilöitä, joilla on suora ammatillinen vastinpari omalla hyvinvointialueella.

Niin hyvinvointialueiden kuin YTHS:nkin yhteisenä tahtotilana on, että kumpikin toimija tunnistaa roolinsa perusterveydenhuollon palvelujen tuottajana eikä toiminnoissa synny päällekkäisyyttä. Yhteisenä tavoitteena ovat saumattomat hoitopolut.

Yhteisissä tapaamisissa on käsitelty esimerkiksi avoterveydenhuollon palveluihin hakeutumiseen ja ohjaamiseen liittyviä palautteita, jaettu tietoa ja sovittu viestintäkäytännöistä palveluiden järjestämiseen, erityispiirteisiin ja muutoksiin liittyen. Yhteistyötapaamisissa on sovittu myös hyvin käytännönläheisesti esimerkiksi alueellisista lähetekäytännöistä ja ammattiryhmäkohtaisesta yhteistyöstä.

YTHS Pohjoisen alueella yhteistyö Pohjois-Pohjanmaan, Lapin ja Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueen kanssa on ollut hyvää liittyen erityisesti saumattomien hoitopolkujen kehittämiseen. Aiheena on ollut esimerkiksi suunterveyden palveluissa hoitotakuun toteutuminen ja neuvottelimme särkypäivystykseen liittyvästä yhteistyöstä.



Valmistauduimme hoitotakuulain muutoksiin

Alkuvuonna 2023 valmistauduimme hoitotakuulainsäädännön muutoksiin. Velvoitteet opiskelijoiden hoidontarpeen arvioinnin toteutumisesta ja hoitoon pääsystä tiukentuivat 1.9.2023.

Ennen muutosta YTHS:n palveluihin pääsi yksittäisiä poikkeuksia lukuun ottamatta aina hoitotakuulain mukaisesti. Uudessa hoitotakuussa hoitoon pääsyn ehdot tiukentuivat kuitenkin niin suuresti, että muutos on edellyttänyt palveluihin pääsyn ja hoitopolulla etenemisen merkittävää nopeuttamista, jotta hoitotakuu toteutuisi jatkossakin. Palveluissa pyritään myös tasaamaan vastaanottojen ruuhkia, joita muodostuu etenkin lukukauden aloitusvaiheissa.

YTHS valmistautui alkuvuoden 2023 aikana palveluiden saatavuuden parantamiseen muun muassa tekemällä muutoksia palvelumalliin: hoitoprosessia on kirkastettu ja resursseja kohdistettu hoitopolun alkuun. Myös digitaalisiin palveluihin panostetaan. Jo noin 70 prosenttia YTHS:n asioinneista toteutuu digitaalisesti. Tämä taso pyritään pitämään, kun palvelujen kysyntä kuitenkin samaan aikaan jatkaa kasvuaan.

Yksi ratkaisusta on ollut hoidontarpeen arvioinnin toiminnan muuttaminen. Uusi toimintamalli on oikaissut ajanvarauskäytäntöä ja muuttanut olennaisesti hoidontarpeen arvioinnissa työskentelevien terveydenhoitajien työtä.

Mielenterveyden palveluissa hoidon aloitusta on pyritty nopeuttamaan niin, että opiskelija saa oikein kohdennettua apua ensimmäisen terveydenhoitoammattilaisen kohtaamisessa. Olemme kouluttaneet psykiatriasairaanhoidajia uuteen toimintatapaan ja hyödynnämme omahoidossa Mielenterveyshallon itsehoitomate-

riaaleja. Vaativampaa hoitoa edellyttävissä tilanteissa opiskelija ohjataan hoitopolussa eteenpäin. Syksyn 2023 aikana seuraamme intensiivisesti muutosten vaikuttavuutta hoidon aloitusaikoihin ja hoitoonpääsyyn. Käymme jatkuvaa vuoropuhelua henkilöstön kanssa siitä, miten muutoksissa on onnistuttu ja miten muutosten jälkeen toimintamalleja on ehkä edelleen tarpeen hioa.

Oikein kohdennettua apua mielenterveysasioissa

Uudistimme opiskelijan mielenterveyden hoitoon liittyviä palveluita ja asiointia. Periaatteenamme on, että tarjoamme opiskelijalle tukea mielenterveysasioissa tarpeita vastaavasti porrasteisen hoitomallin mukaisesti. Opiskelija saa oikein kohdennettua apua ensimmäisen terveydenhoitoammattilaisen kohtaamisessa eikä odotusta muodostu hoitopolun alkuun.

Porrasteisessa hoitomallissa palvelu tarjotaan jatkumona: mitä monimutkaisempi opiskelijan tilanne on, sitä intensiivisempää tarjottava hoito on. Tarjoamme hoitoa, joka sopii mahdollisimman hyvin opiskelijan oireisiin ja tilanteeseen ja joka järjestyy mahdollisimman sujuvasti. Suurelle osalle riittää nopeasti alkava ja lyhyt interventio. Näin YTHS:n ammattilaisten apu riittää mahdollisimman hyvin kaikille avun tarpeessa oleville.

Lyhyessä interventiossa psykiatrinen sairaanhoitaja auttaa valitsemaan omahoito-ohjelman ja asettamaan tavoitteen sekä seuraamaan sitä, ohjaa oma-apuaohjelmien käyttöä ja itsehoitoa. Psykiatrinen sairaanhoitaja tarjoaa tarvittaessa kolme asiakkaan lähi- tai etätapaamista ohjatun omahoidon tueksi. Lievissä tai keskivaikeissa oireissa opiskelija voidaan ohjata myös ryhmätoimintaan.

Jos tilanne on vaativampi, opiskelija ohjataan hoitopolussa eteenpäin yleislääkärin vastaanotolle. Myös psykologin lyhytterapiaa ja psykiatrin konsultaatiota hyödynnetään tarvittaessa. Mikäli tilanne edelleen vaatii, opiskelija saa psykiatrin vastaanottoajan tai yleislääkärin lähetteen erikoissairaanhoidon.

Apua aiempaa enemmän ryhmistä

YTHS on lisännyt vuoden 2023 aikana matalan kynnyksen terveystalujen tarjontaa. Yksi matalan kynnyksen palvelumuodoista on ryhmät, joihin opiskelija voi osallistua etänä tai palvelupisteessämme. Ryhmiä on tarjolla suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi. Ryhmät tarjoavat vertaistukea ja eväitä terveyden ja elämänhallinnan tueksi. Tavoitteenamme on, että vuoden 2023 aikana vähintään viisi prosenttia mielenterveysongelman

vuoksi YTHS:ssä hoidetuista opiskelijoista on ollut osallistujana ryhmämuotoiseen hoitoon. Ryhmissä tarjottava palvelu voi olla yksi vastaanoton ohella tarjottava hoitomuoto tai sitten opiskelija voi liittyä ryhmään omaloitteisesti ja omasta opiskelukyvystään huolehtimiseksi. Ryhmiin pääsee siis terveydenhoidon ammattilaisen ohjaamana tai vapaasti liittymällä, ryhmästä riippuen.

Vuonna 2023 kokonaan uusi ryhmähoito on ollut Fysioterapian Mieli keuhossa -etäryhmä. Fysioterapian ryhmähoidossa on tavoitteena oppia tunnistamaan ja hallitsemaan ahdistuksen tunteita arjessa. Toinen uutuuksena on Helli purentaasi -etäryhmät, joiden tavoitteena on lisätä tietoisuutta purentavaivoista ja antaa käytännön vinkkejä omahoitoon. Suunterveydessä on tarjottu ryhmämuotoista palvelua ensimmäistä kertaa. YTHS:n valtakunnal-





Yksi uusi kesällä 2023 rekrytoitu YTHS:n digimielenterveysklinikan uusista työntekijöistä on Janne Haataja.

lisiä etänä toteuttavia FODMAP-ryhmiä on vakiinnutettu osaksi ravitsemusterapian palveluvalikoimaa tämän vuoden aikana.

Mielenterveyden ryhmiä on järjestetty vuonna 2023 hieman edellisvuotta enemmän. Ryhmät onkin yksi keino lisätä mielen-terveyden matalan kynnyksen palveluita. Mielenterveyden ryhmien teemat on valittu yleisimpien hoitoonhakeutumissyiden perusteella: masennusoireet, jännitys ja stressi. Nämä ovat myös mielenterveysongelmia, joissa ryhmämuotoisella toiminnalla on tutkitusti saatu vaikutuksia.

Yksi ryhmien eduista on, että ryhmänä toteutettavissa tapaami-
sissa palvelua voidaan antaa moniammatillisesti ja tukea opiskel-
ukykyä kokonaisvaltaisesti.

Digiklinikka vahvisti mielenterveyspalveluiden saatavuutta

Vakiinnutimme alkuvuonna 2023 mielenterveyden digiklinikan toimintaa. Sosiaali- ja terveysministeriö myönsi kesäkuussa 2023 YTHS:lle miljoona euroa erillistä valtionavustusta matalan kynnyksen mielen-terveyspalveluihin. Avustusta haettiin digimielenterveysklinikan jatkuvuuden varmistamiseen ja toimin-
nan lisäresursointiin. Digimielenterveysklinikan vahvistamiseen haettiin lisää rahoitusta, koska halusimme strategiamme mukaisesti vahvistaa matalan kynnyksen mielenterveyspalveluihin pääsyä, nopeuttaa hoidon aloitusta ja lisätä digitaalisen asioinnin mahdollisuuksia.

YTHS on saanut digiklinikan toimintaan erillISRahoitusta jo osana vuonna 2021 myönnettyä valtionavustusta. Nyt saadun avustuksen turvin toimintaa voidaan jatkaa entistä vahvempana. Lisärahalta digimielenterveysk-
linikkaan rekrytoitiin 11 uutta työntekijää. Panostus lähes tuplasi mielenterveyden digiklinikan mahdolli-
suudet vastaanottoaikojen tarjoamiseen.

Laskennallisesti tämän vahvistuksen avulla digiklinikka pystyy nyt vastaanottamaan viikossa sata uutta asiakasta. Yksikön tuplaantuminen on tarkoittanut paljon rekrytointia ja perehdytystä. Vuonna 2023 myönne-
tyn avustuksen resurssit ovat käytössä toukokuun 2024 loppuun saakka.



Opiskeluyhteisötyössä harppaus tapahtumien tuotannossa

Vuoden 2023 aikana YTHS:n opiskeluyhteisötyön valtakunnallisiin verkkoseminaareihin on osallistunut arviolta 1 000 opiskelijaa. Vuoden 2023 aikana toteutetaan omin voimin kaksinkertainen määrä edellisvuoteen verrattuna koko opiskeluyhteisölle suunnattuja verkkoseminaareja. Vuoden tapahtumat ovat samat kuin vuonna 2022. Tavoitteena on myös kasvattaa opiskeluyhteistyöhön käytettyä henkilöstön työaikaa.

Vuoden 2023 päätapahtuma oli helmikuun YTHS-päivä, jonka teemana oli kognitiivinen ergonomia. Armoa aivoille! -päivässä kognitiivisesta ergonomiasta puhui professori ja aivotutkija Minna Huutilainen. Kutsuimme kuulolle niin opiskelijoita kuin korkeakoulujen ja YTHS:n henkilöstöäkin. YTHS-päivän webinaari striimattiin kaikkien katsottavaksi YouTuben kautta. Webinaariin osallistui noin 800 seuraajaa.

YTHS-päivän teema valittiin ajan tarpeeseen sopivaksi. Tapahtumien tavoitteena on antaa ennaltaehkäisevää tietoa ja tukea opiskelijoille opiskeluhuvinvoinnin tueksi. Vuoden 2023 aikana opiskelijatapahtumissa on panostettu aiempaa enemmän monikanavaisiin osallistumismahdollisuuksiin. Tapahtuma tuotettiin myös aiempaa vahvemmin YTHS:n eri yksiköiden välisenä yhteistyönä.

Koska tapahtumaan osallistui myös YTHS:n henkilöstöä työpaikoilla, vahvasti se tapahtuman vaikuttavuutta. Kognitiivisen ergonomian tietoa saivat niin asiakkaat kuin henkilöstökin, jolloin aiheeseen on helppo tarttua ja palata kun opiskelija asioi YTHS:ssä.



Valtakunnalliset ja alueelliset kampuustapahtumat ovat näkyvin osa opiskeluyhteisötyön toimintaa. YTHS:n terveydenhoitajia oli mukana opiskelijajärjestön kanssa Laurean Leppävaaran kampuksella uusien opiskelijoiden hyvinvointiaprossa.