

Työterveyslaitos

Miten tuemme terveyttä ja hyvinvointia? Potilaan hoito ja työkyvyn tuki

Aki Vuokko, LT, apulaisylilääkäri

Kansallinen sisäilma ja terveys –ohjelma,
väliarviointiseminaari 13.3.2024

Koulutus - sidonnaisuudet

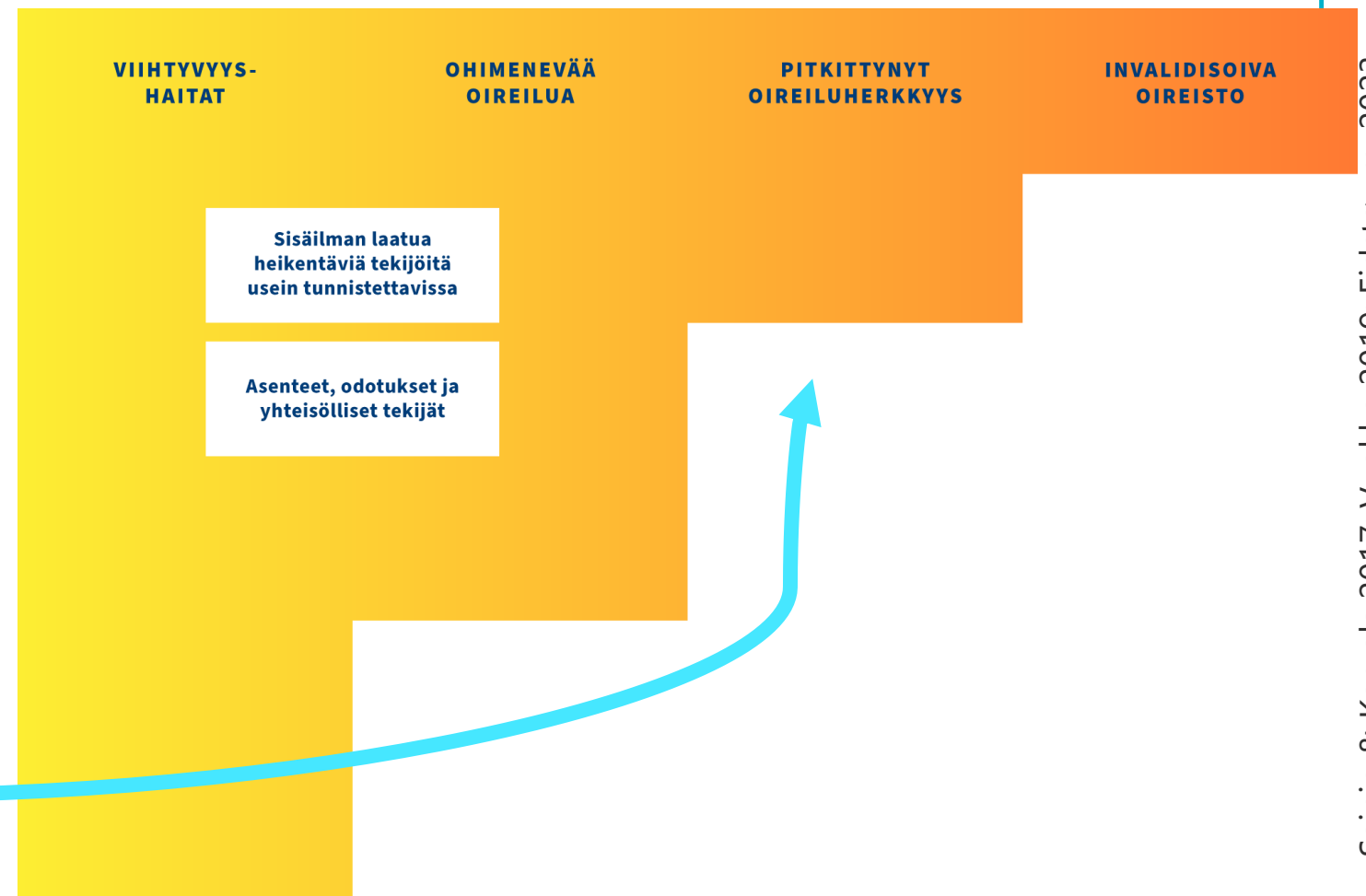
- LT, työterveyshuollon erikoislääkäri, työlääketiede, vakuutuslääketieteen erityispätevyys
- Työterveyslaitos, apulaisylilääkäri
- Pohjola Vakuutus, asiantuntijalääkäri
- Kela, asiantuntijalääkäri (11/2018 asti)
- Koulutus-, tutkimus- ja asiantuntijatehtäviä
- Kansallinen sisäilma ja terveys -ohjelma, sihteeri
- Väitöstutkimus (2019):
Disability related to workplace indoor air



Työterveyshuollon näkökulma oireiluun ja hoitoon

(Selvitys: Vuokko ym. 2021)

- Työterveyshuollossa on **hyvät valmiudet** toteuttaa laaja-alaisesti hoito- ja tukitoimia, mutta toimet sisäilmatilanteissa kuitenkin vakiintumattomia.
- Ammattilaiset kaipasivat erityisesti tietoa työpaikan **olosuhteista** ja toimijoiden **rooleista**, sekä apuvälineitä **oireilevan tilanteen kartoitukseen** ja työpaikan **terveydellisen merkityksen arviointiin**.
- Erityisesti **toivottiin keinoja oireilun pitkittyessä**, vaikka rakennus on jo korjattu.



Tieto oireiluun vaikuttavista eri tekijöistä antaa valmiuksia auttaa oireilevaa potilasta

- Oireita laukaisevat, niille altistavat ja niitä ylläpitävät ja voimistavat tekijät ovat aina yksilöllisiä.
- Olennaista on tunnistaa yksilöllisesti kaikki oireilua ylläpitävät ja lisäävät tekijät ja vaikuttaa niihin.

LÄMPÖOLOSUHTEET JA
SISÄILMAN KUIVUUS

ILMANVAIHDON ONGELMAT

SISÄILMAN EPÄPUHTAUDET
JA HAJUT

TILOJEN EPÄVIIHTYISYYS
JA TOIMIMATTOMUUS

VAIKEUS LUOTTA A,
ETTÄ SISÄILMAONGELMA
RATKAISTAAN

TIETOISUUS HAITASTA

TERVEYDENTILA JA MUUT
YKSILÖLLISET TEKIJÄT

KOKEMUS OIREIDEN VÄHÄT-
TELYSTÄ JA EPÄOIKEUDEN-
MUKAISESTA KOHTELUSTA

YHTEISÖN RISKIKÄSITYKSET

TYÖHÖN JA TYÖYHTEISÖÖN
LIITTYVÄT KUORMITUSTEKIJÄT

YKSITYISELÄMÄN
KUORMITUSTEKIJÄT

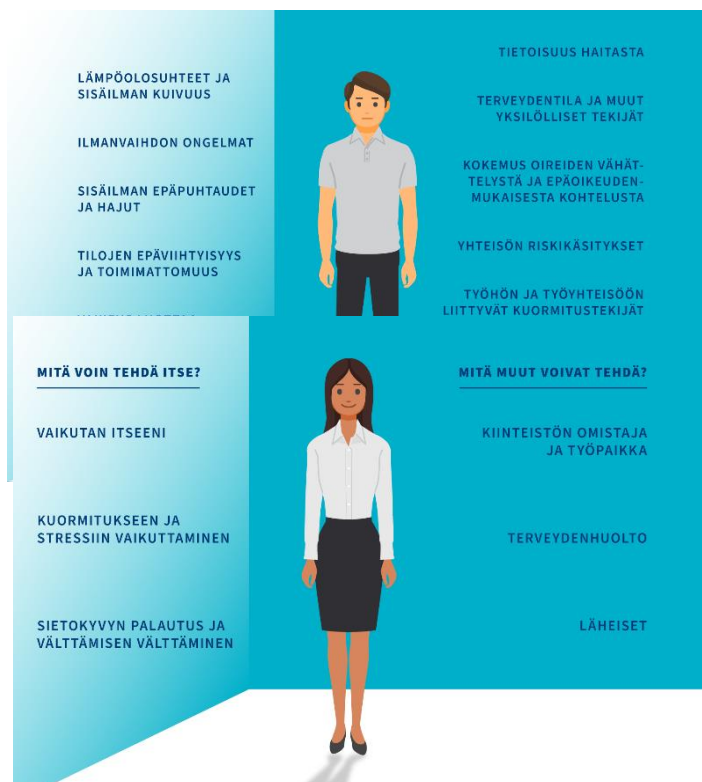


Tietoa, keinoja ja työkaluja:
www.ttl.fi/oireilu-sisaymparistossa

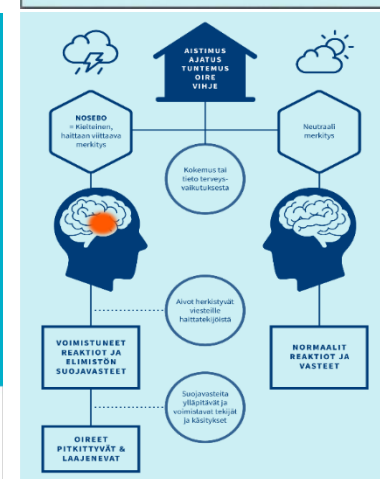
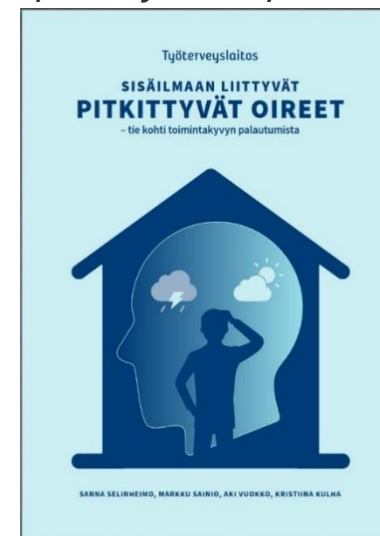
Nostoja hoidon ja tuen keinoista oireileville ja asiantuntijoille

- Tietoa ja ohjeita oireilusta, terveydellisen merkityksen arvioinnista ja työkyvyn tuesta.
- Työkaluja oireiden syiden tunnistamiseen ja kuormitustekijöiden hallintaan.
- Ohjeita pitkittyneiden oireiden vaikutusten lievittämiseen mielen, kehon ja toiminnan kautta.

Verkkosivut:
Sisäilma, terveys ja oireilu (ttl.fi)



Opas henkilölle, jonka oireet ovat pitkittyneet (pdf)



Terveydenhuollolle ja asiantuntijoille

The collage includes several items:

- A document titled 'Työterveyslaitos | Tietoa työstä' (Työterveyslaitos | Information about work).
- A document titled 'Työkyvyn tuen käytännöt työpaikoille sisäilmatilanteisiin' (Practical measures for supporting work ability in indoor air situations).
- A document titled 'Työterveyslaitos | Tietoa työstä' (Työterveyslaitos | Information about work).
- A document titled 'Terveydellisen merkityksen arviointi sisäilmatilanteissa' (Assessment of health significance in indoor air situations).
- A document titled 'TUTKIMUKSESTA TIIVIISTI XX/20XX' (Briefly from the research XX/20XX).
- A document titled 'Ohjeistus rehtoreille sisäilmatilanteeseen' (Guidance for principals in indoor air situations).
- A document titled 'PÄÄLÖYDÖKSET' (Key findings).
- A document titled 'Tietoa oireilusta sisäympäristössä terveydenhuollon ammattilaisille' (Information about symptoms in indoor environments for healthcare professionals).
- A document titled 'Sisäilmaan liittyvät oireet ovat yleisiä, ja niiden taustalla voi olla monia eri syitä' (Symptoms related to indoor air are common, and there can be many different causes behind them).
- A document titled 'Sisäilmaan liittyet oireilu aikuisilla - Miten tutkin, tuen ja hoidan?' (Symptoms related to indoor air in adults - How do I investigate, support and treat?).

Tietoa, keinoja ja työkaluja:

www.ttl.fi/oireilu-sisaymparistossa

www.terveyskyla.fi/terveyskyläpro

Työkyvyn tuen tavoitteena on tukea tilojen käyttäjien työkykyä, ehkäistä työkyvyn heikkenemistä ja mahdollistaa työntekijöiden työssä jatkaminen.

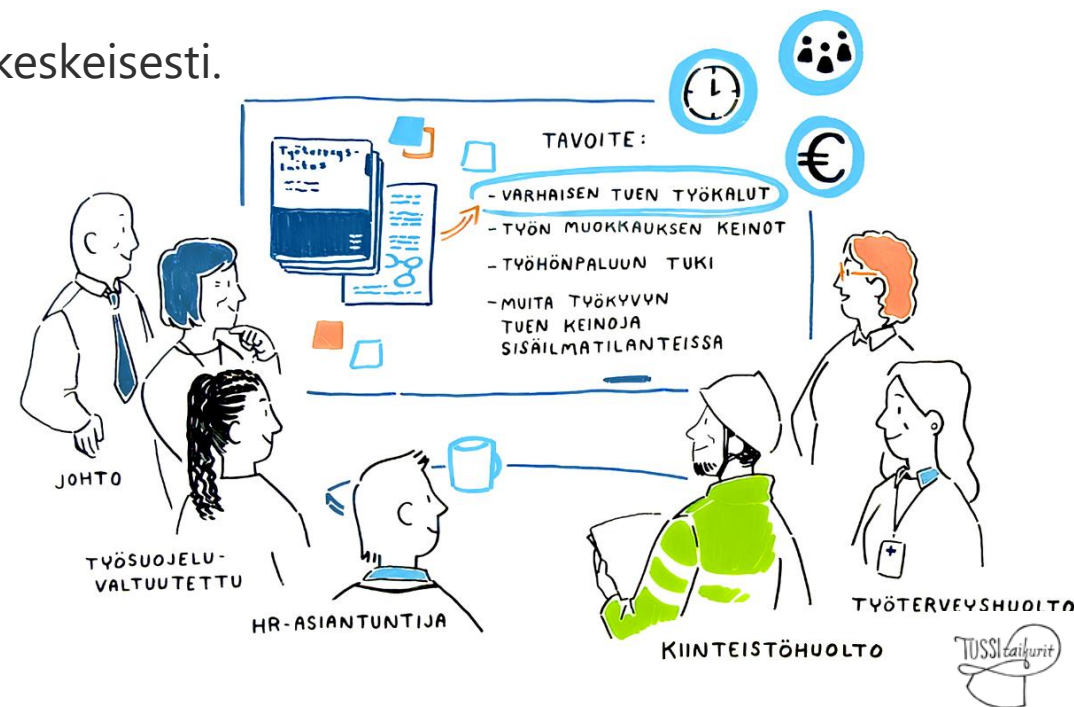
Työkyvyn tuen käytännöt sisäilmatilanteissa



ENNAKOINTI
SISÄILMATILANTEEN RATKAISU

Näin otat työkyvyn tuen toimintamallin käyttöön työpaikalla – Erityisesti huomioitavia asioita 1/2

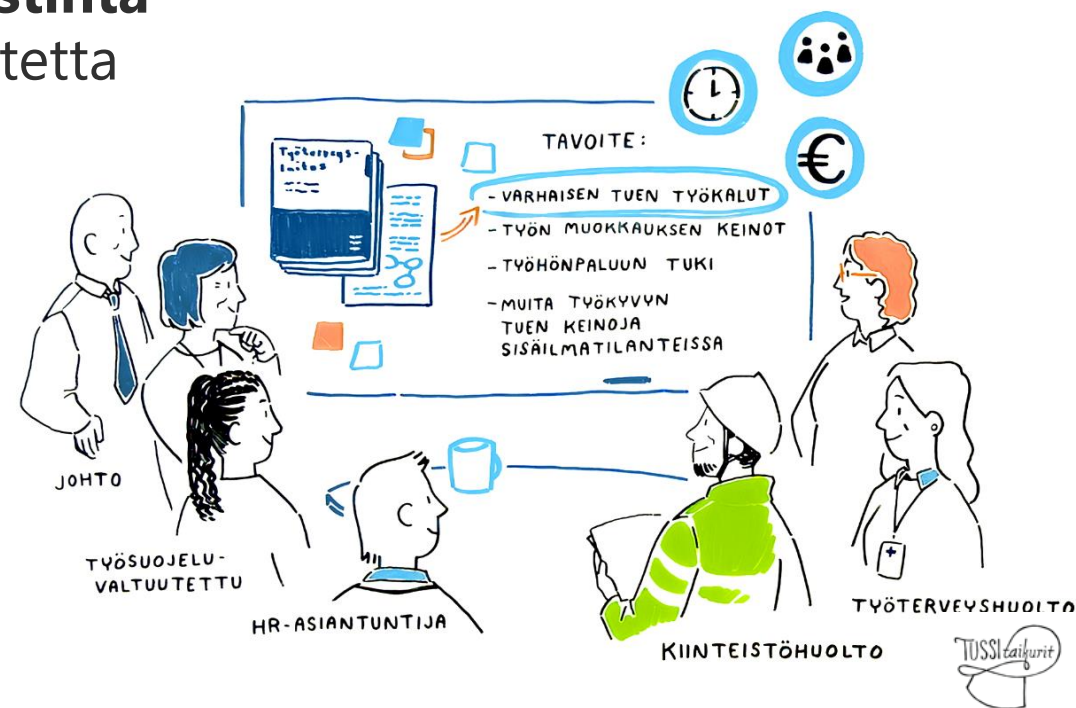
- Kyseessä **kompleksinen muutos**: ihmisen työkyky, sisäilmaan liitetty oireilu, työkyvyn tuki.
 - Tarvitaan riittävästi tietoa ja ymmärrystä em. asioista.
 - Työkyvyn tuki vaikeutuu, jos tarkastellaan liian rakennuskeskeisesti.
 - Tilanteisiin voi liittyä huolta, luottamuksen puutetta ja sosiaalisten leimojen riskiä.
- **Keskeiset toimijat on tunnistettava**: usein työpaikoilla toimiva sisäilmaryhmä, mutta työkyvyn tuesta vastaavat henkilöt eivät välttämättä ole mukana sisäilmatilanteissa.
 - Esim. esihenkilön tehtäviin sisältyy varhainen työkyvyn puheeksi ottaminen ja tuki.



Näin otat työkyvyn tuen toimintamallin käyttöön työpaikalla – Erityisesti huomioitavia asioita 2/2

- **Osaaminen** voi olla vaihtelevaa: esim. esihenkilön tiedot sisäilma-asioista ja työkyvystä sekä taidot kohdata oireilevia työntekijöitä voivat vaihdella.
- **Avoin ja vuorovaikutteinen keskustelu ja viestintä** kaikissa muutoksen vaiheissa sekä muutostavoitetta (työkyvyn tuki sisäilmatilanteissa) toteutettaessa on erittäin tärkeää.

Lopullisena tavoitteena on muuttaa toimintaa työpaikalla siten, että työkykyä tuetaan myös sisäilmatilanteissa varhaisista vaiheista lähtien!



Sisäilmaan liittyvään oireiluun saa apua ja tukea



Video: www.ttl.fi/oireilu-sisaymparistossa (videon tuottaja Terveet tilat, tuotanto Tussitaikurit)

Kiitos kaikille ohjelmaan osallistuneille ja sitä tukeneille!

thl.fi/sisailmaohjelma

Lisätietoa: aki.vuokko(at)tthl.fi



Työterveyslaitos

