



Elinvoimaa kuntoutuksesta –projektin esittely ja yhteistyömahdollisuudet

Kuntoutuksen kehittäjien aamukahvit

16.11.2023

Soile Huuromen, projektipäällikkö

Kela, etuuksien ja palvelujen suunnitteluosasto, kuntoutusryhmä

Twitter: @soilehuuromen

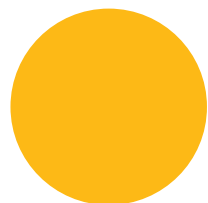
Projektin tausta ja tavoitteet



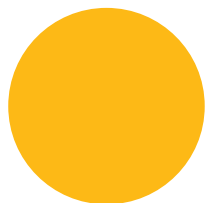
Tausta: Kolmesta kurssista yksi uusi ryhmäkuntoutus

- Kelan kuntoutuksen palveluvalikoiman uudistamisessa havaittiin tarve palveluvalikoiman uudistamiselle ja selkeyttämiseksi.
- Havaittiin tarve kehittää kuntoutuspalveluita, jotka eivät olisi tarkoitettu vain yhdelle sairausryhmälle.
- Kuntoutuksessa osallistujia yhdistävänä tekijänä voi olla **elämäntilanne**, sekä **kuntoutuksen tarpeet ja tavoitteet**.
- Työikäisten harkinnanvaraisten sopeutumisvalmennuskurssien ja lasten sopeutumisvalmennuskurssien kehittämiseen perustettiin erilliset projektit: **Elinvoimaa kuntoutuksesta –projekti** sekä Lastu-projekti.

Projektissa kehitetään kolmesta kurssista yksi uusi ryhmäkuntoutus



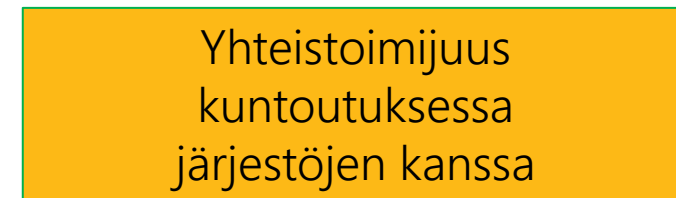
Tyypin 1 diabetes
sopeutumisvalmennus



Metabolinen oireyhtymä
ja tyypin 2 diabetes
sopeutumisvalmennus



Uniapnea kuntoutuskurssi



Mitä Elinvoimaa kuntoutuksesta -projektilla tavoitellaan?

1

Kehitetään ryhmäkuntoutusta 18–68-vuotiaille tyypin 1 diabetesta tai tyypin 2 diabetesta tai uniapneaa sairastaville henkilöille.

2

Lisätään kuntoutuksesta saatavaa hyötyä asiakkaan työkyvyn tukemisessa.

3

Saadaan tietoa ja kokemusta kuntoutuspalvelun psykoedukaation toteuttamisesta yhteistyössä järjestöjen ja terveydenhuollon kanssa.

4

Kehitetään asiakkaiden ohjautumista kuntoutuspalveluun ja saadaan tietoa siitä.

Tavoite on, että uusi Muutoksen voima -ryhmäkuntoutus tukee asiakkaita elintapojen muutoksessa ja estää diabeteksen ja uniapnean vaikeutumista.

Kehittäminen

Projektissa kehitetään ryhmäkuntoutuksen malli, jossa kuntoutuspalveluun yhdistetään yhteistoimijuudessa terveydenhuollon ja/tai järjestöjen toteuttamia sairauskohtaisia osia.

Uusi ryhmäkuntoutuksen malli kehitetään yhteistyössä sidosryhmien kanssa.

Uutta ryhmäkuntoutusta kokeillaan.

Arviointitutkimuksella saadaan tietoa kehitetyn kuntoutuspalvelun toimivuudesta, koetuista hyödyistä ja kehittämistarpeista.

Kuntoutuspalvelua kehitetään edelleen niin, että se voidaan viedä Kelan kuntoutuksen palveluvalikoimaan.

Keskeisiä sidosryhmiä kehittämässä

Kela kehittää uutta ryhmäkuntoutusta yhteistyössä sidosryhmien kanssa. Keskeisiä sidosryhmiä ovat

- asiakkaat, he voivat hakea kuntoutukseen **tammikuusta 2024 alkaen, kuntoutuskokeilu alkaa maaliskuussa 2024**
- kuntoutuksen palveluntuottajat, jotka ovat
 - Medifamilia Scandic Waskia Vaasa
 - Huoltoliitto Kunnonpaikka
 - Medifamilia Holiday Club Kuusamon tropiikki
- terveydenhuolto
- Suomen Diabetesliitto
- Hengitysliitto
- Arviointitutkimuksen toteuttajana Lapin AMK

Kela|Fpa[®]

Muutoksen voima - ryhmäkuntoutus

Kenelle Muutoksen voima -ryhmäkuntoutus on?

- Ryhmäkuntoutukseen osallistuva **asiakas tarvitsee**
 - keinoja sairaudesta aiheutuvien haasteiden ymmärtämiseen ja ratkaisemiseen
 - apua ja valmennusta mahdollisten käytännön ongelmien selvittämiseen.
- Lisäksi hän **tarvitsee** ohjausta ja tukea myönteisten elintapamuutoksien tekemiseen, liittyen esimerkiksi painonhallintaan, liikuntaan, ravitsemukseen, unen laatuun.
- Ryhmäkuntoutukseen osallistuva asiakas on **18–68-vuotias**, työelämässä, palaamassa työelämään (esim. kuntoutustuella), opiskelee tai on eläkkeellä.

Kenelle Muutoksen voima –ryhmäkuntoutus on?

Muutoksen voima -ryhmäkuntoutus on tarkoitettu 18–68-vuotiaalle asiakkaalle, jolla on asianmukaisesti diagnosoitu jokin seuraavista sairauksista

- uniapnea, joka ei ole hyvässä hoitotasapainossa
 - esimerkiksi CPAP-laitteen käyttö ei sovellu tai ei ole onnistunut yrityksistä huolimatta
- tyypin 1 diabetes
- tyypin 2 diabetes, johon on diabeteslääkitys käytössä.

Kenelle Muutoksen voima –ryhmäkuntoutus on? 1/2

Lisäksi asiakkaalla on

- ylipainoa, painoindeksi yli 30
- haasteita elintapamuutoksien toteutumisessa, huolimatta terveydenhuollossa annetusta ohjauksesta.
- Asiakkaan hoidon aloittamisesta on kulunut vähintään 1 vuosi.
- Asiakas tarvitsee tehostettua moniammatillista tukea ja ohjausta elintapamuutoksien aikaansaamiseksi.

Kenelle Muutoksen voima –ryhmäkuntoutus on? 2/2

- Terveysthuolto on arvioinut, että asiakas tarvitsee tilanteessaan ryhmäkuntoutusta ja että asiakas hyötyy siitä.
- Asiakkaan toimintakyky on arvioitu terveysthuollossa riittäväksi, jotta hän voi osallistua ryhmäkuntoutukseen täysipainoisesti ja kykenee liikkumaan palveluntuottajan tiloissa itsenäisesti.

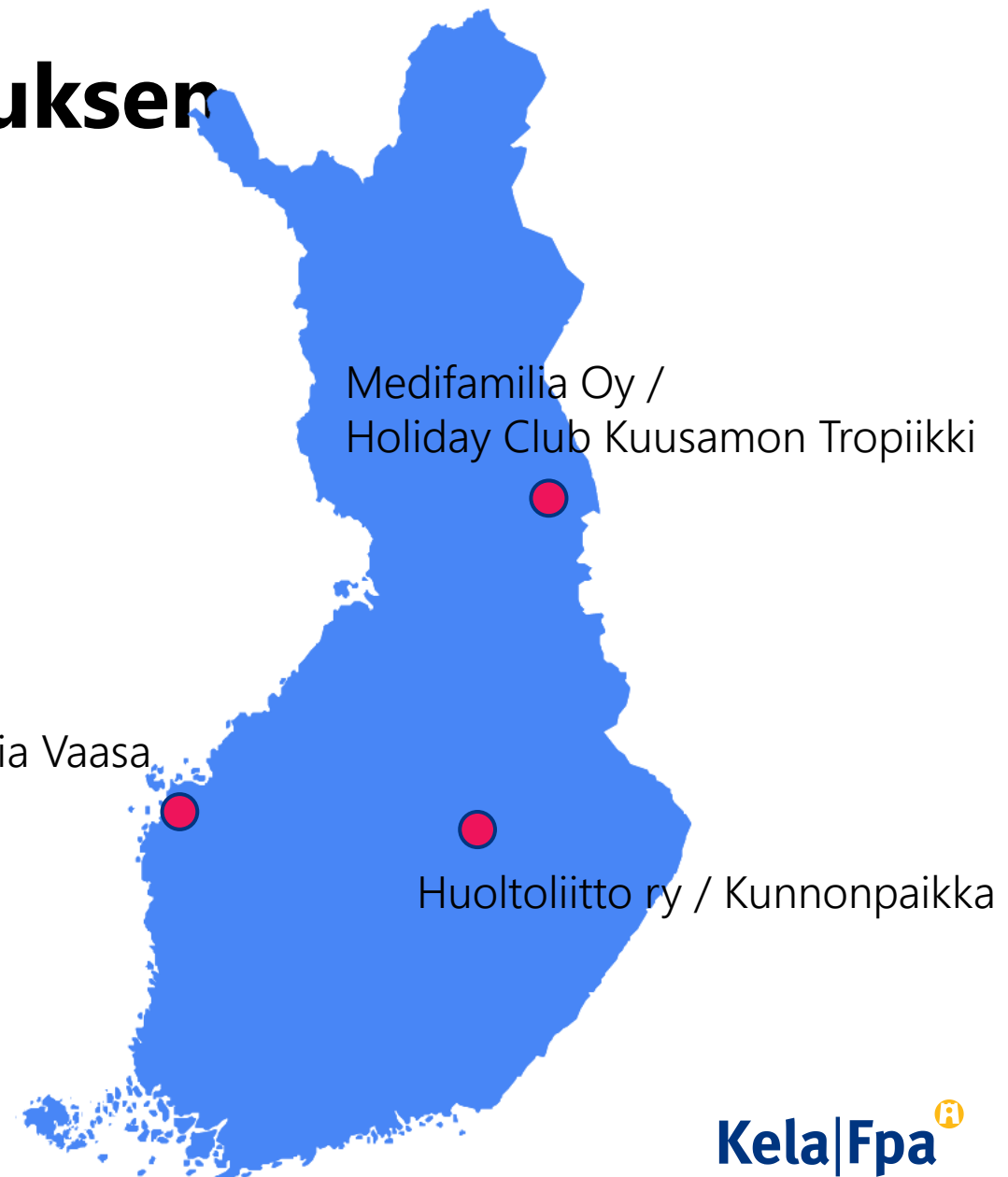
Kenelle Muutoksen voima –ryhmäkuntoutus ei sovellu

Muutoksen voima -ryhmäkuntoutus **ei sovi** asiakkaalle,

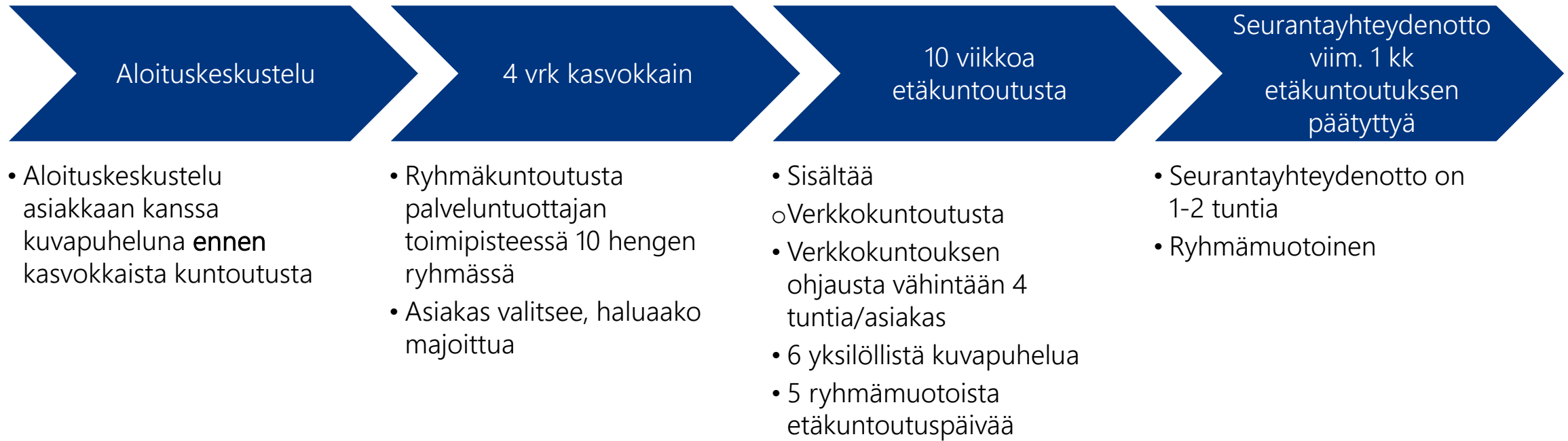
- jonka sairaus on äskettäin todettu tai hoito on aloitettu alle vuosi sitten
- jolle ryhmäkuntoutus ei ole oikea kuntoutusmuoto
- jolla on akuutti tai hoitamaton päihdeongelma.

Muutoksen voima – ryhmäkuntoutuksen kuntoutuksen palveluntuottajat

Valitut palveluntuottajat sitoutuvat tuottamaan palvelua valtakunnallisesti. He myös osallistuvat kuntoutuspalvelun kehittämiseen.



Muutoksen voima –ryhmäkuntoutus, kesto 5 kk (kesto sisältää aloituskeskustelun ja seurantayhteydenoton)



Kuntoutuksen tavoitteet, myönteisiä elintapamuutoksia tukeva kuntoutus

- Lähtökohtana on asiakkaan itseymmärrys
- Palveluntuottaja työskentelee ratkaisukeskeisesti, reflektiivasti sekä valmennuksellisesti. Työskentelyä ohjaavat asiakkaan yksilölliset sekä ryhmän yhteiset tavoitteet. Kuntoutuksessa huomioidaan asiakkaan voimavarat ja taidot.
- Palveluntuottaja tukee asiakkaan elintapamuutoksia ja suuntaa asiakkaan ajattelua tulevaisuuteen ja kannustaa häntä aktiivisuuteen elintapamuutoksissa.
- Ryhmässä etsitään yhdessä aktiivisesti keskustellen hyvinvointia ja toimintakykyä edistäviä keinoja.
- Palveluntuottaja auttaa asiakasta suunnittelemaan häntä kiinnostavia elintapamuutuskokeiluja ja tukee häntä oppimaan kokeiluista. Asiakas saa minäpystyvyyttä vahvistavaa palautetta ja häntä kannustetaan etsimään elintapamuutoksilleen tukea omasta arjestaan.

Muutoksen voima –ryhmäkuntoutus henkilöstö

- Moniammatilliseen tiimiin kuuluvat seuraavat ammattihenkilöt:
 - ❑ **erikoislääkäri**, jonka erikoistumisala on sisätaudit tai yleislääketiede tai fysiatria tai keuhkosairaudet ja allergologia tai työterveyshuolto.
 - ❑ **4 pakollista ammattihenkilöä**, jotka ovat
 1. sairaanhoitaja (AMK) tai terveydenhoitaja (AMK) tai diabeteshoitaja tai uniapneahoitaja tai työterveyshoitaja
 2. psykologi
 3. ravitsemusterapeutti
 4. fysioterapeutti (AMK).

Kela|Fpa[®]

**Keskustelu: Millaisia
yhteistyömahdollisuuksia?**

Miten ensitietoa toteutetaan terveydenhuollossa?

- Terveydenhuoltolain mukainen ensitiedon tarjoaminen

Miten kuntoutuksen aikana asiakas voisi terveydenhuollosta saada tietoa diabeteksestä tai uniapneasta?

Miten näette terveydenhoidon roolin kuntoutuksen jälkeen?

- Muutoksen voima –ryhmäkuntoutuksen keston n. 5 kk, elintapamuutokset saadaan alkuun
- Kuka kannattelee, mistä asiakas voi saada tarvittavaa tukea?

Mitä muita ajatuksia yhteistyöstä heräsi?

Kiitos!

Lisätietoa Elinvoimaa kuntoutuksesta –
projektista

Projektipäällikkö Soile Huumonen
soile.huumonen@kela.fi

Kelan verkkosivuilla

[https://www.kela.fi/yhteistyokumppanit-
kuntoutuspalvelut-kuntoutuksen-kehittaminen-
kelan-hankkeet-elinvoimaa-kuntoutuksesta-
projekti](https://www.kela.fi/yhteistyokumppanit-kuntoutuspalvelut-kuntoutuksen-kehittaminen-kelan-hankkeet-elinvoimaa-kuntoutuksesta-projekti)

Kelan kuntoutus Twitterissä

<https://twitter.com/Kelankuntoutus>
@Kelankuntoutus

