

Elintapaohjaus-sovelluksen hyödyntäminen osana omahoitoa

- Sovellusta hyödynnetään potilaan omahoidon tukena. Hoitomuoto valitaan käypä hoito -suosituksen mukaisesti yksilöllisesti potilaalle (mini-interventio, yksilöllinen elintapahoito, hyvinvointialueen ylipainoisen moniammatillinen hoitoprosessi).
- Onnikka-sovelluksen hyödyntämiseen potilaan omahoidossa kuuluu vähintään ammattilaisen kanssa toteutettu alku - ja loppukäynti sekä hoitosuunnitelman laadinta. Muut tarvittavat käynnit ja kontaktit omaan ammattilaiseen toteutuvat yksilöllisen hoitosuunnitelman mukaan.



Ohjausprosessi:

Nykytilanteen kartoittaminen

Asiakkaan elintapojen ja voimavarojen arvionti. Elintapaohjaussovelluksen esittely sekä sovelluksen käytön sopivuuden ja halukkuuden arvionti.

Tavoitteiden ja suunnitelmien määrittäminen

Yhdessä asiakkaan kanssa asetettavat tavoitteet ja suunnitelman laatiminen. Suunnitelma kirjataan terveys- ja hoitosuunnitelmaan.

Ohjaus ja tuki

Sovelluksen sisällöstä keskustelu ja muu tarvittava konkreettinen ohjaus elintapamuutosten tekemiseksi.

Seuranta ja kontrollointi

Edistymisen seuraaminen ja tarvittaessa suunnitelman päivittäminen. Sovitaan yksilöllisesti tarvittavat seurantamuodot/kontaktit, määrä ja tiheys. Yleisesti alkuun hieman tiheämmin, jonka jälkeen harvenee. Pienin askelin muutosten tekeminen.

Loppukäynti

Sovelluksen käytön päättäminen ja arvionti.