

Teams-aamukahvit 15.5.2025 klo 8 – 9



Aiheemme tänään

Klo 8 Tervetuloa, asiantuntijaylilääkäri **Elina Pimiä**, Diabetesliitto

Klo 8.02 Vaikuttavuusperusteinen tyypin 2 diabeteksen hoidon kehittämishanke, Diabetesliitto ja Pohjois-Savon hyvinvointialue, **Elina Pimiä**

Klo 8.15 Ensietietoryhmätoimintamalli tyypin 2 diabetesta sairastaville Itä-Uudenmaan hyvinvointialueella, terveydenhoitaja, terveyden edistämisen koordinaattori **Taina Tepponen**, Itä-Uudenmaan hyvinvointialue

Klo 8.30 Tukea ja tietoa Diabetesliitosta

- Uusi kansansairauksien riskitesti, TtM, sh, JACARDI-hankkeiden suunnittelija **Mia Färm**
- Mielen hyvinvoinnin tukeminen hoidonohjauksessa, sosiaalipsykologi, Mainio mieli -hankkeen suunnittelija **Kirsi Heinonen**
 - Kaksi samansisältöistä maksutonta verkkoluentoa, **17.9. klo 8–8.55** ja **26.11. klo 8–8.55**
- Diabetesbarometri ja ammattilaisbarometri ovat nyt avoinna vastattaviksi, kehittämisspäällikkö **Reetta Korkki**

Klo 8.50 Loppusanat ja katsaus tulevan syksyn koulutuksiin, **Elina Pimiä**

Vaikuttavuusperusteinen tyypin 2 diabeteksen hoidon kehittämishanke

Diabetesliitto ja Pohjois-Savon hyvinvointialue

Asiantuntijaylilääkäri Elina Pimiä



Kenelle?

- Tyypin 2 diabetesta sairastaville, joilla on korkea lisäsairauksien riski
- Siilinjärvi, Varkaus, Kuopio, Leppävirta pilottipaikkakuntina.

Parempaa hoitoa – kustannussäästöjä

Keskeisiin riskitekijöihin vaikuttamalla....

- Korkea verenpaine
- Korkea LDL-kolesteroli
- Korkea verensokeri
- Ylipaino
- Tupakointi
- Ruokavalio
- Liikkumattomuus
- Mieliala
- Päihteiden käyttö

... synnytetään mitattavia vaikutuksia...

- Verenpaineen lasku
- Alempi LDL-kolesterolitaso
- Verensokerin lasku
- Painonpudotus, vyötärönympärys
- Tupakoinnin lopettaminen / vähentäminen
- Terveellisempi ruokavalio
- Liikunnan lisääminen

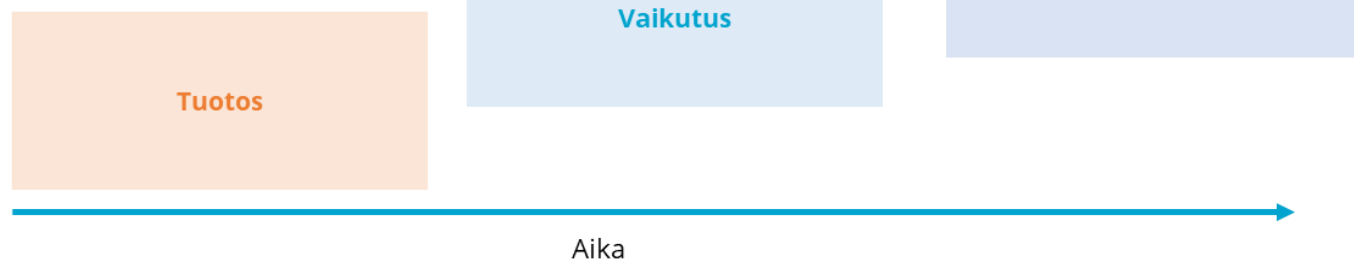
... ja pitkän aikavälin vaikuttavuutta...

- Sydänsairauksien ja -tapahtumien väheneminen
- Munuaisten toiminnan heikentymisen tai vajaatoiminnan väheneminen
- Päivystyskäyntien väheneminen
- Kuolleisuuden väheneminen
- Elämänlaadun paraneminen

... mikä säästää yhteiskunnan kustannuksia

- Diabeteksen lisäsairaudet moninkertaistavat terveydenhuollon kustannukset:
 - **ilman lisäsairauksia:**
~1300 €/henkilö/vuosi*
 - **kun lisäsairauksia:**
~5700 €/henkilö/vuosi.*
- Riskitekijöihin (tupakointi, ylipaino, vähäinen liikunta jne.) varhain kohdistettavat ennaltaehkäisevät toimet vähentävät lisäsairauksien ilmenemistä sekä pahenemista merkittävästi.

*[Diabetes ja lääkäri 04/2018](#)



Interventiot – tutkitusti vaikuttavat

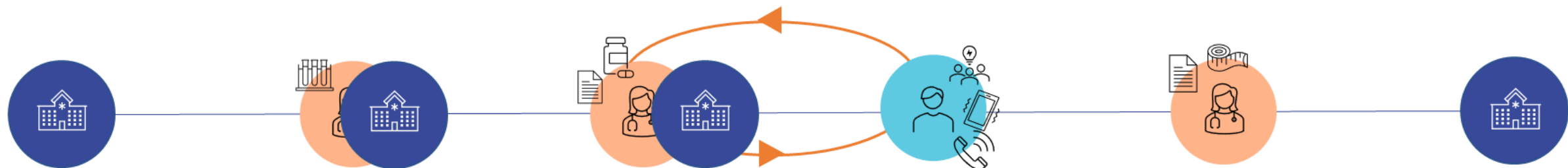


**RWE-tutkimusta vaikuttavuus ja
kustannusvaikuttavuus
edellä**

Kenelle? -ja mitä

- Tyypin 2 diabetesta sairastaville, joilla on korkea lisäsairauksien riski
- Siilinjärvi, Varkaus, Kuopio, Leppävirta pilottipaikkakuntina.
- Hoitosuunnitelman tarkistus ja hoidon tehostus
 - Käypä hoidon mukaiset linjaukset
- Interventio:
 - Bithabit
 - Onnikka

Potilaan polku pilottihankkeessa



- Hyvinvointialueen ammattilainen **suosittelee ja ohjaa potilaan T2D-ohjelmaan.**
- Ohjelmaan osallistuminen on potilaalle **vapaaehtoista.**

- T2D-ohjelman ammattilainen **varmistaa potilaan soveltuvuuden ohjelmaan** yhdessä sovittujen kriteerien pohjalta ja määrää tarvittavat tutkimukset.

- **Ammattilainen arvioi potilaan yksilöllisen tilanteen** tutkimusten sekä olemassa olevan ja potilaan antaman tiedon pohjalta.

- Potilaalle tehdään **henkilökohtainen hoitosuunnitelma**, sis. tarvittavan lääkityksen, seurannan sekä elintapainterventiot.
- Interventiot valitaan potilaan **toimintakyvyn ja motivaation mukaan** ja ne ovat kestoltaan 3-12 kuukautta.
- **Potilas siirtyy T2D-ohjelmaan.**

- Potilas osallistuu henkilökohtaisen **hoitosuunnitelman mukaisiin, näyttöön perustuviin ja hoitosuosituksen mukaisiin interventioihin.**
- Interventiot ovat palveluorkestroijan kokoaman **palveluekosysteemin tuottamia** (yksityinen, julkinen, järjestöt) ja ne on valittu ohjelman tavoitteiden mukaan.
- **Interventiot voivat sisältää** digitaalisia palveluita, ryhmämuotoista toimintaa tai henkilökohtaista neuvontaa.
- T2D-ohjelman ammattilainen **seuraa interventioiden soveltuvuutta ja potilaan tavoitteiden saavuttamista** – potilaan hoitosuunnitelmaa päivitetään tarvittaessa.

- Ohjelman päättyessä potilaalle tehdään **lopputarkastus.** Lisäksi ammattilainen ja potilas tekevät **kokonaisvaltaisen loppuarvioinnin ohjelman vaikutuksista ja potilaan kokemuksista.**

- **Ohjelman päättyessä** potilas siirtyy takaisin hyvinvointialueen palvelutarjonnan piiriin.

Hyvinvointialue voi omaksua ohjelman tulospohjaisten toimintamallin osaksi omaa palveluvalikoimaansa ohjelman päättyessä. Tällöin potilaan ohjelmassa saama palvelu jatkuu keskeytyksettä.

- Hyvinvointialue
- T2D-ohjelma/palveluorkestroija
- Palveluekosysteemi

Ensietoryhmätoimintamalli tyypin 2 diabetesta sairastaville Itä-Uudenmaan hyvinvointialueella

Terveydenhoitaja, terveyden edistämisen koordinaattori
Taina Tepponen





Tyypin 2 diabeteksen ensitietoryhmä

Terveystien edistämisen koordinaattori Taina Tepponen

15.5.2025

Itä UUSIMAA
Östra NYLAND

Hyvinvointialue
Välfärdsområde

Ryhmätoiminnan tarkoitus

- Tyypin 2 diabeteksen ensitietoryhmän ideana on taata diagnoosin saaneille **yhtenäinen tietopaketti** sairaudesta, sen komplikaatioista, omahoidon merkityksellisyydestä sekä seurannan tarpeesta.
- Tavoitteena on, että diagnoosin saaneet saavat riittävästi tietoa, jotta voivat **elää hyvää elämää sairaudesta huolimatta** sekä ymmärryksen siihen, millainen **vaikutus omilla valinnoilla ja teoilla** on diabeteksen hoidossa.
- Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen strategisena tavoitteena on tarjota **yhdenvertaisia, asiakaslähtöisiä sekä alueellisesti kattavia** palveluja alueen asukkaille. Hyvinvointialue on siirtänyt toiminnan painopistettä **ennaltaehkäisyyn**, jotta toiminta olisi vaikuttavaa.
- Asukkaiden, palveluiden käyttäjien ja henkilöstön osallisuus sekä yhteistyö kolmannen sektorin kanssa on tärkeä voimavara, jota vahvistetaan suunnittelemalla sekä toteuttamalla toimintaa **yhdessä alueen eri toimijoiden kanssa**.



Hoitopolku

Toimintamallin kuvaus Innokylässä



Euroopan unionin
rahoittama

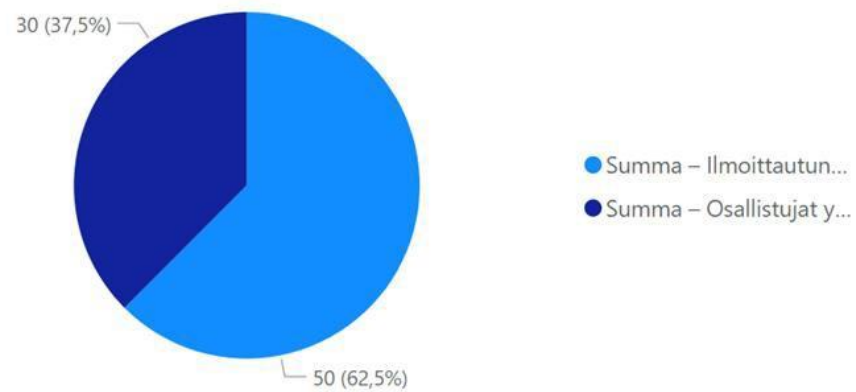
Itä UUSIMAA
Östra NYLAND

Hyvinvointialue
Välfärdsområde

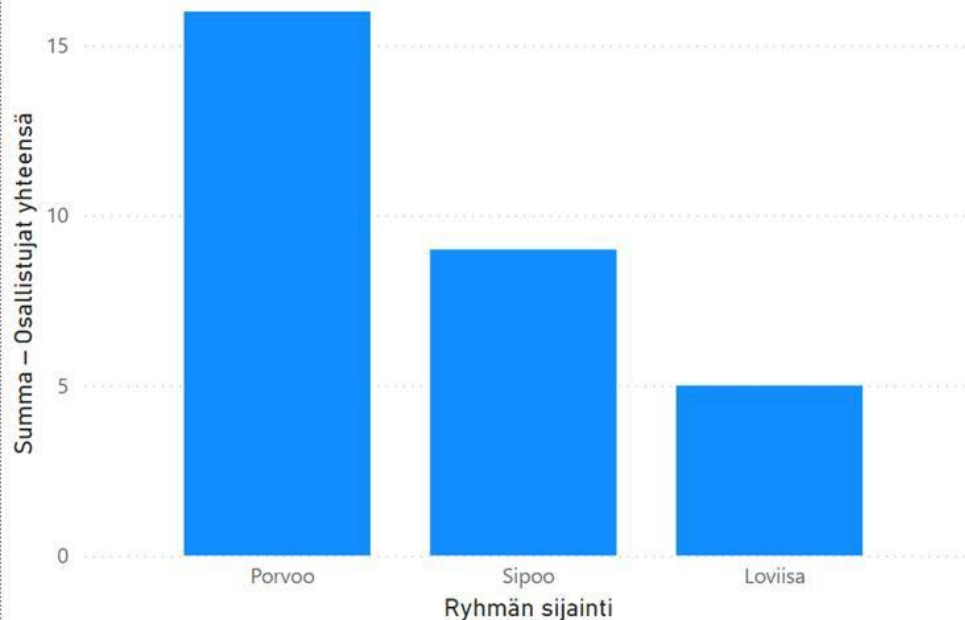
Toteutus

- Uusi ryhmä alkaa vuorotellen itäisellä, läntisellä ja keskisellä alueella.
- Yhteensä 5 ryhmää/vuosi.
- Hybriditoteutus: osallistua voi joko paikan päällä tai Teamsilla.
- Tapaamiset keskiviikkoisin kl. 14-16.
- Ammattilaisia/asiantuntijoita koko alueelta: terveyden-/sairaanhoitajia, lääkäreitä, fysioterapeutteja, **kunnan liikuntaohjaaja**, suuhygienisti, psykiatrisia sairaanhoitajia, jalkaterapeutti, **diabetesyhdistyksen jäseniä**.
- Nauhoitteet turvaamassa äkillisiä poissaoloja.
- Toistaiseksi terveyden edistämisen koordinaattorilla merkittävä rooli toiminnan koordinoinnissa (mm. neljä eri potilastietojärjestelmää, Teams -kutsut + muu viestintä osallistujille, ammattilaisten kouluttaminen ja ohjaus)
- Toimintaa kehitetään jatkuvasti. Jatkossa jokaisen kunnan alueella omat vastuuhoitajat, jotka vastaavat yhdessä toiminnan koordinoinnista.

Ilmoittautuneet vs. Osallistujat



Osallistuminen sijainnin mukaan



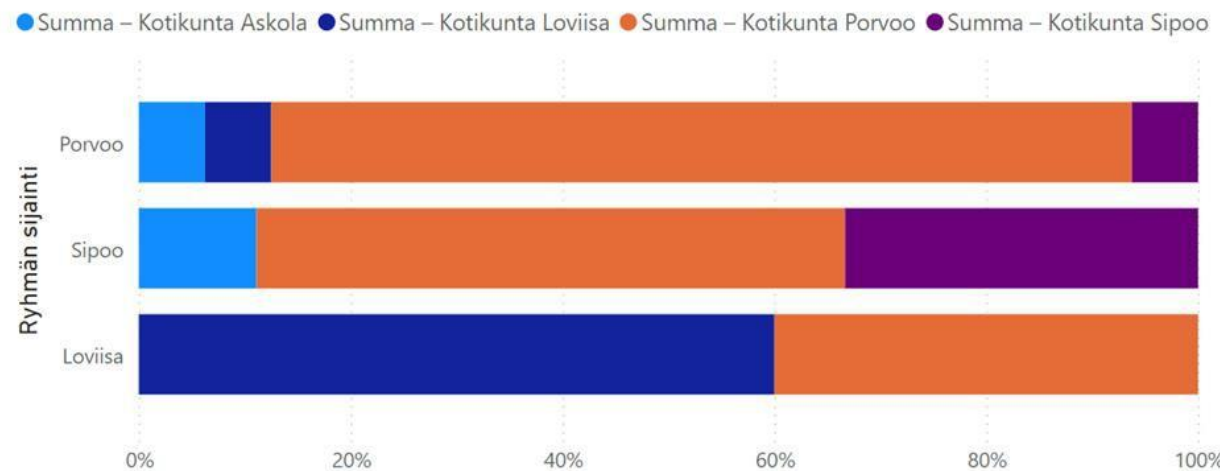
Äidinkieli Ruotsi vai Suomi



Osallistuminen läsnä vai Teams



Osallistujien kotikunta



Vuoden 2024 ryhmien tilasto

Avointa palautetta:

"Jag insåg att jag själv kan göra mycket."

"Tack att ni ordna och man fick också träffa andra med diabetes, vertaistuki."

"Bra att också få veta vad diabetes kan leda till för andra komplikationer, motiverar ännu mera att sköta om sej själv."

"Tack till alla för allt stöd ni ger för att man skall kunna sköta sej själv och försöka att leva så normalt liv som möjligt."

"Arvostan kovasti tätä tilaisuuden järjestämistä, halua auttaa ja kertoa asiasta. Kiitos!"

Elämän mittaista hyvinvointia.

Taina Tepponen | taina.tepponen@itauusimaa.fi

Itä UUSIMAA
Östra NYLAND

Hyvinvointialue
Välfärdsområde

Uusi kansansairauksien riskitesti

TtM, sh, JACARDI-hankkeiden suunnittelija Mia Färm



Kansansairauksien riskitesti



Testaa riskisi sairastua

tyypin 2 diabetekseen, sydän- ja verisuonisairauksiin tai muistisairauksiin.

diabetes.fi/riskitesti

Mielen hyvinvoinnin tukeminen hoidonohjauksessa -webinaarit

Kirsi Heinonen
sosiaalipsykologi, suunnittelija
Mainio mieli -hanke



Webinaarin teemoja

1. Kohtaamiseen vaikuttavia tekijöitä
Mitä sinä tuot tilaan?
Mitä asiakas tuo tilaan?
Merkityksellisyys. Tarttuvat tunteet.
2. Mielen hyvinvointiin/hoidossa
jaksamiseen vaikuttavia tekijöitä
diabetesta sairastavalla
3. Mielen hyvinvointiin/työssä
jaksamiseen vaikuttavia tekijöitä
asiakastyötä tekevällä

Tervetuloa kuulemaan ja pohtimaan

Webinaari on maksuton.

Samansisältöiset tilaisuudet
keskiviikkona 17.9. klo 8.00–8.55 ja
keskiviikkona 26.11. klo 8.00–8.55

Ilmoittaudu mukaan

<https://diabetes.fi/tapahtumat/mielen-hyvinvoinnin-tukeminen-hoidonohjauksessa/>

Diabetesbarometri 2025 ja ammattilaisten barometrikysely avoinna vastattavaksi

Reetta Korkki
Kehittämispäällikkö

Mikä diabetesbarometri?

- Diabetesbarometri tarjoaa tietoa diabeteksen eri tyypeistä, niiden esiintyvyydestä, hoidosta ja resursoinnista sekä näiden kehittämistarpeista.
- Diabetesliitto koostaa Diabetesbarometrin keskustelun ja kehittämistoimien pohjaksi, kansallisen ja alueellisen vaikuttamistoiminnan tueksi.
- Diabetesbarometrin tiedot pohjautuvat suurelta osin kyselyihin ja selvityksiin, joita on tehty diabetesta sairastaville ja heidän läheisilleen, terveydenhuollon ammattilaisille sekä päättäjille. Taustamateriaalina käytetään myös ajankohtaista, pääosin Suomessa tehtyä diabetekseen liittyvää tutkimusta.

Näin pääset vastaamaan

- www.diabetes.fi/diabetesbarometri
- Ammattilaisten kysely:
<https://link.webpolsurveys.com/S/0CCBDF1868F74975>
- Diabetesbarometri 2025 diabetesta sairastaville ja läheisille:
<https://link.webpolsurveys.com/S/F4BA7AB8E4E14CB2>
- Kyselyt ovat auki 31.8.2025 asti. Diabetesbarometri 2025 julkaistaan diabetesviikolla marraskuussa 2025.
- Lisätietoja: reetta.korkki@diabetes.fi

Mukavaa, että olit mukana

Verkkosivujemme ammattilaisten osiossa ovat muun muassa koulutuksemme: diabetes.fi/ammattilaiset.

Aamukahviemme materiaalit ovat verkostomme sivulla diabetes.fi/ammattilaisverkosto.

Aamukahviemme tallenteen voit katsoa kahden viikon ajan tilaisuuden jälkeen. Saat linkin sähköpostiisi.

Tavataan taas syksyllä

torstaina 25.9. klo 8–9
keskiviikkona 3.12. klo 8–9

