

Työterveyshuollon toimintasuunnitelma

Kaustisen kunta, EMO

01.01.2023-31.12.2027

Yrityksen perustiedot

Yritys	Kaustisen kunta, EMO PL 10 69601 Kaustinen kaustisen.kunta@kaustinen.fi
Y-tunnus	0178981-6
Toimiala	84110, Julkinen yleishallinto
Tilikausi	01.01.-31.12.
Tapaturmavakuutusyhtiö	If Vahinkovakuutusyhtiö Oy / TYÖTAPATURMA
Eläkevakuutusyhtiö	KEVA
Työterveyshuollon yhteyshenkilö	-
Johtaja/vastuuhenkilö	-

Työterveyshuolto

Palvelun järjestäjä	Työplus Yhtiöt Oy Mariankatu 26 67200 Kokkola +35868287360 info@tyoplus.fi www.tyoplus.fi
Työterveyshuollon palveluiden tuottamiseen on myönnetty toimilupa 01.12.2016	
Työterveyshuollon johtaja	Thomas Björk toimitusjohtaja +35868287360 thomas.bjork@tyoplus.fi
Potilasasiamies	Anne-Mari Furu 044 723 2309 anne-mari.furu@soite.fi

Yritykselle nimetty työterveyshuollon henkilöstö

Työplus Oy, Tunkkari Mäntöläntie 2 69730 Tunkkari puh. 068287360 tfn. 068287361 info@tyoplus.fi	
Työterveyshoitaja	Marit Brännström +35868287360 marit.brannstrom@tyoplus.fi Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä
Työterveyslääkäri	Jouni Luomaranta +35868287360 jouni.luomaranta@tyoplus.fi Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä
Työfysioterapeutti	Pasi Pesola +35868287360

pasi.pesola@tyoplus.fi
Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä

Työterveyspsykologi Heidi Ruohotie
+35868287360
heidi.ruohotie@tyoplus.fi
Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä

Työplus Oy, Tunkkari
Mäntöläntie 2
69730 Tunkkari
puh. 068287360 tfn. 068287361
info@tyoplus.fi

Työterveyshoitaja Eeva Marjusaari
+35868287360
eeva.marjusaari@tyoplus.fi
Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä

Muut palvelujen tuottajat

Palvelujen Hermopinteen tutkiminen rannekanavasta/kyynärtaipeesta (Mediracer)
antajat

Sovitut ryhmätoiminnot:

Työnantaja kustantaa seuraaviin ryhmätoimintoihin osallistumiset: Avokuntoutus, Palautumisryhmä, Uniryhmä, Tules- ryhmät, Painonhallintaryhmä, Tupakka-ryhmä, Esimiesvalmennus, Työnohjaus
Kunta maksaa ryhmän osallistumismaksun. Työntekijä on veloitettu ilmoittamaan ryhmän pääsystä omalle esimiehelle. Osallistuminen ryhmiin tapahtuu omalla ajalla työpäivän aikana.

Kunta on savuton työpaikka. Työntekijöitä kannustetaan tupakasta vieroittamiseen maksamalla 1 kk:n ajan nikotiinikorvaushoito, johon työterveyshuollon lääkäri on kirjoittanut reseptin ja lääke on hankittu apteekista. Työantaja edellyttää että työntekijän pitää olla 2 vuotta tupakoimatta edellisen hoidon jälkeen, jotta hän saa korvaushoidon uudelleen työnantajan kustantamana.

Näyttöpäätetyöntekijöiden ergonomiaselvitysten yhteydessä voidaan suositella näyttöpäätelasihankintaa. Työlasien mittaus tapahtuu työterveyshuollon toimesta. Työntekijän käytössä olevat lasit tulee olla tarkistettuna. Työntekijän tulee olla iältään yli 45-vuotias ja merkittävä osa työajasta tulee olemaan näyttöpäätetyötä. Työnantaja korvaa työlasien hankinnasta aiheuttavan tarkastusmaksun, linssit ja kehyksistä 50 euroa. Jos kehykset ovat kalliimmat, työntekijä maksaa ylimenevän osan itse. Työfysioterapeutti voi allekirjoittaa optikon tekemä lähete

Työplussan toimipisteet:

Työplus Kokkola
Mariankatu 26, 67200 Kokkola

Työplus Port Tower
Satamakatu 330, 67900 Kokkola

Työplus Pietarsaari
Koulukatu 25-27, 68600 Pietarsaari

Työplus Uusikaarlepyy
Pietarsaarentie 24 B, 66900 Uusikaarlepyy

Työplus Jepua
Pensalantie 210, 66850 Jepua

Työplus Tunkkari
Mäntöläntie 2, 69730 Tunkkari

Työplus Perho
Vnahainkodintie 20, 69950 Perho

Työplus Kannus
Asematie 1, 69100 Kannus

Työplus Toholampi
Sairaalantie 2, 69300 Toholampi

Työplus Kruunupyy
Säbräntie 1, 68500 Kruunupyy

Työplus Teerijärvi
Hörbyntie 8, 68700 Teerijärvi

Työterveyshuollon sopimus ja sisältö

Työterveyshuollon sairaanhoitosopimus

Ehkäisevän työterveyshuollon sisältö

- Työpaikkakäynnit, työpaikkaselvitykset, terveydellisten riskien arvioinnit suosituksineen
- Terveystarkastukset työuran eri vaiheissa yksilöllisine työhyvinvointisuunnitelmineen
- Moniammatilliset työkykyarvioinnit (työterveyslääkäri, työterveyshoitaja, työfysioterapeutti, työterveyspsykologi)
- Työfysioterapeutin ergonominen ja tuki- ja liikuntaelinongelmiin liittyvä neuvonta ja ohjaus, suoravastaanotto sekä toimintakykytestaukset
- Työterveyspsykologin psykososiaaliset selvitykset, neuvonta ja ohjaus yksilöille ja työyhteisöille
- Ammattitautien ja työperäisten sairauksien ehkäisy ja varhainen toteaminen
- Työkyvyn ylläpitämisen varhainen tuki ja työhönpaluuun tuki yhdessä yrityksen kanssa
- Tietojen antaminen ja ohjaus, terveysneuvonta (työterveyslääkäri, työterveyshoitaja, työfysioterapeutti, työterveyspsykologi)
- Työyhteistöiminta, ryhmäohjaus työntekijöiden työhyvinvoinnin parantamiseksi ja työkyvyn ylläpitämiseksi, kuten psykososiaalisen tuen tarpeeseen perustuva esimiestuki, työnohjaus ja debriefing.
- Ensiapuvalmiuden ylläpitoon ja työtapaturmien torjuntaan liittyvää ohjaus ja koulutus
- Erikoislääkärin konsultaatiot ja magneettitutkimukset sisältyvät ennaltaehkäisevän työterveyshuollon palveluihin siltä osin kuin ne perustuvat työntekijän työterveyslääkärin arvioimaan tarpeeseen selvitetäessä työntekijän työkykyä ja kuntoutustarvetta

Yritys on sopinut työterveyshuollon YritysPlus-palvelun käytöstä henkilöstöhallinnon käyttöön sekä työterveyspalveluiden toteuttamisesta myös etävastaanottona OmaPlus-palvelun kautta.

Sairaanhoidon sisältö

Erikoislääkärin 1-3 konsultaatiokäyntiä tutkimuksineen sairauden toteamiseksi ja hoidon määrittämiseksi hoitovastuun säilyessä työterveyshuollossa.
Kliinifysiologiset tutkimukset (ras-EKG, holter, vrk rr-seuranta, uniapnea, mediracer, Oire-EKG).
Magneettitutkimukset
Fysioterapia sairaanhoitotilanteissa.

Yritys on sopinut työterveyspalveluiden toteuttamisesta myös etävastaanottona OmaPlus-palvelun kautta.

Vapaa-ajan tapaturmat kuuluvat työterveyshuoltosopimukseen.

Laajennettuihin sairaanhoitopalveluihin sisältyvät myös fysioterapiakäynnit sairaudenhoitotilanteissa, 3 kertaa vuodessa/työntekijä

Työsuojeluyhteistyö

Työsuojeluyhteistyön tarkoitus ja tavoitteet

Tarkoitus

Hyvän työterveyshuoltokäytännön toteuttamiseksi työnantajan tulee toimia yhteistoiminnassa työntekijöiden tai heidän edustajiensa kanssa asioissa, jotka liittyvät työterveyshuollon järjestämiseen, sisältöön, laajuuteen ja työterveyshuollon vaikutusten arviointiin. Nämä lakisääteiset yhteistyömuodot on määritelty yhteistoiminta-, työsuojelu- ja työterveyshuoltolainsäädännössä sekä työehtosopimuksissa.

Tavoitteet

Työterveyshuollon tavoitteena on:

- terveellinen ja turvallinen työympäristö
- hyvin toimiva työyhteisö
- työntekijöiden työ- ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen
- työhön liittyvien sairauksien ehkäisy

Työsuojeluyhdyshenkilöt

Työsuojelutoimikunta on valittu työpaikalle

Yhteistyö työsuojelun toimintaohjelmassa

Työterveyshuollon toimintasuunnitelma on osa työsuojelun toimintaohjelmaa tai muuta kehittämisohjelmaa

Työterveyshuolto osallistuu työsuojelun toimintaohjelman laatimiseen

Työterveyshuolto osallistuu kutsuttaessa työsuojelutoimikunnan kokouksiin

Työterveyshuolto osallistuu kutsuttaessa työsuojelutarkastuksiin työpaikalla

Työterveyshuollon toiminnan seuranta

Laadun ja vaikuttavuuden arviointi ja seuranta

Toimenpiteiden vaikuttavuutta työympäristössä ja työyhteisössä

Työntekijöiden altistumista ja kuormittumista

Työntekijöiden terveydentilaa ja työkykyä

Työperäisiä (tapaturmat ja ammattitaudit) ja työhön liittyviä sairauksia

Työntekijöiden sairauspoissaoloja

Työterveyshuollon omia toimintatapoja (laatua)

Tavoitteiden ja toimenpide-ehdotusten toteutumista

Asiakastyytyväisyyttä

Toimintasuunnitelman toteutumisen seuranta

Perusteellisesti uuden 3 - 5 vuotuiskauden alkaessa työpaikan ja työterveyshuollon yhteisneuvotteluissa

Vuosittain 3 - 5 vuoden suunnittelujakson aikana

Työpaikan johdon ja työsuojelutoimikunnan/-valtuutetun kanssa

Seuranta- ja arviointimenetelmät

Itsearviointi

Asiakastyytyväisyyskysely

Dokumentointi

Tietojen dokumentointi tai tietojärjestelmä

Työplussassa on käytössä Acute potilastietojärjestelmä.

Työterveyshuollon laaturjärjestelmä

Labqualityn SHQS- laaduntunnustus voimassa.

Seurannan ja arvioinnin dokumentointi

Asiakaspalautteen kerääminen

Käynnin syy- raportti (toteutuneet työpaikkakäynnit, terveystarkastukset, työterveysneuvottelut)

Työterveyshuollon raportti, (sairauspoissaolot, kustannukset)

Odum-raportit, kohonneessa ja korkeassa työkykyriskissä olevat työntekijät

Jatkotoimenpideraportti (suositukset työkyvyn ylläpitämiseksi ja parantamiseksi)

Työterveyshuollon vaikuttavuustyökalu (työntekijöiden työkykyriskianalyysi)

Työkyvyn hallinta ja varhainen tuki

Työkyvyn hallinnan, seurannan ja varhaisen tuen toteutus työpaikan ja työterveyshuollon yhteistyönä

Työkyvyn varhaisen tukemisen malli käytössä

Suunnitelma

Työnantajalla on käytössä työkyvyn hallinnan, seurannan ja varhaisen tuen toimintamalli. Varhainen tuki kohdistuu kaikkiin työntekijöihin ja erityisesti niihin, joilla on työkykyä uhkaavia riskitekijöitä ja sairauspoissaoloja.

Työterveyshuollon vastuut

Työterveyshuoltoon kuuluu osatyökykyisen työntekijän työssä selviytymisen seuranta ja edistäminen, kuntoutusta koskeva neuvonta sekä hoitoon tai lääkinnälliseen tai ammatilliseen kuntoutukseen ohjaaminen.

Työterveyshuolto on mukana suunniteltaessa työhön paluuta sairauslomalta.

Työterveyshuolto seuraa työntekijöiden työkykyä terveystarkastuksissa. Tarpeen mukaan pidetään työterveysneuvottelu, missä on mukana työntekijän ja työterveyshuollon lisäksi työnantajan edustajat.

Työnantajan vastuut

Työnantaja seuraa työntekijöiden työssä selviämistä ja jaksamista varhaisen tuen tarpeen tunnistamiseksi ja tuen antamiseksi. Työnantaja seuraa työntekijöiden poissaoloja.

Työnantaja järjestää mahdollisuuksien mukaan työntekijälle

- muutoksia työnkuvaan, jos työntekijällä on ongelmia työssä selviytymisessä
- kevennetyn työhön paluun sairausloman jälkeen, jos työterveyshuolto sitä suosittaa
- opastusta työtehtävissä tai koulutusta työssä suoriutumisen parantamiseksi

Työkykyongelmissa aloite voi tulla työnantajalta, työntekijältä tai työterveyshuollolta työterveysneuvottelun koolle kutsumiseksi

- jos työntekijällä on terveydellisistä syistä vaikeuksia työssä selviämisessä
- jos työntekijällä on päihdeongelma
- kun suunnitellaan työntekijän työhön paluuta

Sairauspoissaolojen seuranta

Sairauspoissaolojen seurantamalli käytössä

Korvaavan työn toimintamalli ei käytössä

Työterveyshuollon vastuut

Sairauspoissaoloraportin lähettäminen 1-4 x vuodessa YritysPlus-palvelun kautta HR henkilöstölle. Raportti käydään läpi yhteisesti yrityksen vastuutiimin ja työnantajan edustajien kanssa ja sovitaan jatkotoimenpiteistä.

Työnantajan vastuut

Työnantaja seuraa poissaoloja, ja on velvollinen ilmoittamaan työterveyshuoltoon kun työntekijällä täyttyy 30 sairauspoissaolopäivää 12 kuukauden aikana.

Sairauspoissaolokäytäntö

Ilmoittaminen poissaolosta

Omailtoitusmenettely käytössä. Omalla ilmoituksella ja esihenkilön luvalla työntekijä voi olla työstä pois 1-5 kalenteripäivää

Terveystenhoitaja voi kirjoittaa 1-7 päivän sairauspoissaolon tarvittaessa.

Työnantaja hyväksyy puhelimesta kirjoitettuja poissaoloja.

Päihdehaittojen ehkäisy ja hallinta

Päihdetyön hoitoonohjausmalli käytössä

Suunnitelma

Osatyökykyisyydessä voi olla kyse myös päihderiippuvuudesta. Työnantajalla on käytössä päihdeohjelma. Päihdeohjelma ohjeistaa esimiehiä päihteiden käytön puheeksiottamiseen ja toimenpiteiden käynnistämiseen.

Yrityksen päihdeohjelmaan sisältyy huumetestaus tulotarkastuksen yhteydessä.

Työterveyshuollon vastuut

Vastaanottokäyntien yhteydessä seurataan työntekijöiden päihteidenkäyttöä (Päihdeohjelma ja hoitoonohjausmalli liitteenä).

Työnantajan vastuut

Työnantajan vastuut on kuvattuna päihdeohjelmassa

Muut työterveyshuoltoon liittyvät sopimukset

Muut sopimukset

Työnantaja kustantaa seuraaviin ryhmätoimintoihin osallistumiset: Avokuntoutus, Palautumisryhmä, Uniryhmä, Tules- ryhmät, Tupakka-ryhmä, Esimiesvalmennus, Työnohjaus

Yrityksen työterveystarpeiden ja toiminnan kuvaus

Yrityksen toiminta

Kuvaus yrityksestä

Kaustisen kunta on itsenäinen kunta, jonka palveluksessa työntekijät työskentelevät teknisen-, sivistys-, sekä yleishallinnon palveluksessa. Osa työntekijöistä tekee vuorotyötä. Teknisen työn puolella päivystyksellistä toimintaa. Kaustisen ja Vetelin kunnilla on olemassa yhteisiä viranhaltijoita.

Kuvaus toiminnasta

Kaustisen kunta on itsenäinen kunta, jonka palveluksessa työntekijät työskentelevät teknisen-, sivistys-, sekä yleishallinnon palveluksessa. Osa työntekijöistä tekee vuorotyötä.

Henkilöstön kuvaus

Henkilökunnan määrä

0

Altisteet lisätietoineen (ammattinimikkeet tai muu kuvaus)

Fysikaaliset

Kemialliset

Biologiset

Yötyö

Fyysiset/ergonomiset

Psyykkiset

Sosiaaliset

Tapaturmavaara

Toimintasuunnitelmakaudella ehkäistävät kuormitustekijät

Fysikaaliset

Kemialliset

Biologiset

Yötyö

Fyysiset/ergonomiset

Psyykkiset

Sosiaaliset

Tapaturmavaara

Työterveyshuollon painopistealueet

Tavoitteet toimintasuunnitelmakaudella

Työterveyshuollon yleiset tavoitteet

Työterveyshuollon ja yrityksen yhteistyön tavoitteena on terveellinen ja turvallinen työympäristö, hyvin toimiva työyhteisö, työhön liittyvien sairauksien ehkäisy sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen. Tavoitteena on avoin ja pitkäjänteinen kumppanuus.

Tavoite

Sairaspoissaolojen vähentämien

Tavoite

Sivistystoimen henkilökunnan psykososiaalisen kuormituksen tukeminen

Tavoite

Kunnan ja työterveyshuollon tiedonkulun tehostaminen, ylläpitäminen sekä tiedottaminen henkilökunnalle

Tärkeimmät työterveydelliset haasteet, toiminnan painopisteet ja kehittämistarpeet

Tavoitteet yksilöiden työhyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi

Työterveyshuollon haasteena on tunnistaa työkykyriskissä olevat työntekijät riittävän ajoissa. Työterveyshuolto toteuttaa henkilöstön terveydensuurannan Työplussan työterveyspaketin mukaisesti eTerveys-kyselyllä, jonka avulla on mahdollista tunnistaa kohonneessa ja korkeassa henkilöriskissä olevat työntekijät. Tavoitteena on kohdentaa ennaltaehkäiseviä palveluja erityisesti heille.

Tavoitteet työolosuhteiden parantamiseksi

Työterveyshuollon painopisteenä on henkilökohtainen terveyssuunnitelma, joka laaditaan jokaisessa terveystarkastuksessa yhdessä asiakkaan kanssa ja jonka toteutumista seurataan säännöllisesti.

Tavoitteet työyhteisön toiminnan tukemiseksi

Yritys saa eTerveyskyselyistä ja terveystarkastuksista yhteenvedon ja toimintaa kehittäviä suosituksia, joiden perusteella sovitaan jatkosuunnitelmista.

Työterveyshuoltoyhteistyön tavoitteet

Yhteistyön tavoitteet

Sovitut käytännöt yhteistyöhön liittyen: Tosu-palaverit, palaute terveystarkastuksista sekä säännölliset tapaamiset 1-2 x vuodessa.

Suunniteltu toiminta

Työpaikkaselvitykset

Sisältö

Työterveyshuolto tutustuu työpaikan olosuhteisiin ja työhön työpaikkaselvitysten ja työpaikkakäyntien avulla. Näillä selvitetään työn fyysistä ja psykososiaalista kuormittavuutta sekä työntekijöiden altistumista työstä aiheutuville biologisille, kemiallisille tai fyysikaalisille haitoille ja vaaroille. Sähköinen eTyöpaikkakysely lähetetään jokaiselle työntekijälle esitietolomakkeena täytettäväksi ennen työpaikkaselvitystä.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Perusselvitykset

Sisältö

Työnantajan tekemät lakisääteiset riskiarvioinnit toimivat pohjana työpaikkaselvityksille. Työterveyshuollon tekemä terveydellisen merkityksen - ja terveystarkastustarpeen arviointi perustuu riskinarviointiin, tehtyyn työpaikkaselvitykseen sekä mahdollisiin työhygienisiin mittauksiin.

Kohderyhmät

Vuonna 2023 tehdään työpaikkaselvitys: Järvelän koulu, Kaustisen kirjasto, tekninen henkilöstö (ammattimiehet), Kinon esiopetus
Vuonna 2024 tehdään työpaikkaselvitys Kaustisen ylä-kouluun

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Suunnatut selvitykset ja erillisselvitykset

Sisältö

Suunnattuja selvityksiä tehdään, jos perustyöpaikkaselvityksessä ilmenee tarvetta terveydellisten olosuhteiden tarkempaan arviointiin. Suunnattuja selvityksiä voidaan tehdä myös terveystarkastuksien, tai muiden työterveyshuollon ammattihenkilöiden kontaktien, yhteydessä esille nousseiden tarpeiden pohjalta. Työterveyshuollon asiantuntijoita käytetään tarpeen mukaan selvitysten toteuttamisessa.

Työfysioterapeutti osallistuu perustyöpaikkaselvityksiin ja tekee suunnattuja, ergonomisia työpaikkaselvityksiä joissa arvioidaan työn fyysistä kuormittavuutta, työolosuhteita ja ergonomiaa.

Työterveyspsykologi tekee suunnattuja työpaikkaselvityksiä psyykkisten ja sosiaalisten kuormitustekijöiden selvittämiseksi.

Kohderyhmät

Joka kunnan yksikkö voi käyttää rentoutusohjaajan palvelut 1-2 kertaa vuodessa

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Terveystarkastukset

Sisältö

Terveystarkastusten sisältö määräytyy työntekijän terveyden, työolosuhteiden sekä työn vaatimusten perusteella. Työntekijä voi myös pyytää terveydentilan tarkastusta tai työn kuormittavuuden arviointia.

Tarkastukset toteutetaan kaksiosaisesti. Ensin vastataan sähköiseen eTerveys-kyselyyn, jota voidaan hyödyntää esitietolomakkeena, itsenäisenä terveystarkastuksena tai arvioidessa jatko-ohjaus tarvetta.

eTerveys-kyselyn avulla kartoitetaan hyvinvointia ja mahdollisia terveydellisiä riskitekijöitä, esim.

- kipu ja fyysisen toiminnan haitta
- stressi ja työhyvinvointi
- mieliala
- uni ja vireystaso
- elämäntavat
- diabetesriski

Menetelmät

Terveystarkastukset toteutetaan moniammatillisena yhteistyönä. Työterveyshuollon asiantuntijoiden vastaanotolle asiakkaat ohjautuvat aina työterveyden ammattihenkilöiden ohjaamina (työterveyshoitaja, työterveyslääkäri ja työfysioterapeutti).

Työterveyshuollon asiantuntijoina voivat toimia työterveyshuoltoon pätevoityneet psykologit. Lisäksi asiantuntijoina voivat olla työhygienian, sosiaalialan, ergonomian, teknisen alan, maatalouden ja liikunnan asiantuntijat, optikot sekä puhe- ja ravitsemusterapeutit, joilla on lisäkoulutus työterveyshuoltoon.

Työfysioterapeutin yksilövastaanotolla työfysioterapeutti tutkii ja arvioi fyysistä toimintakykyä työn näkökulmasta suorittaen tarvittaessa tuki- ja liikuntaelimestön toimintakykytestejä (Tule-testit, aerobiset testit, hyvinvointianalyysi). Yksilöohjauksessa annetaan neuvoja ja ohjeita tuki-

ja liikuntaelimistön hyvinvoinnin edistämiseksi sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitämiseksi.

Työterveyspsykologin vastaanotolla työpsykologi arvioi psyykkistä työ- ja toimintakykyä. Arvioinnissa käytetään hyväksi kaikkea toimintakyvystä saatua taustatietoa ja tehdään kattava työhistoriaa ja nykyistä tilaa kartoittava haastattelu. Tarvittaessa tehdään kognitiivisen suoriutumisen arviointi tai laajempi psyykkisen työkyvyn kokonaistutkimus kyky- ja persoonallisuustesteineen.

Sosiaalialan asiantuntijan arviota hyödynnetään osatyökykyisten työssä jatkamiseen ja selviytymiseen liittyen.

Työhönsijoitustarkastukset

Sisältö

Työnantajan kanssa sovitut tarkastukset työntekijälle työtä aloitettaessa.

- Esitietona eTerveys-kysely ja terveydenhoitajan suorittama haastattelu
- Ohjausta ja neuvontaa työhön ja ergonomiaan liittyen sekä terveysriskien minimoimisesta.
- Verenpaineen mitta
- Paino, pituus, BMI, Inbody-kehonkoostumusmittaus
- Näön tutkiminen tarvittaessa
- Laboratoriotutkimukset: perusverenkuva (PVK), paastoverensokeri (fS-Gluk), verenrasva-arvot (fS-Kol)
- Rokotussuojan tarkistaminen (perusrokotukset sekä työhön liittyvä rokotesuoja)
- Lääkärintarkastus, jatkotutkimukset työpaikan altisteiden mukaisesti, työhönsopivuuslausunto
- Huumausainetestaus; huumeseula 6A
- Elintarviketyöntekijöille salmonella näyte tarvittaessa
- Jätevesilaitoksella työskenteleville B-hepatiittirokotus sekä muulle henkilöstölle tarpeen mukaan
- Työterveyshuollon ammattihenkilöstön suosituksesta Hyvinvointianalyysi (Firstbeat) mittaus

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Toteuttajat

Työterveyshoitaja ja -lääkäri, tarvittaessa muut työterveyshuollon asiantuntijat

Erityisen sairastumisen vaaran perusteella

Sisältö

Lakisääteinen Alkutarkastus tehdään ennen töiden aloittamista tai viimeistään 1kk kuluessa töiden alkamisesta. Työnantaja vastaa alkutarkastukseen lähettämisestä.

- Esitietona eTerveys-kysely ja terveydenhoitajan suorittama haastattelu
- Ohjausta ja neuvontaa oikeista ja turvallisista työtavoista ja ergonomiasta, työssä mahdollisesti tarvittavien suojainten käytöstä sekä terveysriskien minimoimisesta.
- Verenpaineen mitta
- Paino, pituus, BMI, Inbody (kehonkoostumusmittaus)
- Työn altisteista riippuen spirometria tai hengitystieoirekysely ja tarvittaessa spirometria bronkodilaatiolla
- Työn altisteista riippuen kuulon tutkiminen
- Näön tutkiminen tarvittaessa
- Laboratoriotutkimukset: perusverenkuva, paastoverensokeri, verenrasva-arvot
- Rokotussuojan tarkistaminen (perusrokotukset sekä työhön liittyvä rokotesuoja)
- Työterveysääkärin työhönsopivuuslausunto

Kohderyhmät

- Fysikaaliset tekijät: esim. melu, säteily, lämpötila. Teknisen toimen henkilökunta
- Kemiaaliset tekijät. Teknisen toimen henkilökunta
- Biologiset tekijät. Ammattimiehet
- Fyysiset tekijät. Teknisen toimen henkilökunta
- Yötyö. Varhaiskasvatuksen henkilökunta
- Väkivallan uhka. Koko henkilöstö
- Näyttöpäätetyö. Toimistohenkilökunta

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Toteuttajat

Työterveyshoitaja ja -lääkäri, tarvittaessa muut työterveyshuollon asiantuntijat

Terveydenseurantatarkastukset

Sisältö

Henkilöstön terveydenseuranta toteutetaan valitun terveystarkastuspaketin mukaisesti:

BASIC:

eTerveys-kysely 3 vuoden välein. Kohdennettu etätarkastustus TAI Kohdennettu terveystarkastus vuorotellen kolmen vuoden välein eTerveyskyselyn yhteydessä korkeassa ja kohonneessa riskissä oleville työntekijöille.

Tarkastukset toteutetaan kaksiosaisesti. Ensinnäkin vastataan sähköiseen eTerveys-kyselyyn.

Vastaajat saavat henkilökohtaisen palautteen ja ohjauksen jatkotoimenpiteisiin.

-Kohonneessa ja korkeassa riskissä olevat työntekijät ohjataan/kutsutaan työterveyshoitajan tai työfysioterapeutin Kohdennettuun terveystarkastukseen ja saavat lähetteen laboratoriotutkimuksiin.

-Matalassa riskissä olevat saavat lähetteen laboratoriotutkimuksiin.

-Henkilöt, jotka eivät vastaa kyselyyn kutsutaan tarkastukseen.

Tarkastuksiin osallistuminen on vapaaehtoista.

-eTerveyskyselyn perusteella voidaan ohjata myös suoraan ryhmätoimintoihin

Kohderyhmät

eTerveyskyselyt lähetetään koko henkilöstölle.

Kohdennettuun terveystarkastukseen kutsutaan kohonneessa tai korkeassa henkilöriskissä olevat.

Yritys saa terveystarkastuksista yhteenvedon, jonka perusteella sovitaan jatkosuunnitelmista.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Toteuttajat

Työterveyshoitaja, työfysioterapeutti ja tarvittaessa työterveyslääkäri tai muut työterveyshuollon asiantuntijat.

Menetelmät

Työterveyshoitajan Kohdennettu terveystarkastus:

-Työhyvinvointikeskustelu

-Verenpaineenmittaus

-Paino, pituus, BMI, Inbody (kehonkoostumusmittaus)

-Peruslaboratoriokokeet (perusverenkuva, kolesterolipaketti, verensokeri)

-Terveysuunnitelman laadinta

Työterveyshoitajan Kohdennettu etätarkastus joko puhelimitse tai videovastaanotona:

-Työhyvinvointikeskustelu

-Terveysuunnitelman päivitys

Seuranta

Työterveyshoitajan toteuttaman seuranta 4-6kk Kohdennetun terveystarkastuksen jälkeen joko puhelimitse tai videovastaanotona:

- Seuranta eTerveys-kysely

-Terveysuunnitelman tarkistus

Erityisen sairastumisen vaaran perusteella

Sisältö

Lakisääteiset Määräaikaistarkastukset (MAT) määräytyvät työn altisteiden mukaan. (Vna 1484 /2001)

- Työterveyslääkärin työhönsopivuuslausunto

Kohderyhmät

Erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavissa töissä työskentelevät.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Toteuttajat

Työterveyshoitaja ja - lääkäri, tarvittaessa muut työterveyshuollon asiantuntijat

Muut terveystarkastukset

Sisältö

Erityisen sairastumisen vaaran perusteella

Lakisääteiset Lopputarkastukset määräytyvät työn altisteiden mukaan. (Vna 1484 /2001)
- Lääkärin tarkastus

Kohderyhmät

Erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavissa töissä työskentelevät.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Vajaakuntoisuuden ja työkyvyn arviointiin ja seurantaan liittyvät terveystarkastukset

Sisältö

Osatyökykyisellä henkilöllä on jo havaittu työkyvyn lasku, jota seurataan. Taustalla voi olla olennaisesti työkykyyn vaikuttava sairaus, oire tai vamma. Tarvittaessa ohjelmoidaan työterveysneuvottelu sekä laaditaan kuntoutussuunnitelma.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Toteuttajat

Työterveyshoitaja ja - lääkäri, tarvittaessa muut työterveyshuollon asiantuntijat

Menetelmät

Työkyvyn arviointi moniammatillisesti tarvittavin menetelmin esim. Hyvinvointianalyysi (Firstbeat), tule-toimintakykytestit, psykologin testaukset

Tietojen antaminen ja ohjaus

Sisältö

Työterveyshuolto neuvoo ja ohjaa työnantajaa ja työntekijöitä ehkäisemään työstä, työolosuhteista tai työympäristöstä aiheutuvia vaaroja ja haittoja ja suojautumaan niiltä. Työterveyshuollon ammattihenkilöt ja asiantuntijat antavat neuvontaa ja ohjausta työmenetelmien, työympäristön ja työyhteisön toimivuuden kehittämiseksi. Neuvontaan kuuluu myös terveystieteiden ja ohjaus terveyden edistämiseksi ja ylläpitämiseksi sekä tietoa ja neuvontaa työhön, työympäristöön ja elintapoihin liittyvistä terveyttä edistävästä tekijöistä.

Ryhmän neuvonta ja ohjaus

Sisältö

Ryhmämuotoinen toiminta toteutetaan tarvittaessa moniammatillisena.

Työyhteisötasolla toteutetaan ohjausta ja neuvontaa sekä järjestetään luentoja terveyteen, työkykyyn, fyysiseen toimintakykyyn ja liikuntaan liittyen tavoitteena työhyvinvoinnin tukeminen ja sen edistäminen.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Toteuttajat

Työterveyshuollon ammattihenkilöt ja asiantuntijat

Menetelmät

Esim. avokuntoutus, tule-ryhmä, uniryhmä, painonhallintaryhmä yms.

Tyhy yhteistyö jatkuu työterveyshuollon kanssa vuonna 2024

Voidaan järjestää oma painonhallinta ryhmä kunnan työntekijöille.

Kuntosali ohjausta voidaan järjestää työfysioterapeutin toimesta

Yksilön neuvonta ja ohjaus

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Toteuttajat

Työkykyä ylläpitävä toiminta

Sisältö

Työterveyshuolto suunnittelee ja toteuttaa työkykyä ylläpitävää toimintaa yhdessä työpaikan kanssa.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Työyhteisötyö

Sisältö

Työnantaja/Esimies vastaa työyksikön toiminnasta, tuloksista ja toiminnan kehittämisestä. Työterveyshuolto tukee esimiestä ja työyhteisöä työhyvinvoinnin edistämässä ja antaa asiantuntija-apua erilaisissa muutos- ja ongelmatilanteissa.

Työyhteisön kriisikonsultaatiot:

- Työterveyshuolto on mukana pyydetessä ulkopuolisena asiantuntijana.

Työyhteisön debriefing eli jälkipuinti:

- Työterveyshuolto vastaa jälkipuinnin järjestämisestä työyhteisöä järkyttäneissä tilanteissa. Jos apua tarvitaan virka-ajan ulkopuolella, otetaan yhteys päivystykseen. Jälkipuinti toteutetaan tarpeen mukaan yksilö- tai ryhmäkohtaisena.

Aikataulu

01.01.2023-31.12.2027

Ensiapuvalmiuden ylläpito

Sisältö

Ylläpito ja työtapaturmien torjunta suunnitellaan yhdessä työsuojeluorganisaation kanssa. Työpaikalla tulee olla vähintään 5 %:lla ensiapu I -tasoinen koulutus. Ensiapuvalmiuden ja riittävän ea-koulutuksen kartoittamisesta huolehtivat esimiehet.

Ensiapuvälineistö

Sisältö

Työterveyshuolto toimii asiantuntijana riittävän ensiapuvälineistön hankinnassa.

Sairaanhoito ja muu terveydenhuolto

Sisältö

Työterveyshuollossa noudatetaan hyvän työterveyshuoltokäytännön mukaista työterveyshuoltopainotteista sairaanhoitoa.

Sairaanhoidolla työterveyshuollossa tarkoitetaan työterveyshoitajan sairaanhoitopalveluja sekä yleislääkäritasoisista avosairaanhoitoa tarpeellisine laboratorio- ja kuvantamistutkimuksineen.

Erikoislääkärikonsultaatiot sisältyvät sairaanhoitopalveluihin siltä osin kuin ne perustuvat työntekijän työterveyslääkärin arvioimaan tarpeeseen selvittäessä työntekijän työkykyä hoitovastuun säilyessä työterveyshuollossa.

Sairaanhoidon järjestelyt ja laajuus

Sisältö

Erikoislääkärin 1-3 konsultaatiokäyntiä tutkimuksineen sairauden toteamiseksi ja hoidon määrittämiseksi hoitovastuun säilyessä työterveyshuollossa.

Kliinisyfysiologiset tutkimukset (ras-EKG, holter, vrk rr-seuranta, uniapnea, mediracer, Oire-EKG).

Magneettitutkimukset

Fysioterapia sairaanhoitotilanteissa 1-3 kertaa x/vuosi.

Sairaanhoitoon liittyvät tutkimukset

Sisältö

Ultraäänitutkimukset: Kyllä

Magneettitutkimukset: Kyllä

Tähystystutkimukset: Kyllä

Rasitusergometria: Kyllä
DEXA-luuntiheystutkimukset: Kyllä
Holter-tutkimus: Kyllä
RR-vuorokausiseuranta: Kyllä
Uniapnearekisteröinti: Kyllä
ENMG (hermorata)-tutkimukset: Kyllä
Mediracer tutkimus: Kyllä

Toimenpiteet

Sisältö

Ehkäisy- ja vaihdevuosi- sekä Papa -kontrollit eivät sisälly työterveyshuoltotoimintaan. Myöskään ajokortti- tai muut työnulkopuoliset todistukset terveydentilasta eivät kuulu työterveyshuollon piiriin. Ajokorttilausunnot uusitaan vain ammattikuljettajille.

Rokotukset

Sisältö

Työterveyshuollossa oma työterveyshoitaja antaa tietoa, ohjaa ja neuvoo työn kannalta tarpeellisista rokotuksista. Myös työnantajan kustantamat vapaaehtoiset rokotukset tapahtuvat oman työterveyshoitajan kautta, samoin työntekijän itsensä maksamat rokotteet. Influenssarokotukset tapahtuvat THL:n (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitoksen) valtakunnallisen ohjeistuksen mukaan.

Allekirjoitus

Toimintasuunnitelma on hyväksytty

Työterveyshuollon edustaja

15.12.2022

Päiväys

Työnantajan edustaja

___ . ___ . 20___

Päiväys