

Monipuoliset hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palvelut (HYTE)

Hyvinvoiva ja toimintakykyinen väestö on edellytys työllisyyden positiiviselle kehitykselle ja tuottavuudelle. Kunnat, järjestöt ja seurakunnat tarjoavat runsaasti hyviä elintapoja tukevia palveluita, joita väestö ei aina löydä. Testaamme ratkaisuja, joilla niiden käyttöä voidaan lisätä ja tavoittaa etenkin merkittäviin riskiryhmiin kuuluvat, kuten esidiabeetikot, vähän liikkuvat sekä ylipainoiset.

TÄRKEIMMÄT TUOTOKSET

- Toimme unettomuuden etähoidon alueelle**
Etäryhmät varmistavat aikuisten lääkkeettömän unettomuuden hoidon saatavuuden koko Varhan alueella ja täydentävät unettomuuden hoitovalikoimaa. Koulutimme unihoitajia Varhaan.
- Kehitimme esidiabeetikoiden ohjausta ja neuvontaa**
Vahvistimme Varhan ja kuntien elintapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan yhteistyötä. Tämä lisäsi ohjautumista elintapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan palveluihin. Kehitimme palvelurajat ylittäviä toimintamalleja, kuten elintapaohjaus-liikuntaneuvontamallin.
- Järjestimme painonhallinnan digivalmennusta**
Pilotoimme näyttöön perustuvaa painonhallintasovellusta, jonka avulla on mahdollista saavuttaa pysyvä terveyshyöty. Pilotin osallistujamaksimi (200 hlöä) täyttyi alle vuorokaudessa ja halukkaita pilottiin olisi ollut kolminkertainen määrä.
- Pilotoimme digitaalista palvelutarjotinta**
Pilotoimme asukkaille ja sote-ammattilaisille tarkoitettua Tarmoa-palvelutarjotinta, joka kokoaa yhteen alueen hyvinvointia ja terveyttä edistävää toimintaa. Tarmoa-palvelutarjotinta ei oteta Varhassa käyttöön, mutta pilotissa kertynyttä tietoa hyödynnetään tulevan Varhan hyvinvointiopastajan kehittämistyössä.

2024 keskeisiä lukuja

Varsinais-suomalaisista aikuisista ei liiku riittävästi **63%**

Varsinais-Suomessa merkittävästi ylipainoisia (BMI>30) työikäisiä **61 400**

Perusterveydenhuollon potilaista kokee pitkäaikaista unettomuutta **25-50%**

Koulutuksiin osallistuneita

Unihoitajaa koulutettu (tavoite 90) **45**

🎯 PÄÄTAVOITTEET VUODELLE 2025

- Tuomme alueelle palvelutarjottimen, jonka avulla on helppo löytää HYTE-palveluja
- Koulutamme lisää unihoitajia
- Kehitämme edelleen järjestöyhteistyötä
- Parannamme asiakkaiden ohjautumista liikunta- ja elintapaohjaukseen
- Kehitämme liikuntaneuvonnan viestintää kuntien kanssa



€ KUSTANNUKSET, JOIHIN HYTE-KEHITTÄMINEN VOI VAIKUTTAA

Esidiabeetikoiden elintapaohjaus ehkäisee sairastumista

Säästö hoitokuluissa
~0,7-1,5M€/1000 hlöä/10v

Tyypin 2 diabetesta sairastavien elintapaohjaus säästää terveyspalveluja

Suomessa
~38,5-52,5M€/vuosi

Tyypin 2 diabetesta sairastavien liikuntaneuvonta vähentää terveydenhuollon käyntejä

Lääkärikäyntejä 11%,
hoitajakäyntejä 25%

Terveydenhuollon kustannukset 36% korkeammat väestössä, jolla BMI>30

Kustannukset Varhan alueella
~53 M€

Hoitamaton unettomuus heikentää työkykyä ja kuormittaa terveyspalveluja

Unettomuuden suorat kustannukset
~20-30M€/v Suomessa