



Ravitsemusterveys ja ravitsemusterapiapalvelut osana terveyden edistämistä ja ravitsemushoitoa

14.9.2022

Heli Pyrhönen

Seija Kohvakka

Laill. Ravitsemusterapeutit, essote

www.essote.fi



Ravitsemusterveyden edistäminen



Ravitsemukseen liittyvä yleinen viestintä ja tiedottaminen

- Omaehtoista toimintaa ja pystyvyyttä tukevat digipalvelut (ruokavaliokyselyt ja omahoito ym.)
- Muu yleinen tuki terveellisen ravitsemuksen edistämiseksi

Ravitsemus osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä, kasvatusta ja opetusta

- Ruokakasvatus varhaiskasvatuksessa ja peruskoulussa
- Ruokapalvelut varhaiskasvatuksessa, oppilaitoksissa, palvelukeskuksissa ja työpaikoilla sekä kotiateria- ja kauppakassipalvelut
- Ruokakurssit, kuluttajaneuvonta ja muut matalan kynnyksen yksilölliset ja perhekeskeiset palvelut

Ravitsemus osana sairauksien ehkäisyä ja hoitoa

- Neuvola- ja muut neuvontapalvelut
- Sairauksien ravitsemushoito
- Ravitsemusterapia
- Kuntoutuspalvelut

Lapset ja lapsiperheet

- Ravitsemusohjaus ryhmä- ja yksilökohtaisesti neuvoloissa
- Varhaiskasvatuksen ruokailusuositusten toteuttaminen
- SAPERE-ruokakasvatus
- Ravitsemuskoulutukset ja asiantuntijatuki lasten kanssa työskenteleville (ruokailusuositusten vieminen käytäntöön)
- Ravitsemusviestintä: ohjausaineisto, perheiden tuki, tapahtumat, tiedotukset, some-viestintä

Koululaiset ja nuoret

- Ravitsemusviestintä: eri toimialojen viestintä, perheiden tuki, teemapäivät ja tapahtumat, ohjausaineisto, some-viestintä
- Kouluruokailusuositusten toteuttaminen
- Koulujen ruokakasvatus
- Kouluruokailusta viestittäminen koulun ja kodin välillä
- Varhainen puuttuminen syömispulmiin: opettaja, koti, terveydenhoitaja, ravitsemusterapeutti, yhteistyö liikuntatoimen, yhdistysten ja vapaaehtoistyön toimijoiden kanssa

Opiskelijat ja työikäiset

- Tutkimusperusteinen ravitsemusviestintä
- Ravitsemus- ja ruokailusuositusten toteuttaminen
- Varhainen puuttuminen: opiskelijaterveydenhuolto, työterveyshuolto, sosiaalitoimi, liikuntatoimi, yhdistykset, vapaaehtoistyön toimijat
- Työelämän ulkopuolella olevien ravitsemuksen tukeminen työllisyyspalveluiden kautta
- Matalan kynnyksen palvelut: hyvinvointikioskit, ryhmätoiminnot ja ravitsemusohjaus, digitaaliset palvelut

Ikääntyneet

- Ikääntyneiden ruokailusuositusten toteuttaminen
- Vajaaravitsemuksen systemaattinen seulonta (MNA, NRS-2002) sekä sen ehkäisy ja hoito
- Matalan kynnyksen palvelut: hyvinvointikioskit, ryhmätoiminnot, teemapäivät ja tapahtumat
- Moniammatillinen yhteistyö (sosiaalitoimi / kotiin tuotavat palvelut / tehostettu palveluasuminen / muu laitoshoido / ruokapalvelut). Ravitsemusterapeutti osana kotihoidon tiimiä (tehostetun ravitsemushoidon kotikäynti)
- Yhteistyötahojen (hoiva- ja ruokapalvelut, kotihoito, sosiaalitoimi) ravitsemuskoulutukset ja asiantuntijatuki

HYVINVOINTISUUNNITELMA

Ravitsemusterapeutin tehtävän kuvaus



- Kliinisen ravitsemushoidon sisällön ja tieteellisen perustan asiantuntija
- Potilaan yksilöllisen ravitsemushoidon suunnittelu, arviointi, toteutus ja seuranta
 - ravitsemuksen kokonaisarvio (ravitsemustilan, ravinnonsaannin ja ravinnontarpeen arviot)
 - yksilöllinen ravitsemushoitosuunnitelma ml. kliinisten ravintovalmisteiden valinta ja annostelu
 - Enteraalisen ja tarvittaessa parenteraalisen ravitsemushoidon suunnittelu yhteistyössä lääkärin kanssa - sovittujen potilasryhmien ja heidän läheistensä ravitsemusohjaus
 - ravitsemushoidon seuranta (lähettämisen kriteerit perustuvat eri sairauksien ja potilasryhmien ravitsemushoidollisiin tarpeisiin)
- Moniammatillinen ryhmäohjaus
- Muun henkilökunnan ravitsemushoidon osaamisen tukeminen kouluttamalla ja antamalla asiantuntijatukea
- Ravitsemushoidon asiantuntijuus työryhmissä ja hoitotiimeissä (esim. potilaanhoitoprosessien kehittämiseen ja hallintaan liittyen) sekä ruokapalveluissa
- Ravitsemushoidon laaja-alainen kehittäminen ja suunnittelu

Lähde: Ravitsemushoitosuositus, 2022 –uudistettava painos, Luonnos

Ravitsemusterapeuttien nykyiset resurssit 2022: toimet ja vastuualueet



ESSOTE 4 ravitsemusterapeuttia

1. Yleislääketieteen vastaanotto Mikkeli hyvinvointiasemien yli 16-vuotiaat asiakkaat: Mikkeli, Puumala, Mäntyharju, Hirvensalmi, Pertunmaa. Työterveyshuollon kautta tulevat asiakkaat, opiskeluterveydenhuolto.
2. Lapset ja nuoret peruskoulun päättymiseen saakka; erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon asiakkaat. Lastentaudit vastaanotto ja osasto ja psykiatriset osastot. Varhaiskasvatus, lastenneuvola, kouluterveydenhuolto. Juvan perusterveydenhuolto.
3. Aikuiset erikoissairaanhoidon potilaat ja ravintokeskusyhteistyö. Potilaat esim. lihavuus, lihavuuskirurgia, munuaissairaudet, syömishäiriöt.
4. Aikuiset erikoissairaanhoidon potilaat esim. T1DM, gastroenterologia, syöpä-, keuhkosairaudet, neurologia, kirurgia, KNK, vajaaravitseminen, letkuravitseminen.

SOSTERI 2 ravitsemusterapeuttia

1. Perusterveydenhuollon vastuualue, myös vuodeosastot ja palveluasuminen, akuuttivuodeosasto, lapset ja nuoret, erikoissairaanhoidon vastuualueelta fysiatria ja naisten poliklinikka
2. Erikoissairaanhoidon vastuualue, mm. kirurgia, sisätaudit, psykiatria, neurologia

Ravitsemusterapia Hyvinvointialueella

- Nykytilanne: potilastyö keskiössä sovituin vastuujain

Nykyisten resurssien ulkopuolelle jää paljon

- Ikääntyneet
- Sosiaalipalvelut (mm. vammaiset)
- Ruoka- ja ravitsemispalvelut
- Hyvinvointityö (alueellinen ravitsemustyöryhmä ja -suunnitelma, hyvinvointikertomustyö, terveyden edistämistyö jne.)
- Ruoka- ja ravitsemuskasvatus
- Vastaava ravitsemusterapeutti

Tehtäväkuvasuunnitelma: vastaava ravitsemusterapeutti

Vastuu

- **ravitsemusterapiapalvelujen tasavertaisesta tuottamisesta** perus- ja erityistasolla kaikille ikäryhmille
- ravitsemushoidon ja **ravitsemusterveyden edistämisen** kehittämisestä, seurannasta ja arvioinnista
- **muiden ammattilaisten** tukemisesta ravitsemushoidon ja ravitsemusterveyden edistämistyön toteuttamisessa
- ravitsemusyksikön **tuottamien palvelujen** suunnittelusta, toteuttamisesta ja kehittämistä
- ravitsemusterapeuttien työn toteutumisesta ravitsemusyksikön laajassa ja monipuolisessa toimintakentässä

Tehtäväkuvasuunnitelma: ravitsemusterapeutti -ikääntyneet

Valtion
ravitsemusneuvottelukunta /
Ikääntyneidenruokasuositus:
”Ravitsemusterapeutin
asiantuntemusta on oltava
saatavilla kaikissa palveluissa,
joita ikääntyneet käyttävät”

- Ikääntyneiden **ravitsemusterveyden edistäminen**
- Ikääntyneiden **vajaaravitsemuksen ehkäisy** ja ravitsemushoidon kehittäminen
- Ikääntyneiden **ruokasuositukset** käytäntöön ruokapalveluissa ja ateriapalveluissa
- Yhteistyö kotihoidon kanssa
 - Henkilökunnan koulutukset
 - Tiimipalaverit ja konsultointimahdollisuus
 - Kotikäynnit ja yksilöllinen ohjaus, esim. uudet kotihoidon asiakkaat, muistisairaat, omaishoitajat
 - MNA-vajaaravitsemuksen seulonnan koordinointi
- Hyväkuntoiset ikääntyneet: yhteistyö 3. ja 4. sektorin kanssa:
 - Yhteistyössä hyvinvointityötä tekevän ravitsemusterapeutin kanssa; esim. kerhot, yhdistykset, palveluasumisen yhteiset ruokailut

Tehtäväkuvasuunnitelma: ravitsemusterapeutti - sosiaalipalvelut

- Ravitsemuskuntoutuksen näkökulma
- Eri ammattilaisten tarvitseman asiantuntijatuen tarjoaminen
 - Yhteistyö ja koordinointi
 - Henkilökunnan koulutus
- Asiakas- ja asiantuntijatyö
 - Kotikäynnit
 - Yhteistyö päiväkodin, koulun ja kodin kanssa
 - Palvelukodit
 - Omaishoitajat, perhehoito
- Vaalijalan kuntayhtymän purkautuessa vastuunotto kehitysvammaisten ravitsemusasioista
 - Erityisosaamista; energiatarve, muu ravinnontarve, keinot, toteuttamisen apu, esim. letkuravitseminen

Tehtäväkuvasuunnitelma: ravitsemusterapeutti

- hyvinvointityö

- Alueellinen ravitsemustyöryhmä ja -suunnitelma
- Hyvinvointikertomustyö
- Ravitsemusviestintä: näyttöön perustuvan ravitsemushoidon ja ravitsemusosaamisen edistäminen
- Ravitsemusterveyden edistäminen
 - Teemapäivät ja tapahtumat
 - Asiantuntijatyö
 - Ruokakasvatus, perheiden tukeminen tiedoilla ja taidoilla hyvän perusarjen toteutumiseksi vauvasta kouluikään ja kouluikäiset
 - Työikäiset
 - Itsenäistyvät nuoret
 - Ikääntyneet
- Yhteistyössä eri vastuualueiden ravitsemusterapeuttien kanssa
- Kolmannen sektorin työ, esim. yhdistykset, järjestöt
- Neljännen sektorin työ, esim. asiakasraadit

Tehtäväkuvasuunnitelma: ravitsemusterapeutti - ruoka- ja ravitsemispalvelut

- Asiantuntijana ruokapalveluiden suunnittelussa ja hankinnassa
 - Ravitsemuskuntoutuksen näkökulma
 - Alueelle yhteiset käytänteet
 - Myös esim. palveluseteliaterioiden tuottajat
- Ravitsemussuositukset käytäntöön
 - Kuntouttava työote
 - Yhteiset toimintamallit koko alueelle
- Erityisruokavalioiden kehittäminen alueellisesti
 - Käytänteiden yhtenäistäminen
 - Esim. tehostettu ruokavalio, rakennemuutetut ruokavaliot
- Sujuva ravitsemushoidon ketju
 - Ruuan tilaus, annostelu, jakaminen, ruokailun tukeminen
 - Suunnittelulla säästöä ja enemmän ravintoa

Valtion ravitsemusneuvottelukunta:
Ravitsemusasiantuntijuus on oleellisen tärkeää ravitsemushoito- ja ruokaprosessin yhdistämisessä

Ravitsemukseen kannattaa panostaa

- Ikääntyneiden vajaaravitseminen
 - Huonontaa toimintakykyä ja kotona asumisen mahdollisuutta
 - Lisää palvelun tarvetta
- Sairaalapotilaan vajaaravitseminen
 - Hidastaa toipumista, pitkittää sairaalajaksoa
 - Lisää riskiä uudelle sairaalajaksolle
 - Huomio myös kotiutuvan potilaan ravitsemukseen
- Huono hoitotasapaino
 - mm. diabetes, munuaissairaudet, keliakia, IBS, IBD, syömishäiriöt
- Sairauksien ehkäisy
 - mm. lihavuus, verenpaine, dyslipidemia

Vaikuttava ravitsemushoito

Ravitsemusterveyden edistäminen

- Sairauksien ennaltaehkäiseminen ja toimintakyvyn ylläpito on edullisinta hoitoa
- Ravitsemusterveyden edistäminen on osa moniammatillista terveydenedistämisen kokonaisuutta: hyvä ravitsemus on terveyden ja hyvinvoinnin perusta
- Hyvinvointialueen asukkaat ikääntyvät ja hoivantarve kasvaa ravitsemuksen osalta
- Ravitsemusterapeutti tukee asiantuntemuksellaan alueen kuntia ja maakuntaa ravitsemusterveyden edistämistyössä
- Nykyresursseilla ravitsemusterapiaa saa vain pieni osa sitä tarvitsevista hyvinvointialueen asukkaista



Carl Warner

Kiitos!