



Hyvinvoinnin digipolut – yhteistyössä Diabetesliitto ja Tulevaisuuden sote-keskus -alueet

Avokuntoutusverkoston etätapaaminen 19.1.2022

Diabetes ja omahoito

Diabetes

- yhteisnimi joukolle sairauksia, joita kaikkia yhdistää liian korkea verensokeri
- edelleen yksi nopeimmin yleistyvistä kansansairauksista.



Diabetesta sairastavan omahoito



Säännöllisellä omahoidolla suuri rooli diabetesta sairastavan hoidon onnistumisessa sekä hyvän hoitotasapainon saavuttamisessa ja säilyttämisessä.

Onnistunut omahoito edellyttää yhteistyötä moniammatillisen ja tukea antavan terveydenhuollon asiantuntijatiimin kanssa.



Onnistuneen omahoidon kannalta tärkeää, että diabetesta sairastavalle on tarjolla oikea-aikaista tietoa ja tukea aina sairastumishetkestä kuntouttavaan toimintaan.

Lähteet: Diabetesliitto, Holt ym. 2021, IDF 2021, Laivuori & Ilanne-Parikka 2018

Diabeteksen yleisyys

- Suomessa n. 450 000 diagnosoitua hoidossa olevaa diabeetikkoa.
- Noin 50 000–100 000 suomalaista sairastaa tyypin 2 diabetesta tietämättään.
- Raskausdiabetes todetaan vuosittain noin 10 000 odottavalla äidillä.



Hankkeen tausta



Diabetesta sairastavat, heidän läheisensä ja diabetesriskissä olevat tarvitsevat helposti saavutettavaa tietoa sairaudestaan sekä tukea ja työkaluja omahoitonsa tueksi.

Tällä hetkellä itselle sopivaa ja luotettavaa tietoa diabeteksestä voi olla vaikea löytää, koska verkossa tarjolla oleva tieto on runsasta ja pirstaleista.

Hankkeen kokonaistavoite



Luodaan diabetesta sairastaville ja riskissä oleville laajemmat mahdollisuudet löytää monikanavaista tukea ja työkaluja omahoidon hallintaan kehittämällä uusia arjen ja omahoidon tuen palveluita.

Muodostetaan arkea ja omahoitoa tukevia digitaalisia polkuja nivomalla yhteen Diabetesliiton sekä julkisen ja yksityisen sektorin että muiden järjestöjen tarjoamia digitaalisia palveluja.



Hyvinvointipolut vakiinnutetaan diabetesta sairastavien ja ammattilaisten käyttöön Tulevaisuuden sote-keskusalueiden omien kehittämistoimien kautta.

Miten tavoitteet saavutetaan?

- Alkukyselyn (n=4635) ja kohderyhmähaastatteluiden (n=29) avulla selvitettiin
 - kohderyhmien tiedon ja tuen tarvetta
 - digitaalisten palvelujen käyttöä.
- Kerätyn tiedon pohjalta luodaan kohderyhmittäiset hyvinvointipolut.
- Polut vakiinnutetaan kohderyhmien sekä sote-ammattilaisten käyttöön hankeyhteistyössä Tulevaisuuden sote-keskus -alueiden kanssa.



Hyvinvoinnin digipolut omahoidon tueksi

TIEDONTARVETTA JA TUKEA



jalkojen hoito



ravitsemus



mieliala, jaksaminen



verensokeriseuranta ja sensorointi



uni



liikunta

DIGIPALVELU-TOIVEITA



verensokeriseuranta ja sensorointi



ravitsemus



perustieto diabeteksestä



jalkojen hoito



liikunta



mieliala, jaksaminen

HYVINVOINNIN DIGIPOLUT



Kohderyhmähaastattelussa vastaajat (n=29) toivoivat mm:

- helposti saavutettavissa olevaa ja
- oikea-aikaista ja luotettavaa tutkittua tietoa
- sekä omahoitoa tukevia digitaalisia työkaluja.



ryhmätoimintoja



interaktiivisia kuvia



verkkotestejä



podcasteja



asiantuntija-videoita

Poluille kootaan sekä Diabetesliiton omia että muiden järjestöjen ja toimijoiden diabeetikon omahoitoa tukevia palveluja ja työkaluja.

Mukana olevat Tulevaisuuden sote-keskus -hankkeet

- Keski-Uudenmaan soten Hyte-allianssi
- Pohjois-Savon Tulevaisuuden sote-keskus -hanke POSOTE20
- Kymenlaakson Tulevaisuuden sote-keskus -hanke
- Yhteinen tulevaisuus: Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus Etelä-Karjalassa -hanke
- Uusi Vantaa-Kerava sote asiakkaan asialla -hanke
- Varsinais-Suomen Tulevaisuuden sote-keskus -hanke
- Itä-Uusimaan Tulevaisuuden sote-keskus -hanke
- Keski-Suomen Tulevaisuuden sote-keskus -hanke
- Etelä-Savon Tulevaisuuden sote-keskus -hanke

Hankeyhteistyön muotoja 1/2

- Ensisijaisena yhteistyöajatuksena
 - tarjota tuleville hyvinvointialueille paras tietämys diabetesta sairastavien ja riskissä olevien arjesta ja tuen tarpeista
 - hyvinvoinnin digipolkujen juurruttaminen kohderyhmien ja sote-ammattilaisten käyttöön.



palvelutarjonnan
monipuolistaminen ja
yhdenvertaistaminen
tulevien
hyvinvointialueiden
välillä

tulevat
hyvinvointialueet
hyödyntävät
monipuolisesti eri
järjestöjen
maksuttomia palveluja

tulevien
hyvinvointialueiden
palvelujen resursoinnin
tehostaminen
digipalveluja
hyödyntämällä

Hankeyhteistyön muotoja 2/2

- Yhteistyön muotoja on pohdittu säännöllisissä yhteistyöpalaverissa (1-2 palaveria syksyllä 2021, ensimmäiset vuoden 2022 palaverit jo pidetty)
 - hoitoketjujen ja asiakaspolkujen kommentoinnit
 - Tulevaisuuden sote-keskus -hankkeiden törmäyttäminen alueellisen yhteistyön lisäämiseksi
 - muut yhteistyöt alueiden tarpeista ja kehittämiskohteista riippuen
 - yhdistysten kontaktointi -> miten yhdistysten roolia voidaan vahvistaa tulevilla hyvinvointialueilla

Ajankohtaista hankkeessa

- Raportti digikyselystä valmistumassa (julkaisu tammikuussa)
- Työpaja Tulevaisuuden sote-keskus -hankkeille huhtikuussa, pvm. ilmoitetaan myöhemmin
- Ensimmäinen digitaalinen hyvinvointipolku (prediabetes) valmistuu toukokuun alussa
 - webinaari ammattilaisille ja polun esittely 12.5 klo 15–15.30
- Hankkeen verkkosivu ja uutiskirjeen tilaus:
https://www.diabetes.fi/ammattilaiset/tukea_asiakkaallesi/hyvinvoinnin_digipolut_-hanke#81aa92bd

Kiitos!

Tanja Kulmala

tanja.kulmala@diabetes.fi

p. 050 543 8173

Tuulikki Salminen

tuulikki.salminen@diabetes.fi

p. 050 4726471

