

# LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA



## ASIAKKAAN YHTEYSTIEDOT

Asiakas	Laitilan kaupunki
Y-tunnus	0134480-9
Yhteyshenkilö	Työhyvinvointipäällikkö Tarja Saarela
Tilikausi	01.01-31.12
Puh./vaihde	02-85011
Osoite	Keskuskatu 30 23800 Laitila
Toimiala	Julkiset palvelut
Voimassaolo	1.1.-31.12.2024

## TYÖTERVEYSHUOLLON YHTEYSTIEDOT

Nimi	Laitilan Työterveys	
Osoite	PL 22 23801 Laitila	
Puh.	02-85995226	
Työterveyshoitaja	Ulla Hätilä	puh. 0440-852657 tai 02-85995226
Työterveyslääkäri	Katja Nissi	
Työfysioterapeutti	Piia Luukkanen	puh. 0400-802289
Työterveyspsykologi	Katriina Rehnback	

Työterveyshuollon ammattihenkilöitä ovat työterveyslääkäri, työterveyshoitaja ja työfysioterapeutti. Lääkäri vastaa työterveyshuollon lääketieteellisestä asiantuntemuksesta. Sairaanhoitaja toimii yhteistyössä työterveyslääkärin kanssa. Työterveyshoitaja huolehtii toiminnan suunnittelusta, toteutuksesta ja seurannasta. Työfysioterapeutti toimii ergonomian asiantuntijana. Työfysioterapeutin toiminta kohdistuu sekä työolosuhteisiin että työntekijöihin.

### Asiantuntijoiden käyttö:

Työterveyspsykologia käytetään psyykkisen kuormituksen arviointiin sekä ryhmä- että yksilötasolla. Työterveyspsykologia voidaan myös käyttää tukemaan työyhteisön toimintaa muutostilanteissa sekä psyykkisten ja sosiaalisten riskien arvioinnissa.

### Muiden asiantuntijoiden käyttö:

- ravitsemusterapeuttia ravitsemuksen asiantuntijana
- työhygieenikko, työpaikan työhygieenisten mittausten tekemiseen ja tulkintaan
- optikko työnäkemisen asiantuntijana.
- sosiaalialan asiantuntija osatyökykyisten työntekijöiden tukemisessa.

# LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

## TYÖTERVEYSHUOLLON TARKOITUS JA TAVOITE

Työterveyshuollon tarkoituksena on tukea Laitilan kaupungin työntekijöiden työ- ja toimintakykyä, tunnistamalla, ehkäisemällä ja hallitsemalla työkykyyn liittyviä riskejä. Toiminta perustuu hyvään työterveyshuoltokäytäntöön ja työterveyslakiin. Työterveyshuoltoa toteutetaan moniammatillisesti.

Työterveyshuollon tavoitteena on terveellinen ja turvallinen työympäristö, toimiva työyhteisö sekä hyvässä fyysisessä kunnossa oleva henkilöstö.

Henkilön omasta aloitteesta anoman vapaan aikana (vuorottelu-, opinto-, hoito- tai muu työvapaa) aikana henkilöllä **on oikeus käyttää työterveyshuollon lakisääteisiä palveluja.**

## TYÖTERVEYSHUOLLON SISÄLTÖ

- \* Lakisääteinen työterveyshuolto:
  - \* Ehkäisevä ja työkykyä ylläpitävä toiminta
  - \* Erikoislääkärin konsultaatiomahdollisuus työkyvyn arvioinnissa. Erikoislääkärikonsultaatiomahdollisuus koskee ihotauteja, ortopediaa, neurologiaa, psykiatria sekä korva-, nenä- ja kurkkutauteja.
- \* Sairaanhoido:
  - \* Yleislääkäritasoinen sairaanhoitosopimus
  - \* Sairaanhoido on työterveyspainotteista ja pitkäaikaissairauksien seuranta tapahtuu muualla.
  - \* Vapaa-ajan tapaturmia ei hoideta työterveyshuollossa.
- \* Etäpalvelut:
  - \* Työterveyshuollon ammattihenkilö tai asiantuntija arvioi tapauskohtaisesti, soveltuuko annettava palvelu etäpalveluna toteutettavaksi huomioiden hyvä työterveyshuoltokäytäntö ja ammattieettiset periaatteet. Työterveyshuollon asiakkaalle annetaan aina myös mahdollisuus halutessaan tulla perinteiselle vastaanotolle.
  - \* Työterveydessä on käytössä seuraavat sähköiset palvelut:
    - Sähköinen ajanvaraus ja etävastaanotto, jotka toteutetaan Movendoksen tai Teamsin avulla.
    - Sähköiset terveystiedot -palvelu, jonka avulla potilastiedot siirtyvät Kanta-arkistoon ja josta asiakkaat voivat katsoa ne. Kanta-arkistossa näkyvät mm. työntekijältä otetut laboratorio- ja kuvantamistutkimusten tulokset sekä lääkemääräykset/reseptit. Palvelu toteutetaan Acuten avulla.
    - Sähköiset seurantapalvelut työterveyshuollon asiakkaille, joiden avulla työntekijä voi seurata itselle määrättyjä harjoitteita. Palvelu toteutetaan Movendoksen ja Physiotoolsin avulla.

## LAILILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

- Sähköinen työterveyshuollon seuranta -palvelu Laitilan kaupungin johdolle, henkilöstöhallinnolle ja esimiehille. Palvelun avulla työnantaja voi seurata työpaikan työterveystilannetta kuten sairauspoissaoloja, työterveyskäyntien syitä ja kustannuksia henkilöstön työkyvyn ja kustannusten arvioimiseksi. Palvelu toteutetaan Movendoksen avulla.
- Sähköisen palvelun avulla voidaan myös tallentaa työpaikkaselvityksiä ja muita raportteja sekä tehdä terveystarkastuksia henkilöstölle. Palvelu toteutetaan Movendoksen avulla.
- Työnantaja pitää yllä henkilöstörekisteriä ja syöttää työterveyshuollon ulkopuolelta kirjoitetut sairauslomatodistukset Movendos-palvelun kautta.

### \* Muut sovitut käytännöt:

- \* Laitilan kaupungin työntekijöillä on työfysioterapeutin suoravastaanoton käyttöoikeus.
- \* Työfysioterapeutti voi sopia työpaikkaselvityksestä ja kevennetystä työstä 1-3 päivää yhdessä työnantajan kanssa.
- \* Työfysioterapeutilla on sairausloman kirjoitusoikeus 1-3 päiväksi, jonka jälkeen työntekijä ohjataan lääkärin vastaanotolle.
- \* Vuonna 2024 pilotoidaan lyhytterapiapalvelua mielenterveyden tukena. Lyhytterapia on matalan kynnyksen palvelu, jossa lieviä mielenterveyden ongelmia hoidetaan 5-8 käyntikerran jaksoissa. Lyhytterapiaan ohjataan vastaavan työterveyslääkärin läheteellä. Lyhytterapia ei ole kela-korvattavaa, eikä siihen lisätä arvonlisäveroa. Lyhytterapiakustannus ei kuulu kustannuskattoon. Lyhytterapiaa antaa Laitilan työterveydessä lyhytterapiaan koulutettu terveydenhuollon ammattihenkilö (psykologi). Työterveyspsykologikäyntejä (korvausluokka 1) on käytettävissä ammattihenkilön läheteellä 1-5 kertaa lähinnä työperäisiin ja työkykyä uhkaaviin asioihin.

## TYÖTERVEYSHUOLLON KANSSA TEHTÄVÄN YHTEISTYÖN YLEISET TAVOITTEET

### 1. Työstä johtuvien terveys- ja turvallisuusriskien vähentäminen

Keinoina työjärjestelyihin ja työympäristöön liittyvät toimenpiteet, joilla vähennetään työn kielteisiä vaikutuksia terveyteen ja turvallisuuteen sekä ylläpidetään henkilöstön työ- ja toimintakykyä. Erytistä huomiota kiinnitetään väkivallan uhkatilanteiden ennaltaehkäisyyn työpaikkaselvitysten, koulutuksen ja työnantajan laatiman yksikkökohtaisen ohjeistuksen avulla.

### 2. Sairauspoissaolojen hallinta

Keinoina toimenpiteet, joilla ehkäistään ja hoidetaan sairauksia sekä vähennetään niihin liittyvää sairauslomatarvetta ja sairauslomien pitkittymistä. Erytistä huomiota kiinnitetään työtapaaturmien ennaltaehkäisyyn, läheltä piti - tilanteiden selvittämiseen sekä tapahtuneiden työtapaaturmien läpikäymiseen työyksiköissä.

## LAILILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

Työnantaja seuraa Kevan Avaintietojen ja työterveyden raportoinnin avulla sairauspoissaoloja. Erityistä huomiota kiinnitetään kolmeen yksikköön, joissa sairauspoissaoloja on ollut suhteessa henkilöstömäärään eniten. TOP 3 sairauspoissaolot – työryhmä kartoittaa uusia toimintatapoja sairauspoissaolojen ennaltaehkäisemiseksi.

Mikäli työntekijällä on työperäinen mielenterveyteen liittyvä sairauspoissaolo, kutsutaan työterveysneuvottelu koolle mahdollisimman pian.

### 3. Pysyvän työkyvyttömyyden ehkäisy

Keinoina toimenpiteet, joilla vähennetään työntekijän työkyvyn heiketessä tarvetta joutua työkyvyttömyyseläkkeelle ja eläkkeistä aiheutuvia kustannuksia.

Työnantaja ja työterveys pitävät verkostoneuvottelun ennen työkyvyttömyyseläkkeen hakemista.

### 4. Työhyvinvoinnin ja tuottavuuden edistäminen

Keinoina esimiesten ja työntekijöiden **tukeminen**, konsultointi ja yhteistyö terveyteen ja työn sujuvuuteen liittyvissä asioissa yksilö-, työyhteisö- ja työympäristötasolla.

### 5. Myönteisen työnantaja- ja yrityskuvan ylläpito

Keinoina työterveyspalvelut, josta on saatavissa lisäarvoa sekä nykyisille että tuleville työntekijöille

### 6. Kehittämistoimenpiteet

Kehittämistoimenpiteet vuosittaisessa henkilöstökertomuksessa ja työhyvinvointikyselyssä esiin tulleiden epäkohtien perusteella.

- Työterveys laatii työnantajalle yhteenvedon Laitilan kaupungin työntekijöistä, jossa kerrotaan työterveyden näkökulmasta yleisiä linjauksia henkilöstön hyvinvointiin, työssä jaksamiseen ja työstä palautumiseen liittyen.
- **Työterveys ja kaupungin johtoryhmä tapaavat helmikuussa, jolloin käydään läpi työterveyden kehittämistoimenpiteitä henkilöstön hyvinvoinnin edistämiseksi.**
- **Toimialajohtajat ja työterveys pitävät 1-2 kertaa vuodessa palaverin, jossa käydään läpi eri toimialojen tilanteet.**
- **Erityistä huomiota kiinnitetään 55- vuotiaiden ja sitä vanhempien työssä jaksamiseen.**
- **Työkykyongelmissa yhteistyö työterveyden ja työnantajan välillä aloitetaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Ennen työterveysneuvottelua työnantaja voi olla yhteydessä työterveyteen.**
- Työpaikkaselvityksissä ja raportoinnissa käytetään hyödyksi työnantajan Targetorg Pro-ohjelmaa. Työpaikkaselvityksiin kirjataan toimenpiteet mahdollisten terveysvaarojen poistamiseksi ja nimetään vastuuhenkilöt, jotka seuraavat toimenpiteiden toteutumista. **Kaikki kaupungin kiinteistöissä toimivien eri alojen työntekijöiden edustajat kutsutaan mukaan työpaikkaselvityksiin.**
- Erityistä huomiota kiinnitetään työntekijöiden kognitiiviseen ergonomiaan tietotyössä. Työfysioterapeutti arvioi kognitiivisia vaatimuksia havaitsemiseen ja näkemiseen liittyen ja työterveyspsykologi muita kognitiivisesti kuormittavia olosuhteita. **Työterveys antaa toimenpide-ehdotuksia kognitiivisen kuormituksen vähentämiseksi.** Kognitiivinen kuormitus näkyy erityisesti esihenkilötyössä, joka on paineista.
- Tavoitteena on työympäristön kehittäminen siten, että palautuminen työpäivän aikana on mahdollista.

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

- Kaupungin sisäisen palvelutoiminnan työhyvinvoinnin budjetissa on varattu määrärahaa, jota voidaan käyttää myös työterveyden työkokeiluihin. Työkokeilun maksimiaika on 4 kk.
- Työterveysneuvottelujen laatua arvioidaan kyselyn avulla, joka teetetään esihenkilölle ja työntekijälle heti neuvottelun jälkeen.

### TYÖPAIKAN JA HENKILÖSTÖN KUVAUS SEKÄ TODETUT TYÖTERVEYSTARPEET

Toimiala: Julkiset palvelut

Työaika: Päivätyö, vuorotyö

Työntekijämäärä: n. 560 (vakituiset ja määräaikaiset/sijaiset)

**1. Altisteet:** Erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavat työt on lueteltu erikseen kohdassa 2.1.2.

**2. Tapaturmariskit:** Riskit on lueteltu kaupungin suorittaman riskien kartoituksen yhteenvetoraportissa.

Muita työhyvinvointiin liittyviä riskejä ovat muuttuva työympäristö ja organisaatio.

**3. Yleiset tavoitteet:**

- sairauspoissaolojen hallinta
- työstä johtuvien terveys- ja turvallisuusriskien vähentäminen ja ehkäisy
- työhyvinvoinnin ja tuottavuuden edistäminen

**4. Toimintasuunnitelmakauden kolme keskeistä työterveyshuollon tavoitetta**

**Tavoitteet työolosuhteiden parantamiseksi:**

- Ks. kehittämistoimenpiteet
- Tuki ja liikuntaelinsairauksien ennaltaehkäisy ja ergonomian parantaminen eri työyksiköissä antamalla tietoja, neuvontaa ja ohjausta terveystarkastusten yhteydessä sekä työpaikkakäynneillä.
- Työfysioterapeutti pitää työergonomiaan ja keuhonhallintaan liittyviä ammattikohtaisia tietoisuuksia niissä kaupungin yksiköissä, joissa fyysinen kuormitus on suurta.

**Tavoitteet työyhteisön toiminnan parantamiseksi:**

- Psykkisen kuormituksen vähentäminen ja työilmapiirin parantaminen kiinnittämällä huomiota työtehtävien organisointiin, työajan käyttöön, työn tauotukseen ja tekemättömien töiden paineeseen.
- Kiinnitetään erityistä huomiota aktiivisen tuen malliin, jossa työterveyshuollolle, työnantajalle ja työntekijälle on määritelty omat roolit ja toimintamallit eri työkykyyn liittyvissä tilanteissa. Aktiivisen tuen mallia käydään läpi esimiespalaverissa, työyhteisöissä viikkopalaverissa ja uusien työntekijöiden perehdytyksen yhteydessä.

**Tavoitteet yksilöiden työhyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi:**

- Huomion kiinnittäminen sairauspoissaolojen hallintaan
- Kirjallisen terveystarkastuksen laatiminen terveystarkastuksen yhteydessä. Henkilö itse voi seurata omia terveystietojaan Kanta-palvelusta.

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

- Terveystarkastuksissa kannustetaan työntekijöitä huolehtimaan omasta terveydestään ja korostetaan liikunnan, terveellisten ruokailutottumusten, päihteettömyyden sekä riittävän unen tarvetta työkyvyn edistäjänä ja ylläpitäjänä. Tarkastusten yhteydessä tuodaan esille myös työntekijöiden vastuu omasta jaksamisestaan ja kannustetaan tarvittaviin elintapamuutoksiin.
- Työkyvyn uhkatilanteissa pyritään mahdollisimman varhaisessa vaiheessa järjestämään työterveysneuvottelu, johon tarvittaessa voidaan kutsua paikalle työsuojeluhenkilöstöä ja/tai luottamusmiehiä.
- Erilaisten työ- ja vapaa-ajan tapaturmien sekä uhkaavien tilanteiden ennaltaehkäisy antamalla tietoa, ohjeita ja neuvoja terveystarkastusten ja työpaikkaselvitysten yhteydessä.

Toimintasuunnitelmaa ja tavoitteita päivitetään vuosittain.

### TYÖSUOJELUHENKILÖSTÖ

Työhyvinvointipäällikkö (ml. työsuojelupäällikön tehtävät): Tarja Saarela

**Kolmelle** työsuojeluvaltuutetulle on määritelty omat toimialueet.

Työpaikkaselvitykset tehdään yhteistyössä työsuojeluorganisaation kanssa ja työpaikkaselvityksissä päivitetään työsuojelun riskinarviointeja. Psykososiaaliset kuormitustekijät arvioidaan työpaikkaselvitysten yhteydessä ja niihin liittyen annetaan suosituksia ja/tai korjausehdotuksia. Tarvittaessa työterveyspsykologi tekee suunnatun työpaikkaselvityksen.

Kiinteistöpäällikkö kutsutaan mukaan työpaikkaselvityksiin sellaisiin kohteisiin, joissa tiedetään jo entuudestaan olevan sisäilmaongelmia.

### LAKISÄÄTEINEN ENNALTAEHKÄISEVÄ TOIMINTA

#### TYÖPAIKAN TURVALLISUUDEN JA TYÖYHTEISÖN TYÖHYVINVOINNIN EDISTÄMINEN

#### TYÖPAIKKASELVITYKSET

#### Tavoite

Arvioida yhdessä työsuojeluhenkilöstön kanssa työolojen ja työmenetelmien turvallisuutta ja terveysvaikutusta ja seurata näitä yleensä vähintään viiden vuoden välein, sekä aina työterveyshuoltoa aloittaessa, toimintasuunnitelmaa päivitettäessä ja lisäksi merkittäviä muutoksia suunniteltaessa ja niiden jälkeen.

Työpaikkaselvitysten raportti käydään läpi työsuojeluryhmässä ja yhteistyötoimikunnassa.

#### Menetelmät

- Esitietoja keräämällä esim. tilastoista, haastatteluun tai kyselyin
- Työpaikalla havainnoiden ja arvioiden
- Tarvittavilla työhygieenisillä mittauksilla
- Muilla soveltuvilla keinoilla

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### Mittarit

- Toteutuneet työpaikkaselvitykset ja niistä tehdyt raportit. Työhyvinvointipäällikölle toimitetaan vuoden vaihtuessa yhteenveto edellisvuonna toteutuneista työpaikkaselvityksistä.
- Tehdyt johtopäätökset ja suositusten toteutuminen. Työpaikkaselvitysraporttiin kirjataan vastuuhenkilö, jonka vastuulla on toimenpiteiden toteutumisen seuranta.
- Kustannusseuranta henkilöstökertomuksessa.
- Työterveyshuoltopalvelujen kilpailutuksen myötä otettiin käyttöön kustannuskatto, joka määrittellään vuodenvaihteen tilanteen mukaan suhteessa työntekijämäärään.

### Kohteet ja aikataulu

- Työpaikkaselvitys ja työsuojelullisten sekä biologisten riskien arvioinnit päivitetään samanaikaisesti.

### Työterveyshuollon painopistealueet suunnitelmakaudelle

Työterveyshuollon painopiste on aktiivinen puuttuminen työkyvyn mahdollisissa uhkatilanteissa.

Alla on suunnitelma tulevista työpaikkaselvityksistä:

TYÖYKSIKKÖ	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028
Kaupunginvirasto	X					X				
Ruokapalvelu				X					X	
Kirjasto				X					X	
Nuorisotalo					X					X
Musiikkiopisto	X					X				
Koulut	X					X			X	
Päiväkodit	X					X				
Perhepäivähoito/ryhmäperhepäiväh					X					X
Palke 5	X					X				
Monitoimihalli				X					X	
Siivoustoimi	X					X				
Kiinteistönhuolto		X					X			
Vesihuoltolaitos					X					X
Jäähalli		X					X			

### TIETOJEN ANTAMINEN, NEUVONTA JA OHJAUS

### Tavoite

## LAILILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

Asianmukaisen tiedon ja neuvonnan antaminen yksilö- ja ryhmätasolla henkilökunnalle, johdolle, esimiehille ja työsuojeluryhmälle ja yhteistyötoimikunnalle työhön, työympäristöön ja elintapoihin liittyvistä terveyttä uhkaavista ja edistävästä tekijöistä.

### Menetelmät

- Turvallisten työskentelytapojen neuvonta ja ohjaus yksilöille ja ryhmille vastaanottokäyntien ja työpaikkaselvitysten yhteydessä.
- Tietojen ja neuvojen antaminen terveyteen ja elintapoihin liittyvissä asioissa
- Tietojen antaminen, neuvonta ja ohjaus työhön, työympäristöön ja elintapoihin liittyen
- Tietojen antamista, neuvontaa ja ohjausta työergonomiaan liittyen
- Tietojen antamista, neuvontaa ja ohjausta työn psykososiaalisiin tekijöihin liittyen
- Tietojen antaminen johdolle, esimiehille sekä työsuojelun edustajille seuraavista asioista:
  - terveyttä ja työkykyä tukevista ja niitä uhkaavista tekijöistä
  - työkyvyn tukemisen keinoista
  - työterveysyhteistyöstä

### Kohteet ja aikataulu

Jatkuvaa toimintaa kohdistuen kaikkiin työntekijöihin, työyhteisöön ja työnantajaan.

## TYÖTERVEYS- JA TYÖSUOJELUYHTEISTYÖ

### Tavoite

Työterveyshoitaja osallistuu kutsuttaessa työsuojeluryhmän kokouksiin. Työyhteisön työhyvinvoinnin seuranta ja tukeminen etenkin työn sujuvuuden ja psykososiaalisten kuormitustekijöiden osalta.

### Menetelmät

- Työterveyshuollon edustaja osallistuu kutsuttaessa työsuojeluryhmän, sisäilmatyöryhmän ja yhteistyötoimikunnan kokoukseen.

Työterveyshuolto osallistuu

- \* työsuojelun toimintaohjelman laatimiseen
- \* työsuojelutarkastuksiin työpaikalla
- \* työsuojelutoimikunnan suorittamiin työpaikkakäynteihin ja riskien arviointiin
- \* työterveyshuollon toimintakertomuksen tekemiseen pyydettyäessä
- \* kehittämishankkeisiin asiantuntijana

- Työyhteisön tukeminen ongelmatilanteissa
- Psykologin konsultointimahdollisuus
- Toimintamallien luominen ongelmatilanteisiin

### Mittarit

Esimiehet seuraavat työntekijöiden poissaoloja liitteenä olevan aktiivisen tuen mallin mukaisesti ja tarvittaessa ohjaavat työntekijät työterveyshuoltoon työkykyarvioon. Työterveyshuolto tekee sairauspoissaoloseurantaa kolmen kuukauden välein ja toimittaa työhyvinvointipäällikölle, kaupunginjohtajalle sekä **toimialajohtajille** tiedot yksikköjen sairauspoissaoloista. Sairauspoissaolotilastot käydään läpi työsuojeluryhmässä ja



## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

yhteistyötoimikunnassa. Raporttien sisältö ilmenee vuosittain tehtävässä henkilöstökertomuksessa.

### Kohteet ja aikataulu

Jatkuvaa toimintaa ja kohdistuu kaikkiin työntekijöihin.

## ENSIAPUVALMIUDEN YLLÄPITÄMINEN

### Tavoite

Ensiavun vaatimustaso:

Ensiapukoulutettavien henkilöiden määrään ja tarvittaviin ensiapuvälineisiin vaikuttavat työntekijöiden määrä, työn luonne, työpaikan sijainti ja tapaturmavaara, joka voi olla työpaikalla vähäinen, ilmeinen tai erityinen. Työpaikkaselvitysten yhteydessä arvioidaan yksikön ensiapuvalmiutta, ensiapukoulutettujen määrää sekä annetaan ohjeita ensiapuvälineiden hankintaan, huoltoon ja täydennykseen.

Vähimmäisvaatimuksena pidetään hätäensiapukurssin tasoista peruskoulutusta, jota seuraa kolmen vuoden kuluttua kertauskurssi.

Laitilan työterveydessä ensiapukoulutusta antavat työterveyshoitaja Ulla Hätilä p. 0440-852657 ja työterveyshoitaja Hanna Kerttula p. 0440-857520, joilta voi kysyä tarkempia tietoja alkavista koulutuksista.

Kaupungin intrassa on ohjeistus ensiapuvalmiuden ylläpitämiseksi.

### Menetelmät

- Työpaikkaselvitysten yhteydessä arvioidaan yksikön ensiapuvalmiutta, ensiapukoulutettujen määrää sekä annetaan ohjeita ensiapuvälineiden hankintaan, huoltoon ja täydennykseen.

### Mittarit

- Esimies arvioi riskien arvioinnin yhteydessä yhteistyössä työntekijöiden kanssa ensiapukoulutettujen tarvetta ja pitää kirjaa oman yksikkönsä ensiapukoulutettujen määrästä.

- **Laitilan kaupungin yksiköt kustantavat ensiapukoulutuksen omasta budjetistaan**

### Kohteet ja aikataulu

Työnantajan tulee järjestää EA-koulutusta säännöllisesti ja valvoa, että sääntöjen mukainen määrä henkilöstöä on koulutettu ja säännöllinen kertaus järjestetty EA-taitojen ylläpitämiseksi. Työterveyshuollon toimesta järjestetään säännöllisesti ensiapukursseja. Ensiapukaapeista vastaavan henkilön tulee olla nimettyinä, hän vastaa myös ensiapukaapin sisällön täyttämisestä.

## YKSILÖN TYÖKYVYN EDISTÄMINEN JA TOIMINTA TYÖKYKYONGELMISSA

### TERVEYSTARKASTUKSET

### Tavoite

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

Työntekijöiden terveyden ja työkyvyn ylläpitäminen ja edistäminen vaikuttamalla sekä työhön liittyviin, että elämäntapaan liittyviin riskeihin.

Niille työntekijöille, jotka käyvät terveystarkastuksissa kuuden vuoden välein, tehdään terveystarkastus jakson puolesta välissä.

### **Terveystarkastusten toteutus:**

Terveystarkastukset suorittaa työterveyshoitaja. Työterveyslääkärin, työfysioterapeutin ja työterveyspsykologin tarkastus tehdään tarvittaessa.

### **Työhönsijoitustarkastus:**

- vakituiset tai yli vuoden määräaikaisessa työsuhteessa olevat työntekijät työhön tullessa
- määräaikaiset työntekijät ohjataan työhön sijoitustarkastukseen koeajan jälkeen; esimies ilmoittaa asiasta työterveyshuoltoon, joka kutsuu työntekijän tarkastukseen
- työtehtävien olennaisesti muuttuessa
- työkykyyn olennaisesti vaikuttavien sairausvaiheiden jälkeen
- sijoitettaessa vajaakuntoista työntekijää työhön

### **Terveystarkastuksen sisältö työterveyshoitajan ja työterveyslääkärin arvion mukaan**

- terveydenhoitajan haastattelu, työ/toimintakyvyn arviointi (perusterveyskysely, Audit-kysely, diabeteskysely, tarvittaessa tuki- ja liikuntaelinten rasittuneisuuskysely ja Deps-kysely)
- verenpaine ja pulssi
- pituus ja paino, BMI, vyötärön ympäryys
- kuulo (audiogrammi) ja näkö, lähelle ja kauas (PV-taulut)
- keuhkojen toimintakoe (vitalografia)
- elintapojen selvitys ja terveysneuvonta: liikunta, ravinto, tupakointi, päihteet, lepo
- laboratoriossa: pieni verenkuvaa (PVK), gluk, lipidit ja maksan toimintakoe (GT), huomioidaan sydän- ja verisuonitautien riskitekijät ja aikuistyyppin diabeteksen riski, PSA miehiltä iän ja haastattelun perusteella
- työfysioterapeutin testaukset (lihaskuntotestit / polkupyörätesti/UKK-kävelytesti ym.)
- tarvittaessa muita tutkimuksia
- altisteiden mukaan tehtävät henkilökohtaiset mittaukset
- huumetestit toistaiseksi voimassa olevaan toimeen tai virkaan tuleville uusille työntekijöille

### **Tarkastukset erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavissa töissä:**

Työterveyshuoltolaki velvoittaa työntekijät osallistumaan terveystarkastuksiin erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavissa töissä sekä silloin, kun terveystarkastus on tarpeen työstä johtuvien terveydellisten edellytysten selvittämiseksi.

### **Vesihuoltolaitoksella tehtävät työt**

Peruste: Biologiset tekijät

Tarkastusväli: Kolme vuotta.

- Sisältö:
- TYKY-indeksi
  - tuki- ja liikuntaelinkartoitus
  - työ- ja toimintakyvyn arviointi ja ohjaus
  - fyysisen toimintakyvyn testaus ja ohjaus
  - tarvittaessa tutkimukset kuten työhön sijoitustarkastuksessa
  - tarvittaessa A- ja B-hepatiittirokote tehosterokotuksineen
  - tarvittaessa ohjaus työterveyslääkärille

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### **Siivoustyöt**

Peruste: Siivouskemikaalit, pölyt, melu, tapaturmariskit, työn fyysinen kuormitus

Tarkastusväli: Kolme vuotta.

- Sisältö:
- TYKY-indeksi
  - tuki- ja liikuntaelinkartoitus
  - ihon ja hengitysteiden tilan kartoitus
  - työ- ja toimintakyvyn arviointi ja ohjaus
  - fyysisen toimintakyvyn testaus ja ohjaus
  - tarvittaessa tutkimukset kuten työhön sijoitustarkastuksessa
  - tarvittaessa ohjaus työterveyslääkärille

### **Ruokapalvelualan työt**

Peruste: Melu, kuumatyö, tapaturmariskit, työn fyysinen kuormitus

Tarkastusväli: Kolme vuotta.

- Sisältö:
- TYKY-indeksi
  - tuki- ja liikuntaelinkartoitus
  - työ- ja toimintakyvyn arviointi ja ohjaus
  - fyysisen toimintakyvyn testaus ja ohjaus
  - tarvittaessa tutkimukset kuten työhön sijoitustarkastuksessa
  - tarvittaessa ohjaus työterveyslääkärille

### **Tekniset työt**

Peruste: Melu, pöly, tärinä, liuotinaineet, tapaturmavaarat, ilmaston vaikutukset, fyysinen kuormitus

Tarkastusväli: 1-3 vuotta. Kuulontutkimus neljän ensimmäisen vuoden ajan vuosittain, sen jälkeen kolmen vuoden välein. Kartoitetaan meluvammaherkkyyttä lisäävät tekijät; kohonnut verenpaine, korkea veren kolesterolipitoisuus, tupakointi ja tärinäaltistukseen liittyvä valkosormisuusoireyhtymä. Liuotinainetyöntekijöille tarkastukseen sisältyy neurologinen status, tarvittavat laboratoriotutkimukset ja tarvittaessa psykologin tekemä kognitiivisiin toimintoihin kohdistuva seulontatutkimus.

- Sisältö:
- TYKY-indeksi
  - tuki- ja liikuntaelinkuormitus
  - ihon ja hengitysteiden tilan kartoitus
  - työ- ja toimintakyvyn arviointi ja ohjaus
  - fyysisen toimintakyvyn testaus ja ohjaus
  - tarvittaessa tutkimukset kuten työhön sijoitustarkastuksessa
  - tarvittaessa ohjaus työterveyslääkärille

### **Muut terveystarkastukset:**

Peruste: Työ- ja toimintakyvyn arviointi yksilö- ja työyhteisötasolla

Tarkastusväli: 3-5 vuotta.

- Sisältö:
- TYKY-indeksi
  - tuki- ja liikuntaelinkartoitus
  - työ- ja toimintakyvyn arviointi ja ohjaus
  - fyysisen toimintakyvyn testaus ja ohjaus tarvittaessa
  - tarvittaessa tutkimukset kuten työhön sijoitustarkastuksessa
  - tarvittaessa ohjaus työterveyslääkärille

### **Mittarit**

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

- Toteutuneiden terveystarkastusten ja lihaskuntotestien osuus kutsuttujen määrästä.
- Työterveyshoitaja tekee kirjalliset yhteenvedot tai antaa suullisen palautteen terveystarkastuksista työnantajalle
- Kustannusseuranta henkilöstökertomuksessa.

### Kohteet ja aikataulu

Terveystarkastusaikataulu liitteenä. Työnantaja lähettää työhön sijoitustarkastukseen ja aktiivisen tuen mallin mukaisiin työkykyarvioihin. Määräaikaistarkastuksiin ja muihin terveystarkastuksiin kutsutaan työterveyshuollosta.

Alla on suunnitelma tulevista terveystarkastuksista:

TYÖYKSIKKÖ	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027
Kaupunginvirasto		K				T			K	
Ruokapalvelu			T			T			T	
Kirjasto		K			T			K		
Nuorisotalo			T			K			T	
Musiikkiopisto		T			K			T		
Koulut (opettajat, kuraattorit, koulunkäyntiohjaajat)	K			T			K			T
Päiväkodit	T			K			T			K
Perhepäivähoito/ryhmäperhepäiväh		K			T			K		
Palke 5	T			K			T			K
Ulkoalueiden hoitajat		T			T			T		
Siivoustoimi			T			T			T	
Kiinteistönhuolto			T			T			T	
Vesihuoltolaitos			T			T			T	
Rakennustarvikevaraston työntekijät			T			T			T	

K = terveystarkastus

T = terveystarkastus

### TYÖKYKYONGELMIEN ARVIOINTI, SEURANTA, TUKITOIMET JA AKTIIVISEN TUEN MALLI

Työterveyshuolto, työnantaja ja työntekijät yhteistyössä toteuttavat työkyvyn hallintaa, seurantaa ja aktiivista tukea liitteenä olevan mallin mukaisesti. Yhteistyön tavoitteena on edistää työntekijöiden työkykyä ja hyvinvointia, ehkäistä työkyvyttömyyttä sekä parantaa työntekijöiden työssä jaksamista työuran kaikissa vaiheissa.

#### Tavoitteet:

Työkykyä uhkaavien tekijöiden varhainen tunnistaminen ja työssä selviytymisen tukeminen yksilöön, työhön, työyhteisöön ja työympäristöön kohdistuvien toimenpitein.

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### Menetelmät:

- Aktiivisen tuen malli, jonka työnantaja ja työterveyshuolto yhdessä laativat
- Sairauspoissaolojen seuranta ja toimenpiteiden suunnittelu yhteistyössä työnantajan kanssa
- Esimiesten, henkilöstöhallinnon ja työterveyshuollon yhteistyö
- Yhteistyö eläkevakuutusyhtiön, Kelan ja kuntoutuslaitosten kanssa. Kuntoutukseen ohjaaminen
- Työterveyspsykologin, työfysioterapeutin ja muiden asiantuntijoiden arviointi ja ohjaus
- Erikoislääkärikonsultaatiot

### Mittarit

- Työkykyneuvottelujen määrä vuosittain sisältäen aktiivisen tuen mallin mukaiset työhön paluutarkastukset / työterveyshuolto / esimiehet
- Työkyvyttömyyseläkkeet, osatyökyvyttömyyseläkkeet, osasairauspäivärahan saaneiden määrä

### PÄIHDETYÖ TYÖPAIKALLA

Terveystarkastuksissa ja tarvittaessa vastaanottokäynneillä alkoholin käyttöä mitataan Audit-kyselyllä ja keskustellaan alkoholin käytön merkityksestä. Hoitoonohjaus suoritetaan yhteistyössä työnantajan kanssa noudattaen kaupungin päihdeohjelmaa. Päihdeohjelma liitteenä. Työterveyshuolto osallistuu päihdeohjelman laatimiseen ja päivittämiseen. Päihdeohjelma on hyväksytty kaupunginhallituksen kokouksessa 2.12.2013 § 271 ja se on tullut voimaan 1.1.2014.

### KUNTOUTUSYHTEISTYÖ

Kuntoutustarpeen tunnistaminen ja tarvittaessa kuntoutukseen ohjaaminen kuuluu jokaiseen työterveyshuollon asiakastilanteeseen, jossa työntekijä kohdataan. Kuntoutuksen suunnittelu perustuu arvioon työntekijän jäljellä olevasta työkyvystä, työpaikan mahdollisuuksista työkyvyn tukemiseen, sekä työn ja työympäristön muokkausmahdollisuuksista.

Kuntoutustoimet käynnistetään yhteistyössä työnantajan ja / tai työntekijän kanssa. Tavoitteena on työntekijän oman aktiivisuuden vahvistaminen ja tukeminen. Yksittäisen työntekijän työkyvyn seuranta ja työkyvyn tuen seuranta toteutetaan moniammatillisesti hyvän työterveyshuoltokäytännön mukaisesti ja yhdessä työnantajan kanssa. Työterveyshuolto osallistuu kuntoutusprosessiin kuntoutuslaitoksen ja KELA:n ohjeiden mukaisesti ja yhteistyössä niiden kanssa. Kuntoutuksen seuranta järjestetään työterveyshuollossa jatkuen vähintään kaksi vuotta kuntoutuksen jälkeen. Seuranta voi sisältää terveydentilan seuranta, kuntotestauksia, sekä työterveyshuollon asiantuntijoiden konsultointia kuntoutuslaitoksen ohjeiden mukaisesti.

Päihdekuntoutusyhteistyö tehdään aina yhdessä kuntoutettavan, työnantajan ja työterveyshuollon kanssa.

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### MUU TYÖTERVEYSHUOTOTOIMINTA

Rokotukset: Työssä tarvittavat rokotukset

- Punkkirokote annetaan työntekijöille jotka liikkuvat maastossa, koskee lähinnä teknisen toimen työntekijöitä.
- Vesihuoltolaitoksen työntekijöille annetaan yhdistelmärokote A- ja B-hepatiittia vastaan.
- Perusrokotusten ylläpito.
- Influenssarokote.

### MUUT TERVEYDENHUOLTOPALVELUT (KELA-LUOKKA II)

#### TYÖTERVEYSPAINOTTEINEN SAIRAANHOITO

##### Tavoite

Työkyvyn alenemisen ja ennenaikaisen eläköitymisen ennaltaehkäisy sairauksien oikea-aikaisella ja asiantuntevalla hoitamisella. Sairaanhoito auttaa palauttamaan heikentyneen työ- ja toimintakyvyn sekä tunnistamaan työkykyä uhkaavia tekijöitä varhaisessa vaiheessa.

##### Menetelmät

- Yleislääkäritasoinen sairaanhoito
- Vastaanottokäynnit työterveyslääkärillä ja työterveyshoitajalla
- Työterveyslääkärin tarvitsemat diagnostiikan ja hoidon kannalta tarpeelliset laboratorio- ja kuvantamistutkimukset
- Asiantuntijoiden (työfysioterapeutin, työterveyspsykologin) käyttö myös sairaanhoidossa tietojen antamiseen ja ohjaukseen.

##### Mittarit

- Kustannusseuranta henkilöstökertomuksessa

##### Työterveyshuoltosopimukseen kuuluva sairaanhoidon sisältö:

- Yleislääkäritasoinen sairaanhoito
- Työterveys-, yleis- ja konsultoidun erikoislääkärin tarvitsemat diagnostiikan ja hoidon kannalta tarpeelliset laboratorio-, röntgen- ja ultraäänitutkimukset

### TOIMINNAN LAADUN JA VAIKUTTAVUUDEN ARVIOINTI

Työterveyshuollon toiminnan seuranta ja laadun vaikuttavuutta tehdään työpaikkaselvitysten yhteydessä, työsuojeluryhmän kokouksissa, työpaikan ja työterveyshuollon yhteisneuvotteluissa toimintaa suunniteltaessa. Seurannan kohteena ovat:

- työympäristö
- työyhteisön tila
- työntekijöiden altistuminen
- työtapaturmat
- ammattitaudit
- työntekijän terveydentila

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

- työntekijän työkyky
- sairauspoissaolot
- tavoitteiden ja toimenpide-ehdotusten toteutuminen
- asiakastyytyväisyys ja työterveyshuollon oman toiminnan laatu.

Vastuu toimintasuunnitelman toteutumisesta on kaupungilla.

Mittareina käytetään terveystarkastus- ja työpaikkaselvitysmittareita sekä tarvittaessa asiakastyytyväisyyskyselyä.

Työterveyshuollon raporteilla seurataan palvelujen käyttöä ja niistä aiheutuneita kustannuksia. Kustannusseurantaa tehdään yhteistyössä työnantajan kanssa neljä kertaa vuodessa.

Hyväksytty yhteistyötoimikunnassa

Hyväksytty kaupunginhallituksessa

Laitilassa

Työnantaja: \_\_\_\_\_  
allekirjoitus

Työntekijöiden edustaja:  
\_\_\_\_\_  
allekirjoitus

Työterveyshuollon edustaja:  
\_\_\_\_\_  
allekirjoitus

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### LIITE 1

Alla on kaupungin aktiivisen tuen malli:

	<b>Varhainen tuki</b>	<b>Tehostettu tuki</b>	<b>Paluun tuki</b>
<b>Työkyky</b>	<b>Hyvä työkyky</b>	<b>Heikentynyt työkyky/lyhytaikainen työkyvyttömyys</b>	<b>Pitkäaikainen työkyvyttömyys</b>
<b>Tavoite</b>	Työkyvyn edistäminen ja ylläpito	Työkyvyn tukeminen ja palauttaminen	Työhön paluun helpottaminen
<b>Työnantaja/lähiesimies</b> –velvollisuus ja vastuu työhön liittyen	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Johtaminen               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esimiestaidot, kehityskeskustelut</li> </ul> </li> <li>* Työn sisältö ja työolosuhteet               <ul style="list-style-type: none"> <li>-riskikartoitus</li> <li>-jatkuva turvallisuuden parantaminen</li> <li>-työsuojelun toimintaohjelma</li> <li>-terveiden elämäntapojen edistämistyö</li> <li>-työhyvinvointiohjelma</li> </ul> </li> <li>* Osaamisesta huolehtiminen</li> <li>* Sairauspoissaolojen seuranta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Esimies/alaiskeskustelut huolen perusteella</li> <li>* Esimies/ alaiskeskustelut sairauspoissaolojen perusteella. Jos työntekijällä on               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 kpl 1-3 päivän sairauslomia / 6kk ja/tai</li> <li>- 30 pv tai yli</li> </ul> </li> <li>yhtäjaksoisesti tai pätkissä kalenterivuoden aikana</li> <li>* Esimies ohjaa työterveyshuoltoon terveystarkastukseen tai työkykyarvioon käydyn esimies-alaiskeskustelun perusteella</li> <li>* Työolosuhteiden tarkastelu               <ul style="list-style-type: none"> <li>- työn vaatimusten / työolojen selvittäminen</li> <li>- työjärjestelyt työhön paluun helpottamiseksi</li> </ul> </li> <li>* Työterveysneuvottelu tarvittaessa               <ul style="list-style-type: none"> <li>- uudelleensijoitus</li> <li>- työjärjestelyt</li> <li>- osasairauspäiväraha</li> </ul> </li> <li>* Osaamisesta huolehtimien</li> <li>* Sairauspoissaolojen seuranta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Paluu omaan työhön työkokeilun tai osasairauspäivärahan turvin</li> <li>* Työpaikalla tehtävät uudelleen sijoitukset ja/ tai työjärjestelyt työhön paluun tukemiseksi</li> <li>* Sairauspoissaolojen seuranta</li> </ul>



## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

<p><b>Työntekijä</b> vastuu itsestä</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Työyhteisötaidot</li> <li>* Asenteet</li> <li>* Osaaminen</li> <li>* Terveet elämäntavat</li> <li>* Omasta kunnosta huolehtiminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Keskustelu työn sisällöstä ja työoloista esimiehen kanssa</li> <li>* Omasta osaamisesta huolehtiminen</li> <li>* Yhteys työterveyshuoltoon tarvittaessa</li> <li>* Kuntoutukseen osallistuminen tarvittaessa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Kuntoutukseen osallistuminen tarvittaessa</li> <li>* Osallistuminen työnkuvan ja työajan suunnitteluun yhteistyössä muiden osapuolten kanssa</li> <li>* Tarvittaessa uuteen työhön siirtyminen ja/ tai osallistuminen uudelleen koulutukseen</li> <li>* Viimeistään 90 sairauspäivärahopäivän täytyttyä työntekijä toimittaa työterveyslääkärin laatiman B-lausunnon Kelaan</li> </ul>
<p><b>Työterveyshuolto</b> asiantuntija-apu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Työpaikkaselvitys</li> <li>* Tietojen antaminen ja ohjaus</li> <li>* Terveystarkastukset: <ul style="list-style-type: none"> <li>-työhöntulotarkastus</li> <li>-lakisääteiset määräaikaisten terveystarkastukset</li> <li>-muut työkykyä ylläpitävät terveystarkastukset</li> </ul> </li> <li>* Työyhteistyö</li> <li>* Terveiden elämäntapojen edistämistyöt</li> <li>* Sairauspoissaolojen seuranta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Työkyvyn selvittäminen</li> <li>* Suunnattu työpaikkaselvitys työntekijän työhön ja palautteen antaminen työpaikalle</li> <li>* Työterveysneuvottelu</li> <li>* Päihdeohjelma ja hoitoon ohjaus</li> <li>* Sairaanhoito</li> <li>* Sairauspoissaolojen seuranta</li> <li>* Kuntoutukseen ohjaus ja seuranta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Työkyvyn arviointi moniammatillisesti</li> <li>* Työterveyslääkäri laatii B-lausunnon työntekijän jäljellä olevasta työkyvystä viimeistään, kun 90 sairauspäivää tulee täyteen.</li> <li>* Kuntoutukseen ohjaaminen ja seuranta <ul style="list-style-type: none"> <li>- kuntoutus</li> <li>- osasairauspäiväraha, työkokeilu</li> <li>- uudelleen koulutus</li> <li>-</li> </ul> </li> <li>osatyökyvyttömyyseläke</li> <li>* Työhön paluun tarkastus pitkän sairausloman jälkeen</li> <li>* Sairauspoissaolojen seuranta</li> </ul>