

# 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.-31.12.2021

## TYÖTERVEYSHUOLLON YHTEYSTIEDOT

Nimi	Laitilan Työterveys	
Osoite	PL 22 23801 Laitila	
Puh.	02-85995226	
Työterveyshoitaja	Ulla Hätilä	puh. 0440-852657 tai 02-85995226
Työterveyslääkäri	Kirsi Veistinen	
Työfysioterapeutti	Päivi Kauppila	puh. 0400-802289
Työterveyspsykologi	Katriina Rehnback	

Työterveyshuollon ammattihenkilöitä ovat työterveyslääkäri ja työterveyshoitaja. Lääkäri vastaa työterveyshuollon lääketieteellisestä asiantuntemuksesta. Sairaanhoidtaja toimii yhteistyössä työterveyslääkäriin kanssa. Työterveyshoitaja huolehtii toiminnan suunnittelusta, toteutuksesta ja seurannasta.

### Asiantuntijoiden käyttö:

Työfysioterapeuttia käytetään tarvittaessa ergonomian asiantuntijana. Työfysioterapeutin toiminta kohdistuu sekä työolosuhteisiin että työntekijöihin. Työterveyspsykologia käytetään tarvittaessa 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.

# 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.

Laitilan työterveyden palveluja voivat käyttää kaikki Laitilan kaupunkiin työsuhteessa olevat henkilöt. Kaupungin määräaikaiset työntekijät voivat käyttää erikoislääkäripalveluja vasta 4 kk:n koeajan jälkeen. Työllistetyt eivät voi käyttää erikoislääkäripalveluja. Molemmat ryhmät voivat käyttää sairaan- ja terveydenhoitajapalveluja sekä yleislääkäritasoisia palveluja.

Henkilön omasta aloitteesta anoman vapaan aikana (vuorottelu-, opinto-, hoito- tai muu työvapaa) aikana henkilöllä ei ole oikeutta käyttää työterveyshuollon palveluja.

## TYÖTERVEYSHUOLLON SISÄLTÖ

	<u>on</u>	<u>ei ole</u>
* lakisääteinen työterveyshuolto (ehkäisevä ja työkykyä ylläpitävä toiminta, työkykyarviot) .....	x	
* sairaanhoito		
* sairaanhoidon sisältö:		
- hoitajatasoinen sairaanhoitosopimus .....	x	
- yleislääkäritasoinen sairaanhoitosopimus .....	x	
- lääkärin erikoislääkärikonsultaatiomahdollisuus .....	x	
* muuta .....		x

## 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. Erityistä 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.

Erityistä huomiota kiinnitetään työtapaturmien ennaltaehkäisyyn, läheltä piti - tilanteiden selvittämiseen sekä tapahtuneiden työtapaturmien läpikäymiseen työyksiköissä.

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### 3. Pysyvän työkyvyttömyyden ehkäisy

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

### 4. Työhyvinvoinnin ja tuottavuuden edistäminen

Keinoina esimiesten ja työntekijöiden valmentaminen, 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 esiin tulleiden epäkohtien perusteella.

- Vuonna 2021 seurataan sairauspoissaoloja siten, että listataan kolme yksikköä, joissa poissaoloja on ollut eniten. Näiden yksiköiden esimiesten kanssa käydään asiasta keskustelua.
- Työterveyshoitaja ja työfysioterapeutti käyvät niissä kolmessa yksikössä, joissa on eniten tuki- ja liikuntaelinvaivoja. Vuonna 2021 nämä yksiköt ovat siivoustoimi, kotihoito ja ikäihmisten asumispalvelut.
- Mikäli työntekijällä on työperäinen mielenterveyteen liittyvä sairauspoissaolo, kutsutaan työterveysneuvottelu koolle mahdollisimman pian.

## TYÖPAIKAN JA HENKILÖSTÖN KUVAUS SEKÄ TODETUT TYÖTERVEYSTARPEET

Toimiala: Julkiset palvelut

Työaika: Päivätyö, vuorotyö

Työntekijämäärä: 755 (vakanssit, määräaikaisten/sijaisien)

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

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

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 työpaikkakäynnillä.

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

- Työfysioterapeutti pitää työergonomiaan ja keuhonhallintaan liittyviä ammattikohtaisia tietoiskuja niissä kaupungin yksiköissä, joissa fyysinen kuormitus on suurta.

### **Tavoitteet työyhteisön toiminnan parantamiseksi:**

- Psykykkisen 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.
- 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

Työsuojeluvaltuutetut: Jaana Ruoho, Annastiina Salminen, Arja Varjonen ja Simo Rauvola

Työpaikkaselvitykset tehdään yhteistyössä työsuojeluorganisaation kanssa ja niillä täydennetään työsuojelun riskinarvioiteja. Työpaikkaselvitysten yhteydessä päivitetään myös riskien arvioinnit. Psykososiaaliset kuormitustekijät arvioidaan työpaikkaselvitysten yhteydessä ja niihin liittyen annetaan suosituksia ja/tai korjausehdotuksia. Tarvittaessa pyydetään työterveyspsykologia tekemään suunnattu työpaikkaselvitys. Rakennusinsinööri kutsutaan mukaan työpaikkaselvityksiin sellaisiin kohteisiin, joissa tiedetään jo entuudestaan olevan sisäilmaongelmia.

# LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

## 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 ja tarvittaessa viedään tiedoksi toimenpiteitä varten tekniselle toimelle.

### Menetelmät

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

### 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.

### Kohteet ja aikataulu

- Työpaikkaselvitys ja riskien arviointi tehdään samanaikaisesti.

### Työterveyshuollon painopistealueet suunnitelmakaudelle

Työterveyshuollon painopiste on aktiivinen puuttuminen työkyvyn mahdollisissa uhkatilanteissa.

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

Alla on suunnitelma tulevista työpaikkaselvityksistä:

<b>TYÖYKSIKKÖ</b>	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027
Kaupunginvirasto		X					X			
Keittiötoimi				X					X	
Kirjasto					X					X
Nuorisotalo					X					X
Musiikkiopisto		X					X			
Koulut		X			X			X		
Päiväkodit		X					X			
Perhepäivähoito/ryhmäperhepäiväh					X					X
Kotihoito					X					X
Kaukolankoti	X					X				
Koivukoto					X					X
Palke 5 ja 7		X					X			
Suun terveydenhuolto/välinehuolto	X					X				
Mielenterveysyksikkö		X					X			
Lastenneuvola ja äitiysneuvola			X					X		
Fysioterapia			X					X		
Terveyskeskusosasto			X					X		
Laboratorio				X					X	
Lääkekeskus				X					X	
Lääkärin vastaanotto					X					X
Tk:n keskusvarasto/hallinto			X					X		
Siivoustoimi		X					X			
Kiinteistönhuolto			X					X		
Vesihuoltolaitos	X					X				
Jäähalli			X					X		

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### TIETOJEN ANTAMINEN, NEUVONTA JA OHJAUS

#### Tavoite

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 työergonomiaan 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

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

#### Menetelmät

- Työterveyshuollon osallistuminen kutsuttaessa
  - \* työsuojeluryhmän kokouksiin
  - \* 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 poissaoloseurantaa neljän kuukauden välein ja toimittaa

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

työhyvinvointipäällikölle, kaupunginjohtajalle sekä osastopäälliköille tiedot yksikköjen sairauspoissaoloista. Sairauspoissaolotilastot käydään läpi työsuojeluryhmässä ja 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 EA1-kurssin tasoista peruskoulutusta, jota seuraa kolmen vuoden kuluttua kertauskurssi. Kertauskurssin jälkeen tulisi uudelleen kolmen vuoden kuluttua käydä EA 1-kurssi.

Laitilan työterveydessä ensiapukoulutusta antavat työterveyshoitajat Hanna Kerttula p. 85995252 ja Anne-Mari Artukka p. 85995257, joilta voi kysyä tarkempia tietoja alkavista koulutuksista.

### 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.

### 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

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



## **LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA**

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

### **Terveystarkastusten toteutus:**

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

### **Työhönsijoitustarkastus:**

- vakituiset työntekijät työhön tullessa, mieluiten ennen työn aloittamista
- määräaikaiset työntekijät ohjataan työhön sijoitustarkastukseen 4 kk:n koeajan jälkeen. Esimies ilmoittaa asiasta työterveyshuoltoon, joka kutsuu työntekijän tarkastukseen.
- työtehtävien olennaisesti muuttuessa
- työkykyyn olennaisesti vaikuttavien sairausvaiheiden jälkeen
- sijoitettaessa vajaan kuuksi työntekijää työhön

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

- terveydenhoitajan haastattelu, työ/toimintakyvyn arviointi (perusterveystarkastus, Audit-kysely, diabetestarkastus, tarvittaessa tuki- ja liikuntaelinten rasittuneisuuskysely ja Deps-kysely)
- verenpaine ja pulssi
- pituus ja paino, BMI, vyötärönympäryys
- kuulo (audiogrammi) ja näkö, lähelle ja kauas (PV-taulut)
- keuhkojen toimintakoe (vitalografia)
- elintapojen selvitys ja terveysneuvonta: liikunta, ravinto, tupakointi, päihteet, lepo
- laboratoriossa: pieni verenkuvakuva (PVK), virtsanäyte (U-Stix), maksan toimintakoe (GT), huomioidaan sydän- ja verisuonitautien riskitekijät ja aikuistyyppinen 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.

### **Hammashuoltotyö**

Peruste: Säteily, muovit ja kemikaalit hammaslääkärin ja -hoitajan työssä.

Tarkastusväli: Kolme vuotta.

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

### **Hoitotyö**

Peruste: Kolmivuorotyö

Tarkastusväli: Kolme vuotta. Säännöllistä yötyötä tekevillä ensimmäinen seuranta-tarkastus

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

ensimmäisen työvuoden lopulla, toinen toisen työvuoden lopulla ja jatkossa kolmen vuoden välein. Kartoitetaan erityisesti sydän- ja verenkiertoelimistön kunto yötyön sepelvaltimotautia lisäävän riskin vuoksi. Yli 60-vuotiaat tarkastetaan vuosittain.

- 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

### ***Jätevedenpuhdistamolla 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

### ***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

### ***Keittiöalan 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, värinä, 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 värinäaltistukseen liittyvä valkosormisuusoireyhtymä. Liuotinainetyöntekijöille



## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

Kotihoito	T			T			T			T
Kaukolankoti	T			T			T			T
Koivukoto	T			T			T			T
Palke 5 ja 7	T			K			T			K
Suun terveydenhuolto/välinehuolto			T			T			T	
Mielenterveysyksikkö		T			K			T		
Kouluterveydenhuolto		T			K			T		
Lastenneuvola ja äitiysneuvola		T			K			T		
Fysioterapia	K			T			K			T
Terveyskeskusosasto			T			T			T	
Lääkekeskus		T			K			T		
Lääkärin vastaanotto		K			T			K		
Tk:n keskusvarasto/hallinto	T			K			T			K
Siiivoustoimi			T			T			T	
Kiinteistöhuolto			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.

#### **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

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### Mittarit

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

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 sair.lomia / 6kk ja/tai</li> <li>- 30 pv tai yli yhtäjaksoisesti tai pätkissä kalenterivuoden aikana</li> </ul> </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>

## LAILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

### 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.

### MUU TYÖTERVEYSHUOTOTOIMINTA

Rokotukset: Työssä tarvittavat rokotukset

- Hepatiitti-B -rokotuksia annetaan suun terveydenhuollon, kotihoidon, Koivukodon, Kaukolankodin, neuvolan, poliklinikan, välinehuollon ja mielenterveysyksikön työntekijöille.

Hepatiitti-B-rokote voidaan halutessa antaa myös muille hoitoalan työntekijöille, jotka työyksiköt kustantavat. Neulanpistotapaturmissa työntekijälle aloitetaan automaattisesti rokotussarja, jos hän ei ole sitä aikaisemmin saanut.

- Punkkirokote annetaan työntekijöille jotka liikkuvat maastossa, koskee lähinnä teknisen toimen työntekijöitä.

- Vesihuoltolaitoksen työntekijöille annetaan yhdistelmärokote A- ja B-hepatiittia vastaan.

- A- ja B- hepatiittirokotteiden suoja on tämän hetken tiedon mukaan elinikäinen, mikäli työntekijä on ottanut koko rokotussarjan.

## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

- 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
- Erikoislääkärikonsultaatiot
- Asiantuntijoiden (työfysioterapeutin, työterveyspsykologin) käyttö myös sairaanhoidossa tietojen antamiseen ja ohjaukseen.

#### **Mittarit**

- Kustannusseuranta henkilöstökertomuksessa

#### **Työterveyshuoltosopimukseen kuuluva sairaanhoidon sisältö:**

- Yleislääkäritasoinen sairaanhoito
- Erikoislääkärikonsultaatiomahdollisuus työterveyslääkärin läheteellä
- 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
- työntekijän työkyky
- sairauspoissaolot
- tavoitteiden ja toimenpide-ehtotusten toteutuminen
- asiakastyytyväisyys ja työterveyshuollon oman toiminnan laatu.



## LAITILAN KAUPUNGIN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMINTASUUNNITELMA

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.

Hyväksytty yhteistyötoimikunnassa

Hyväksytty kaupunginhallituksessa

Laitilassa

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

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

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