

## **Valtuutettu Felipen valtuustoaloite: Liikkumisreseptin käyttöönotto ja liikuntaneuvojien lisääminen henkilöstörakenteeseen hyvinvointi- ja terveyskeskuksissa**

Tutkimusten mukaan terveydenhuollon palveluita käyttäviä potilaita on eniten sairausryhmässä, johon kuuluvat sydän- ja verisuonisairaudet ja aineenvaihduntasairaudet (STN Impro). Tiettyjen sairauksien, kuten esimerkiksi korkean kolesterolin tai diabeteksen hoitotasapainoa on mahdollista parantaa terveellisten elintapojen avulla. Toteuttamiseen tarvitaan kuitenkin käytännön malleja, sillä pelkkä lääkärin kehoitus liikuntaan ja ravitsemuksen laatuun panostamiseen harvoin riittää motivoimaan asiakasta.

UKK-instituutti on kehittänyt liikkumisreseptin, johon on saatavilla sähköiset lomakkeet. Reseptin tarkoitus on toimia liikuntaneuvonnan ja terveydenhuollon yhteisenä työvälineenä: <https://ukkinstituutti.fi/elintapaohjaus/liikuntaneuvonta/liikkumisresepti/>. Liikkumisresepti on otettava käyttöön hyvinvointialueen terveyspalveluissa palveluiden käyttäjien kokonaisvaltaisen hoidon toteutumiseksi.

Liikkumisreseptin käyttöönotossa on huomioitava myös käytännön työn toteutus, johon voidaan hyödyntää liikunnan ja ravitsemuksen ammattilaisia, kuten liikuntaneuvoja osana omaa palveluketjuamme ja -tarjontaamme.

Liikuntaneuvojien palveluiden saatavuutta tulee hyödyntää siten, että he työskentelevät osaltaan lääkäri-hoitaja-työparin tukena liikkumisreseptin sisällön toteuttajana. Liikuntaneuvojan tehtäväksi tulisi siis asiakkaan ohjaaminen niin mielekkään, terveyttä edistävän liikunnan pariin kuin hoitotasapainoa edistävän ravitsemuksen toteuttamiseen.

Sote-uudistuksen painopiste on ennaltaehkäisyssä. Edellä mainitut toimenpiteet vastaavat osaltaan tähän. Liikkumisreseptin käyttöönotolla ja liikunnan ja ravitsemuksen ammattilaisia henkilöstörakenteeseen lisäämällä voidaan vähentää elintapasairauksien tuomia haittoja niin yksilöille kuin erikoissairaanhoidon.

Me allekirjoittaneet aluevaltuutetut esitämme, että Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue ottaa liikkumisreseptin käyttöön ja huomioi käytännön ohjaustyön toteuttajina liikuntaneuvojien tehtävien lisäämisen henkilöstörakenteeseen hyvinvointi- ja terveyskeskuksissa.

## **Ledamot Felipes fullmäktigemotion: Införande av ett motionsrecept och komplettering av personalstrukturen med idrottsledare vid välfärds- och hälsocentraler**

Enligt undersökningar är antalet patienter som använder hälso- och sjukvårdstjänster högst i den sjukdomsgrupp som omfattar hjärt- och kärlsjukdomar och metaboliska sjukdomar (STN Impro). Hälsosamma levnadsvanor hjälper att hålla vissa sjukdomar, såsom diabetes och högt kolesterol, under kontroll. För att omsätta detta i praktiken behövs dock praktiska modeller, eftersom enbart en läkares uppmaning att utöva motion och att satsa på näringens kvalitet sällan är tillräcklig för att motivera klienten.

UKK-institutet har utvecklat ett motionsrecept med tillhörande elektroniska blanketter. Syftet med receptet är att fungera som ett gemensamt verktyg för motionsrådgivningen och hälso- och sjukvården: <https://ukkinstituutti.fi/elintapaohjaus/liikuntaneuvonta/liikkumisresepti/>. Motionsreceptet måste införas inom välfärdsområdets hälsovårdstjänster för att en övergripande vård av serviceanvändarna ska kunna garanteras.

Vid införandet av motionsreceptet ska man också beakta genomförandet av det praktiska arbetet för vilket man kan anlita experter inom motion och näring, såsom idrottsledare som en del av vår egen servicekedja och vårt eget serviceutbud.

Tillgången till idrottsledarnas tjänster ska utnyttjas så att de för sin del arbetar som stöd för ett läkar-skötararbetspar och genomför innehållet i motionsreceptet. Idrottsledarens uppgift är alltså att handleda klienten såväl till att utöva meningsfull, hälsofrämjande motion som till att ordna sitt näringsintag så att det främjar som främjar behandlingsbalansen.

Vårdreformens tyngdpunkt ligger på förebyggande arbete. Åtgärderna ovan svarar för sin del på detta. Genom att införa motionsreceptet och komplettera personalstrukturen med experter inom motion och näring kan man minska de olägenheter som livsstilssjukdomarna medför för såväl individer som den specialiserade sjukvården.

Vi undertecknade fullmäktigeledamöter föreslår att Västra Nylands välfärdsområde inför motionsreceptet och beaktar att personalstrukturen vid välfärds- och hälsocentralerna kompletteras med idrottsledare som genomför den praktiska handledningen.

#### **Allekirjoittajat/Underteckare:**

14.2.2023

1. Felipe Sini, aloitteen jättäjä/inlämnare av motionen
2. Nummelin Petra
3. Värmälä Johanna
4. Kivekäs Liisa
5. Kajava Henna
6. Jaatinen Anja
7. Guzenina Maria
8. Salovaara Taru
9. Kokko Elina
10. Räsänen Joonas
11. Sistonen Markku
12. Hiila Eeva
13. Skaffari Laura
14. Hukari Hanna
15. Karimäki Johanna
16. Laine Aino
17. Ahjoniemi Heli
18. Aittakumpu Birgit
19. Marttila Helena