



MOVE-mittaukset terveydenhoitajan arjessa
Kesämäen koulu Lappeenranta

Kaisa Moilanen

Kouluterveydenhoitaja

Miten MOVE-mittaukset näkyvät

Tavoitteena on saada MOVE-tulokset osaksi laajoja terveystarkastuksia, puheenottamisen väline

Tänä lukuvuonna MOVE on näkynyt melko vähän arjessani

Haasteena lomakkeiden palautuminen sekä oppilaan motivointi olemassa oleviin tukitoimiin

Moniammatillinen yhteistyö oppilaan hyvinvoinnin tukemiseksi



- Koululääkäri
- Koulufysioterapeutti
- Koululiikunnanohjaajat
- Eksoten fysioterapeutit
- Eksoten ravitsemusterapeutit
- LAB-terveydenhoitajaopiskelijat
- LAB Koulufysioterapeuttiopiskelijat

Koululääkäri

- Laajat terveystarkastukset koululääkäriin kanssa. Vastaanotolle kutsutaan nuoren lisäksi huoltaja/t.
- Koululääkäri on meidän koululla päivän joka toinen viikko
- MOVE-tulosten puheeksi ottaminen
 - HAASTE: onko lomake palautunut kouluterveydenhuoltoon?

Liikkuva koulutiimi

- Lappeenrannassa toimii Liikkuva koulutiimi, jonka muodostaa neljä koululiikunnanohjaajaa sekä koulufysioterapeutti yhdessä fysioterapeuttiopiskelijoiden kanssa
- Liikkuva koulutiimi toteuttaa koululla liikuntaneuvontaa

Liikkuva koulutiimi

- Toiminnan tavoitteena on tukea nuoren yksilöllisiä voimavaroja terveyteen ja liikkumiseen liittyvissä kysymyksissä esim. apua harrastuksen löytymiseen, päänsärky
- Nuori voi hakeutua neuvontaan itse, vanhemman pyynnöstä, terveydenhoitajan tai koululääkäarin ohjaamana
 - Tavoite ”ottaa koppi” jo MOVE-testitilanteessa!

Liikkuva koulutiimi Kesämäen koululla



- Liikunnanohjaaja yläkoululla 2 päivää viikossa
- Yleinen salivuoro 1 x viikossa
- Välituntiliikuntaa
- Yksilölliset tapaamiset myös moniammatillisesti
 - Tilanteen kartoitus
 - Suunnittelu
 - Toteutus (ravitsemusohjaus, liikuntaohjelman laadinta, liikkuminen oppilaan kanssa)

Liikkuva koulutiimi Kesämäen koululla



- Fysioterapiaopiskelijat yläkoululla kolmena päivänä viikossa
 - Yksilölliset käynnit
 - Avovastaanotto
 - Yhteisöllinen toiminta välitunneilla/oppitunneilla

Moniammatillinen yhteistyö Eksotessa



- Terveydenhoitaja tai koululääkäri voi tehdä lähetteen ravitsemusterapiaan
- Ohjaus Eksoten fysioterapiaan, ei tarvitse lähetettä, käynnit maksuttomia alle 18-vuotiaille
- Lähete laboratorionkokeisiin

Case esimerkki moniammatillisesta yhteistyöstä



Oppilaan tausta:

- 8.luokalla, 14-vuotias perusterve nuori, ei säännöllisiä lääkityksiä
- pituuskasvu päättynyt, suhteellinen paino% 41,72
- ikävät kommentit painoon liittyen ovat tehneet nuoresta epävarman omaan kehoon liittyen

Case esimerkki moniammatillisesta yhteistyöstä



- Nuori harrastaa liikuntaa tanssiryhmässä 2 x viikossa
- Nuorella on ollut väsymystä arjessa
- MOVE-testit on tehty kokonaisuudessaan ja hän sai kokonaispistemääräksi 8

Case esimerkki moniammatillisesta yhteistyöstä

- Terveydenhoitajan tarkastuksessa keskusteltiin nuoren kanssa hyvinvoinnista sekä terveystottumuksista ja nuori toi esille tyytymättömyyden jaksamiseen arjessa sekä toivoisi tukea painonhallintaan
- Koululääkärin vastaanotolla keskustelu nuoren ja huoltajan kanssa, sovittu yhteisesti moniammatillisesta yhteistyöstä nuoren hyvinvoinnin kohentamiseksi

Case esimerkki moniammatillisesta yhteistyöstä



- Mitä tehtiin, miten moniammatillisuus näkyy tämän nuoren kohdalla
 - Lab.kokeet (kun paino% yli 40)
 - Lähetete ravitsemusterapiaan
 - Yhteistapaaminen terveydenhoitaja ja koululiikunnanohjaaja - > yksilölliset tapaamiset, seuranta
 - Fysioterapeuttiopiskelijoiden ohjaus niska-hartiaseudun pulmiin

Case esimerkki moniammatillisesta yhteistyöstä

- Prosessi on vielä kesken, mutta alku vaikuttaa lupaavalta
- Nuoren tavoite kehopositiivisuus, itsetunnon vahvistaminen, painonhallinta, kestävyysparaneminen arjessa
- Miten tämä kaikki onnistui
 - Oikean aikainen neuvonta (nopea reagointi)
 - Oppilaan motivaatio
 - Huoltajan tuki
 - Tukitoimet helposti yhdistettävissä koulupäivään