



**FinFami**

Etelä-Pohjanmaa ry

# **ARJEN AVUKSI**



**Palveluopas mielenterveysasiakkaan  
omaiselle ja läheiselle  
Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kuntien alueella**

## Sisällys

1. Johdanto.....	3
2. Omaisen hyvinvointi ja oikeudet.....	4
2.1 Omaisten kokemuksia palvelujärjestelmästä .....	6
2.2 Vertaistuki ja omaisen jaksaminen.....	6
3. Mielenterveystyö.....	10
3.1 Mielenterveystyön hoitojärjestelmä .....	10
3.2 Hyvät käytännöt.....	13
4. Asiakkaan ja potilaan asema ja oikeudet sekä omaisen osallistuminen.....	18
4.1 Laki potilaan asemasta ja oikeuksista .....	19
4.2 Laki asiakkaan asemasta ja oikeuksista.....	20
4.3 Hoitotakuu.....	21
4.4 Edunvalvonta .....	22
4.5. Asiakkaan ja potilaan tiedonsaanti- ja itsemääräämisoikeus .....	23
4.6. Oikeus potilas- ja asiakastietoon .....	23
4.7. Salassapito- ja vaitiolovelvollisuus.....	24
4.8. Lainsäädäntöä.....	24
5. Kunnan myöntämä taloudellinen tuki ja sosiaalitoimiston palvelut.....	25
5.1 Omaishoidon tuki .....	25
5.2 Toimeentulotuki.....	25
6. Kelan etuudet .....	26
6.1 Asumiseen tukea .....	26
6.2 Lääkekulujen korvaus .....	26
6.3 Kela kuntouttaa.....	26
6.4 Eläkettä saavan hoitotuki .....	27
6.5 Vammaisetuudet .....	27
6.6 Eläke-etuudet.....	28
7. Palvelut kotiin asti.....	28
7.1 Kotipalvelu .....	28
7.2 Kotisairaanhoido .....	28
7.3 Muita kotiin asti saatavia palveluja .....	29
8. Asumispalvelut .....	30
9. Seurakunta ja järjestöt.....	30
10. Muita palveluita .....	31
10.1 Päihdepalvelut.....	31
10.2 Kriisikeskus Mobile .....	31

10.3	Adoptiojärjestöt .....	32
10.4	Monikulttuuriset perheet.....	32
11.	Lapset ja nuoret.....	32
11.1	Lapsi tai nuori omaisena .....	32
11.2	Jos lapsella tai nuorella on ongelmia.....	33
12.	Jos läheinen katoaa .....	34
13.	Mielenterveyden häiriö ja riippuvuusongelmat.....	35
	Lähteet .....	36
	Yhteystiedot.....	37

Opasta päivitetään tarvittaessa. Tämä päivitys on tehty 5/17.

## 1. Johdanto

Oppaan tarkoituksena on tukea mielenterveysomaisen jaksamista. Mielenterveysomaisella tarkoitetaan henkilöä, jonka lähipiirissä on läheinen, jonka päihdekäyttö tai mielenterveys aiheuttaa huolta. Läheisellä tarkoitetaan ketä tahansa läheiseksi koettua henkilöä, ei siis pelkästään perheen ja suvun jäseniä. Henkilö, josta mielenterveysomainen on huolissaan, voi olla esimerkiksi vanhempi, sisarus, kaveri, ystävä, isovanhempi tai muu omaisen elämässä lähellä oleva ihminen. Erityisesti nuorille ystäväpiiri on usein likimain yhtä tärkeä, kuin oma perhe.

Mielenterveysomainen, ja omainen ylipäättään, voi olla minkä ikäinen tahansa. Kuka tahansa voi sairastua mielenterveyden häiriöön, joten kenestä vain voi tulla sairastuneen omainen. Mielenterveysomainen kuulostaa ehkä isolta ja vaikealta roolilta, mutta omaiset ovat aivan tavallisia ihmisiä, samanlaisia kuin kaikki muutkin, ja heillä on sairastuneen läheisen lisäksi oma elämänsä ja mielenkiinnon kohteensa, ilonsa ja surunsa. Omainen ei välttämättä tarkoita samaa kuin omaishoitaja. Usein jonkun sairastuttua mielenterveyden häiriöön sitä tulee ajatelleeksi vain sairastuneen vointia, jaksamista ja paranemista. Mutta myös omainen ja hänen jaksamisensa on tärkeää, ja FinFami -perheeseen kuuluvat yhdistykset on perustettu nimenomaan mielenterveysomaisten tueksi ja avuksi. Mielenterveyshäiriöistä kärsivien henkilöiden omainen auttaa läheistään ensisijaisesti sillä, että pitää itsestään ja jaksamisestaan huolta. Niin jaksaa hyvin välittää myös läheisistään.

Oppaassa on selvitetty, millaisia palveluja ja etuuksia on tarjolla mielenterveysomaisen tueksi. Olemme tällä oppaalla pyrkinneet osaltaan vastaamaan niihin tarpeisiin, jotka ovat tulleet esille mm. FinFami Etelä-Pohjanmaa ry:n jäsenilleen tekemän kyselyn vastauksissa. Erityisesti toivomme, että tästä kirjasesta olisi apua arjen tarpeisiin ja arjen helpottamiseksi. Opas on tehty omaislähtöisesti omaisille ja mielenterveys- ja päihdealan ammattilaisten käyttöön.

Opas ei kata kaikkia palveluja ja etuuksia, ja osa niistä voi olla ns. harkinnanvaraisia, jolloin palvelun tai etuuden saaminen voi riippua esim. kotikunnasta tai käytettävissä olevista resursseista. Oppaan lopussa on lueteltu kunkin kunnan kohdalla tärkeimmät yhteystiedot ja pääpaikat, joista saa lisätietoja. Tarkoituksella olemme jättäneet pois puhelinnumeroiden yhteydestä nimet, koska niiden kohdalla tiedot vanhenevat nopeasti. Sote-uudistuksen johdosta tulee myös lisämuutoksia tulevaisuudessa. Oppaassa on käytetty hyväksi kyselyssä esiin tulleita omaisten kommentteja. Suorat lainaukset on merkitty tekstiin kursivilla.

*”Sanoisin vielä, että omasta aktiivisuudesta paljon riippuu kuinka paljon saa palveluita. Mutta sairaat ja omaiset ovat sen verran väsyneitä, hiljaisia, syrjäytyneitä. Ei välttämättä jaksa vaatia eikä osallistua.”*

## 2. Omaisen hyvinvointi ja oikeudet

Monet omaiset ovat mukana huolehtimassa sairastuneen läheisensä hyvinvoinnista. Omaiset ovat merkittävä yhteistyökumppani hoitojärjestelmälle. Tämän vuoksi on tärkeää kiinnittää huomiota myös mielenterveysasiakkaan ja -kuntoutujan omaisen jaksamiseen ja tukemiseen. Kun on tutkittu omaisten hyvinvointia, on todettu, että psyykkisesti sairastuneiden henkilöiden omaiset kokevat usein stressiä ja rasittuneisuutta. Suomalaisessa mielenterveyspotilaiden omaisten hyvinvointitutkimuksissa (Nyman & Stengård) mukana olleista omaisista 38 %:lla todettiin masennusta. Masennuksen riskitekijöitä olivat muun muassa huono toimeentulo, sairastuneen kanssa asuminen, läheisen toimintakyvyn puutteet ja vakava sairaus sekä tyytymättömyys mielenterveystyön ammattilaisiin. Jos omainen oli puoliso ja vanhempi, hänen masennusriskinsä oli muita omaisryhmiä suurempi.

Toisaalta selviytyminen tilanteesta, jossa perheeseen kuuluu psyykkisesti sairastunut henkilö, voi lisätä muiden perheenjäsenten uskoa omiin selviytymismahdollisuuksiinsa. Omaisilla ja perheillä on voimavaroja, resursseja ja asiantuntemusta, joita he voivat käyttää. Riittävä sosiaalinen tuki, hyvä fyysinen kunto, monipuolinen liikunnan harrastaminen, osallistuminen yhdistystoimintaan sekä itseluottamus ja usko itseän auttavat omaista jaksamaan. Omaisten hyvinvointia voidaan lisätä myös ottamalla heidät yhteistyökumppaneiksi sairastuneen läheisensä hoitoon sekä pyrkimällä hoidon ja kuntoutuksen avulla parantamaan sairastuneen toimintakykyä.

*”Olisin halunnut olla enemmän ”ajan tasalla” lääkityksen ja muun toiminnan suhteen... Miksi tehtiin hoitomuutoksia jne.? On väärä luulo, että omaista muka ”säätettäisiin” eikä kerrota joka naksahduksesta.”*

*”Mielenterveyspotilaan omainen voi hyvin silloin kun potilaskin voi hyvin. Potilaan hoitoon kannattaa panostaa erilaisin vaihtoehtoin yksilöllisyys huomioiden.”*



Mielenterveysomaisen keskusliitto- FinFami ry on julkaissut suositukset omaisten hyvinvoinnin parantamiseksi ([www.finfami.fi](http://www.finfami.fi)):

- Mielenterveyspotilaiden ja heidän omaistensa taloudellista selviytymistä tulee tukea. Heikko taloudellinen tilanne vaikeuttaa sekä sairastuneen että hänen omaisensa arkipäivän selviytymistä ja lisää omaisen masennusriskiä merkittävästi. **Omaishoidon tuki tulee saada mielenterveyspotilaiden omaisten käyttöön nykyistä laajemmin.**
- Yksilöllistä hoitoa ja kuntoutusta sekä tuettua asumista on kehitettävä. Läheisen sairastuneen toimintakyvyn puutteet vaikeuttavat hänen selviytymistään yhteiskunnassa ja kuormittavat myös hänen omaisiaan. **Hoito- ja kuntoutusjärjestelmää tulee kehittää siten, että se antaa nykyistä enemmän mahdollisuuksia yksilöllisiin kuntoutusratkaisuihin.**
- Yhteistyötä mielenterveysalan ammattilaisten ja omaisten välillä tulee tiivistää. Potilaiden hoidon järjestäminen ilman omaisten osallistumista heikentää omaisten elämänlaatua oleellisesti. Avainasemassa ovat käytännön hoitotyöhön ja hoitojärjestelmän kehittämiseen osallistuvat henkilöt. **Omaisten tulee saada huolenpitotehtävässään riittävästi tietoa ja tukea. Mielenterveysalan ammattilaisten tulisi myös arvioida omaisten jaksamista ja ohjata heitä tarvittavien tukitoimien piiriin.**
- Omaehtoiselle vertaistukitoiminnalle on taattava riittävät toimintaedellytykset. **Omaisjärjestöjen ja oma-apuryhmien** asema on ainutkertainen siinä, että ne voivat tarjota omaiselle tärkeää vertaistukea ja mahdollisuuksia lepoon sekä virkistäytymiseen. Sopeutumisvalmennuskursseilla omainen voi saada tietoa ja valmiuksia selviytyä huolenpitotehtävästään.
- Erityistä huomiota on kiinnitettävä omaisten masentuneisuuden ja uupumisen **ennaltaehkäisyyn, tunnistamiseen ja hoitoon.** Omaisten masennuksen ennaltaehkäisyssä ja tunnistamisessa ovat avainasemassa mielenterveysalan ammattilaiset, omaisjärjestöjen työntekijät ja vertaisryhmien ohjaajat.

Omaisella on siis oikeus omaan aikaan ja mahdollisuuteen huolehtia myös omasta hyvinvoinnistaan. Lisäksi **omaisella on oikeus tulla kuulluksi** läheisen hoidossa ja kuntoutuksessa sekä riittävään tietoon omaa huolenpitotehtäväänsä varten.

*”Toivoisin, että joku kysyisi joskus, kuinka sinä jaksat ja perheesi, ja voisi jonkun kanssa keskustella.”*

## 2.1 Omaisten kokemuksia palvelujärjestelmästä

FinFami Etelä-Pohjanmaa ry. suoritti kyselyjä jäsenistölleen niistä kokemuksista, joita heillä on omaisena sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista. Jäseniltä kysyttiin mm. sitä, kuinka he kokivat tullessaan huomioiduksi ja kuulluksi, kun läheinen on sairastunut. Vastausten perusteella suhtautuminen omaisiin oli vaihtelevaa, riippuen hoitopaikasta ja henkilökunnasta. Muutamat vastaajat kokivat, että omaiset otetaan huomioon nykyään paremmin kuin aikaisemmin.

Omaiset kokivat, että heitä itseään tukevaa palvelua saa lähinnä vain omaisjärjestön ryhmistä ja muusta toiminnasta. Osa vastaajista oli saanut tietoa omaistoinnasta joko mielenterveystoimistosta tai psykiatriselta osastolta. Osalle ei ollut palveluiden piirissä jaettu tietoa vaan he olivat sen itse hakeneet.

*”Sairauden todettua annettiin heti tietoa omaisryhmästä. Muuta tietoa ei ole jaettu. Itse olen hakenut tietoa omaistoinnasta. Itse asiassa olin itse tarjoamassa tietoa psyk. sairaanhoitajalle omaistoinnasta ja niin tänne järjestettiin tilaisuus ja ryhmiä.”*

Omaiset kaipaivat palvelujärjestelmältä mm. tukihenkilöitä tai ”lomittajaa”, joka voisi välillä huolehtia sairaasta läheisestä. Tämä toimisi hengähdystaukona niin omaiselle kuin sairastuneellekin. Lisäksi kaivattiin enemmän henkilökuntaa, jotta palveluiden piiriin pääsisi nopeammin ja joustavasti. Palveluissa tulisi huomioida yksilöllisyys. Erityisesti toivottiin kotikäyntejä ja keskusteluapua. Itselleen omaiset kaipaivat enemmän tietoa: sairaudesta, arkipäivän selviytymisestä ja omasta jaksamisesta.

*”Olisi mukava käydä enempi yksin ystävien luona. Siihen olisi tilaisuus, jos mielenterveyspotilailla olisi jotain, että he voisivat olla ”lomalla” kotiympäristöstä. Se olisi ihanaa kun joskus ne vapaaehtoistyöntekijät uskaltaisivat laajentaa reviiriään myös mielenterveyskuntoutujiin.”*

*”Liian vaikea päästä mielenterveyspalveluihin. Pitkät jonotusajat. Lähetteitä on haettava monen mutkan kautta.”*

*”Tarvitaan myös ”kotiin jalkautuvia” mielenterveystyön ammattilaisia -> MTT- asiakkaiden KOTIHOITO samoin kuin vanhuksillekin.”*

## 2.2 Vertaistuki ja omaisen jaksaminen

### Mikä omaista kuormittaa?

Omaisen elämään kohdistuu monenlaisia vaatimuksia ja muutoksia tilanteessa, jossa hänen läheisensä sairastuu ja sairastaa psyykkisesti. Läheisen sairastuminen voi omaisen osalta:

- vaikeuttaa arkipäivän asioiden hoitamista
- rajoittaa vapaa-ajan viettoa
- vaikeuttaa työssä käyntiä
- taloudellista tilannetta ja
- ihmissuhteita (Nyman ja Stengård 2005).

Kielteisten tunteiden, kuormittuneisuuden ja rasittuneisuuden kokeminen on tavallista tilanteissa, joissa

- sairastunut läheinen on itsetuhoinen, käyttäytyy uhkaavasti tai on hyvin vaativa tai riippuvainen omaisestaan
- tapahtumat häiritsevät yöunta
- sairastuneen läheisen käyttäytyminen herättää häpeän tunteita
- omaiselle herää huoli tulevaisuudesta
- ongelmat haittaavat perheen sisäistä toimintaa (Nyman ja Stengård 2005).

Omaisien omalla tulkinnalla tilanteesta on tärkeä rooli siinä, miten kuormittavaksi hän tilanteen kokee. Vaikka omaisena olemiseen liittyvät huolenpitotehtävät voidaan kokea toisinaan kuormittavina, niihin voi liittyä myös positiivisia ja palkitsevia tekijöitä.

Arkipäivän merkkejä ylikuormittuneisuudesta voivat olla esim. muistin heikkeneminen, hajamielisyys, keskittymisvaikeudet, oppimisen vaikeutuminen, tunteiden latistuminen ja ”harmaantuminen”, jännittyneisyys, kiinnostuksen puute, unihäiriöt, töihin lähtemisen- tai töiden aloittamisen vaikeutuminen sekä ilon katoaminen. Tyypillistä on avuttomuuden tunne ja hallinnan menettämisen tunne.

### **Mikä auttaa jaksamaan?**

Omaisien selviytymistä voidaan ja tulee tukea erilaisin käytännön toimin. Omaiset ovat ilmoittaneet yleisimmiksi voimavaroiksi seuraavanlaisia asioita: ystävät, liikunta, lukeminen, lapset ja lapsenlapset, ulkoilu, harrastukset yleensä, työ, usko Jumalaan, puoliso, omaiset ja suku, musiikki, perhe, keskustelu, käsityöt, opiskelu, luonto, omaistoiminta, matkailu, kävely, rukous, lemmikkieläimet, kodinaskareet, muiden auttaminen, lepo, kirjoittaminen, kulttuuriharrastukset, taide, terveet elämäntavat, tv:n katselu, kiinnostus eri asioihin, oma aika, positiivinen asenne, puutarha, seurakunta, yhdistystoiminta, koti, kuoro, laulaminen, hyvä fyysinen kunto, kansalaisopisto/vastaava, kesämökki, terapia, henkinen elämäkatsomus ja vapaaehtoistyö.

Voimavarat kuvaavat osaltaan omaisten persoonallista toimintatapaa, elämäntapaa ja arjen ajankäytön rakennetta. Sosiaalisilla suhteilla (perhe, puoliso, omaiset ja ystävät), silloin kun omainen kokee ne voimavaroiksi, on merkittävä yhteys omaisten tyytyväisyyteen ja vähäisempiin masennusoireisiin.



Toinen tärkeä voimavararyhmä olivat tietyt, vapaasti valittavissa olevat asiat, kuten kirjoittaminen, rukous tai terapia, joihin turvauduttiin erityisesti hyvinvoinnin vajauksen tilanteessa. Myös omaisjärjestön tuki on erittäin merkittävä näissä tilanteissa, joissa omaisen hyvinvointi on vaarantunut huolenpitotehtävän kuormittavuuden vuoksi. (Nyman ja Stengård 2005.)

### **Mielenterveyspotilaiden omaiset tarvitsevat tukea**

Läheisen psyykinen sairastuminen vaikuttaa monin tavoin myös omaisen elämään. Omainen käy läpi monenlaisia tunteita: pelkoa, surua, syyllisyyttä ja ahdistuneisuutta. Arki muuttuu: vastuuta on jaettava toisella tavalla, työssäkäynti voi vaikeutua ja taloudelliset huolet lisääntyä. Tässä tilanteessa omaiset tarvitsevat tietoa psyykkisistä sairauksista ja niiden hoidosta, tukea jaksamiseen raskaassa tilanteessa sekä neuvoja arkielämän pulmien ratkaisemisessa.

### **Vertaistuki**



Vertainen on samankaltaisia tai samanlaisia asioita kokenut ihminen, tiettyyn tai tietynlaiseen sairauteen sairastunut. Vertaistuki on saman kielen puhumista, tuen saamista ja antamista, omakohtaisten tunteiden jakamista. Vertaistuki antaa mahdollisuuden jakaa kokemuksia ja tunteita. Vertaistuki ei korvaa ammattilaisten tukea. Esim. jos omainen kokee masennusta, tarvitaan myös ammatillista apua.

Vertaistuki on parhaimmillaan voimaannuttavaa ja se auttaa työstämään kipeääkin kokemusta voimavaraksi. Vertaisuus antaa eväitä arkeen, auttaa suuntautumaan uudelleen ja antaa uskoa tilanteesta selviämiseen. Vertaisten avulla voi löytää luovia ratkaisuja tilanteesta selviämiseen. Se täydentää terveydenhuollon ammattilaisten antamaa hoitoa ja ohjausta.

Vertaistuen muotoja ovat mm. sosiaalinen (yhdessä olo), tiedollinen (tiedon saaminen ja kokemusten jakaminen), emotionaalinen (tunteiden jakaminen), arvostuksellinen (hyväksyntä) ja henkinen (ymmärretyksi tuleminen). Vertaistuki voi vaikuttaa elvyttävästi, olla suojaava tekijä ja auttaa selviytymään.

**FinFami Etelä-Pohjanmaa ry**  
Kauppakatu 11 A 4, 60100 Seinäjoki  
puh. (06) 4148 994  
[toimisto@finfamiiep.fi](mailto:toimisto@finfamiiep.fi)

Yhdistys on perustettu 5.4.2001 ja se kuuluu osaksi FinFami ry:tä. Toiminta-alueena on Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alue viidellä seutukunnalla: Kauhava, Seinänaapurit, Suupohja, Järviseuutu ja Kuusiokunnat. 13.2.2017 jäsenenä oli yksilörekisterissä 310 jäsentä ja yhdysenkilö- ja yhteisörekisterissä 151 henkilöä tai yhteisöä.

Yhdistyksen toiminnan tarkoituksena on edistää omaisten hyvinvointia, elämänlaatua ja arjessa selviytymistä läheisen sairastuessa psyykkisesti. Tavoitteena on kaikkien perheenjäsenten huomiointi ja tukeminen psyykkisen sairastamisen eri vaiheissa.

Yhdistys toimii omaisten edunvalvojana jakamalla tietoa, ohjaamalla ja vaikuttamalla yleiseen asennoitumiseen mielenterveysasioissa.

#### **Toimintamuotojamme ovat:**

- Omaisten vertaisryhmät, jossa voi tavata muita samassa tilanteessa olevia henkilöitä. Ryhmän tavoitteena on tukea omaisten jaksamista. Ryhmässä jaetaan keskinäistä apua psyykkisesti sairaan omaisia yhdistävien elämäntilanteiden ja kokemusten pohjalta. Tällaisesta avusta ja tuesta käytetään nimitystä vertaistuki.

#### Luottamuksellisuus

Vaitiolovelvollisuus koskee kaikkia ryhmään osallistujia ja ohjaajia. Sallivuus, vastuullisuus ja toisen huomioonottaminen.

Jokainen voi tulla ryhmään omana itsenään ja tuoda siihen juuri niitä asioita, joita katsoo sillä hetkellä voivansa jakaa. Ryhmässä voi puhua vapaasti toisten arvostelematta tai olla halutessaan hiljaa. Ryhmässä pyritään kantamaan vastuuta siitä, että kaikki saavat itselle ja antavat toisille tilaa puhumiseen.

#### Tasa-arvoisuus

Arvostamme toisiamme tasavertaisina ihmisinä ja ymmärrämme, että jokaisen elämäkokemukset ovat kokijalleen merkityksellisiä.

#### Vertaistuen saaminen ja antaminen

Jokainen voi halutessaan kertoa kokemuksistaan ja tunteistaan. Jokainen voi eri asioissa oppia toisten kokemuksista. Joskus on tarpeellista vain purkaa sydäntään ja saada osakseen ymmärrystä.

- Tiedonanto psyykkisistä sairauksista omaisille
- Omaisten henkilökohtainen tapaaminen ajanvarauksella

- Rinnalla kulkeminen ja kuunteleminen vähän matkaa kriisin kohdatessa, ohjaus, neuvonta, ratkaisujen etsiminen, pohdinta, voimavaraistuminen
- Puhelinneuvonta
- Teemaillat ja muu koulutustoiminta
- Kuntoutus- ja virkistystoiminta
- Vapaaehtoisuustoiminta
- Yhteistyö alueen muiden mielenterveystyön toimijoiden kanssa sekä muiden omaisyhdistysten kanssa
- Omaishoitajaverkosto, muut omaisyhdistykset, Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry., seurakunnat, TE-toimijat jne.

#### **Mistä tietoa toiminnasta?**

- Jäsentiedote kaksi kertaa vuodessa
- Yhdistyksen kotisivut [www.finfami.fi](http://www.finfami.fi)
- Paikallislehtien järjestöpalstat (Ilkka, Pohjalainen)
- Ottamalla yhteyttä yhdistykseen

Labyrintti-jäsenlehti tulee veloitusetta neljä kertaa vuodessa jokaisen jäsenen perheeseen. Yhdistys välittää esitteitä ja oppaita, lainaa omaisasiaan liittyvää kirjallisuutta sekä neuvoo näissä asioissa.

**FinFami ry – Mielenterveysomaisten keskusliitto**  
 Meritullinkatu 4 B 10, 00170 Helsinki  
 puh.(09) 726 1180, (09) 726 1185, fax (09) 673 661  
[jaana.humalto@finfami.fi](mailto:jaana.humalto@finfami.fi),  
[www.finfami.fi](http://www.finfami.fi)

Keskusliitto on perustettu vuonna 1991. FinFami ry:n tehtävänä on:

- Mielenterveyskuntoutujien omaisten valtakunnallinen edunvalvonta
- Labyrintti- lehden julkaiseminen, keskustelupalstan ylläpito kotisivuillaan
- Jäsenyhdistysten toiminnan tukeminen ja yhteyksien luominen niiden välille
- Valtakunnallinen tiedottaminen ja asennemuokkaus
- Yhteistyö muiden mielenterveysalan sekä omaisjärjestöjen kanssa
- Järjestää koulutusta omaistyön tekijöille ja omaistutkimusta
- Kehittää omaistyötä
- Kansainvälinen toiminta

## **3. Mielenterveystyö**

### **3.1 Mielenterveystyön hoitojärjestelmä**

Mielenterveyslaissa (1990/1116) mielenterveystyöllä tarkoitetaan yksilön psyykkisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja persoonallisuuden kasvun edistämistä sekä mielisairauksien ja muiden mielenterveydenhäiriöiden ehkäisemistä, parantamista ja lievittämistä. Laissa mielenterveystyö ymmärretään laajasti ja siihen kuuluu muutakin kuin varsinaiset mielenterveyspalvelut, joissa keskitytään mielenterveyden häiriöiden ja mielisairauksien hoitoon sekä kuntoutukseen. Mielenterveyspalveluita ovat esimerkiksi psykiatrian poliklinikat, päivätoimintakeskukset, kuntoutus- ja palvelukodit sekä psykiatriset osastot (ks. Kuvio 1).

Lain mukaan kunnan tulee huolehtia alueensa mielenterveyspalveluiden järjestämisestä osana kansanterveystyötä (terveyskeskustoimintaa) ja sosiaalihuoltoa. Lain mukaan mielenterveyspalvelut tulee järjestää alueella esiintyvän tarpeen mukaisesti. Ensisijainen taho, josta voi hakea apua, on oman kunnan terveyskeskus. Terveyskeskuksen palveluita ovat esimerkiksi lääkärin tai terveydenhoitajan vastaanotto, työterveyshuolto, kouluterveydenhuolto ja neuvolat. Lisäksi joissain terveyskeskuksissa on erikseen nimettyjä depressiohoitajia, jotka ovat saaneet koulutuksen masennuksen hoitoon.

Erityispalveluihin kuten esimerkiksi psykiatriselle osastolle tai psykiatrian poliklinikalle tarvitaan lähete. Lähetteen voi kirjoittaa terveyskeskuksen tai vaikkapa työterveyshuollon lääkäri. Kuntoutus- ja palvelukoteihin sekä päivätoimintaan tarvitaan yleensä lähete sekä kotikunnan maksusitoumus. Näistä saa lisätietoja oman kunnan sosiaalitoimistosta ja terveyskeskuksesta.

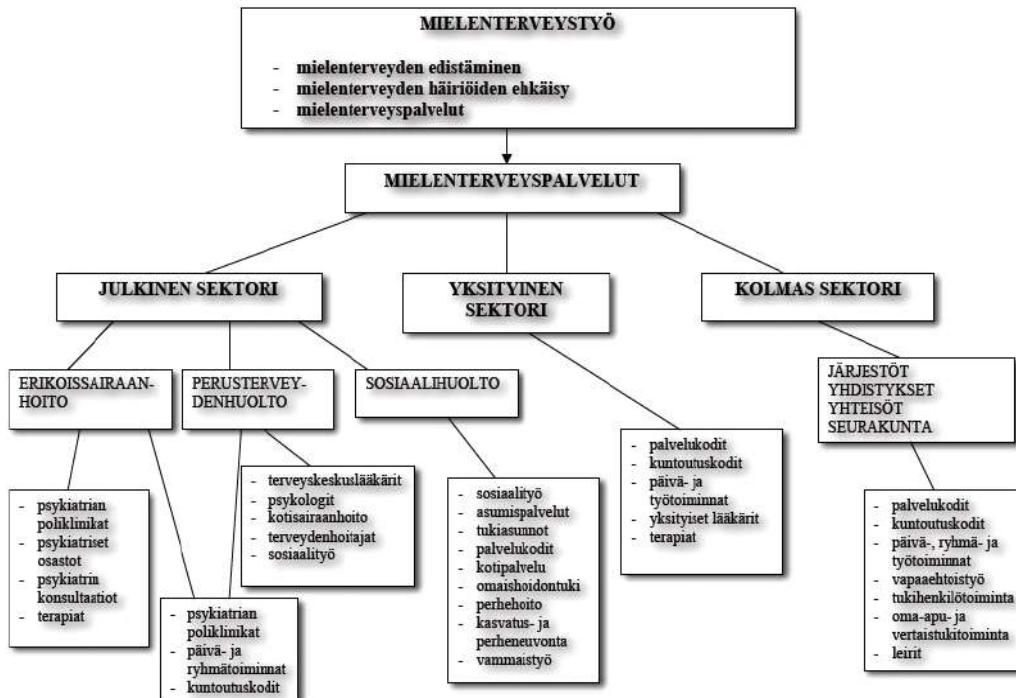
Terveyskeskuksen palvelut on tarkoitettu kaikille kuntalaisille. Jos olet huolissasi omasta jaksamisestasi tai voinnistasi, voit ottaa yhteyttä oman kuntasi terveyskeskukseen. Arkipäivisin voit ottaa yhteyttä omaan terveyskeskukseen tai kotikuntasi sosiaalitoimistoon. He neuvovat eteenpäin hoitoon hakeutumisessa. Terveyskeskusten yhteystiedot löydät tästä oppaasta.

Jos tilanne on kiireellinen ja on viikonloppu, ilta- tai yöaika, ettekä voi odottaa seuraavaan arkiamuun, seuraavista paikoista saa apua:

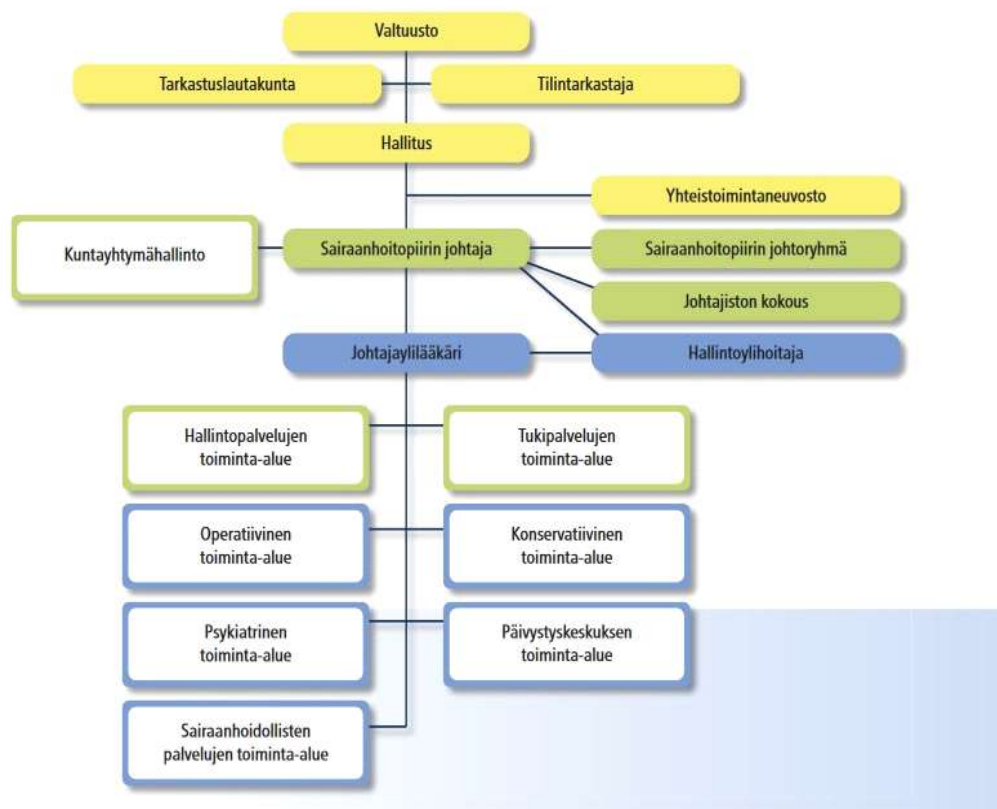
- Jos kyseessä on vakava ja kiireellinen tilanne tai jos jonkun terveys tai henki on vaarassa, soita
- yleinen hätänumero **112**
- kotikuntasi terveyskeskus
- Seinäjoen keskussairaalan päivytyspoliklinikka, puhelinnumero (06) 4254555

Kaikessa hoidossa lähdetään siitä, että pyritään kunnioittamaan asiakkaan/potilaan itsemääräämisoikeutta ja tekemään hoitoratkaisut yhteisymmärryksessä hänen kanssaan. Joskus psyykkisesti sairastunut ihminen ei tunnista itse tarvitsevansa apua. Mielenterveyslain nojalla voidaan tietyissä tilanteissa henkilö määrätä tahdon vastaiseen hoitoon. Tällöin puhutaan usein M1 – läheteestä. Laissa tälle ns. pakkohoidolle on asetettu hyvin tiukat kriteerit. Henkilön tulee ensinnäkin olla mielisairas eli hänen todellisuudentajunsa on vaikeasti häiriintynyt. Lisäksi edellytetään, että hoitamatta jättäminen joko pahentaisi henkilön mielisairautta tai vaarantaisi hänen omaansa taikka jonkun toisen henkilön terveyttä tai turvallisuutta. Kolmantena ehtona on se, että lääkäri toteaa muiden hoitovaihtoehtojen olevan soveltumattomia tai riittämättömiä.

KUVIO 1. Mielenterveyspalvelujen rakenne



KUVIO 2. Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin organisaatiokaavio



## 3.2 Hyvät käytännöt

FinFami Etelä-Pohjanmaa ry. ja Pohjanmaa-hanke ovat yhdessä kartoittaneet omaisen huomioon ottamisen hyviä käytäntöjä Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueella. Tässä kuvataan esimerkkeinä osasto T9:n ja Kauhavan psykiatrisen poliklinikan toimintamallit. Kuten esim. Omaisten kokemuksia palvelujärjestelmästä -luvussa (2.1.) todettiin, omaisia ei aina huomioida eikä omaistoiminnasta tiedoteta. Pohjanmaa-hanke on päättynyt 31.10.2013.

Yhteisen, omaiset huomioivan toimintamallin käyttöön ottaminen kussakin yksikössä varmistaisi sen, että omainen saa tarvitsemansa huomion ja tiedon riippumatta yksiköstä tai henkilöstä. Alla on esimerkkejä siitä, millainen em. toimintamalli voisi olla.

### **Esimerkki 1: Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, psykiatrian toiminta-alue/ aikuispsykiatria.**

#### OMAISEN HUOMIOON OTTAMINEN OSASTOLLA T9

- Psykososiaalinen kuntoutumisosasto T9 tarjoaa hoito- ja kuntoutuspalveluja niille mielenterveyskuntoutujille, joiden toimintakyky on alentunut ja joilla on arjessa selviytymisen vaikeuksia.
- Osaston hoitomallina on strukturoitu, psykoedukatiivinen, oman sairauden asiantuntijuuden kuntoutusohjelma (vastuutasokuntoutus), jossa kuntoutuja etenee vaiheittain kuntoutusaskelissa edeten.
- Kuntoutujat ovat pääosin iältään 18–30 – vuotiaita nuoria aikuisia, joiden omaiset ovat melko tiiviisti mukana hoito- ja kuntoutusprosessin eri vaiheissa.
- läkkäämillä kuntoutujilla ei aina ole tiiviitä suhteita omaisiin tai omaiset asuvat kaukana.

#### KUNTOUTUJAN SAAPUMINEN OSASTOLLE:

- Yleensä uudet kuntoutujat tulevat osastolle sairaalan muilta psykiatrisilta osastoilta, joiden työryhmä on arvioinut potilaan hyötyvän pitkäjänteisestä tehostetusta kuntoutuksesta. Potilas käy ennen siirtopäätöstä tutustumassa omahoitajansa kanssa osastoon, myös omaiset voivat olla tutustumiskäynnillä mukana tai sopia tutustumiskäynnin erikseen. Suunnitellusta osastosiiirrosta on tavallisesti informoitu omaisia jo lähettävällä osastolla.
- Toisinaan osastosiiroja joudutaan tekemään yllättäen, mikä johtuu lähinnä akuuttipsykiatrian osastojen äkillisestä paikkapulasta. Näissä tilanteissa omaiset saavat tiedon osastosiiirrosta siirtopäivänä.
- Osa kuntoutujista saapuu osastolle suoraan avohoidosta. Myös tätä edeltää tutustumiskäynti, jossa mukana on kuntoutujan lisäksi häntä hoitavia avohoidon työntekijöitä ja mahdollisesti myös omaisia.
- Ennalta sovituille määräaikaisille kuntoutusjaksoille (intervallijaksot) tulevat mielen-terveyskuntoutujat ovat tavallisesti olleet aikaisemmin osaston kuntoutusohjelmassa. Heidän omaisilleen kuntoutumisosasto on tullut jo tutuksi.

- Kuntoutumisosaston luonteen mukaisesti kuntoutujia kannustetaan omatoimisuuteen ja ilmoittamaan itse osastosiirrosta omaisille. Hoitaja voi olla tilanteessa mukana ja vaihtaa muutaman sanan omaisten kanssa. Tarvittaessa hoitaja voi olla yhteydessä omaisiin.
- Jos kuntoutuja kieltää kaiken yhteydenpidon omaisiin (sairastaa ”salassa”), niin kiello sitoo henkilökuntaa, eikä yhteyttä voida ottaa. Näissä tilanteissa omaiset ovat tavallisesti kovin huolissaan läheisestään ja ottavat itse yhteyttä osastoon. Tällöin hoitaja voi kuunnella omaista, antaa tukea ja tietoa yleisellä tasolla.

#### PERHEPALAVERIT HOITO- JA KUNTOOUTUSJAKSON AIKANA:

- Tarve perhetapaamisiin on suuri, koska suuri osa osaston kuntoutujista on nuoria aikuisia.
- Ensimmäinen omaisten tapaaminen on usein vapaamuotoinen ja satunnainen. Se voi tapahtua omaisten käydessä vierailulla kuntoutujaa tapaamassa, yleensä iltaisain tai viikonloppuisin. Hoitaja esittelee osaston tilat ja toimintaa.
- Kuntoutujan kanssa hoito- ja kuntoutussuunnitelman laatii osaston moniammatillinen tiimi (lääkäri, sosiaalityöntekijä, psykologi, toimintaterapeutti ja hoitajat), mahdollisuuksien mukaan mukana on myös avohoidon työntekijä ja omainen. Ensimmäisessä hoitosuunnitelmakokouksessa otetaan puheeksi perhe- tai verkostopalaverin järjestäminen.
- Perheterapiakoulutuksessa mukana oleva sairaanhoitaja kartoittaa osastolle tulevien uusien potilaiden sosiaalisia suhteita. Kuntoutuja itse voi määritellä sen, ketkä hän kokee lähimmikseen ja keiden olisi tarpeen olla järjestettävissä palavereissa mukana.
- Palavereihin osallistuu kuntoutujan ja omahoitajien lisäksi yleensä myös lääkäri, psykologi, sosiaalityöntekijä tai perheterapeutti. Omaiset toivovat erityisesti lääkärin läsnäoloa, koska monet kysymykset liittyvät sairauteen ja lääkehoitoon. Tiedon välittäminen puolin ja toisin koetaan tärkeäksi, samoin avoimuuden vaaliminen ja väärinkäsitysten minimointi.
- Hankaluuksia perheneuvotteluiden järjestämiseen aiheuttavat kuntoutujien lyhyet hoitoajat osastolla, omaisten työssäkäynti, lääkärin ja avohoidon työntekijöiden aikataulut ja omahoitajien vuorotyö. Kaikille osapuolille sopivaa yhteistä aikaa on toisinaan vaikea löytää.
- Tarvittaessa järjestetään koulutetun perheterapeutin ohjaamia perheterapiaistuntoja, joita voidaan jatkaa määräaikaisesti kuntoutujan siirryttyä avohoitoon.

#### MUU OMAISTOIMINTA HOITOJAKSON AIKANA:

- Koulutuksellisia omaisten iltoja pidetään kerran kuukaudessa talvikaudella (syys- toukokuu).
- Omaisten iltoihin kutsutaan kaikkien osastolla olevien kuntoutujien omaiset.
- Omaisten illoissa annetaan tietoa ja mahdollisuus vertaistukeen.
- Tuen saaminen on erityisen tärkeää niille, joiden läheinen on hiljattain sairastunut.
- Omaisten iltojen vakituisina vetäjinä toimivat hoitajat. Toisinaan omaisten iltoihin pyydetään alustajiksi lääkäri, sosiaalityöntekijä, psykologi, sairaalapastori, omaisyhdistyksen työntekijä jne.
- Omaiset saavat esittää toiveita iltojen teemoista, joita ovat olleet esimerkiksi omaisen oma jaksaminen, psykiatrinen lääkehoito, skitsofrenian hoito ja kuntoutus, liikunnan vaikutus mielenterveyteen, mielenterveyden ensiapu jne.

- Omaisten illoissa ei käydä keskustelua kenenkään yksittäisen kuntoutujan henkilökohtaisesta tilanteesta, vaan asioista puhutaan yleisellä, koulutuksellisella tasolla.
- Omaisten illoissa tiedotetaan säännöllisesti FinFami Etelä-Pohjanmaa ry:n toiminnasta, ryhmistä, matkoista ja muista yhdistyksen tarjoamista mahdollisuuksista.
- Osastolla vietetään kahdesti vuodessa omaisten päiviä.
  - Kesä- ja joulujuhlat ovat vapaamuotoisia ja ohjelmallisia tilaisuuksia, joissa painopiste on mukavalla yhdessäololla.
  - Ohjelmallisen juhlahetken jälkeen, omaisilla on halutessaan mahdollisuus keskusteluihin hoitohenkilökunnan kanssa.

#### HOITO- JA KUNTOUTUSJAKSON JÄLKEEN:

- Hoitajakson aikana yhdessä laadittu kuntoutussuunnitelma voidaan lähettää erikseen myös omaisille, mikäli kuntoutuja niin haluaa.
- Sovitut perhetapaamiset jatkuvat osastohoidon jälkeen. Suurimmaksi osaksi niiden järjestäminen siirtyy kuitenkin avohoidon työryhmien vastuulle kuntoutujan omalle kotipaikkakunnalle.
- Jotkut omaiset osallistuvat osaston koulutuksellisiin omaisten iltoihin vielä pitkään senkin jälkeen, kun heidän läheisensä on lähtenyt osastolta pois.
- Monet osaston nuorista aikuisista kuntoutujista palaavat asumaan vanhempiensa luokse. Itsenäistymiskehityksen tukeminen vaatii yhteistyötä niin omaisilta, kuntoutujalta, kuin hoitavalta tiimiltäkin.
- Osastohoidon jälkeiset jatkohoitopaikat ja avohoidon järjestelyt suunnitellaan ja toteutetaan tarkoin hoitajakson aikana. Monet kuntoutujista siirtyvät osastolta eriasteisesti tuettuun asumiseen (palvelukodit, kuntoutuskodit, tuetut asunnot) ja avohoidossa tapahtuvaan kuntoutukseen (päivätoiminnot, työhönvalmennus, opiskelu eri oppilaitoksissa tai siirtyminen työelämään). Siirtyminen tapahtuu vähitellen osastolta käsin, aluksi harjoitellen.

#### PALAUTE:

- Kuntoutujilta kerätään jatkuvaa palautetta hoidosta ja kuntoutuksesta. Palautteessa kysytään kuntoutujalta mm. onko yhteydenpito omaisiin ollut riittävää. Palautteet käsitellään vuosittain osaston kehittämispäivillä, jossa kuntoutujat ja henkilökunta yhdessä miettivät entistä parempia keinoja ja menetelmiä toiminnan sujumiseksi.
- Omaisilta saadaan palautetta puhelimitse, käyntien yhteydessä, palavereissa ja omaisten illoissa. Omaiset ovat pääosin aktiivisia ja yhteistyö on molemminpuolista.

#### YHTEISTYÖN HYÖTYJÄ:

- Hoitava taho saa käyttöönsä kuntoutujan eletyn elämän asiantuntijuuden.
- Omaiset ovat asiantuntijoita kertomaan siitä, milloin ja millaisia muutoksia he ovat havainneet kuntoutujan voinnissa.
- Omaisten ja hoitavan tahon toimiessa yhteistyökumppaneina ja ”puhaltaessa yhteen hiileen” kuntoutuminen etenee tavoitteellisesti ja sujuvasti. Kuntoutujalla on yhtenäinen ja vahva tukiverkosto, jonka avulla hän pääsee tavoitteisiinsa ja elämässään eteenpäin.



- Omaiset saavat tietää kuntoutuksen etenemisestä ja kuntoutujan saavuttamat taidot ja valmiudet voidaan ottaa kotona oikea-aikaisesti käyttöön.
- Omaiset ovat voineet tuoda tietonsa ja asiantuntemuksensa käyttöön hoidon ja kuntoutuksen suunnitteluun ja toteuttamiseen.
- Omaiset ovat kokeneet saaneensa tietoa ja osaamista tukeakseen läheistään avohoidossa.
- Omaiset ovat kokeneet vaikutusmahdollisuuksiensa lisääntyneen.
- Omaisen oma jaksaminen on lisääntynyt. Erityisen tärkeäksi omaiset ovat kokeneet kysymyksen ”Miten olet voinut?” Omaisen huomioiminen ja tukeminen ovat toimintaa, joka ennaltaehkäisee omaisen uupumista.
- Omaiset ovat saaneet tietoa omaisyhdistyksen toiminnasta ja monet ovat hyödyntäneet sen tarjoamia mahdollisuuksia vertaistukeen, tiedon saamiseen ja vaikuttamiseen.

### **Esimerkki 2: Psykoosipotilaan omaisen hoitopolku Kauhavan psykiatrisella poliklinikalla**

- Potilas tulee läheteellä tai ilman lähetettä esim. terveydenhuollon ammattihenkilön ohjaamana lääkärin vastaanotolle psykoosin takia. Potilaalle annetaan psykoedukatiivista hoitoa: esitietoa, esitteet, infoa pkl:n toimintatavoista perheen tarpeet huomioiden. Vastaanotolla kartoitetaan, ketä perheeseen kuuluu (ennakkoinfossa) ja otetaan puheeksi perheen mahdollinen osallistuminen hoitoon. Päätöstä tästä ei kuitenkaan tehdä vielä tässä vaiheessa. Tilanne kuitenkin hahmotetaan perheen näkökulmasta.
- Lääkäri esittelee potilaan tilanteen tiimille. Mukana ovat psykiatri, psykologi, sosiaalityöntekijä ja sairaanhoitaja; ryhmätoiminnoista sairaanhoitaja ja mielenterveyshoitaja. Moniammatillinen työryhmä pohtii potilaan tilannetta eri näkökulmista pyrkien huomioimaan kaikki perheenjäsenet ajatuksella: Ketä kaikkia sairaus koskettaa? Jos kyseessä on selkeä ”perhetyötilaus”, omaksi hoitajaksi nimetään yleensä perheterapeutti ja/tai E-P Koti-osoiteprojektin perheterapeutti (10 %:lla tässä vaiheessa psykoosipotilaista).
- Kahdesta viiteen kartoituskäyntiä omalla hoitajalla.  
Jos on sovittu pari- tai perheterapian / pari- tai perhekäyntien aloittamisesta, 1. kutsu lähetetään sen mukaisesti ja koko perhe kutsutaan käynnille mukaan.

#### Jos potilas aloittaa hoidon yksilöhoitona:

- Syvennetään tietoa potilaan tämän hetkisestä perhetilanteesta: Keitä perheeseen kuuluu? Miten kukin perheenjäsen reagoi potilaan sairauteen? Mitkä ovat perheen huolet? Miten perhe yleensä pärjää?
- Lasten tilanne asetetaan etusijalle (esim. Lapset puheeksi -haastattelua on alettu käyttää) ja haastatellaan vain vanhempaa, ei tavata lapsia
- Kartoitetaan, minkälaisia tukitoimia perheellä on käytössä (perhetyöntekijä, päivähoito, Sininauha)
- Tarkastellaan perheenjäsenten vuorovaikutussysteemiä – millaisessa kokoonpanossa perhettä olisi syytä tavata (huom.: esim. symbioosit, itsenäistyminen jne.)?

- Tehdään perheanamneesi: Kartoitetaan, missä vaiheessa perheen kehitys on ja minkälaisia haasteita/ ongelmia on juuri tällä hetkellä.
  - Annetaan kirjallista informaatiota potilaan kautta omaisille: Sininen kirja ”Miten autan lastani?” ja violetti kirjanen ”Mikä meidän vanhempia vaivaa?” Näiden pohjalta vanhemmat saavat lisää tietoa ja sanoja, miten käsitellä lasten ja nuorten kanssa omaa sairauttaan ja puhua siitä.
  - Järjestetään tarvittaessa nopeat tukitoimet perheelle (lastensuojelu valvotuneisuus, yhteistyöperinteet, ammattitaito, kotipalvelu jne. psykiatrinen sairaanhoito neuvolassa/kotisairaanhoidossa)
  - Motivoidaan jatkuvasti perheen mukaan ottamiseksi hoitoon ja puhutaan ainakin perheestä potilaan kanssa, sillä koskaan sairaus ei ole yhden perheenjäsenen asia, vaan koskettaa kaikkia.
- 
- Tiimille
  - Perhettä/ omaisia on jo tavattu, jos ovat suostuneet
  - Kartoituskäyntien aikana saadun tiedon pohjalta moniammatillinen työryhmä miettii potilaan tilannetta
  - Jaetaan oman hoitajan huolta perhetilanteesta.
  - Sovitaan HoKSu:n (=hoito ja kuntoutussuunnitelma) ajankohta ja kuka tulee haastattelemaan. Käytännössä parityönä, omahoitaja kirjaa ja toinen haastattelee.
  - Ennako-oletus perheen tilanteesta voi määrittää haastattelijan (esim. pariterapia-mahdollisuus olemassa->haastattelijaksi perheterapeutti, joka voi jatkaa toisena terapeutina parin- tai perheen hoidossa).
- 
- Tehdään HoKSu (=hoito- ja kuntoutussuunnitelma)
  - Läsnä potilas ja hänen haluamiaan omaisia (aina pyydetään), omaisyhdistyksen infoa
  - Jos potilas ei tuo omaisia HoKSu:un, esteenä on:
    - Potilaan sairautentunnottomuus
    - Halu säästää omaisia
    - Ei pidä omaisten läsnäoloa tarpeellisena
    - Huonot välit omaisiin tai omaisia ei ole
    - Omaisilla omat esteet, esim. työ, väsynyt potilaan sairastamiseen; halu ”pestä kätensä”, pelko syyllistämisestä
    - Puoliso ei halua (potilas päättää omaisen puolesta)
  - HoKSu-lomakkeessa on kohta, jossa kysytään jokaisen perheenjäsenen jaksaminen, kartoitetaan lasten iät ja heidän vahvuutensa ja haavoittuvuutensa
  - Esitellään ja keskustellaan tarjolla olevista tukitoimista
    - kunnalliset (lastenneuvola, kotipalvelu, lasten päivähoito, perheneuvola, terveyskeskus jne.)
    - Erikoissairaanhoidon
      - Pari- ja perhekäynnit
      - Kotikäynnit

- Pari- ja perheterapia
  - Lapset puheeksi – interventio (2-3-käyntiä)
  - Beardsleen perheinventio (6-8 käyntiä, lasten tapaamiset ja koti käynnit)
  - E-P Kotiosoite-projekti= kotona tapahtuva perheohjaus
  - Puolisoryhmä
  - FinFami Etelä-Pohjanmaa ry.
  - Huomioi lapset pkl.
  - Pikkulapsipsykiatria/ perhepäivösasto
- Tiimille tarvittaessa
  - HoKSU:ssa esille tulleita asioita, jos työryhmän on hyvä tietää
- Verkostoneuvottelu tarvittaessa
  - pidetään tarvittaessa (eri viranomaiset yhteistyössä, potilaan oma verkosto)
  - potilas määrittelee, ketkä kuuluvat hänen verkostoonsa, ketä kutsutaan
  - yhteistyötahojen sitouttaminen
- HOKSU:n tarkistukset puolivuosittain ja omaisyhdistyksen info (= esite, toiminta-ajatus ja käytännön ryhmät, kurssit ja edunvalvonta, rohkaistaan osallistumaan)
- Hoidon lopetus
  - Viimeinen käynti lääkärillä
  - Tieto jatkohoidosta
  - Tarkistetaan vielä, ovatko tukitoimet riittäviä
  - Saatetaan hoidon siirto esim. perustasolle
  - Tieto hoitoon hakeutumiskanavista sairauden uusiutuessa MOTOT:
- Perheenjäsenet aina tervetulleita vastaanotolle, jos potilas antaa siihen luvan.
  - Aina ei voida auttaa potilasta, silloin on yritettävä auttaa ja tukea omaisia.
  - Jatkuva motivointi yhteistyön aikaan saamiseksi omaisten kanssa.

#### **4. Asiakkaan ja potilaan asema ja oikeudet sekä omaisen osallistuminen**

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaan asemaa turvaavat monet lait ja säännökset. Keskeisimmät asiakkaan asemaa turvaavat lait ovat ns. potilaslaki (laki potilaan asemasta ja oikeuksista 1992/785) ja sosiaalihuollon asiakaslaki (laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812). Näissä laeissa on määritelty myös, millaisissa tilanteissa omaista tulisi kuulla. Tässä kappaleessa käsitellään

täysi-ikäistä asiakasta/ potilasta ja hänen omaisiaan koskettavia säädöksiä. Laeissa on erikseen käsitelty lapsia ja nuoria koskevia määräyksiä. Lisäksi lastensuojelulaki (2007/417) määrää tarkemmin asiasta. Lasten ja nuorten asemaa käsitellään tämän oppaan luvussa 11.

## 4.1 Laki potilaan asemasta ja oikeuksista

Potilaan/asiakkaan oikeusturvan parantamiseksi Suomessa on laki potilaan oikeuksista. Laki koskee koko terveydenhuoltoa ja sosiaalihuollon laitoksissa annettavia terveydenhuollon palveluita. Laki koskee esimerkiksi terveyskeskuksissa sekä psykiatrisilla osastoilla ja poliklinikoilla annettavaa hoitoa.

Lain keskeiset kohdat ovat:

- Hoitoon tarvitaan potilaan suostumus.
- Potilaalle annetaan tiedot hänen terveydentilastaan ja hoidosta: mitä hoitoon sisältyy, millaisia riskejä siihen liittyy ja mitä eri hoitovaihtoehtoja potilaalla on.
- Jonottamaan joutuvalla ilmoitetaan odottamisen syy ja sen arvioitu kesto.
- Hoitoon tyytymätön voi tehdä muistutuksen hoitolaitokselle tai kantelun terveydenhuoltoa valvovalle viranomaiselle.
- Hoitolaitoksella on oltava potilasta avustava potilasasiamies.

Jokaisella Suomessa asuvalla ihmisellä on oikeus saada terveydentilansa edellyttämää terveydenhoitoa ja sairaanhoitoa niiden voimavarojen rajoissa, jotka ovat käytettävissä. Suomessa kunnat vastaavat terveydenhuollon järjestämisestä ja niiden velvollisuuksista on säädetty laeissa. Potilaalla/asiakkaalla on oikeus hyvään hoitoon ja kohteluun.

Hoito on järjestettävä niin, ettei se loukkaa henkilön ihmisarvoa, vakaumusta tai yksityisyyttä. Yksityisyyden suoja tarkoittaa sitä, ettei potilasta/asiakasta koskevia tietoja saa pääsääntöisesti luovuttaa ilman hänen suostumustaan edes omaiselle. Tämä saattaa omaisesta joskus tuntua käsittämättömältä, jos he eivät saa tietoa läheisensä sairaudesta tai hoidosta.

*”Yksityisyyden suoja on huono asia vakavan mielenterveysongelman kohdalla. Läheisenä tuntuu oudolta että emme saaneet tietoa, eikä meille ilmoitettu edes sitä että poikamme on otettu sairaalaan.”*

Hoitoratkaisut on tehtävä yhteisymmärryksessä potilaan/asiakkaan kanssa eli hänen suostumuksellaan. Jos henkilö kieltäytyy hoidosta tai jostain hoitotoimenpiteestä, pyritään sopimaan muusta hoitotavasta. Hoidosta voi myös kieltäytyä kokonaan. Jos henkilö kuitenkin välttämättä tarvitsee mielisairautensa vuoksi hoitoa, hänet voidaan määrätä



mielenterveyslain (1990/1116) perusteella tahdonvastaiseen hoitoon (tällöin puhutaan usein ns. M1-lähettestä).

*”Itsemääräämisoikeuden kunnioituksesta ja suojelusta on väärin ymmärrystä, joka pitäisi voida käsitellä niin, että suojelusta tulee tukeva tekijä eikä este oikean hoidon piiriin.”*

Laki antaa tarkat ohjeet siitä, millaisissa tilanteissa näin voidaan toimia (ks. edellinen luku). Jos läheisesi tarvitsee kiireellistä apua tai jos hänen taikka jonkun toisen henkilön terveys tai turvallisuus on vaarassa, ota yhteyttä

- yleinen hätänumero 112
- kotikuntasi terveyskeskus
- Seinäjoen keskussairaalan ensiapu, puhelinnumero (06) 4254555

Jos täysi-ikäinen potilas/asiakas ei pysty esimerkiksi mielenterveyden häiriön vuoksi itse päättämään hoidostaan, potilaan laillista edustajaa, lähiomaista tai muuta läheistä on kuultava ennen tärkeän hoitopäätöksen tekemistä. Tällaisessa tilanteessa laillisella edustajalla, lähiomaisella tai muulla läheisellä on oikeus myös saada kuulemista ja suostumuksen antamista varten tarpeelliset tiedot potilaan terveydentilasta. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että hoitavien henkilöiden on annettava omaiselle tai läheiselle ne tiedot, joita hän tarvitsee pystyäkseen tekemään päätöksen. Omaisella tai läheisellä on oikeus pyytää ja saada nämä tiedot.

## 4.2 Laki asiakkaan asemasta ja oikeuksista

Sosiaalihuollon asiakkaan aseman parantamiseksi on laadittu laki. Siinä määritellään keskeiset oikeudelliset periaatteet, jotka liittyvät sosiaalihuollon asiakkaan osallistumiseen, kohteluun ja oikeusturvaan. Laki koskee sekä kunnan että yksityisen järjestämää sosiaalihuoltoa. Laki koskee esimerkiksi kotipalvelua, palvelu- ja kuntoutuskoteja tai toimeentulotukea.

Lain keskeiset kohdat ovat:

- Asiakkaalla on oikeus laadultaan hyvään sosiaalihuoltoon ja hyvään kohteluun.
- Sosiaalihuoltoa toteutettaessa on ensisijaisesti otettava huomioon asiakkaan toivomukset ja mielipide ja muutoinkin kunnioitettava hänen itsemääräämisoikeuttaan.
- Asiakkaalla on oikeus saada selvitys eri toimenpidevaihtoehdoista.
- Sosiaalihuollon asiakirjat ovat salassa pidettäviä. Asiakkaalla on kuitenkin oikeus saada tietoja itseään koskevasta asiakirjasta.
- Asiakkaalla on velvollisuus antaa tiedot, joita tarvitaan sosiaalihuollon palvelujen ja etuuksien järjestämiseksi hänelle.
- Kunnan on nimettävä sosiaaliasiamies. Kahdella tai useammalla kunnalla voi olla yhteinen sosiaaliasiamies.

Asiakkaalla on oikeus saada sosiaalihuollon palveluissa laadultaan hyvää sosiaalihuoltoa ja hyvää kohtelua ilman syrjintää. Asiakasta on kohdeltava siten, ettei hänen ihmisarvoaan loukata. Asiakkaan

vakaumusta ja yksityisyyttä tulee kunnioittaa. Sosiaalihuollon asiakasta koskevat asiakirjat ovat salassa pidettäviä ja työntekijöillä on vaitiolovelvollisuus. Pääsääntöisesti tietoja saa antaa vain asiakkaan suostumuksella.

Henkilökunnan on selvitettävä asiakkaalle hänen oikeutensa ja velvollisuutensa sekä erilaiset vaihtoehdot ja niiden vaikutukset. Lisäksi tulee selvittää muutkin seikat, joilla on merkitystä hänen asiassaan. Selvitys on annettava siten, että asiakas riittävästi ymmärtää sen sisällön ja merkityksen. Jos täysi-ikäinen asiakas ei esimerkiksi mielenterveyden häiriön vuoksi pysty osallistumaan ja vaikuttamaan palveluiden suunnitteluun tai toteuttamiseen, on asiakkaan tahtoa selvitettävä yhteistyössä hänen laillisen edustajansa, omaisensa tai muun läheisen henkilön kanssa. Jotta omainen tai läheinen voi osallistua asiakkaan edustajana päätöksentekoon, henkilökunnan pitää kertoa hänelle eri vaihtoehtoista ja niiden vaikutuksista.

*”Omaiset pitäisi ottaa huomioon ja kuunnella heitä. Hehän potilaan kaikista parhaiten tuntevat. Yhteistyöllä pitäisi toimia, sillä tämä on niin vaikea sairaus.”*

Asiakkaan ja hänen edustajallaan on velvollisuus antaa ne tiedot, joita tarvitaan sosiaalihuollon järjestämisessä ja toteuttamisessa. Asiakkaalle on oikeus tietää, jos sosiaalihuolto hankkii muualta häntä koskevia tietoja. Asiakkaalla tai hänen edustajallaan on oikeus saada tietää, miksi hänen antamia tietoja tarvitaan, mihin tarkoitukseen niitä käytetään, mihin niitä luovutetaan ja talletetaan.

### 4.3 Hoitotakuu

Hoitoon pääsystä säädetään terveydenhuoltolaissa.

Ensiapuun ja kiireelliseen hoitoon on päästävä heti potilaan asuinpaikasta riippumatta. Kiireettömät tapaukset hoidetaan kunnallisissa terveyskeskuksissa.

- Terveyskeskukseen pitää saada arkipäivisin virka-aikana välitön puhelinyhteys tai sinne on voitava mennä käymään.
  - Mikäli hoidon tarpeen arviointi vaatii terveyskeskuksessa käyntiä, sinne on saatava aika kolmen arkipäivän kuluessa yhteydenotosta. Hoitoon on päästävä viimeistään kolmessa kuukaudessa.
- Erikoissairaanhoidossa hoidon tarpeen arviointi on aloitettava kolmessa viikossa lähetteen saapumisesta.
  - Arvioinnin edellyttämät tutkimukset ja erikoislääkärin arviointi on tehtävä kolmessa kuukaudessa lähetteen saapumisesta.
  - Lääketieteellisesti tai hammaslääketieteellisesti tarpeelliseksi todettuun erikoissairaanhoidon on päästävä viimeistään kuuden kuukauden kuluessa siitä, kun hoidon tarve on arvioitu.
  - Lasten ja nuorten mielenterveyspalveluissa (alle 23-vuotiaat) hoidon tarpeen arvioinnin edellyttämät tutkimukset ja erikoislääkärin arviointi on toteutettava kuudessa viikossa lähetteen saapumisesta. Hoito on järjestettävä kolmessa kuukaudessa hoidon tarpeen toteutumisesta.

- Jos oma terveyskeskus tai sairaala ei pysty hoitamaan potilasta määräajassa, sen on järjestettävä potilaalle mahdollisuus päästä hoitoon muualle, joko toiseen sairaanhoitopiiriin tai yksityissektorille. Potilaalle ei koidu tästä ylimääräisiä kuluja.

#### 4.4 Edunvalvonta

Holhoustoimen palveluilla pyritään auttamaan henkilöitä, jotka eivät itse kykene huolehtimaan taloudellisista asioistaan. Holhoustoimen avulla tällainen henkilö voi saada tuekseen edunvalvojan, joka yhdessä hänen kanssaan tai hänen puolestaan huolehtii hänen asioistaan ja valvoo hänen etujaan. Edunvalvoja voi olla tarpeen, kun esimerkiksi vaikea sairaus tai korkea ikä ovat heikentäneet henkilön henkisiä kykyjä niin, että hän ei itse kykene valvomaan etujaan tai hoitamaan asioitaan. Holhoustointa säätelee laki holhoustoimesta (1999/442).

Henkilö itse voi hakea itselleen edunvalvojaa tekemällä kirjallisen hakemuksen maistraatille. Kirjallinen hakemus edunvalvojan määräämiseksi voidaan tehdä myös käräjäoikeudelle. Hakemuksen käräjäoikeudelle voi tehdä apua tarvitsevan henkilön lisäksi tehdä myös tämän vanhemmat, aviopuoliso, lapsi tai joku muu läheinen. Myös maistraatti voi tehdä hakemuksen.

Edunvalvojan määrää maistraatti tai käräjäoikeus. Edunvalvojaksi voidaan määrätä tehtävään sopiva ja suostuva henkilö, jolla on riittävä taito ja kokemus. Edunvalvojana voi toimia esim. apua tarvitsevan henkilön lapsi, aviopuoliso tai muu läheinen. Edunvalvojaksi määrätään myös usein yleinen edunvalvoja, joka hoitaa näitä tehtäviä työnsä puolesta. Määräys edunvalvonnasta on kuitenkin aina toissijainen. Tämä tarkoittaa sitä, että jos asianosaisella on tietyssä tilanteessa riittävä päättämiskyky ja hän ymmärtää asian, hän päättää siitä yksin.

Edunvalvojan tehtävistä päättää maistraatti tai käräjäoikeus. Yleensä edunvalvojan tehtävänä on hoitaa päämiehen taloudellisia asioita. Hänen tehtävänä on pitää huolta mm. siitä, että päämies saa varoistaan riittävästi rahaa henkilökohtaiseen käyttöönsä. Lisäksi tulee huolehtia siitä, että päämies saa sopivan hoidon, huolenpidon ja kuntoutuksen. Edunvalvoja tarvitsee maistraatin luvan päämiehensä puolesta tehtäviin tärkeisiin oikeustoimiin. Tällaisia ovat esimerkiksi asunnon tai muun omaisuuden myyminen tai ostaminen.

Edunvalvojalla on oikeus saada korvaus kuluistaan ja kohtuullinen palkkio. Kulukorvausta ja palkkiota koskevat tiedot merkitään maistraatille annettavaan tiliin. Holhousviranomaisena toimii maistraatti. Maistraatti valvoo edunvalvojen toimintaa.

Se, että henkilölle on määrätty edunvalvoja, ei automaattisesti rajoita hänen oikeutta esimerkiksi käyttää varojaan tai myydä ja ostaa omaisuutta. Joskus mahdollisuus tehdä sopimuksia tai kauppvoja voi vaarantaa henkilön taloudelliset edut. Näin voi käydä erityisesti silloin, kun asianomainen ei kuuntele edunvalvojaansa, vaan tekee tärkeitä ja huonoiksi osoittautuvia päätöksiä yksin. Tällöin

kärjääoikeus voi hakemuksesta rajoittaa henkilön toimintakelpoisuutta. Kärjääoikeus voi esimerkiksi päättää, ettei asianomaisella ole oikeutta tehdä velkaa, tai oikeutta määrätä tietystä omaisuudestaan. Kärjääoikeus saa rajoittaa toimintakelpoisuutta vain siinä määrin kuin se on välttämätöntä henkilön suojaamiseksi. (Oikeusministeriö [www.oikeusministerio.fi](http://www.oikeusministerio.fi))

Holhouspalveluista saa tietoa kotikunnan sosiaalitoimistosta tai maistraatista.

#### 4.5. Asiakkaan ja potilaan tiedonsaanti- ja itsemääräämisoikeus

Asiakkaalla on oikeus saada tietoa eri hoito- ja palveluvaihtoehtoista ja niiden vaikutuksista. Asiakkaan asiat on hoidettava yhteisymmärryksessä hänen kanssaan. Riittävä päättämiskyky on oikeudellisesti pätevän suostumuksen ehdoton edellytys. Riittävä päättämiskyky ei merkitse sitä, että henkilön tulee olla oikeustoimikelpoinen.

Myös kypsä alaikäinen käyttää itsemääräämisoikeuttaan. Mikäli alaikäisellä ei ole ikänsä ja kehitystasonsa perusteella edellytyksiä itsemääräämiseen, alaikäisen huoltaja tai muu laillinen edustaja ottaa kantaa hoitoon. Samalla tavoin kuin kypsä alaikäinen, henkilö, jolla on mielenterveyden häiriö tai joka potee muistisairautta, käyttää itsemääräämisoikeuttaan, mikäli kelpoisuuden edellytykset täyttyvät.

Jos henkilö ei itse kykene käyttämään itsemääräämisoikeuttaan mielenterveyden häiriön vuoksi, tärkeiden hoitopäätösten osalta tulee hoitoon saada potilaan laillisen edustajan, lähiomaisen tai muun läheisen suostumus. Heidän tulee suostumusta antaessaan ottaa huomioon potilaan aikaisemmin ilmaisema tahto, suullinen tai kirjallinen hoitotahto.

Sosiaalihuollon henkilöstön on selvitettävä asiakkaalle hänen oikeutensa ja velvollisuutensa sekä erilaiset vaihtoehdot ja niiden vaikutukset, joilla on merkitystä hänen asiassaan. Tämä selvitys tulee antaa siten, että asiakas riittävästi ymmärtää sen sisällön ja merkityksen. Tilanteessa, jossa täysi-ikäinen asiakas ei sairauden, henkisen toimintakyvyn vajavuuden tai muun vastaavan syyn vuoksi pysty osallistumaan ja vaikuttamaan itseensä kohdistuvan sosiaalihuollon suunnitteluun ja toteuttamiseen taikka ymmärtämään ehdotettuja ratkaisuvaihtoehtoja tai päätösten vaikutuksia, on asiakkaan tahtoa selvitettävä. Tämä tapahtuu yhteistyössä asiakkaan laillisen edustajan taikka hänen omaisensa tai muun läheisen henkilön kanssa.

Lainsäädäntö velvoittaa selvittämään ja ottamaan huomioon alaikäisen asiakkaan toivomukset ja mielipide hänen ikänsä ja kehitystasonsa edellyttämällä tavalla. Alaikäisen etu on ensisijaisesti otettava huomioon kaikissa julkisen tai yksityisen sosiaalihuollon toimissa, jotka koskevat alaikäistä.

#### 4.6. Oikeus potilas- ja asiakastietoon

Henkilöllä on oikeus tarkastaa itseään koskevat potilasrekisteritiedot sekä oikeus nähdä ja saada kopioita omasta potilaskertomuksestaan. Potilaan laillisella edustajalla taikka lähiomaisella tai muulla läheisellä, eli sijaispäättäjällä on tärkeiden hoitopäätösten osalta oikeus saada kuulemista ja suostumuksen antamista varten tarpeelliset tiedot potilaan terveydentilasta. Jos alaikäinen henkilö ikänsä ja kehitystasoonsa nähden kykenee päättämään hoidostaan, hänellä on oikeus kieltää terveydentilaansa ja hoitoaan koskevien tietojen antaminen huoltajalleen tai muulle lailliselle edustajalleen.



Asiakkaalla ja hänen laillisella edustajallaan on oikeus saada tieto asianosaisena ja oikeus saada tieto itseään koskevasta asiakirjasta. Lisäksi asiakkaalla on oikeus tarkastaa häntä itseään koskevat sosiaalihuollon henkilökisteriin talletetut tiedot.

Alaikäisen ikä ja kehitystaso sekä asian laatu huomioon ottaen, alaikäinen voi painavasta syytä kieltää antamasta itseään koskevia tietoja lailliselle edustajalleen, jollei se ole selvästi alaikäisen edun vastaista. Tilanteessa, jossa alaikäinen tai hänen laillinen edustajansa ovat asianosaisena sosiaalihuoltoa koskevassa asiassa, laillisella edustajalla on oikeus tiedonsaantiin.

#### 4.7. Salassapito- ja vaitiolovelvollisuus

Terveydenhuollon ammattihenkilö tai sosiaalihuollon työntekijä ei saa ilmaista sivulliselle luvatta yksityisen tai perheen salaisuutta, josta hän asemansa tai tehtävänsä perusteella on saanut tiedon. Salassapitovelvollisuus säilyy ammatinharjoittamisen päättymisen jälkeen.

Sosiaali- ja terveydenhuollon virka- tai työsuhhteessa olevat henkilöt sekä luottamustehtävää hoitavat ovat vaitiolovelvollisia. Vaitiolovelvollisuus merkitsee kieltoa ilmaista asiakirjan salassa pidettävä sisältö. Ilmaiseminen on tiedon antamista suullisesti, mutta myös passiivisesti tiedon paljastamista ulkopuolisille, esimerkiksi salassa pidettäviä tietoja sisältävän asiakirjan jättämistä ulkopuolisten saataville.

Sekä terveydenhuollon potilasasiakirjoihin, että sosiaalihuollon asiakasasiakirjoihin sisältyvät tiedot ovat salassa pidettäviä. Salassa pidettävästä asiakirjasta saa antaa tietoa vain potilaan kirjallisella tai asiakkaan nimenomaisella suostumuksella, tai jos laissa näin erikseen säädetään.

Terveydenhuollon ammattihenkilön vaitiolovelvollisuus voidaan murtaa niissä tilanteissa, joissa kyse on rikoksesta, jossa rangaistus on vähintään 6 vuotta vankeutta.

Sosiaalihuollossa palvelun järjestäjä, tuottaja, työntekijä tai luottamushenkilö ei saa paljastaa asiakirjan salassa pidettävää tai salassa pidettäväksi merkittyä tietoa, eikä työssään tai tehtävässään tietoonsa saamaansa vaitiolovelvollisuuden piiriin kuuluvaa asiaa. Vaitiolovelvollisuus sekä hyväksikäyttökielto säilyvät tehtävän tai toimen päätyttyä.

Sosiaalihuollon salassa pidettävästä asiakirjasta saa antaa tietoja asiakkaan nimenomaisella suostumuksella tai niin kuin laissa erikseen säädetään. Jos asiakkaalla ei ole edellytyksiä arvioida annettavan suostumuksen merkitystä, tietoja saa antaa hänen laillisen edustajansa suostumuksella. Tietoja ei saa antaa alaikäisen asiakkaan laillisen edustajan suostumuksella, jos edustajalla itsellään ei ole oikeutta tiedon saantiin. Salassa pidettävän tiedon antaja vastaa sitä, että edellytykset tietojen antamiselle ovat olemassa.

Salassapitovelvollisuuden tai vaitiolovelvollisuuden sekä hyväksikäyttökiellon rikkominen ovat rikoksina rangaistavia tekoja.

#### 4.8. Lainsäädäntöä

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1993) eli potilaslaki

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000) eli asiakaslaki



Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä (559/1999)  
Laki viranomaisen toiminnan julkisuudesta (621/1999) eli julkisuuslaki  
Henkilötietolaki (523/1999)  
Laki holhustoimesta (442/1999)  
Laki edunvalvontavaltuutuksesta (648/2007)

## 5. Kunnan myöntämä taloudellinen tuki ja sosiaalitoimiston palvelut

### 5.1 Omaishoidon tuki

Kun omainen hoitaa esimerkiksi psyykkisesti sairastunutta läheistään, kunta voi maksaa hoitajalle omaishoidon tukea. Hoitopalkkio on veronalaista tuloa. Omaishoidon tuen ja saajien määrä voi vaihdella kunnittain, se on ns. harkinnanvarainen etuus. Lisäksi kunta voi järjestää hoidon tukemiseksi erilaisia sosiaali- ja terveystaloudellisia palveluja. Hoitajana voi toimia muukin henkilö, kuin hoidettavan omainen.

*”Omaishoitaja mielenterveyskuntoutujalle on vailla minkäänlaisia oikeuksia ja rahallista tukea, vaikka työ jatkuu ympäri vuorokauden, 24 tuntia. Hän on ns. lainsuojaton. ... Useinkaan omaisen tai omaishoitajan voimavarat eivät enää riitä omista tai ”potilaan” oikeuksista taistelemiseen.”*

Omaishoidon tuen saaminen edellyttää, että kunta ja hoitaja tekevät hoidosta sopimuksen, johon liittyy hoito- ja palvelusuunnitelma. Hoito- ja palvelusuunnitelmassa määritellään hoidettavalle annettavien palvelujen lisäksi myös hoitajalle suunnatut omaishoitoa tukevat palvelut. Omaishoidon tuen saajalla on oikeus saada vähintään kolme vapaapäivää sellaista kuukautta kohti, jonka aikana hoitotyö on luonteeltaan erittäin sitovaa. Kunta huolehtii hoidon järjestämisestä lakisääteisen vapaan ajaksi. Kunnalla on mahdollisuus järjestää virkistysvapaita hoitopalkkiota alentamatta. Lisää tietoa omaishoidon tuesta saa oman kunnan sosiaalivirastosta.

### 5.2 Toimeentulotuki

Toimeentulotuki on ns. viimesijainen toimeentuloturvan muoto tilanteissa, joissa henkilön tai perheen tulot ja varat eivät riitä välttämättömiin jokapäiväisiin menoihin. Tuen maksaminen perustuu toimeentulotuesta annettuun lakiin (1997/1412). Toimeentulotuen myöntäminen on laissa määrätty kuntien tehtäväksi.

Vuoden 2008 alusta lähtien kunnan sosiaalitoimistosta toimeentulotukea hakevan henkilön on saatava tukea koskeva päätös seitsemän arkipäivän sisällä hakemuksen jättämisestä. Kiireellisessä tapauksessa päätös on tehtävä samana tai viimeistään seuraavana arkipäivänä. Toimeentulotukea hakevan on myös päästävä keskustelemaan henkilökohtaisesti kunnan sosiaalityöntekijän tai sosiaaliohjaajan kanssa, viimeistään seitsemän arkipäivän päästä siitä, kun asiakas on sitä pyytänyt.

Toimeentulotuki muodostuu perustoimeentulotuesta ja täydentävästä toimeentulotuesta. Lisäksi joissain tapauksissa voidaan myöntää ehkäisevää toimeentulotukea. Toimeentulotuki myönnetään hakemuksesta ja se määrätään lain mukaan yleensä kuukaudeksi kerrallaan. Lisää tietoa saa oman kunnan sosiaalivirastosta.

## 6. Kelan etuudet

Tässä kappaleessa kerrotaan Kelan eli Kansaneläkelaitoksien etuuksista. Luettelo ei ole kattava ja siitä puuttuvat esimerkiksi ne etuudet, joita Kelalla on työttömiä työnhakijoita tai opiskelijoita varten. Tietoa kaikista etuuksista sekä ajantasaisista etuuksien euromääristä saa Kelan toimistoista sekä osoitteesta [www.kela.fi](http://www.kela.fi). Toimistojen yhteystiedot löytyvät tästä oppaasta.

### 6.1 Asumiseen tukea

Pienituloiset voivat hakea asumismenoihin asumistukea Kelasta. Kela hoitaa seuraavia asumisen tukia:

- yleinen asumistuki
- eläkkeensaajien asumistuki
- opintotuen asumislisä
- sotilasavustuksen asumisavustus

Kelan toimistoissa neuvotaan hakijaa henkilökohtaisesti ja niistä saa hakemuslomakkeita. Hakemuksen voi jättää tai lähettää mihin tahansa Kelan toimistoon.

### 6.2 Lääkekulujen korvaus

Kelasta voi hakea korvausta lääkkeistä, joita lääkäri on määrännyt hakijan sairauden hoitoon. Kelan korvauksen saa yleensä jo apteekissa esittämällä Kela- (sairausvakuutus) kortin. Lääkeostoista maksetaan korvauksia kolmessa eri korvausryhmässä: peruskorvaus, alempi erityiskorvaus ja ylempi erityiskorvaus. Jos korvattuja lääkekuluja kertyy kalenterivuoden aikana runsaasti ja vuosittain määrättävä omavastuuosuus ylittyy, asiakkaalla on oikeus lisäkorvaukseen.

Lääkärin määräämä lääkevalmiste voidaan apteekissa vaihtaa halvempaan vastaavaan lääkevalmisteeseen, jollei lääkäri tai asiakas sitä kiellä.

### 6.3 Kela kuntouttaa

Vastuu kuntoutuksen järjestämisestä on jakautunut monelle eri taholle. Työnjakoa on pyritty selkiyttämään lainsäädännöllä ja vastuutahojen välisin sopimuksin. Kelan lisäksi kuntoutusta järjestävät mm.

- julkinen sosiaali- ja terveydenhuolto
- työhallinto
- opetushallinto sekä
- työeläke- tai muu vakuutuslaitos.

Kela järjestää ja kustantaa niin lakisääteistä kuin harkinnanvaraistakin kuntoutusta. Kelan järjestämää kuntoutusta ovat vajaakuntoisten ammatillinen kuntoutus, vaikeavammaisten lääkinällinen kuntoutus sekä harkinnanvarainen kuntoutus. Kuntoutukseen voidaan katsoa kuuluvan myös apuvälineet, jotka helpottavat opiskelua tai työtä. Kela maksaa kuntoutusajan toimeentuloturvana kuntoutusrahaa.

## 6.4 Eläkettä saavan hoitotuki

Hoitotuen avulla tuetaan sairaan tai vammaisen eläkkeensaajan kotona asumista ja siellä tapahtuvaa hoitoa sekä toimintakyvyn ylläpitämistä. Hoitotukea maksetaan myös korvaamaan sairaudesta tai vammaisuudesta aiheutuvia erityiskustannuksia. Hoitotukeen eivät vaikuta eläkkeensaajan ja hänen perheensä tulot eikä omaisuus. Hoitotuki on verotonta tuloa.

Hoitotuki voidaan myöntää, kun eläkkeensaajan toimintakyky on heikentynyt sairauden tai vammaisuuden vuoksi yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan ja hänelle aiheutuu tämän vuoksi avun, ohjauksen tai valvonnan tarvetta taikka erityiskustannuksia. Toiminta- kyvyn heikentyminen tarkoittaa, että hakijan kyky huolehtia itsestään ja toiminnoistaan on sairauden tai vamman johdosta vaikeutunut. Psykkisesti sairastuneen kohdalla toimintakyvyn heikkeneminen tai valvonnan tarve voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että sairastunut tarvitsee toistuvasti/jatkuvasti apua vaikkapa lääkehoidossa. Hän tarvitsee esimerkiksi muistuttamista lääkkeiden ottamisessa tai apua lääkkeiden jaossa. Toimintakyvyn heikkeneminen voi tarkoittaa myös sitä, että sairastunut tarvitsee tukea ruokailusta, puhtaudesta tai laskujen maksusta huolehtimisessa.

## 6.5 Vammaisetuudet

Kelan maksamien vammaisetuuksien tarkoituksena on tukea vammaisen tai pitkäaikaisesti sairaan henkilön selviytymistä jokapäiväisestä elämästä. Etuuksien tavoitteena on lisäksi tukea osallistumista työhön tai opiskeluun sekä toimintakyvyn ylläpitämistä, kotona asumista, kuntoutusta ja hoitoa.

Kelan maksamiin vammaisetuuksiin kuuluu:

- alle 16 vuotiaan vammaistuki
- 16 vuotta täyttäneen vammaistuki
- eläkettä saavan hoitotuki

- tulkkauspalvelut, kuntoutus, apuvälineet

## 6.6 Eläke-etuudet

Suomessa on kaksi toisiaan täydentävää lakisääteistä eläkejärjestelmää, kansaneläke- ja työeläkejärjestelmät. Kansaneläke turvaa vähimmäistoimeentulon, jos et saa lainkaan työeläkettä tai se jää pieneksi. Kansaneläkkeen myöntää ja maksaa Kela. Kelan eläkkeitä voit hakea, jos muut eläkkeesi ja korvauksesi eivät ylitä kansaneläkkeen tai takuueläkkeen tulorajaa tai sinulle ei ole kertynyt työeläkettä ollenkaan.

## 7. Palvelut kotiin asti

Kunnan järjestämiä kotiin asti tuotavia palveluita ovat kotipalvelu ja kotisairaanhoido. Ne toimivat yleensä tiiviissä yhteistyössä ja joissain kunnissa nämä toiminnot on yhdistetty kotihoidoksi. Kotipalvelusta ja kotisairaanhoidosta peritään asiakasmaksu. Sekä omainen että sairastunut läheinen voivat hakea kotiin saatavia palveluita.

### 7.1 Kotipalvelu

Kotipalvelua voidaan antaa niille henkilöille, jotka tarvitsevat apua kotona suoriutuakseen tavanomaisista tehtävistä ja toiminnoista. Kotipalvelu auttaa, jos asiakas tarvitsee sairauden tai alentuneen toimintakyvyn vuoksi apua kotiin selviytyäkseen arkipäivän toimistaan. Kotipalvelun työntekijät ovat koulutettuja sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöitä: lähihoitajia, kodinhoitajia, kotiavustajia.

Kotipalvelua voivat olla tai siihen voi liittyä erilaisia tukipalveluja. Tukipalveluja ovat mm. ateria-, kylvytys- ja kuljetuspalvelut. Kotipalvelusta ja asiakasmaksuista saa lisätietoa oman kunnan sosiaali- tai kotipalvelutoimistosta.

### 7.2 Kotisairaanhoido

Kotisairaanhoidon järjestämisestä vastaavat terveyskeskukset, joissa on kotiin annettavia terveydenhuollon palveluja varten erikseen henkilökuntaa. Työntekijät ovat koulutukseltaan terveyden- ja sairaanhoitajia, perus- tai lähihoitajia. Kotisairaanhoido voi kuulua esimerkiksi hoitotoimenpiteitä, kuten lääkkeiden jakoa sekä näyttöiden ja kokeiden ottamista.

Jossain kunnissa on mahdollisuus ns. intervallihoitoon. Tämä tarkoittaa sitä, että omaisena sinulla on mahdollisuus levähdysaikaan sillä aikaa, kun läheisesi on hoidettavana esim. terveyskeskuksessa,

palvelukodissa tai psykiatrisella osastolla. Lisätietoja kotisairaanhoidosta ja intervallimahdollisuudesta saa oman kunnan terveyskeskuksesta tai sosiaalitoimistosta.

### 7.3 Muita kotiin asti saatavia palveluja

Joissain kunnissa on mahdollisuus saada kotona selviytymisen tueksi kuntoutusohjaajan palveluita. Kuntoutusohjauksen tavoitteena on tukea henkilön arjessa selviytymistä ja mahdollisimman itsenäistä elämää. Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueella on käynnissä psyykkisesti sairastuneiden nuorten aikuisten kuntoutusohjausprojekti. Lisäksi Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys järjestää joissain kunnissa kuntoutusohjausta.

Osassa kunnista on saatavissa esimerkiksi tukihenkilöpalveluita. Tukihenkilö auttaa, jos sinua tai läheistäsi on kohdannut kriisi, sairaus, muu vaikea elämäntilanne tai tunnet itsesi yksinäiseksi. Toiminta on tarkoitettu sekä perheille että perheettömille, aikuisille, ikäihmisille, nuorille ja lapsille. Alueellamme tukihenkilötoimintaa järjestävät mm. seura- kunnat, Suomen punainen risti (SPR) ja Tukihenkilöväilytys.

#### Tukihenkilö

- Kuuntelee, keskustelee, kulkee rinnalla
- Toimii harrastuskaverina tai liikuntaystäväenä
- On koulutettu vapaaehtoistoimija
- On vaitiolovelvollinen
- Toimii tuettavan ehdoilla
- Tehtäviin eivät kuulu kodinhoitotyöt

Halutessasi voit tiedustella toimiiko Tukihenkilöväilytys paikkakunnallasi:

Yhteisöjen yhdistys ry / Järjestotalo  
Kauppakatu 1, 2.krs.  
60100 SEINÄJOKI  
Gsm 0400-545 760  
[anne.sironen@jarjestotaloseinajoki.net](mailto:anne.sironen@jarjestotaloseinajoki.net)  
[www.jarjestotaloseinajoki.net](http://www.jarjestotaloseinajoki.net)

**Etelä-Pohjanmaalla toimivien Lakeuden omaishoitajat ry:n ja Järviseudun omaishoitajat- ja läheiset ry** toiminta on suunnattu henkilöille, jotka pitävät huolta sairaasta, vammaisesta tai ikääntyvästä perheenjäsenestään tai muusta läheisestään. Yhdistykset toimivat paikallisyhdistyksinä valtakunnallisen Omaishoitajat ja läheiset -liiton alla. **Omaishoitajat ja läheiset -liitto ry** on valtakunnallinen omaishoitajien ja heidän hoidettaviensa tuki- ja vaikuttamisjärjestö. Omaishoitajat ja läheiset -liitto ry, puh. 020 7806 500 tai [www.omaishoitajat.fi](http://www.omaishoitajat.fi)

## 8. Asumispalvelut

Asumispalveluiksi kutsutaan esim. kuntoutus- ja palvelukoteja sekä erilaisia tuettuja asumisen muotoja. Kodeissa voi työskennellä yksi tai useampi ohjaaja, jotka auttavat ja tukevat kuntoutujia arjen askareissa. Kuntoutus- ja palvelukoteja on erilaisia riippuen asukkaiden tuen tarpeesta: osassa henkilökunta on paikalla arkisin 8-16, toisissa myös iltaisin ja viikonloppuisin sekä yöaikaan. Asuminen kodeissa voi olla tarpeen ja kuntoutussuunnitelman mukaan joko pitkäaikaista tai lyhytaikaisempaa.



Tuettu asuminen tarkoittaa yleensä sitä, että kuntoutuja asuu omassa asunnossa, jossa työntekijä käy kotikäynneillä sovitusti. Lisäksi kuntoutuja voi käydä esim. psykiatrisen poliklinikan vastaanotoilla tai päivätoiminnassa.

Asumispalveluita järjestävät sekä kunnat, järjestöt että yksityiset yritykset. Palvelut ovat maksullisia, ja maksujen suuruus voi riippua esim. kuntoutujan tuloista, tarvittavan tuen määrästä sekä kodin henkilökuntamäärästä. Alueellamme asumispalveluita tarjoavat mm. Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistys ry, Mikeva Oy, Komia Kranni Oy ja ASPA.

Lisätietoja asumispalveluista saa kotikunnan sosiaalitoimesta ja hoitavilta tahoilta.

## 9. Seurakunta ja järjestöt

Monet seurakunnat järjestävät erilaista virkistystoimintaa, johon voi osallistua ja joita suunnataan myös mielenterveysasiakkaille mm. vertais- ja harrasteryhmiä, retkiä ja leirejä. Diakoniatyön puitteissa tehdään kotikäyntejä ja tarjotaan keskusteluapua. Seinäjoen alue seurakunnan alaisuudessa toimii myös Etelä-Pohjanmaan perheasiainneuvottelukeskus, ruokapankki ja Ystävän tupa. Ruokapankki välittää maksutonta ruoka-avustusta tilapäisesti vaikeassa elämäntilanteessa oleville kotitalouksille. Lisätieto: puh. (06) 418 4284 ja 050 385 0444 (projektityöntekijä) tai [www.kirkkopalvelut.fi](http://www.kirkkopalvelut.fi) Ystävän tupa (Matti Visannin kuja 15, Seinäjoki) toimii arkisin kohtaamispaikkana kaikenikäisille. Soita, jos tarvitset kotiisi omaa ystävää, lähimmäistä, juttukaveria, ulkoiluttajaa, kauppa- tai saattoapua eri tilanteissa, puh (06) 418 4282 tai 050 370 9945 (diakoniatyöntekijä). Apu on maksutonta. [www.verkkokirkko.fi](http://www.verkkokirkko.fi) löydät aineksia mielen virvoittamiseen. Srk-keskuksessa kerran viikossa 3 euron hintainen keskiviikkoateria klo 11.00. Ruokailu on tarkoitettu pienellä toimeentulolla eläville henkilöille.

Palveleva puhelin tarjoaa keskusteluapua nimettömänä ja luottamuksellisesti. puh. 01019 0071 su-to klo 18-01, pe-la klo 18-03. Voit ottaa yhteyttä myös internetin kautta [www.palvelevanetti.fi](http://www.palvelevanetti.fi). Seuraa paikallisten lehtien tapahtumakalenteria ja ilmoittelua tai kysy lisätietoja tapahtumista ja toiminnasta oman seurakuntasi työntekijöiltä: **Seinäjoen luterilainen seurakunta**, puh. (06) 418 4111 vaihde, [seinajoki.seurakunta@evl.fi](mailto:seinajoki.seurakunta@evl.fi)

Seinäjoen helluntaiseurakunta, puh. 010 292 7000, [seinajoki@helluntaiseurakunta.fi](mailto:seinajoki@helluntaiseurakunta.fi)

Seinäjoen vapaaseurakunta, puh. (06) 423 3068, [seinajoki@svk.fi](mailto:seinajoki@svk.fi)

Etelä-Pohjanmaan muiden kuntien evl. seurakuntien yhteystiedot löydät [www.evl.fi](http://www.evl.fi)

Seinäjoella on **Järjestöotalo**, jossa toimii monia sosiaali- ja terveysalan järjestöjä. Järjestötalosta saa lisätietoa osoitteesta: [www.jarjestotaloseinajoki.net](http://www.jarjestotaloseinajoki.net) tai puhelinnumerosta: 040 7491 277.

Alueellamme toimivia mielenterveystyön järjestöjä ovat mm. Lakeuden mielenterveysseura, Suupohjan mielenterveysseura, Teuvan mielenterveysseura, Mielenterveyden keskusliiton paikallisyhdistykset, Mieli maasta ry. ja Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry.

## 10. Muita palveluita

### 10.1 Päihdepalvelut

Seinäjoen kaupungin päihdepalvelut antavat avopalveluita päihde- ja peliongelmaisille tai muista toiminnallisista riippuvuuksista kärsiville sekä heidän omaisilleen. Seinäjoen päihdeklinikan palvelut ovat tarkoitettu seinäjokelaisille asiakkaille. Seinäjoella toimii myös Nuorisoasema Steissi, joka tarjoaa palveluja seinäjokisille alle 18-vuotiaille nuorille ja heidän vanhemmilleen, joita huolestuttaa nuoren alkoholin, lääkkeiden ja huumeiden käyttö. Lisäksi päihdepalveluita tarjotaan kaikilla muillakin Etelä-Pohjanmaan kuntayhtymäalueilla (JIK, Järvi-Pohjanmaa, Kaksineuvoinen, Lapua, Suupohja ja Kuusiokunnat). Ajanvaraukset puhelimitse (ks. puhelinnumerot yhteystiedoista).

Omien palveluiden lisäksi ostopalveluina ostetaan mm. päivätoimintaa, laitospäästämistä sekä asumispalveluita. Hoitoa ja palveluohjausta on mahdollista saada nuorisoasema Steissillä, päihdeklinalalla ja terveysneuvontapisteellä.

Erytispalvelut Osviitta on Kuusiokuntien terveyskuntayhtymän moniammatillinen työryhmä, jonka päihdetyö tarjoaa hoitoa ja tukea päihde- ja riippuvuusasioissa. Siellä tuetaan asiakasta ja hänen perhettään, tehdään kotikäyntejä ja annetaan avokatkaisuhoitoa.

Ajanvaraus on puhelimitse (ks. puhelinnumero yhteystiedoista.)

### 10.2 Kriisikeskus Mobile

Kriisikeskus Mobile sijaitsee Seinäjoella. Kriisikeskuksen palvelut ovat luottamuksellisia ja asiakkaalle maksuttomia. Yhteyttä voi ottaa myös nimettömänä. Puhelin: (06) 416 2860 ja (06) 416 2861 Kriisikeskus on auki joka päivä klo 10–18. Kriisipuhelin päivystää klo 18-21.



## 10.3 Adoptiojärjestöt

Adoptiojärjestöjen yhteystietoja löytyy seuraavilta www-sivuilta:

[www.yhteisetlapsemme.fi](http://www.yhteisetlapsemme.fi)

[www.interpedia.fi](http://www.interpedia.fi)

[www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi)

Adoptiokuraattorin (joka palvelee koko Suomen adoptioperheitä) yhteystiedot ovat:

[http://www.yhteisetlapsemme.fi/kv\\_adoptio\\_kuraattori.html](http://www.yhteisetlapsemme.fi/kv_adoptio_kuraattori.html)

## 10.4 Monikulttuuriset perheet

Informaatiopiste maahanmuuttajille Seinäjoella:

[www.seinajoki.fi/sosiaalijaterveys/maahanmuuttajapalvelut.html](http://www.seinajoki.fi/sosiaalijaterveys/maahanmuuttajapalvelut.html)

# 11. Lapset ja nuoret

Lastensuojelulain (2007/417) tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun.

## 11.1 Lapsi tai nuori omaisena

Lastensuojelulain 10 §:ssä todetaan, että kun aikuiselle annetaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja ja erityisesti päihdehuolto- ja mielenterveyspalveluja, on selvitettävä ja turvattava myös hänen hoidossaan ja kasvatuksessaan olevan lapsen hoidon ja tuen tarve. On tärkeää, että hoito- tai muussa kontaktissa oleva ammattilainen kartoittaa psyykkisesti sairastavan vanhemman ja puolison ajatukset heidän lastensa tilanteesta. Huolimatta psyykkisestä sairastamisestaan vanhempi voi tehdä paljon lapsensa hyvinvoinnin varmistamiseksi tuossa tilanteessa.

Terveys- ja hyvinvoinninlaitoksessa (THL) kehitetyt Toimiva lapsi & perhe (TLP) – menetelmät paneutuvat erityisesti lasta suojaavien tekijöiden miettimiseen yhdessä vanhempien kanssa. Suojaavia tekijöitä lapselle ovat mm. riittävä tietämys vanhemman sairaudesta, toimiva ja tukeva ystäväpiiri, harrastustoiminta, perheen ulkopuolinen tukeva aikuinen. Tutkimusten mukaan riittävä tieto vanhemman sairaudesta poistaa liiallista syyllisyyden- ja velvollisuudentunnetta sairastavaa vanhempaa kohtaan. Yleinen ajatus lapsella on usein sellainen, että hän ei voi esimerkiksi iloita omista onnistumisistaan silloin, kun oma vanhempi sairastaa. Usein lapset kokevat turhaan omalla toiminnallaan aiheuttavansa vanhemman huonovointisuutta vaikka se ei olisikaan totta.

Toimiva lapsi & perhe – menetelmiin kuuluvat myös lasten ja aikuisten ”Vertti” – vertaisryhmätyöskentely, joka muun työskentelyn ohella antaa mahdollisuuden kokemukseen siitä, että on runsaasti muita samankaltaisessa tilanteessa eläviä lapsia ja vanhempia.

Vanhemman kanssa työskentelevän ammattilaisen tulee ohjata perhe tarvittavien lisätutkimusten/tuen äärelle, koska vanhemman omat voimavarat voivat olla lopussa. Tuen äärelle ohjaaminen voi tarkoittaa myös taloudellisia tai muita tukitoimia kuten väliaikainen kodinhoitoapu, tukiperheen tai tukihenkilön järjestäminen lastensuojelun tukitoimena. Useinkaan tulorajat sinällään eivät anna mahdollisuutta toimeentulotukeen, mutta tällöin lastensuojelullisena tukitoimena esim. lapsiin suoraan tai välillisesti vaikuttavia tukitoimia voidaan kulloisenkin kunnan sosiaalitoimen ratkaisuin tukea.

Lapsista käytävän keskustelun yhteydessä vanhemmalle tulisi antaa luettavaksi opaskirjanen: Miten autan lastani (Opaskirja vanhemmille, joilla on mielenterveyden ongelmia) (Solantaus T, Ringbom A, Helsinki, Edita Prima 2005a). Mikäli perheessä on vanhempia lapsia tai nuoria voi vanhempi heidän kanssaan yhdessä tutustua kirjaseen: Mikä meidän vanhempia vaivaa? (Käsikirja lapsille ja nuorille, joiden äidillä tai isällä on mielenterveyden ongelmia) (Solantaus T, Ringbom A; Helsinki, Edita Prima 2005b).

Opaskirjasia saa itsekin tilata toimituskulujen hinnalla osoitteesta: FinFami Uusimaa ry. - Omaiset mielenterveystyön tukena, Kumpulantie 5, 00520 HELSINKI. Puh. 09 686 0260.

## 11.2 Jos lapsella tai nuorella on ongelmia

Lapsuuteen ja nuoruuteen kuuluu luonnollisena osana erilaisten ns. kehityskriisien läpikäyminen. Kehityskriisit näyttäytyvät esim. uhmaikänä ja murrosikäinä. Jos lapsen tai nuoren kehityksessä tai hyvinvoinnissa jokin asia huolettaa vanhempia tai lasta/nuorta itseään, on hyvä puhua asiasta ammattihenkilön kanssa. Tällaisia tilanteita voivat olla esim. koulun käyntiin liittyvät ongelmat, keskittymis- ja univaikeudet, yksinäisyys ja eristäytyminen tai päihteiden käyttö.



Jos vanhemmalla herää huoli lapsestaan, hän voi apua hakea perheneuvolasta, jonne soittamalla voi saada ohjausta tai ajan lapsen ja vanhempien yhteiselle tapaamiselle. Valtaosalla kunnista on oma tai muutaman kunnan yhteinen perheneuvola, jonka toimin- nasta saa tietoa sosiaalitoimistosta tai terveyskeskuksesta.

Usein lähin paikka hakea apua ja neuvoja on joko neuvola, kouluterveydenhoitaja tai opiskelupaikan opiskelijaterveydenhuolto. Seinäjoella palvelee myös Nuorisoesema Steissi, jonne voivat ottaa yhteyttä 13–25 -vuotiaat nuoret. Myös nuorten vanhemmat saavat tukea ja neuvontaa. Steissin palvelut ovat asiakkaille maksuttomia eikä sinne tarvita lähetettä. Siellä voi asioida myös nimettömänä. Puhelinnumero on: (06) 4166 310 tai (06) 4166 311.

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirissä lasten- ja nuorisopsykiatrian poliklinikat ja osastot tarjoavat erikoissairaanhoidoa. Näihin yksiköihin tarvitaan lääkärin lähete.

Kun alaikäinen lapsi tai nuori on hoidettavana tai sosiaalihuollon asiakkaana, on hänen oma mielipiteensä selvitettävä. Jos lapsi/nuori pystyy ikänsä ja kehitystasonsa perusteella päättämään hoidostaan, häntä on hoidettava yhteisymmärryksessä hänen kanssaan. Jos alaikäinen ei kykene päättämään hoidostaan, häntä on hoidettava yhteisymmärryksessä hänen huoltajansa tai muun laillisen edustajansa kanssa. Lain mukaan myös alaikäisellä on oikeus kieltää terveydentilaansa ja hoitoansa koskevien tietojen antaminen huoltajalleen tai muulle lailliselle edustajalleen, jos hän ikänsä tai kehitystasonsa perusteella pystyy päättämään hoidostaan.

## 12. Jos läheinen katoaa

Pääsääntöisesti kadonneiden henkilöiden etsinnästä vastaa poliisi. Kadonneen henkilön etsintä käynnistetään, jos kadonneen epäillään joutuneen hengenvaaraan, onnettomuuteen tai rikoksen uhriksi. Etsinnät käynnistetään nopeasti, jos kadonnut on lapsi, vanhus tai sillä tavoin sairas ihminen, ettei hän kykene huolehtimaan itsestään. Etsintöjen käynnistämiseen vaikuttaa myös säätila. Lisätietoja kadonneen henkilön etsinnästä saa paikallispoliisilta.

Jos läheinen katoaa ulkomailla, kadonneen etsinnässä voivat auttaa Suomen ulkomaan- edustustot ja konsulaatit. Ulkoasiainministeriön konsuliasioden yksikkö Helsingissä hoitaa avustustapauksiin liittyvät toimet kotimaassa. Ulkoministeriön puhelinkeskus: +358-9-160 05 tai 57815. Päivystys (24 tuntia): +358-9-1605 5555



### Katoamisilmoituksen tekeminen

Ennen kuin teet katoamisilmoituksen, varmista, ettei kadonnut henkilö ole mennyt sukulaisten tai ystävien luo, kesämökille tai muuhun vastaavaan paikkaan. Jos henkilö on kadonnut aiemminkin, tarkista paikka, josta hän aiemmin löytyi. Tarkista myös asuinympäristö ja soita lähialueen sairaaloihin ja terveyskeskuksiin. Ne saattavat kuitenkin vaitiolovelvollisuuteensa vedoten kieltäytyä antamasta minkäänlaisia tietoja.

- Tee katoamisilmoitus henkilökohtaisesti poliisiasemalla. Ota mukaan tuore valokuva kadonneesta. Poliisi haluaa tietää kadonneen henkilötiedot, hänen tuntomerkkinsä ja mahdollisen kulkuvälineensä. Etsintä helpottuu, jos poliisi saa tietoa myös kadonneen taustasta, mielentilasta, suunnitelmista, rahavaroista ja muista varusteista.
- Poliisille on selvitettävä, millaisella alueella ja kuinka laajalti etsintöjä on jo tehty. Vältä jälkien sotkemista sillä alueella, jolla kadonnut viimeksi nähtiin
- Jos kadonnut löytyy tai tulee itse kotiin, on poliisille ilmoitettava siitä heti

Tunnistamista helpottavat tuntomerkit:

- Henkilötiedot: nimi, henkilötunnus, osoite ja puhelinnumero.
- Tuntomerkit: ikä, pituus, paino, ruumiinrakenne, hiusten väri, pituus, muoto ja mahdollinen kaljuuntuminen, silmien väri, silmälasit, sekä erityistunto- merkit (proteesit, kuulolaitteet, raajan puuttuminen tai muu invaliditeetti, tatuoinnit, ontuminen tai muu liikkumisen erityispiirre).
- Vaatetus: vaatteiden malli, merkki, väri, repeytymät, paikkaukset, jalkineet sekä mahdolliset reput, kassit tai salkut.
- Mahdollinen kulkuväline: polkupyörän merkki, väri ja malli; mopon tai moottoripyörän merkki, väri, malli ja rekisteritunnus; auton merkki, väri, malli, rekisteritunnus sekä vuosimalli, tyyppi ja erityistuntomerkit; veneen malli, rekisteritunnus ja mahdolliset erityistuntomerkit.

([www.poliisi.fi](http://www.poliisi.fi))

## 13. Mielen terveyden häiriö ja riippuvuusongelmat

Pienet alkoholimäärät voivat rentouttaa, vähentää jännitystä ja kohottaa mielialaa. Joskus henkilöt, joilla on mielen terveyden ongelmia, voivat "lääkitä" niitä alkoholilla tai muilla päihteillä. Vaikka alkoholi voi lyhyellä tähtämellä helpottaa esim. unettomuutta, runsas käyttö pahentaa ajan mittaan oireita. Runsa juominen voi myös pahentaa ahdistusta tai masennusta.

Alkoholista tai muista päihteistä voi tulla riippuvaiseksi, jolloin päihteiden käytön voidaan kuvata hallitsevan elämää sen sijaan, että henkilö hallitsisi päihteiden käyttöä. Päihteet ja lääkkeet, mukaan

lukien psyykelääkkeet ovat erittäin huono yhdistelmä. Vaikutukset saattavat olla yllättäviä ja aiheuttaa muistikatkoksia, tokkuraisuutta ja aggressiivisuutta. Päihteiden suurkuluttajille ovat ominaiset tapaturmat, infektiot, epämääräiset vatsaoireet sekä unettomuus, ahdistuneisuus ja masentuneisuus. (Heiskanen ym. 2005.)

Jos henkilöllä on yhtäaikainen psykiatrinen häiriö ja päihdeongelma, puhutaan ns. kaksoisdiagnoosista. Potilaalla on päihdeongelman lisäksi päihteiden välittömistä vaikutuksista riippumaton psykiatrinen häiriö. Kaksoisdiagnoosit ovat yleisiä. Noin 30 %:lla psykiatrisia häiriöitä potevista on jossakin vaiheessa myös päihdeongelma. Luku vaihtelee kuitenkin huomattavasti eri psykiatrisissa häiriöissä. Kaksoisdiagnoosipotilaan hoidossa kiinnitetään huomiota sekä päihdeongelman että psykiatrisen häiriön hoitoon. (<http://www.paihdelinkki.fi>, linkistä löytyy myös lisätietoa päihteistä ja riippuvuuksista).

Lisätietoja ja apua saa esim. kotikunnan terveyskeskuksesta, sosiaalitoimesta tai A- klinikalta.

## Lähteet

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri [www.epshp.fi](http://www.epshp.fi)

FinFami ry - Mielenterveysomaisten keskusliitto, Helsinki. [www.finfami.fi](http://www.finfami.fi)

Heiskanen, T., Salonen, K., Kitchener, B. & Jorm, A. (2005) Käsikirja mielen terveydestä ja ensiavusta. Suomen Mielenterveysseura, Helsinki.

Kela. [www.kela.fi](http://www.kela.fi)

Kuntien ja terveyskeskusten www-sivut

Lainsäädäntö [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi):

Laki holhoustoimesta (1999/442)

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista (1992/785)

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (2000/812)

Laki toimeentulotuesta (1997/1412)

Lastensuojelulaki (2007/417) Mielenterveyslaki (1990/1116)

Maistraatti. [www.maistraatti.fi](http://www.maistraatti.fi)

Nyman, M. & Stengård, E. (2001) Mielenterveyspotilaiden omaisten hyvinvointi.

Nyman, M. & Stengård, E. (2005) Hiljaiset vastuunkantajat. Omaisten hyvinvointi 2001-2004.

FinFami ry – Mielenterveysomaisten keskusliitto, Helsinki.

Oikeusministeriö. [www.oikeusministerio.fi](http://www.oikeusministerio.fi)

Poliisi [www.poliisi.fi](http://www.poliisi.fi)

Päihdelinkki. [www.paihdelinkki.fi](http://www.paihdelinkki.fi)

Solantaus T. (2006) Lapset puheeksi kun vanhemmalla on mielenterveyden ongelmia. Manuaali ja lokikirja. Stakes, Helsinki.

Suomen evankelis-luterilainen kirkko [www.evl.fi](http://www.evl.fi)

Suomi.fi -portaali [www.suomi.fi](http://www.suomi.fi)

## Yhteystiedot

### Asumispalvelusäätiö ASPA / Seinäjoen toimintayksikkö

Sahalankatu 4 A 1

60100 SEINÄJOKI

Puh: 040 580 0418

fax (06) 4217915

[seinajoki@aspa.fi](mailto:seinajoki@aspa.fi)

### Etelä-Pohjanmaan kuntien päihdepalvelut

#### SEINÄJOKI

Seinäjoen päihdekliniikka

Ravitie 8 B, 2. krs., 60120 SEINÄJOKI

Päivystysvastaanotto ma-pe klo 7.30-12.00, viikonloput/arkipyhät klo 8.30-12.00

Päivystävä hoitaja puh. 044 754 1638

Avokatkaisuhoitoon hakeutuva: päivystys ma-pe klo 7.30-9.30, viikonloput/arkipyhät klo 8.30-10.00

Nuorisoasema Steissi

Keskuskatu 32 K, 3. krs., 60100 SEINÄJOKI

puh. (06) 416 6310, (06) 416 6311

#### JIK-PERUSPALVELULIIKELAITOSKUNTAYHTYMÄ (Ilmajoki, Kurikka)

Päihdetyön sairaanhoitaja: puhelinaika ma-pe klo 12.00-13.00, puh. 044 7902 387

Päihdetyöntekijä: puhelinaika ma-pe klo 12.00-13.00, puh. 044 7902 388

Käyntiosoitteet: työntekijöiden vastaanotot kuntien terveystieteissä ja -asemalla (ks. osoitteet alempana yhteystiedoissa).

#### JÄRVI-POHJANMAA (Alajärvi, Vimpeli)

Lääkärintie 1, 62900 ALAJÄRVI

Päihdetyöntekijä puh. 040 7592 256

KUNTAYHTYMÄ KAKSINEUVOINEN (Kauhava, Lappajärvi, Evijärvi)

Poliklinikan päihdepalvelut

Kauhavan terveysasema, Kauppatie 127 A, 62200 KAUHAVA

Psykiatrisen sairaanhoitaja, puh. (06) 2412 450

Sosiaalityön päihdepalvelut

Kauhavan perusturvatoimisto, Kauppatie 107 B, 62200 KAUHAVA

Aikuissosiaalityön johtava sosiaalityöntekijä, puh. (06) 2412 4286, 040 8329 130

Sosiaaliohjaaja, puh. (06) 2412 4279, 050 5055 279

LAPUA

Terveyskeskuksen päivystys/kiirevastaanotto

Sairaالاتie 3, 62100 LAPUA

ma-pe klo 8.00-20.00, la-su 10.00-18.00

puh. (06) 4384 844

Lapuan kaupunki

Perusturvakeskus, Liuhtarintie 2, 62100 LAPUA

Päihdetyön sosiaalityöntekijä, puh. (06) 4384 105, puhelinaika klo 12.00-13.00

SUUPOHJAN PERUSPALVELULIIKELAITOSKUNTAYHTYMÄ (Kauhajoki, Teuva, Isojoki, Karijoki)

Kauhajoki

Hallintoaukio, PL 100, 61801 KAUHAJOKI

Päihdehuollon ohjaaja, puh. 040 736 0280

Teuva, Isojoki ja Karijoki

Otto Syreenin talo, Porvarintie 26 A, 64700 TEUVA

Päihdehuollon ohjaaja, puh. 040 631 4713

KUUSIOLINNA TERVEYS (Alavus, Kuortane, Soini ja Ähtäri)

Alavuden A-klinikka

Postiosoite: Salmentie 10 B, 63300 ALAVUS

Osaston sihteeri, puh. (06) 415 7654

Käyntiosoite: Fasadi, Taitotie 1, 63300 ALAVUS

Sosiaaliterapeutti

puh. 0400 614 690

Sosiaaliohjaaja, päihdetyöntekijä

puh. 040 5456 831

Ähtäriin A-klinikka

Sairaالاتie 4, 63700 ÄHTÄRI

Sosiaaliohjaaja

puh. 040 7400 197

### **Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri**

Huhtalantie 53, 60220 Seinäjoki

puh.(06) 415 4111

[www.epshp.fi](http://www.epshp.fi)

Seinäjoen keskussairaala

Hanneksenrinne 7, 60220 Seinäjoki

puh.(06) 415 4111

Päivystyspoliklinikka (06) 415 4555

Ähtärin sairaala

Sairaalantie 4 E, 63700 Ähtäri

puh. 06 415 7111

### **Psykiatrian toiminta-alue**

Aikuispsykiatria/ Avohoitopalvelut

ETELÄISEN MIELENTERVEYSKESKUKSEN VASTUUALUE

Ilmajoen psykiatrinen poliklinikka Könnintie 34 B, 60800

ILMAJOKI

puh.(06) 4243 900 (poliklinikka)

06 4248 340 (psyk. päivätoiminta)

Kurikan psykiatrinen poliklinikka

Keskuspuistikko 15, 61300 KURIKKA

Puh.(06) 4510 700

Kauhajoen psykiatrinen poliklinikka

Teknologiapuisto 1, 61800 KAUHAJOKI

puh. 06 247 1100

Teuvan psykiatrinen poliklinikka

Porvarintie 20 A 10, 64700 TEUVA

puh.(06) 267 3130

Ryhmätoiminta: Hakalantie 17, 64700 Teuva

Eteläisen alueen ensiapupsykiatrinen poliklinikka



Osoite: Teknologiapuisto 1, 61800 KAUAJOKI  
puh. 044 415 3018 / 044 415 3019

HÄRMÄNMAAN MIELENTERVEYSKESKUKSEN VASTUUALUE  
Itä-Pohjoisen alueen ensiapopsykiatrisen poliklinikka

Lapuan psykiatrisen poliklinikka

Sairaalantie 9, 62100 LAPUA  
puh. (06) 4373 951

Kauhavan psykiatrisen poliklinikka

Kehätie 6, 62200 KAUAHA  
puh. (06) 4347 911

JÄRVISEUDUN MIELENTERVEYSKESKUKSEN VASTUUALUE

Itä-Pohjoisen alueen ensiapopsykiatrisen poliklinikka

Alajärven psykiatrisen poliklinikka

Hoiskontie 3, 2. krs., 62900 ALAJÄRVI  
puh. (06) 557 8200

Lappajärven psykiatrisen poliklinikka

Vanhalantie 2, 62600 LAPPAJÄRVI  
puh. (06) 241 25205, 040 415 2950 tai 040 415 3021

ITÄISEN MIELENTERVEYSKESKUKSEN VASTUUALUE

Itä-Pohjoisen alueen ensiapupoliklinikka

Ähtärin psykiatrisen poliklinikka

Koulutie 14 A, 63700 ÄHTÄRI  
puh.(06) 516 7690 tai 044 4157 690

Itä-Pohjoinen ensiapopsykiatrisen poliklinikka (toiminta Härmänmaan,  
Järviseudun ja Itäisen mielenterveyskeskuksen vastuualueella sekä  
Kuusiokuntien terveystyöryhmän alueella)

Psyk.erikoislääkäri

Sairaalantie 4, 63700 Ähtäri  
puh. 044 415 3148

Psyk.sairaanhoitaja  
Hoiskontie 3, 62900 Alajärvi

puh. 044 415 4320

#### SEINÄJOEN SEUDUN MIELENTERVEYSKESKUKSEN VASTUUALUE

Seinäjoen seudun mielenterveyskeskus/ Seinäjoen seudun  
psykiatrinen poliklinikka

Frami D, Tiedekatu 2, 60320 SEINÄJOKI  
puh. (06) 415 3901, (06) 415 3902 ja (06) 415 3904

Seinäjoen seudun ensiapopsykiatrinen poliklinikka

Törnäväntie 27, 60200 SEINÄJOKI  
puh. (06) 415 4308, 044 415 4308

Aikuispsykiatria/ Sairaalapalvelut

Huhtalantie 53, 60220 SEINÄJOKI  
Puh.(06) 415 4111

#### AKUUTTIPSYKIATRIAN VASTUUALUE

Psykiatrian poliklinikka

Yleissairaalapsykiatrian poliklinikka

Seinäjoen seudun ensiapopsykiatrian poliklinikka  
Osastot: T8, T10, T12 Vastualueen ylihoitaja puh. (06) 415 4177

#### KUNTOUTTAVAN PSYKIATRIAN VASTUUALUE

Osastot: T2, T9, YA4 Vastualueen ylihoitaja puh. (06) 415 4177  
Vastualuejohtaja puh. (06) 415 4169

#### POLIKLINIKAT

Akuuttipsykiatrian poliklinikka (lääkärin lähete)

Seinäjoen keskussairaala, Psykiatrian poliklinikka T/C-rakennus,  
Huhtalantie 53, 60220 SEINÄJOKI  
puh.(06) 415 4313

Yleissairaalapsykiatrian poliklinikka (lääkärin lähete)

Hanneksenrinne 7, 60220 SEINÄJOKI  
Osastonsihteerin puh.(06) 415 4599

Psykiatrinen kotikuntoutuspoliklinikka  
Frami D 3.krs., Tiedekatu 2, 60320 SEINÄJOKI  
Osastonsihtööri puh. 044 415 4225

Geropsykiatrian poliklinikka (lääkärin lähete)  
Seinäjoen Keskussairaala, Y/A, 4. krs.  
Koskenalantie 18, 60220 SEINÄJOKI  
Osastonhoitaja puh. (06) 415 3186

Lasten- ja nuorisopsykiatrian toimintayksikkö  
Hanneksenrinne 7, 60220 SEINÄJOKI  
Käyntiosoite: Alvar Aallon katu 3 B, 2 krs. 60100 SEINÄJOKI  
Osastonsihtööri puh. (06) 415 5402

Lastenpsykiatrian poliklinikka (lääkärin lähete)  
Käyntiosoite: Alvar Aallon katu 3 B, 2 krs. 60100 SEINÄJOKI  
Postiosoite: Lastenpsykiatrian poliklinikka, Hanneksenrinne 7,  
60220 SEINÄJOKI  
Osastonsihtööri puh. (06) 415 5402

Lastenpsykiatrian osasto  
Käyntiosoite: Björkenheimin puistotie T/E  
Postiosoite: Lastenpsykiatrian osasto, T/E talo, Huhtalantie 53,  
60220 SEINÄJOKI  
Osastonsihtööri puh. (06) 415 4629

Nuorisopsykiatrian poliklinikka (lääkärin lähete)  
Alvar Aallon katu 3 B, 2. krs. 60100 SEINÄJOKI  
puh. 06 415 5402

Nuorisopsykiatrian osasto  
Nuorisopsykiatrian osasto T19 T/B, 1. krs.  
Huhtalantie 53, 60220 SEINÄJOKI  
puh. (06) 415 4219

Syömishäiriöyksikkö  
Käyntiosoite: Björkenheimin puistotie T/A  
Postiosoite: Syömishäiriöyksikkö T/A Huhtalantie 53, 60220  
SEINÄJOKI  
puh. (06) 415 4389/ (06) 415 4359

Pikkulapsipsykiatrian poliklinikka ja päiväosasto  
Käyntiosoite: Kauppakatu 20, 4.krs, Torikeskus, SEINÄJOKI  
Postiosoite: Pikkulapsipsykiatrian poliklinikka ja päiväosasto, Torikeskus,

Kauppatori 1-3, 60100 SEINÄJOKI  
osastonsihteri puh. (06) 415 3175, 044 415 3175

Lasten- ja nuorten psykoterapiapoliklinikka  
Käyntiosoite: Alvar Aallon katu 3 B, 2 krs. 60100 SEINÄJOKI  
Postiosoite: Huhtalantie 53 60220 SEINÄJOKI  
puh. 06 415 3023 (osastonsihteri)

Nuorten ja nuorten aikuisten kuntoutusohjaus (Nuorisopsykiatrinen kuntoutusohjaus)  
T/C-rakennus, Huhtalantie 53, 60220 SEINÄJOKI  
puh. 044 415 3389 / 044 415 5387

Neuropsykiatrian poliklinikka  
Frami D, Tiedekatu 2, 3. krs., 60320 SEINÄJOKI  
puh. 044 415 3624

### **Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry**

Kauppaneliö 2, 60120 SEINÄJOKI  
Postiosoite: PL 348, 60101 SEINÄJOKI  
puh. (06) 421 8990  
[info@epsospsyk.fi](mailto:info@epsospsyk.fi) [www.epsospsyk.fi/info.html](http://www.epsospsyk.fi/info.html)

### **Eskoon sosiaalipalvelujen kuntayhtymä**

Eskoontie 47, 60280 SEINÄJOKI  
puh. keskus (06) 4156 700 (ark. klo 8.00 – 15.00)  
[eskoo@eskoo.fi](mailto:eskoo@eskoo.fi) (keskus)

### **FinFami Etelä-Pohjanmaa ry.**

Kauppakatu 11 A 4, 60100 SEINÄJOKI  
Puh. (06) 4148 994  
[toimisto@finfamiep.fi](mailto:toimisto@finfamiep.fi)  
<http://www.finfamiep.fi/>

### **FinFami ry.**

Mielenterveysomaisten keskusliitto  
Meritullinkatu 4 B 10, 00170 HELSINKI  
faksi (09) 673 661  
<http://www.finfami.fi/>

jaana.humalto@finfami.fi

### **Ikäkeskus**

Verkatehtaankatu 10, 60100 SEINÄJOKI  
puh. (06) 416 6606 (ma-pe klo 9.00-14.00, neuvonta- ja ohjauspalvelu)

### **Järjestötal**

Kauppakatu 1, 2.krs, 60100 SEINÄJOKI  
puh. 040 491 277

### **Kela**

Länsi-Suomen aluekeskus  
Kalevankatu 17 A, PL 361, 60101 Seinäjoki  
Vaihde 020 635 5221  
[aluekeskus.lansi-suomen@kela.fi](mailto:aluekeskus.lansi-suomen@kela.fi)

Puhelu Kelaan maksaa soittajalle koko maassa lankapuhelimesta soitettaessa asiakkaan liittymäsopimuksen mukaisen paikallisverkkomaksun ja matkapuhelimesta soitettaessa matkapuhelinmaksun verran.

Asevelvollisen tuet 020 692 200 (arkisin klo 8.00 - 17.00)  
Asumisen tuet 020 692 201 (arkisin klo 08.00 - 17.00)  
Eläkeasiat 020 692 202 (arkisin klo 08.00 - 17.00)  
Omaisien kuoltua 020 692 208 (arkisin klo 08.00 - 17.00)  
Työttömyysajan tuet 020 692 210 (arkisin klo 08.00 - 17.00)  
Kela-kortti ja EU-sairaanhoitokortti 020 692 203  
Kuntoutuspalvelut ja kuntoutusraha 020 692 205  
Lapsiperheiden tuet 020 692 206  
Maahan- tai maastamuutto 020 634 0200  
Opiskelijan tuet 020 692 209  
Korvaukset sairaanhoitokuluista ja päivärahat 020 692 204  
Vammaistuet 020 692 211  
Maksupäivätiedustelut 020 634 0210  
Perintäkeskus 020 634 4940 (arkisin klo 9.00-16.00)

ALAJÄRVI, VIMPELI

Käyntiosoite Järvikatu 3, 62900 ALAJÄRVI  
Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA  
Faksi: 020 634 1599

Vimpelin yhteispalvelu

Käyntiosoite: Patruunantie 15, 62800 VIMPELI

ALAVUS, KUORTANE, TÖYSÄ

Käyntiosoite Taitotie 1, 63300 ALAVUS  
Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA  
Faksi: 020 634 1599

Kuortaneen yhteispalvelu

Käyntiosoite: Keskustie 52, 63100 KUORTANE

Töysän yhteispalvelu

Käyntiosoite: Senioritie 12, 63600 TÖYSÄ

EVIJÄRVI

Käyntiosoite: Lauttamuksentie 4 C 25, 62200 KAUHAVA  
Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA  
Faksi: 020 634 1599

ILMAJOKI

Käyntiosoite: Kalevankatu 17 A, 60100 SEINÄJOKI  
Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA  
Faksi: 020 634 1599

ISOJOKI, KAUHAJOKI

Käyntiosoite: Topeeka 24, 61800 KAUHAJOKI  
Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA  
Faksi: 020 634 1599

Isojoen yhteispalvelu

Käyntiosoite: Kunnanvirasto, Teollisuustie 1 A, 64900 ISOJOKI

ISOKYRÖ

Käyntiosoite: Kalevankatu 17 A, 60100 SEINÄJOKI  
Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA  
Isokyrön yhteispalvelu  
Käyntiosoite: Kyrööntie, 61500 ISOKYRÖ

#### JALASJÄRVI

Käyntiosoite: Kirkkotie 4, 61600 JALASJÄRVI

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

#### KARIJOKI, TEUVA

Käyntiosoite: Porvarintie 20 A 4, 64700 TEUVA

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

Karijoen yhteispalvelu

Käyntiosoite: Kristiinantie 3, 64350 KARIJOKI

#### KAUHAVA

Käyntiosoite: Lauttamuksentie 4 C 25, 62200 KAUHAVA

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

Alahärmä yhteispalvelu

Käyntiosoite: Härmäntie 18, 62300 HÄRMÄ

#### KURIKKA

Käyntiosoite: Laurintie 21, 61300 KURIKKA

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

Jurvan yhteispalvelu

Käyntiosoite: Kauppatie 3 E, 66300 JURVA

#### LAPPAJÄRVI

Käyntiosoite: Lauttamuksentie 4 C 25, 62200 KAUHAVA

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

#### LAPUA

Käyntiosoite: Poutuntie 7, 62100 LAPUA

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

#### SOINI, ÄHTÄRI

Käyntiosoite: Ostolantie 17, 63700 ÄHTÄRI

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

## SEINÄJOKI

Käyntiosoite: Kalevankatu 17 A, 60100 SEINÄJOKI

Postiosoite: Kela, PL 30, 33056 KELA

Faksi: 020 634 1599

Peräseinäjoen yhteispalvelu

Käyntiosoite: Keikulinkuja 1, 61100 PERÄSEINÄJOKI

Ylistaron yhteispalvelu

Käyntiosoite: Kaukolanraitti 5, 61400 YLISTARO

## Komia Kranni Oy

Viertolankuja 11, 61400 YLISTARO

puh. 06-474 0522

e-mail: [info@ylistaronpalvelukoti.fi](mailto:info@ylistaronpalvelukoti.fi),

[www.ylistaronpalvelukoti.fi](http://www.ylistaronpalvelukoti.fi)

## Kriisiapu

KRIISIKESKUS MOBILE

Kauppakatu 25, 60100 SEINÄJOKI

Puh.(06) 416 2860 ja (06) 416 2861

Kriisikeskus on auki joka päivä klo 10–18. Kriisipuhelin päivystää klo 18-21.

VALTAKUNNALLINEN KRIISIPUHELIN

(Suomen Mielenterveysseura ry)

puh. 01019 5202

arkisin klo 9.00–06.00

lauantaisin klo 15.00–06.00

sunnuntaisin klo 15.00–22.00

## Kunnat ja peruspalvelut

ISOKYRÖ

Osoite: Pohjankyröntie 136, PL 29, 61500 ISOKYRÖ

Puh: (06) 470 1111

Isonkyrön terveysasema

Pysäkkitie 54, 61500 ISOKYRÖ

Lääkärin ja päivystävän sairaanhoitajan vastaanotto

Ajanvaraus ma - pe klo 8-16

puh.(06) 425 5730



Päivystysvastaanotto

Ajanvaraus terveysaseman aukioloaikoina  
puh.(06) 425 5730

Ensiapupäivystys

Y-talossa, klo 8 - 22

Koskenalantie 18, SEINÄJOKI

p. 06 425 5311

Yöpäivystys klo 22-08

Seinäjoen keskussairaalan päivystyspoliklinikalla

Koskenalantie 18, SEINÄJOKI

puh.(06) 415 4555

Perusterveydenhuollon palvelut Isonkyrön kunnan asukkaille tuottaa ja järjestää

yhteistoimintasopimuksen perusteella Seinäjoen kaupunki. Seinäjoen kaupungin terveyskeskus palvelee Isonkyrön kunnan asukkaita ja vuodeosastohoito annetaan Seinäjoen kaupungin vuodeosastoilla.

Isonkyrön kotipalvelu

Kotipalvelutoimisto sijaitsee PALVELUKESKUKSESSA os. Pysäkkitie 54

Kotipalveluohjaajan puh. (06) 470 1222

Sosiaalityö

Perusturvatoimisto, Perusturvajohtaja, puh.(06) 470 1220

Sosiaalityöntekijä, puh. (06) 470 1221, (06) 470 1272

JALASJÄRVI

Osoite: Kirkkotie 4, PL 12, 61601 JALASJÄRVI

Puhelin:(06) 458 0111

Jalasjärven terveysasema

Koskitie 4, 61600 JALASJÄRVI

Puh. (06) 4585 101

Lääkärien vastaanotot ajanvaraus ma - pe klo 8.00 - 14.00 puh. (06) 4580 500

Päivystysajat arkisin klo 14 jälkeen ja viikonloppuisin puh. (06) 4580 534

Yöpäivystys klo 22-08 keskussairaalassa puh. (06) 415 4555

Jalasjärven terveyskeskuksen Mielenterveysyksikkö

Ajanvaraus ja puhelinaika: Ma - Pe klo 12.00-13.00

Avoimna: ma – to klo 8 – 16 ja pe klo 8 – 14.15

sairaanhoitajat puh. 040 790 2325 ja 040 790 2326

Sosiaalitoimi

Sosiaalityöntekijöille on ajanvaraus, puh. (06) 458 5720

LAPUA

Osoite: Valtuustontie 8, 62100 LAPUA  
Puh: (06) 438 4111

Lapuan terveyskeskus  
Sairaalantie 3, 62100 LAPUA  
Puh.(06) 4384 811  
Päivystysajanvaraus vain kiireellisissä tapauksissa  
ma-pe klo 8-12 puh. 438 4847  
ma-pe klo 12-22 puh. 438 4844  
la-su klo 8-22 puh. 438 4844

Terveyskeskuksen ensiapu/päivystysvastaanotto on avoinna joka päivä (ma-su) klo 8-22,  
puh. (06) 438 4844, Sairaalantie 3.

Yöpäivystys on joka päivä klo 22-08 Seinjoen keskussairaalan päivystyspoliklinikalla  
(ilman ajanvarausta), Huhtalantie 53, 60220 SEINÄJOKI.

Ajanvaraus lääkärille omasta väestövastuusalusta ma-pe klo 8-12->  
Itäsolu: puh. 438 4823 ja Itäkeskussolu: puh. 438 4804  
Länsisolu: puh. 438 4836 ja Länsikeskussolu: puh. 438 4834.  
Sosiaalityö  
Perusturvakeskus  
Liuhtarintie 2, 62100 LAPUA  
Puh.(06) 438 4125  
Sosiaalityöntekijöiden puhelinaika on ma-pe klo 09.00 - 10.00

JIK-PERUSPALVELULIIKELAITOSKUNTAYHTYMÄ [www.jikky.fi](http://www.jikky.fi)

ILMAJOKI  
Postiosoite: Ilmajoen kunnanvirasto PL 23 60801 ILMAJOKI  
Käyntiosoite: Ilkantie 18  
Puh: (06) 419 1111

Ilmajoen terveyskeskus  
Pappilantie 2, 60800 ILMAJOKI  
Puh. vaihde (06) 4191 555

Lääkärin vastaanotto, ajanvaraus/päivystys puh.(06) 4191 501 (arkisin 8-14)

Sosiaalitoimi  
Puhelinaika ja ajanvaraus sosiaalityöntekijöille puh.(06) 4191 253,  
(06) 4191 255, (06) 4191 258 ja (06) 4191 256 (ma-pe klo 9-10, paitsi to 13-14)

KURIKKA  
Käräytie 1, PL 500, 61301 KURIKKA  
Puh: (06) 4513 555

Jurvan palvelupiste  
Osoite: Koulutie 8,  
PL 5, 66301 JURVA  
Puh: 06-451 3555

Kurikan terveyskeskus  
Mäkitie 47, 61300 KURIKKA  
puh. (06) 4585 399

Sosiaalitoimisto  
Asematie 5, 61301 KURIKKA  
(Avoinna ma - pe klo 9.30.00 - 14.00 paitsi keskiviikkoisin klo 09.30 - 15.30  
Ruokatunti 11.30- 12.30)  
Ajanvaraus puh. (06) 451 3566

Jurvan terveysasema  
Sairaالاتie 3, 66301 JURVA  
puh. (06) 4585 311

PÄIVYSTYSTIEDOT löydät paikallislehdistä (Jurvan Sanomat ja Kurikka-lehti) sekä JIK:n sivuilta [www.jikky.fi](http://www.jikky.fi)

Yöpäivystykset Seinäjoen keskussairaalassa klo 22 - 08. puh.(06) 415 4555

Sosiaalitoimi/Jurvan palvelupiste  
Osoite: Jurvan kunta Koulutie 8, 66301 JURVA  
puh. 06-4513555  
ma-pe 8-9.30

JÄRVI-POHJANMAAN YHTEISTOIMINTA-ALUE [www.jarvi-pohjanmaa.fi](http://www.jarvi-pohjanmaa.fi)

ALAJÄRVI  
Alvar Aallontie 1, 62900 ALAJÄRVI  
Puhelinvaihte: (06) 2412 200

Lehtimäen palvelutoimisto  
Keskustie 2, PL 21, 63501 LEHTIMÄKI  
Puh: (06) 2412 2500

Järviseudun Terveyskeskus/Alajärven toimipiste  
Lääkärintie 1, 62900 ALAJÄRVI  
Puh.(06) 2412760

Järviseudun Terveyskeskus/ Lehtimäen toimipiste  
Erityiskuja1, 63500 LEHTIMÄKI  
Puh.(06) 2412 7700

Sosiaalityön ajanvaraus ja neuvonta  
puh.(06) 2412 2525 ma-pe klo 9-11 ja klo 12-15

VIMPELI  
Patruunantie 15, 62800 VIMPELI  
Puh. (06) 2412 600  
Järviseudun Terveyskeskus/ Vimpelin toimipiste  
Opintie 1, 62800 Vimpeli

Puh.(06) 2412 7700

Sosiaalityön ajanvaraus ja neuvonta  
puh.(06) 2412 2525 ma-pe klo 9-11 ja klo 12-15

Järvi-Pohjanmaan yhteistoiminta-alueen ajanvaraus lääkäri- ja hoitajavastaanotolle  
Arkisin ma-to klo 8.00-16.00 ja pe 8-15 kiireellinen avosairaanhoidon päivystys on  
järjestetty sekä Alajärven että Vimpelin toimipisteissä.

Iltaisin (klo 16.00-22.00), viikonloppuisin (la-su klo 8.00-22.00) ja arkipyhäisin (klo  
8.00-22.00) päivystys on keskitetty Alajärven toimipisteeseen.

Yöpäivystys (klo 22.00-08.00) on kaikkina öinä keskitetty Seinäjoen keskussairaalaan.

KUNTAYHTYMÄ KAKSINEUVOINEN [www.kaksineuvoinen.fi](http://www.kaksineuvoinen.fi)

KAUHAVA  
Kauppatie 109, 62200 KAUHAVA  
Puhelin:(06) 241 2900

Alahärmän palvelupiste  
Härmäntie 18, 62300 HÄRMÄ  
puh.(06) 2412 9800

Kortesjärven palvelupiste  
Jääkärintie 80, 62420 Korttesjärvi  
puh.(06) 2412 9400

Ylihärmän palvelupiste  
Päämajantie 6, 62375 Ylihärämä  
puh.(06) 2412 9500

Kauhavan terveysasema  
Kauppatie 127 A, 62200 Kauhava  
puh.(06) 241 2450

Päivystys: Lääkäripäivystys Kauhavan terveysasemalla joka päivä klo 8 - 22.  
Arkisin klo 8 - 16 puh. (06) 241 2450.

Iltta- ja viikonloppupäivystys Kauhavan terveysasemalla:  
Iltaisin klo 16 - 22, puh. (06) 2412 4555.  
Viikonloppuisin klo 8 - 22, puh. (06) 2412 4555.  
Yöpäivystys klo 22 - 08 Seinäjoen keskussairaalan Y-talossa, osoite Koskenalantie 18,  
puh. (06) 415 4555.

Lääkäriin vastaanotto: ma - to 8 - 16 ja pe 8 - 15.30, ajanvaraus puh. (06) 241 2450.

Sosiaalipalvelut  
Perusturvatoimisto, Kauppatie 107 B, 62200 KAUHAVA  
Puh. (06) 2412 4282  
Perusturvatoimisto on avoinna asiakkaille ma-pe klo 9.00-12.00  
Ajanvaraus: puh. (06) 2412 4282 (neuvonta)  
ma-to klo 8.00-15.45 ja pe klo 8.00-15.00

Alahärmän terveysasema  
Kanttorintie 5, 62300 HÄRMÄ  
Puh. (06) 2412 4236

Lääkärin vastaanotto: ma-to klo 8 - 16 ja pe 8 -15, puh.(06) 2412 4711  
Ilta- ja viikonloppupäivystykset Kauhavan terveysasemalla

Sosiaalipalvelut  
Alahärmän perusturvatoimisto, Kanttorintie 5, 62300 HÄRMÄ  
avoinna ma-pe klo 9-12  
Ajanvaraus puh.(06) 2412 4236

Kortesjärven terveysasema  
Päivärinteentie 13, 62420 Korttesjärvi  
Puh. (06) 2412 4450

Lääkärin vastaanotto:  
ma-to 8 - 16 ja pe 8 - 15, puh. (06) 2412 4450.  
Ilta- ja viikonloppupäivystys Kauhavan terveysasemalla:  
\* Iltaisin klo 16 - 22, puh. (06) 2412 4555.  
\* Viikonloppuisin klo 8 - 22, puh. (06) 2412 4555.  
Yöpäivystys klo 22 - 08 Seinäjoen keskussairaalan Y-talossa, osoite Koskenalantie 18,  
puh. (06) 415 4555

Sosiaalipalvelut  
Kortesjärven perusturvatoimisto, Päivärinteentie 13, 62420 Korttesjärvi  
avoinna ma-pe klo 9-12  
Ajanvaraus puh. (06) 2412 4255

Ylihärmän terveysasema  
Leinosentie 15, 62375 YLIHÄRMÄ  
Puh. (06) 2412 4900  
Lääkärin vastaanotto: ma - to klo 8 - 16, pe 8 - 15, puh.(06) 2412 4900  
Ilta- ja viikonloppupäivystykset Kauhavan terveysasemalla.

Sosiaalipalvelut  
Perusturvatoimisto, Päämajantie 6, 62375 Ylihärmä  
Ajanvaraus puh.(06) 2412 4223

EVIJÄRVI  
Viskarinaukio 3, PL 17, 62501 EVIJÄRVI  
Puh: (06) 241 2300

Evijärven terveysasema  
Antinniemi 8, 62500 Evijärvi  
Puh. (06) 2412 4831

Lääkärin vastaanotto: ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-15 puh.(06) 2412 4831  
Ilta- ja viikonloppupäivystys Kauhavan terveysasemalla:  
\* Iltaisin klo 16 - 22, puh. (06) 2412 4555.  
\* Viikonloppuisin klo 8 - 22, puh. (06) 2412 4555.

Yöpäivystys klo 22 - 08 Seinäjoen keskussairaalan Y-talossa, osoite Koskenalantie 18, puh. (06) 415 4555.

Sosiaalipalvelut  
Evijärven perusturvatoimisto  
Viskarinaukio 3, 62500 EVIJÄRVI  
avoinna ma-pe klo 9-12  
Ajanvaraus: Puh. (06) 2412 4353

LAPPAJÄRVI  
Maneesintie 5, PL 13, 62601 LAPPAJÄRVI  
Puh: (06) 2412 500

Lappajärven terveysasema  
Vanhalantie 8, 62600 Lappajärvi  
Puh. (06) 2412 4420

Lääkäriin vastaanotto: ma-to 8-16 ja pe 8-15.00 puh. (06) 2412 4420

Päivystys: Ilta- ja viikonloppupäivystys Kauhavan terveysasemalla:

\* Iltaisin klo 16 - 22, puh. (06) 2412 4555.

\* Viikonloppuisin klo 8 - 22, puh. (06) 2412 4555.

Yöpäivystys klo 22 - 08 Seinäjoen keskussairaalan Y-talossa, osoite Koskenalantie 18, puh. (06) 415 4555.

Sosiaalipalvelut  
Lappajärven perusturvatoimisto  
Vanhalantie 8 A, 62600 LAPPAJÄRVI  
avoinna ma-pe klo 9-12  
Ajanvaraus: Puh. (06) 2412 4302

KUUSIOKUNTIEN TERVEYSKUNTAYHTYMÄ [www.6tk.fi](http://www.6tk.fi)

Itä-Pohjoinen ensiapopsykiatrian poliklinikka (toiminta Kuusio kuntien terveyskuntayhtymän alueella sekä Härmänmaan, Järviseudun ja Itäisen mielenterveyskeskuksen vastuualueella)

Psyk.erikoislääkäri  
Sairaalantie 4, 63700 Ähtäri  
044 415 3148

Psyk.sairaanhoitaja  
Hoiskontie 3, 2.krs., 62900 Alajärvi  
044 415 4320

ALAVUS  
Kuulantie 6, 63300 ALAVUS  
Puh: (06) 2525 1000

Alavuden pääterveysasema  
Salmentie 10, 63300 ALAVUS  
Puh: 06 - 4157601

Terveyskuntayhtymän psykiatrinen poliklinikka  
Päivystyspuh. 040 8325 609 arkisin klo 13-13.30  
Psykiatrisen poliklinikan tehtävänä on tarjota erikoissairaanhoidotason mielenterveyspalveluja  
pääasiassa Alavuden, Kuortaneen ja Töysän alueen aikuisväestölle.

Terveyskuntayhtymän psykiatrinen poliklinikka/Alavuden toimipiste  
Torikatu 1, 2. krs., 63300 ALAVUS  
Osastonsihteeri puh. (06) 2525 7644  
Vastaava sairaanhoitaja puh. 040-561 4999 (ryhmätoiminta)

Psykiatrinen osasto  
Salmentie 10, 63300 ALAVUS  
puh: (06) 2525 7903

Psykiatrisen osaston ryhmätoiminta  
Salmentie 10, 63300 ALAVUS  
Puh. (06) 2525 7906

Psykogeriatrinen osasto  
Sairaalanatie 4, 63700 ÄHTÄRI (käynti osastolle Koulutie 14 kautta)  
puh. 040-530 2704 (ensisijainen)

Sosiaalityö  
Ajanvaraukset puh.06 2525 1201  
Työntekijöiden puhelinaika ma-pe klo 8:30-9:00 ja 13:00-13:30

KUORTANE  
Keskustie 52, 63100 KUORTANE  
Puh: (06) 2525 2000

Kuortaneen terveysasema  
Keskustie 55, 63100 KUORTANE  
Puh: (06) 2525 7981  
Avoimna ma-ke 8.00-16.00, to-pe 8.00-15.00  
Ensiapu ja kiireellinen hoito Alavuden pääterveysasemalla, puh. (06) 2525 7612

Terveyskuntayhtymän psykiatrinen poliklinikka/Kuortaneen toimipiste  
Sairaanhoitaja puh. 0400-484017/ 040-8296675

Sosiaalityö  
Perusturvaosasto, Osastonsihteeri puh. (06) 2525 2201/ 040-1382661

SOINI  
Multiantie 27 A, 63800 SOINI

Soinin sosiaali- ja terveysasema  
Ähtärintie 6, 63800 SOINI  
Puh. (06) 2525 7009  
Avoimna: ma-to 8-15.30, pe 8-14  
Ensiapu ja kiireellinen hoito Alavuden pääterveysasemalla, puh. (06) 2525 7612

## TÖYSÄ

Rantatie 2, 63600 TÖYSÄ

Puh: (06) 2525 5000

Töysän terveysasema

Senioritie 4, 63600 TÖYSÄ

Puh. (06) 2525 7980

Avoimna ma-to 7.30-15.30, pe 7.30-14.00

Ensiapu ja kiireellinen hoito Alavuden pääterveysasemalla, puh. (06) 2525 7612

Terveyskuntayhtymän psykiatrinen poliklinikka / Töysän toimipiste

sairaanhoidaja puh. 06-4157644

Sosiaalityö

Puh. (06) 2525 5210

Ajanvaraukset, ohjaus ja neuvonta puhelinajalla ma-pe klo 9-10.

## ÄHTÄRI

Ostolantie 17, 63700 ÄHTÄRI

Puh: puh 020 125 2600

Ähtärin pääterveysasema

Sairaalantie 4, 63700 ÄHTÄRI

puh: vaihde 06 - 4157112

AJANVARAUS lääkäreille ma – pe klo 9 – 14 puh: (06) 415 7231 TeleQ

TUTKIMUSVASTAUSTEN kyselyt ma - pe klo 13 – 15 puh: (06) 415 7236 TeleQ

KESKUS/VAIHDE puh: (06) 415 7112

Sosiaalipalvelut

Perusturvatoimisto, Ostolantie 17, 63700 ÄHTÄRI

Puh: (06) 2525 6609

Sosiaalityö/Erityispalvelut Osviitta on Kuusiokuntien terveyskuntayhtymän moniammatillinen työryhmä, jonka jäsenet edustavat psykologian, sosiaalityön, puheterapian ja toimintaterapian asiantuntemusta. Työyksikköön kuuluu sekä yksilö- että perheterapiakoulutettuja työntekijöitä ja yksiköllä on käytettävissä konsultoiva lääkäri.

Erityispalvelut Osviitalla on toimipisteensä jokaisessa terveyskuntayhtymän kunnassa.

Alavuden työryhmä vastaa lähinnä Alavuden, Kuortaneen ja Töysän toimialueesta ja

Ähtärin työryhmä vastaavasti Töysän ja Ähtärin toimialueesta.

Alavuden työryhmän osastonsihtööri p. 06 415 7654

Ähtärin työryhmän osastonsihtööri p. 06 415 7288

SEINÄJOEN SEUDUN TERVEYSYHTYMÄ <http://www.seinajoki.fi/sosiaali-jaterveyspalvelut.html>

## SEINÄJOKI

Kirkkokatu 6, PL 215, 60101 SEINÄJOKI

Puh: (06) 416 2111 / vaihde avoimna arkisin klo 8.00-15.45

Nurmon palvelutoimisto



Nurmontie 7, 60550 Nurmo  
puh. (06) 416 7300

Peräseinäjoen palvelutoimisto  
Keikulinkuja 1, 61100 Peräseinäjoki  
puh. (06) 416 6500

Ylistaron palvelutoimisto  
Kaukolanraitti 5, 61400 Ylistaro  
puh. (06) 416 7000

Pääterveysasema/Seinäjoen terveyskeskus  
Seinäjoen terveyskeskus  
Koskenalantie 18 60220 SEINÄJOKI  
p. 06 425 5111  
Ensiapupäivystys joka päivä 8-22 puh. (06) 425 5311  
Yöpäivystys yöllä äkillisesti vakavasti sairastuneille 22-08 välisenä aikana Seinäjoen  
keskussairaalan päivystyspoliklinikalla, Koskenalantie 18, 60220 SEINÄJOKI  
p. 06 415 4555

Sosiaalityö/Seinäjoki  
Sosiaali- ja terveyskeskus  
Alvar Aallon katu 9 C, PL 229, 60101 SEINÄJOKI  
p. (06) 416 2111

Nurmon terveysasema  
Valkiavuorentie 4, 60550 Nurmo  
Aikuisneuvola puh. (06) 425 5919  
Lastenneuvola puh. (06) 425 5914

Ensiapupäivystys  
Y-talo, Koskenalantie 18, klo 8 - 22  
p. 06 425 5311

Yöpäivystys  
Seinäjoen keskussairaalan päivystyspoliklinikalla  
Koskenalantie 18, 60220 SEINÄJOKI  
p. 06 415 4555

Peräseinäjoen terveysasema  
Keikulinkuja 1, 61100 PERÄSEINÄJOKI  
Aikuisneuvola puh. (06) 425 5981  
Lastenneuvola puh. (06) 425 5980

Ilta- ja viikonloppupäivystys Y-talossa klo 8-22  
Koskenalantie 18, SEINÄJOKI  
p. 06 425 5311

Yöpäivystys  
Seinäjoen keskussairaalan päivystyspoliklinikalla  
Koskenalantie 18, SEINÄJOKI  
puh. 06 415 4555  
Ylistaron terveysasema

Västilänkuja 10, 61400 YLISTARO  
Aikuisneuvola puh. (06) 425 5951  
Lastenneuvola puh. (06) 425 5953

Ilta- ja viikonloppupäivystys Y-talossa klo 8-22  
Koskenalantie 18, SEINÄJOKI  
p. 06 425 5311

Yöpäivystys  
Seinäjoen keskussairaalan päivystyspoliklinikalla  
Koskenalantie 18, SEINÄJOKI  
puh. 06 415 4555

SUUPOHJAN PERUSPALVELULIIKELAITOSKUNTAYHTYMÄ [www.llky.fi](http://www.llky.fi)

KAUHAJOKI  
Hallintoaukio, PL 500, 61801 KAUHAJOKI  
Puh: (06) 2413 2000

Kauhajoen terveyskeskus  
Prännärintie 8, 61800 KAUHAJOKI  
Puh.(06) 2413 3300

Päivystysajanvaraus lääkäri ja sairaanhoitaja: ma-su klo 8-22, puh. (06) 2413 3200  
Ei-kiireellinen ajanvaraus lääkäri ja sairaanhoitaja: ma-pe klo 10-15, puh. (06) 2413 3220  
Yöpäivystys: klo 22-8 Seinäjoen keskussairaalan ensiapu puh. (06) 415 4555

Sosiaalityö  
Perusturvaosasto, ajanvaraus toimeentulotukeen puh.(06) 2413 2286 (ma-to klo 9-14)

ISOJOKI  
Teollisuustie 1, 64900 ISOJOKI  
Puh: (06) 24132000

Isojoen terveyskeskus  
Postiosoite: PL 12,64901, Isojoki  
Käyntiosoite: Kristiinantie 6

Päivystysajanvaraus lääkäri ja sairaanhoitaja:  
ma-su 8-22, puh. (06) 2413 3200

Ei-kiireellinen ajanvaraus lääkäri ja sairaanhoitaja:  
Isojoki, Kristiinantie 6, ma-pe 10-15, puh. (06) 2413 5700

Sosiaalityö  
Suupohjan peruspalveluliikelaitoskuntayhtymä  
Hallintoaukio, PL 100  
61801 KAUHAJOKI  
[http://www.llky.fi/site?node\\_id=838](http://www.llky.fi/site?node_id=838)

KARIJOKI

Kristiinantie 3, PL 16, 64351 KARIJOKI  
Puh: (06) 2413 5900

Karijoen terveysasema  
Keskitie 2, 64350 Karijoki  
Ajanvaraus klo 8 – 10 puh. 06) 268 0251  
Yöpäivystys klo 22-8 Seinäjoen keskussairaalan ensiapu puh. (06) 415 4555

Sosiaalityö  
Suupohjan peruspalveluliikelaitoskuntayhtymä  
Hallintoaukio, PL 100  
61801 KAUHAJOKI  
[http://www.llky.fi/site?node\\_id=838](http://www.llky.fi/site?node_id=838)

TEUVA  
Porvarintie 20 A 4, 64700 TEUVA  
Puh:(06) 2413 4000

Teuvan sosiaali- ja terveystakeskus  
Tuokkolantie 6, 64700 TEUVA  
Osaston kanslia puh. 040 674 4820  
Yöpäivystys Seinäjoen keskussairaalan ensiapu puh. (06) 415 4555

Teuvan terveystakeskus/Lehtiharjun sairaala  
Horontie 61, 64700 TEUVA  
Osasto 2, Vanhuspsykiatriaan keskittynyt yksikkö, puh. 046 855 5012 (kanslia)  
Osasto 3, Psykiatrinen osasto, puh. 040 5757 281

Sosiaalityö  
Suupohjan peruspalveluliikelaitoskuntayhtymä  
Hallintoaukio, PL 100  
61801 KAUHAJOKI  
[http://www.llky.fi/site?node\\_id=838](http://www.llky.fi/site?node_id=838)

## Maistraatti

SEINÄJOEN MAISTRAATTI  
(Alahärmä, Alajärvi, Alavus, Evijärvi, Ilmajoki, Isojoki, Jalasjärvi, Karijoki, Kauhajoki, Kauhava, Kuortane, Kurikka, Lappajärvi, Lapua, Seinäjoki, Soini, Teuva, Töysä, Vimpeli, Ähtäri)

Juhonkatu 4, 2krs, 60320 Seinäjoki, PL 168, 60101 SEINÄJOKI  
puh. 029 553 9451  
Avoimma ma - pe klo. 09:00 - 16:15  
info.seinajoki@maistraatti.fi

VAASAN MAISTRAATTI  
(Isokyrö, Kaskinen, Korsnäs, Kristiinankaupunki, Kruunupyy, Laihia, Luoto, Maalahti, Mustasaari, Närpiö, Oravainen, Pedersören kunta, Pietarsaari, Uusikaarlepyy, Vaasa, Vähäkyrö, Vöyri-Maksamaa)

Wolffintie 35, PL 208, 65101 VAASA

Keskuksen puh. 029 553 9451  
Avoinna ma - pe klo. 09:00 - 16:15  
info.vaasa@maistraatti.fi

## **Mikevan palvelukoteja mielenterveys- ja päihdekuntoutujille Etelä-Pohjanmaalla**

Kauhajoen palvelukoti  
Ullantie 8, 61800 KAUHAJOKI  
puh. 044 780 0449

Kuntoutusyksikkö Möllerin tupa  
Jussintie 2, 60800 ILMAJOKI  
puh. 044 780 0441

Kuntoutusyksikkö Mendis  
Tervasviita 1, 60150 SEINÄJOKI  
Vastaava sairaanhoitaja, puh. 044 780 0753  
Isootalo, puh. 044 780 0474  
Alvari, puh. 044 780 0758  
Kranni, puh. 044 780 0757  
Työtoiminta (alihankinta/keittiö) / Kuntoutusohjaaja, puh. 040 569 9916  
Lisätietoja / paikkatiedustelut: vastaava ohjaaja, puh. 044 7800 301

Teuvan palvelukoti  
Horontie 61 B, 64700 TEUVA  
puh. 044 780 0447

Palvelukoti Windala  
Lakaniementie 85, 62800 VIMPELI  
puh. 044 7800 445

Härmän palvelukoti Välitupa  
Mäntyhovintie 2, 62370 KANGASTO  
puh. 044 780 0470

Härmän palvelukoti Ylätupa  
Mäntyhovintie 2 B 2, 4.krs, 62370 KANGASTO  
puh. 044 780 0472

## **Poliisi**

ETELÄ-POHJANMAAN POLIISILAITOS  
Juhonkatu 4  
PL 108, 60320 SEINÄJOKI  
arkisin 08.00-16.15 (Palvelupäivystys Seinäjoella joka päivä klo 08-18)  
Puh. 071 874 0391

Alajärven palvelupiste  
Järvikatu 1, 62900 ALAJÄRVI

Puh: 0295 440 511 (vaihte)

Alavuden poliisiasema  
Torikatu 1, PL 28, 63301 ALAVUS  
Puh: 071 874 0391

Kauhajoen poliisiasema  
Hakasivuntie 1, 61800 Kauhajoki  
Puh: 071 874 0391

Lapuan poliisiasema  
Poutuntie 17, 62100 Lapua  
Puh: 071 874 0391

POHJANMAAN POLIISILAITOS  
Korsholmanpuistikko 45, 65100 VAASA  
Puh: Puh 071 87 40511

Isokyrön palvelupiste  
Pohjankyröntie 136, 61500 ISOKYRÖ  
Puh: 071 87 48419

## Seurakunnat

ALAJÄRVEN SEURAKUNTA  
ALAJÄRVEN ALUESEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kirkkotie 6, 62900 ALAJÄRVI  
Puh. (06) 5570 800, (06) 5570 801 tai (06) 5570 815

LEHTIMÄEN KAPPELISEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Matkatie 1, 63500 LEHTIMÄKI  
Puh. (06) 5271 107

ALAVUDEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kirkkotie 7, 63300 ALAVUS  
Puh. (06) 5150 700

EVIJÄRVEN SEURAKUNTA  
Jakeluosoite: Pappilankuja 1, 62500 EVIJÄRVI  
Puh. 045-1179550

ILMAJOEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kirkkotie 37, 60800 ILMAJOKI  
Puh. (06) 4240 428

ISOJOEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Suojoentie 1, 64900 ISOJOKI  
Puh. (06) 2631 321

ISONKYRÖN SEURAKUNTA

Käyntiosoite: Pappilanmutka 1, 61500 ISOKYRÖ  
Puh. (06) 4715 800

JALASJÄRVEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Keskustie 14, 61600 JALASJÄRVI  
Puh. (06) 4569 000

KARIJOEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kirkkotie 14, 64350 KARIJOKI  
Puh. (06) 2680 136

KAUHAJOEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kyntäjantie 1, 61800 KAUHAJOKI  
Puh. (06) 2342 311

KAUHAVAN SEURAKUNTA  
KAUHAVAN ALUESEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kirkkotie 3 b, 62200 KAUHAVA  
Puh. (06) 4346 500

ALAHÄRMÄN KAPPELISEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Härmäntie 31, 62300 HÄRMÄ  
Puh. (06) 4852 111

KORTESJÄRVEN KAPPELISEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Jääkärintie 79, 62420 KORTESJÄRVI  
Puh. (06) 4880 100

YLIHÄRMÄN KAPPELISEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Päämajantie 29, 62375 YLIHÄRMÄ  
Puh. (06) 482 3711

KUORTANEEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Majantie 2, 63100 KUORTANE  
Puh. 020 7289580

KURIKAN SEURAKUNTA  
KURIKAN ALUESEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kurikantie 21, 61300 KURIKKA  
Puh. (06) 4510 100

JURVAN KAPPELISEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kauppatie 12, 66300 JURVA  
Puh. 06-451 0166

LAPPAJÄRVEN SEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Kärnäntie 11, 62600 LAPPAJÄRVI  
Puh. 020 7597800

LAPUAN TUOMIOKIRKKOSEURAKUNTA  
Käyntiosoite: Koulukatu 2, 62100 LAPUA

Puh. (06) 4385 230

**SEINÄJOEN SEURAKUNTA**

**SEINÄJOEN ALUESEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Ala-Kuljunkatu 1 A, 60100 SEINÄJOKI

Puh. (06) 4184 111

**NURMON KAPPELISEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Nurmontie 3, 60550 NURMO

Puh. (06) 418 4371

**PERÄSEINÄJOEN KAPPELISEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Kirkkotie 2, 61100 Peräseinäjoki

Puh. (06) 4184 411

**YLISTARON KAPPELISEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Markinsalontie 2 b, 61400 YLISTARO

Puh. 06 - 418 4200

**SOININ SEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Karstulantie 2, 63800 SOINI

Puh. 06-5281399

**TEUVAN SEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Asematie 4 C, 64700 TEUVA

Puh. (06) 2260 300

**VIMPELIN SEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Patruunantie 28, 62800 VIMPELI

Puh. 020 7497 330

**ÄHTÄRIN SEURAKUNTA**

Käyntiosoite: Keskuskuja 3, 63700 ÄHTÄRI

Puh. (06) 5151 600

## **Tukihenkilövälitys**

Yhteisöjen Yhdistys ry / Järjestöotalo

Kauppakatu 1 2. krs, 60100 SEINÄJOKI

Puh. 0400–545 760

[satu.rajamaki@jarjestotaloseinajoki.net](mailto:satu.rajamaki@jarjestotaloseinajoki.net)

[www.jarjestotaloseinajoki.net](http://www.jarjestotaloseinajoki.net)

## **Ulkoministeriö**

Keskus: (09) 160 05 tai 578 15

Päivystys (24/7): (09) 1605 5555

## Valtakunnalliset puhelinpäivystykset

Yleinen hätänumero 112

Lasten ja nuorten puhelin (MLL)  
puh. 116111, ma-pe 14.00-20.00, la-su 17.00-20.00

Neuvontaa maksu- ja velkaongelmiin  
ma-pe 10.00-14.00, puh. 0800 980 09

Nuorten kriisipiste  
Kriisipuhelin 12-29 -vuotiaille nuorille ja heidän perheilleen  
puh. 045 341 0583

Rikosuhripäivystys  
ma-ti klo 13.00-21.00, ke-pe 17.00-21.00  
puh. 020 316 116

Seksuaalikäytännöt  
Neuvova puhelinlääkäri, puh. 0600 163 34 (24/7)  
Sexpo-säätiö: voi keskustella nimettömänä seksuaalisuudesta ja ihmissuhteista seksuaalineuvojan kanssa, puh. 0800 900 44 (maksuton)

Uskontojen uhrien tuen auttava puhelin  
puh. 0400 466 990

Valtakunnallinen kriisipuhelin  
puh. 01 019 5202  
ma-pe klo 9.00-6.00, la 15.00-6.00 ja su 15.00-22.00

Vanhempain puhelin (MLL)  
puh. 0600 122 77  
ti klo 10.00-13.00 ja 17.00-20.00, ke 10.00-13.00 ja to 14.00-20.00

Väestöliitto  
Poikien puhelin, ma-pe klo 13.00-18.00, puh. 0800 948 84 (maksuton)  
Parisuhteen valtakunnallinen neuvontapuhelin, to klo 12.00-14.00, puh. 0800 183 183  
Seksuaaliterveysneuvonta, ma-ke klo 13.00-15.00, puh. 040 167 9005

## Linkkejä

Mielenterveyden keskusliiton tietopankki <http://www.mtkl.fi/tietopankki/>  
Sosiaali- ja terveysministerio / mielenterveyspalvelut  
<http://www.stm.fi/Resource.phx/vastt/tervh/thpal/mielenterveys.htx>  
Tukiasema.net / mielenterveys <http://www.tukiasema.net/teemat/ongelmat.asp>  
THL / mielenterveys [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/aiheet/mielenterveys](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/mielenterveys)  
Infopankki / mielenterveys <http://www.infopankki.fi/fi-FI/mielenterveys/>  
Tukinet <https://www.tukinet.net/>





Apua.info <http://www.apua.info/>  
FinFami, mielenterveysomaisten keskusliitto [www.finfami.fi](http://www.finfami.fi)  
Suomen omaishoidon verkosto <http://www.omaishoidonverkosto.fi/>  
Kela [www.kela.fi](http://www.kela.fi)  
Mielenterveyden keskusliitto [www.mtkl.fi](http://www.mtkl.fi)  
Suomen mielenterveysseura [www.mielenterveysseura.fi](http://www.mielenterveysseura.fi)  
(alueellamme: Lakeuden mielenterveysseura (<http://www.kriisikeskussjk.fi/lakeuden-mielenterveysseura/>), Suupohjan mielenterveysseura ja Teuvan mielenterveysseura)  
Kriisikeskus Mobile: [www.kriisikeskussjk.fi](http://www.kriisikeskussjk.fi)  
Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri [www.epshp.fi](http://www.epshp.fi)  
Psykososiala förbundet <http://www.fspc.fi/>  
Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys [www.epsopsyk.fi](http://www.epsopsyk.fi)  
Mieli maasta ry [www.mielimaasta.fi](http://www.mielimaasta.fi)  
Äimä ry - Äidit irti synnytysmasennuksesta [www.aima.fi](http://www.aima.fi)  
Ev.lut.kirkko, Perheasiain neuvottelukeskukset [www.evl.fi](http://www.evl.fi)

### Muita tukisivuja

[www.lastenjanuortennetti.net](http://www.lastenjanuortennetti.net)  
[www.mll.fi](http://www.mll.fi)  
[www.nuortenkriisipiste.fi](http://www.nuortenkriisipiste.fi)  
<http://www.mielentaide.fi/joomla/>  
[www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi)  
[www.mielenterveystalo.fi](http://www.mielenterveystalo.fi)  
[www.nuortenmielenterveystalo.fi](http://www.nuortenmielenterveystalo.fi)

**FinFami Etelä-Pohjanmaa ry**  
Kauppakatu 11 A 4, 60100 Seinäjoki  
puh. (06) 4148 994  
toimisto@finfamiep.fi  
[www.finfamiep.fi](http://www.finfamiep.fi)

