



Seinäjoen
Työterveys

Lapuan kaupungin toimintasuunnitelma

Ajalle 1.1.2026–31.12.2026

PERUSTIEDOT YRITYKSESTÄ

<i>Nimi</i>	LAPUAN KAUPUNKI
<i>Osoite</i>	Valtuustontie 8, 62100 Lapua
<i>Puhelin</i>	06 4384111
<i>Y-tunnus</i>	0209113-7
<i>Toimiala ja toimialanumero</i>	Julkinen yleishallinto, 84110
<i>Tilikausi</i>	1.1-31.12
<i>Yrityksen johtaja, puhelinnumero ja sähköposti</i>	Kaupunginjohtaja Satu Kankare p. 06 4384000, 044 4384000
<i>Yrityksen yhteyshenkilö, puhelinnumero ja sähköposti</i>	Henkilöstöpäällikkö Kaija Metsänranta p. 044 438 4004, kaija.metsanranta@lapua.fi
<i>Työtaturma- vakuutusyhtiö</i>	OP Pohjola
<i>Eläkevakuutus- yhtiö</i>	Kuntien eläkevakuutus

TYÖTERVEYSHUOLTO

<i>Nimi</i>	Seinäjoen Työterveys Oy/ Lapuan toimipiste
<i>Y-tunnus</i>	2788158-1
<i>Osoite</i>	Sairaalantie 9 D, 62100 Lapua
<i>Puhelin</i>	06 2410 2310
<i>Sähköposti</i>	etunimi.sukunimi@seinajoki.fi
<i>Työterveys- henkilöstö</i>	Hallinnon toimiala, kasvatuksen-, koulutuksen- ja vapaa-ajan toimiala ja tekninen toimiala: Työpaikalle nimetty työterveyshoitaja: Hanna Hakomäki p.0503796670 Työpaikalle nimetty työterveyslääkäri: Eva Salomäki p.0503795382 Työpaikalle nimetty työfysioterapeutti: Laura Nikkola Vastaanoton työterveyshoitaja: Terhi Riihimäki Työterveyshuollon johtava ylilääkäri: Tarja Välimäki
<i>Aukioloajat</i>	Avoinna ma-to 7.45 – 15.30 ja pe 7.45 – 13.45 Kaikki vastaanottoajat/soittoajat ajanvarauksella p.06 24102310



TYÖTERVEYSHUOLLON TYÖNTEKIJÄT JA PALVELUT

Ammatti- henkilöt	Työterveyshuoltopalveluita toteuttavat vastuualueittain nimetyt ammattihenkilöt, työterveyshoitajat, -lääkärit ja fysioterapeutit
Työfysio- terapeutin palvelut	Työfysioterapeutti on ollut ammattihenkilö vuoden 2022 alusta alkaen. Vastaanotto ajanvarauksella Lapualla viikoittain. Asiakkaat voivat varata vastaanottoajan suoraan työfysioterapeutin vastaanotolle, kun kyseessä on ennaltaehkäisevää terveydenhuoltoa. Suoravastaanotolle voi hakeutua suoraan tuki- ja liikuntaelinoireissa. Työfysioterapeutin vastaanotolle voi ohjautua myös muiden työterveyshuollon ammattihenkilöiden kautta. Työfysioterapeutin toteuttama terveystarkastus on usein osa laajempaa terveystarkastusta. Työfysioterapeutin asiantuntemusta käytetään mm. erityisesti silloin, kun työ kuormittaa hengitys- ja verenkiertoelimistöä, sisältää toistotyötä, taakan käsittelyä ja staattisia ja huonoja työasentoja. Terveystarkastuksiin kuuluu usein myös ergonomianeuvonta ja ohjaus omatoimiseen fyysisen toimintakyvyn parantamiseen. Tavoitteena on työkyvyn selvittäminen ja tukeminen. Työfysioterapeutti osallistuu tarpeen mukaan työpaikkakäynneille ja tekee suunnattuja työpaikkaselvityksiä ergonomian ja työn fyysisten kuormitustekijöiden kartoittamiseksi työpisteissä Työfysioterapeutilla on mahdollisuus kirjoittaa enintään kolmen (3) kalenteripäivän pituisen sairauslomatoistuksen
Asiantuntija- toiminta	Työterveyshuollon asiantuntijatoimintaa ovat työterveyspsykologipalvelut sekä erikoislääkärikonsultaatiot
Työpsykologin palvelut	Työterveyspsykologin vastaanotto Seinäjoen toimipisteessä ajanvarauksella. Työntekijä voi käydä työkykyä koskevissa asioissa työterveyshoitajan tai –lääkärin ohjaamana työterveyspsykologin neuvonta-/ ohjauskäynnillä 1-3 kertaa vuodessa. Tavoitteena on työkyvyn selvittäminen ja tukeminen.
Erikoislääkärin konsultaatiot	Erikoislääkärin konsultaatiokäynnit työterveyslääkärin läheteellä työkyvyn arvioimiseksi ja tukemiseksi työhön vaikuttavassa vaivassa
Muut palvelut	Muita työterveyshuollon palveluita ovat laboratoriotutkimukset sekä kuvantamistutkimukset
Laboratorio- tutkimukset	Laboratoriotutkimuksiin tarvitaan aina työterveyshuollon tekemä lähete. Laboratoriotutkimukset toteutetaan EP:n hyvinvointialueen laboratorioissa. Laboratoriotutkimuksiin tulee varata aika joko nettiajanvarauksella www.hyvaep.fi tai soittamalla numeroon 06 4158813
Kuvantamis- tutkimukset	Tarvittavat kuvantamistutkimukset tehdään EP:n hyvinvointialueen Lapuan SOTE-keskuksen röntgenissä. Kuvantamistutkimuksiin ajanvaraus tehdään vastaanottokäynnin yhteydessä työterveyshuollossa. Tutkimustulokset ja lausunnot siirtyvät sähköisesti terveystietoihin.



TYÖTERVEYSHUOLTOSOPIMUS

KL1 ja KL 2	Lapuan kaupungin työterveyshuoltosopimus kattaa ennaltaehkäisevän lakisääteisen työterveyshuollon (Kelan korvausluokka 1) lisäksi työterveyspainotteisen sairaanhoitopalvelun (Kelan korvausluokka 2). Tavoitteena on, että yli 50% työterveyspalveluista on ennaltaehkäisevää lakisääteistä toimintaa
Etäpalvelut	Yrityksen kanssa on sovittu mahdollisuudesta etäpalveluihin (puhelu- ja sähköiset kontaktit)
Työfysioterapeutin suoravastaanotto	Yrityksen kanssa on sovittu mahdollisuudesta työfysioterapeutin suoravastaanottokäynneille

TYÖSUOJELUYHTEISTYÖ

Työsuojelu-/yhteistyötoimikunta	On ☒ Ei ole ☐
Työsuojelupäällikkö	Kaija Metsänranta
Työsuojeluvaltuutetut	Jouni Mastomäki (opettajat, varhaiskasvatuksen opettajat), Kim Lindström (toimihenkilöt, muut työntekijät)



YRITYKSEN TYÖTERVEYSTARPEIDEN JA HENKILÖSTÖN KUVAUS

<i>Toimiala</i>	Kaupungin julkinen yleishallinto
<i>Henkilöstön kuvaus, määrä, sukupuolijakauma</i>	463 vakinaiset 74 määräaikaista 40 sijaista 2 työllistettyä 3 projektityöntekijää Yhteensä 582 Lisäksi: 59 sivutoimiset tuntiopettajat (kansalaisopiston sivutoimiset)
<i>Toiminta-suunnitelma-kaudella ehkäistään työterveyshuollon menetelmin ja keinoin työpaikalla selvityksellä todettujen työpaikan kuormitustekijöiden haitallisia vaikutuksia</i>	fysikaaliset ☒ kemialliset ☒ biologiset ☒ fyysiset/ergonomiset ☒ psykkiset ☒ sosiaaliset ☒ yötyö ☒ tapaturmavaara ☒
<i>Tärkeimmät työterveysongelmat</i>	Työkyvyn ylläpitäminen, psykososiaalinen kuormittuminen, työssä jaksaminen, työyhteisö-ongelmat, tuki- ja liikuntaelimestön rasittuminen, henkilöstön ikääntymisestä johtuvien erilaisten kansansairauksien (mm. verenpainetauti, DM, sydänsairaudet, tuki- ja liikuntaelimet) lisääntyminen ja ennalta-ehkäisyn tarve.



TYÖPAIKALLA TOTEUTETTUJA TOIMENPITEITÄ TYÖKYVYN TUKEMISEKSI

<i>Työhyvinvoinnin tukeminen</i>	Työkyvyn tuen toimintamalli 2020, päivitys alkuvuonna -25 Työhyvinvointiohjelma 2024 alkaen, päivitetään 2026 Työsuojelun toimintaohjelma, päivitetään 1/26 Toimintamalli Työturvallisuuden ja työhyvinvoinnin edistämiseksi 2007 Epäasiallisen kohtelun ja häirinnän ehkäisy ja käsittely 2021 Psykososiaalisen kuormituksen tunnusmerkit työyhteisössä 2013 Henkilöstötutkimus, Lapuan kaupunki 2024 Ohje väkivalta- ja uhkatilanteiden ja yksintyöskentelyn toimintamalli 2022 Sisäilma-toimintamalli 2023 Tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelma 2024
<i>Päihdetyö, Savuton työpaikka</i>	Lapuan kaupungin päihdeohjelma, säännöt ja ohjeet nro 350 2014, päivitetään kevään -26 aikana. Savuton työpaikka. Kriteerit ja toimenpiteet. Säännöt ja ohjeet. 2016
<i>Erityistyölasit</i>	Näyttöpääte- ja erityistyölasien hankintaohjeistus 2020
<i>Etätyö</i>	Etätyöohje 2023
<i>Muut ohjeet</i>	Lapuan kaupungin toimintaohjeet mukautetun työn toimintamallissa. Säännöt ja ohjeet nro 362 11.4.2017 Mukautettu & työterveysyhteistyö! Korvaavan/kevennetyn työn malli 2025 Sairauspoissaolo-ohjeet 2025 Työajan käyttö terveydenhuoltopalveluissa 2025

TYÖTERVEYSHUOLLON LAADUN JA VAIKUTTAVUUDEN SEURANTA

Työterveys- huollon toimenpiteet	Työterveyshuollon ehdottamien toimenpiteiden vaikuttavuutta työympäristössä ja työyhteisössä seurataan työpaikkakäynneillä ja terveystarkastuksissa. Työntekijöiden altistumista ja kuormitusta, terveydentilaa ja työkykyä seurataan terveystarkastusten ja sairaanhoitokäyntien yhteydessä. Asiakastyytyväisyyttä seurataan vuosittain tehtävällä asiakastyytyväisyyskyselyllä.
Työterveysyhteis- työ	Tarkoituksena on perustaa ohjaustyöryhmä, joka tapaa 2 krt kevään aikana, ja 2 krt syksyn aikana. Koolle kutsujana toimii työterveyshuolto, joka laatii myös esityslistan ohjaustyöryhmässä käsiteltävistä asioista. Ohjaustyöryhmien ajankohdiksi kaavailtiin tammi-,touko-, elo- ja marraskuuta. Ohjaustyöryhmään osallistuvat kaupunginjohtaja, henkilöstöpäällikkö, sivistys- ja hyvinvointijohtaja, tekninen johtaja sekä työterveyshuollon edustajista työterveyshoitaja ja työterveyslääkäri. Ohjaustyöryhmässä on tarkoituksena käydä läpi Lapuan kaupungin eri yksiköiden tilannetta työhyvinvoinnin, työkyvyn tuen ja sairauspoissaolojen ennaltaehkäisyn näkökulmasta. Ohjaustyöryhmässä työterveyshuolto tuo työnantajan tietoon sairauspoissaolot diagnoosiryhmittäin, pidettyjen työterveysneuvottelun sekä korvaavan/mukautetun työn määrät sekä muut ajankohtaiset asiat työhyvinvoinnin näkökulmasta. Tarkoituksena on tukea erityisesti niitä yksiköitä, joissa on esim. voimakasta psykososiaalista kuormittumista, työssä jaksamisen haastetta tai muuta työkyvyn uhkaa.
Toimintasuunni- telman toteutuminen	Toteutumista seurataan työpaikan johdon ja työsuojelutoimikunnan / työsuojeluvaltuutetun kanssa Työterveyshuolto käy toimintasuunnitelman läpi vuosittain Kelan korvaushakemusten laatimisen yhteydessä Lisäksi toimintasuunnitelma tarkistetaan vuosittain työnantajan ja työterveyshuollon yhteistyönä



TYÖTERVEYSHUOLTOTOIMINNAN TAVOITTEET

TARVE JA TAVOITE	TOIMENPITEET JA KEINOT	SEURANTA JA ARVIOINTI
Työntekijän ja esihenkilön tukeminen työssään -Henkilöstön tukeminen muutos- ja kuormitustilanteissa -Psyykkisen ja fyysisen toimintakyvyn tukeminen -Työkyvyn tuen toimintamallin noudattaminen	-Säännölliset terveystarkastukset, -Varhainen oireiden tunnistaminen -Ohjaus ja neuvonta -Tukikäynnit työterveyshuollossa -Työterveysneuvottelut -Mukautetun työn tarpeen arviointi, jos ilmenee työkyvyttömyyden uhkaa -Työterveyspsykologin konsultaatio esihenkilöiden tai työyhteisön tukemisessa -Työnohjaus -Työfysioterapeutin palvelut tarvittaessa.	-Työterveysneuvotteluiden määrä - Mukautettu työ -Osasairauspäivärahan käyttö -Osatyökyvyttömyyseläkkeet - Työkykyä ja oireita arvioidaan työterveyshuollossa terveystarkastusten yhteydessä
Yhteistyömuotojen kehittäminen -Monialainen yhteistyö työterveyshuollon kanssa. -Terveystarkastusten kohdentaminen erityisesti työkyvyn tuen tarpeessa oleville	-Ohjaustyöryhmät työntäjän ja työterveyshuollon kesken. -Työterveyslääkäri ja työterveyshoitaja osallistuvat sisäilmatyöryhmän kokouksiin -Uudet esimiehet käyvät tutustumassa työterveyshuollon toimintaan työterveyslääkärin kutsumana.	-Toimintasuunnitelman toteutumisen jatkuva seuranta
Työpaikkaselvitysten vaikuttavuus - Työpaikkakäyntiraportissa terveydellisen merkityksen arvioinnissa kiinnitetään erityisesti huomiota psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin sekä väkivallan uhkaan	-Työpaikkakäynnit tehdään yhdessä työsuojeluhenkilöstön kanssa - Hyödynnetään työpaikan tekemää riskienarviointia työpaikkaselvityksen tekemisessä -Terveydellisen merkityksen arvioinnin kirjaaminen selkeästi työpaikkakäyntiraportteihin. -Psykososiaalisen kuormituksen arviointi myös esihenkilöiden osalta -Väkivallan uhan kohtaamisessa yksilötuki ja kriisityöryhmän tuki	-Työpaikkaselvitysten toimenpide-ehdotusten toteutuminen -Terveydellisen merkityksen arvioinnin kirjausten toteutuminen

ENNALTAEHKÄISEVÄ LAKISÄÄTEINEN TYÖTERVEYSHUOLTO, KELAN KORVAUSLUOKKA 1

<i>Ennaltaehkäisevä toiminta</i>	Työn ja työympäristön vaarojen ja kuormitustekijöiden terveydellisen merkityksen arviointi Työterveyden ja työkyvyn edistäminen Työ- ja toimintakyvyn arviointi ja tukeminen Ammattitautien ja työperäisten sairauksien ennaltaehkäisy, toteaminen ja seuranta Työtapaturmien torjunta Osatyökykyisen työhön paluun tukeminen Kuntoutukseen ohjaus
Työpaikka-selvitykset	Työterveyshuoltotoiminta perustuu tehtyyn työpaikkaselvitykseen. Työpaikkaselvityksen tarkoituksena on arvioida työn ja työolosuhteiden terveellisyys ja turvallisuus ottaen huomioon työpaikan altisteet, työn kuormittavuus, työjärjestelyt sekä tapaturma- ja väkivaltavaara. Työpaikkaselvityksiä tehdään työterveyshenkilöstön ja/tai työnantajan harkinnan mukaan työolosuhteiden muututtua. Tarvittaessa käytetään ulkopuolisia asiantuntijoita. (http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2001/20011484)
<i>Perusselvitys</i>	Perusselvityksiä toteutetaan kaupungin eri työyksiköihin vuosittain erillisen suunnitelman mukaan tai työolosuhteiden oleellisesti muuttuessa. Työpaikkaselvityksiä voivat tehdä työterveyslääkäri, työterveyshoitaja, työfysioterapeutti ja/tai työterveyspsykologi. Työpaikkaselvityksistä tehdään kirjallinen raportti, joka sisältää työterveyshuollon suositukset jatkotoimenpiteiksi. Päävastuu toimenpiteiden toteuttamisesta on työyksikön esihenkilöllä. Työsuojeluvaltuutetut seuraavat raporttiin kirjattujen toimenpide-ehdotusten toteuttamista työpaikalla. Työpaikkaselvityskäynnin ajankohdasta sovitaan etukäteen työpaikan esihenkilöiden, ja työsuojeluvaltuutetun kanssa, jotka osallistuvat myös työpaikkakäynnille. Mahdollisuuksien mukaan työpaikkakäynneillä ovat mukana myös kiinteistöhuoltaja ja kiinteistömestari. Selvitys voidaan tehdä joko käyntinä työpaikalle tai etänä.
<i>Suunnattu selvitys</i>	Suunniteltujen työpaikkaselvitysten lisäksi työterveyshuolto voi tehdä suunnattuja selvityksiä (työyhteisön työergonomia, psyko-sosiaalinen kuormitus tms.) Yksilöön kohdistuvat suunnatut selvitykset (esim. ergonomia, työssä selviytymisen seuranta, näyttöpäätelasit) työterveyshuolto toteuttaa harkinnan mukaan
<i>Suunnitelma v. 2026 työpaikka-selvityskohteista</i>	Koulut: Haapakosken koulu, Tiistenjoen koulu + eskari, Liuhtarin koulu + eskari Varhaiskasvatus: Alanurmon päiväkot

Lakisääteiset terveys- tarkastukset

Alku- ja
määräaika-
tarkastukset
erityistä
sairastumisen
vaaraa
aiheuttavissa
töissä

Tekninen toimiala: Kunnallistekniset palvelut (Vesihuoltolaitos, Honkimetsän varikko, liikennealueet)

Terveystarkastukset tekee pääsääntöisesti työpaikalle nimetty työterveyshoitaja. Työterveyshoitaja ohjaa tarvittaessa lääkärin tarkastukseen.

Kohderyhmät: Melulle ja pölylle altistuvat työntekijät (rakennustyöntekijät), hitsaushuuruille altistuvat, liuotinaineille altistuvat (maalarit), yö- ja vuorotyöntekijät, työt, joissa on väkivallan uhka, kylmätyö ja tartuntatautilain mukaiset tarkastukset.

Peruste: Vna 1485/01

Tarkastusväli: 1 – 3 vuotta. Yötyötä tekevien työterveystarkastukset koskevat kaikkia yötyössä olevia työntekijöitä, joilla on yli 20 yövuorota vuodessa. Yötyöksi kutsutaan työtä, jota tehdään klo 23 – 06 välillä. Näitä tarkastuksia tehdään seuraavasti:

- yötyötä sisältävään työhön tullessa, vuoden kuluttua työn aloittamisesta tarvittaessa
- yli 60-vuotiaat vuoden välein
- alle 25-vuotiaat ja 45 – 60 -vuotiaat 2 vuoden välein
- 25 – 44 -vuotiaat 3 vuoden välein. 25 – 44-vuotiaiden tarkastukset poikkeavat valtioneuvoston 5- vuoden välein tapahtuvista terveystarkastusohjeista

Tarkastuksen sisältö: Työterveyshoitajan tekemä työterveyshaastattelu ja sähköisen työterveyskyselyn läpikäyminen sekä siihen liittyvä neuvonta ja ohjaus. Tarkastuksen yhteydessä otetaan tarpeen mukaiset laboratoriotarkastukset ja verenväli. Tarvittaessa otetaan myös näkö, kuulo ja oireileville keuhkojen toimintakoe bronkolytyillä. Tarkastuksiin voidaan liittää tarpeen mukaan myös muita laboratoriotarkastuksia. Työhöntulotarkastuksista (toimi/virkasuhde) annetaan sopivuuslausunto. Määräaikaistarkastuksissa tehdään tarvittaessa lääkärin seuranta-tarkastus. Työterveys-suunnitelman tekeminen.

Työhön sijoitus- ja
terveydenseuranta-
tarkastukset

Työn asettaessa työntekijälle terveydellisiä erityisvaatimuksia tai työstä saattaa aiheutua vaaraa tai haittaa terveydelle

Kohderyhmät: Keittiötyöntekijät, koneiden- ja ajoneuvojen kuljettajat, laitoshuoltajat, huoltokorjaajat, näyttöpäätetyöntekijät.

Peruste: Vna 1484/01/4, Vna 1484/01/8. Vnp 1405/93 näyttöpäätetyö

Tarkastusväli: Työhön tullessa, jatkossa 3 vuoden välein.

Tarkastuksen sisältö: Työterveyshoitajan tekemä työterveyshaastattelu, sähköisen työterveyskyselyn läpikäynti sekä siihen liittyvä neuvonta ja ohjaus. Tarkastuksen yhteydessä otetaan tarpeen mukaiset laboratoriotarkastukset ja verenväli. Tarvittaessa otetaan myös näkö, kuulo, keuhkojen toimintakoe bronkolytyillä oireisille. Tarkastuksiin voidaan liittää tarpeen mukaan myös muita laboratoriotarkastuksia. Työhöntulotarkastuksista (toimi/virkasuhde)

	annetaan sopivuuslausunto. Määräaikaistarkastuksissa tehdään tarvittaessa lääkärin seurantatarkastus. Työterveys suunnitelman tekeminen. Tartuntatautilain (1227/2016) ja asetuksen (146/2017) mukainen terveydentilan selvitys elintarviketyötä tekevien henkilöiden salmonellatartunnasta työsuhteen alussa haastatteluna sekä todistus tark-lomakkeelle. Tarvittaessa uloste viljely¹
<i>Muut terveys-tarkastukset</i>	Terveystarkastukset työkyvyn tukemiseksi ja ylläpitämiseksi. <u>Kohderyhmä:</u> Muut kuin edellisten kohtien työntekijät <u>Tarkastusväli:</u> 3-5 vuotta <u>Tarkastuksen sisältö:</u> Tarvittavin osin kuten edellä.
<i>Osatyökykyisen työntekijän terveydentilan seurantatarkastus tarvittaessa</i>	Osatyökykyisen työntekijän työssä selviytymisen seuranta ja tukeminen työntekijän, työterveyshuollon tai työnantajan aloitteesta. Tarvittaessa hoitoon ja kuntoutukseen ohjaus ja arvio työkyvystä, mahdollisista työrajoitteista ja työhön liittyvistä muutostarpeista. Tarvittaessa työterveysneuvottelut työnantajan kanssa.

SAIRAANHOITOPALVELUT KELAN KORVAUSLUOKKA 2

Työterveys- huoltoon kuuluva sairaanhoito	Työterveyshuollon sairaanhoito on osa työpaikan ja työterveyshuollon yhteistyötä, jonka tavoitteena on työkyvyn tukeminen. Kaikkien pitkäaikaissairauksien seuranta ja tarvittavia seurantatutkimuksia ei ole tarkoituksenmukaista ottaa työterveyshuollon vastuulle. Sairaanhoitopalvelut, jotka kuuluvat sopimukseen - työterveyshuoltopainotteinen sairaanhoito tarvittavine laboratorio- ja kuvantamistutkimuksineen - erikoislääkärin konsultaatiokäynnit työterveyslääkärin läheteellä työkykyyn vaikuttavissa sairauksissa
Työterveys- hoitajan sairausvastaanotto	Soittoaika/terveystarkastusaika työpaikan nimetylle työterveyshoitajalle on mahdollista varata ajanvarauksella (puh.06-2410 2310) tai chatin välityksellä. Vastaanoton työterveyshoitajan sairausvastaanotto toimii ajanvarauksella puhelimitse, chatin kautta tai nettiajanvarauksella. Vastaanoton työterveyshoitajan sairausvastaanotto on tarkoitettu lyhytkestoisten asioiden hoitoon, kuten flunssa-arviot. Vastaanotot valittavissa ainoastaan Lapuan toimipisteeseen. Kriittisissä/henkeä uhkaavissa tapauksissa yhteydenotto omaan SOTE-keskukseen.
Etälääkärin vastaanotto	Etälääkärin videovastaanotolle (15-20 min) voi varata ajan asioissa, jotka eivät vaadi kliinistä tutkimusta. Etävastaanotto tapahtuu videovastaanotonvälityksellä, kirjautuminen työterveyden nettisivujen kautta kohdasta: Sähköinen asiointi → "videovastaanotto".
Työterveys- lääkärin vastaanotto	Vastaanotot vain ajanvarauksella. Vastaanotolla hoidetaan terveyden ja työkyvyn ylläpitämiseen, sairauksiin ja kuntoutukseen liittyviä asioita. Seinäjoen toimipisteessä on saatavilla yksittäisiä päivystyksellisiä vastaanottoaikoja kiireellisempien asioiden hoitoon. Ajanvaraus puhelimitse, chatin kautta tai nettiajanvarauksella. Kriittisissä/henkeä uhkaavissa tapauksissa yhteydenotto SOTE-keskukseen tai hyvinvointialueen päivystykseen. (kts. lista lopussa)
Työfysioterapeutin vastaanotto	Työfysioterapeutin vastaanotolle voi varata ajan tuki- ja liikuntaelinongelmissa ilman erillistä lähetettä sähköisesti tai puhelimitse. Myös suoravastaanotto ja sairaslomankirjoitusosoikeus 3 pv.
Sairauslomakäytäntö	<u>Omailmoitus 1-3 kalenteripäivää:</u> Työntekijä voi olla sairauden takia poissa työstä enintään kolme (3) kalenteripäivää (riippumatta siitä, ovatko ne työvapaapäiviä) oman ilmoituksen perusteella, ellei esihenkilö toisin päättä. Tämä ns. omailmoitusmenettely koskee vain tiettyjä sairauksia: flunssa, vatsatauti, diagnosoitu migreeni. <u>Työterveyshoitajan todistus:</u> Työterveyshoitaja voi kirjoittaa sairauslomaa esihenkilön luvalla olevan 3 päivän jatkoksi 1-2 päivää. Hoitajan arvion mukaan voidaan käyttää myös etävastaanottoa.

Chat-palvelut

Työterveyshoitaja voi jatkaa sairauslomaa tästä edelleen 1-3 pv tarvittaessa, mutta se edellyttää käyntiä työterveyshoitajan vastaanotolla. Tämän jälkeen vaaditaan lääkärin kannanotto työkykyyn.

Lääkärintodistus: Sairauden jatkuessa yli 8 kalenteripäivää on aina esitettävä lääkärin kirjoittama todistus työkyvyttömyydestä.

Työterveyshoitajiin saa yhteyden myös sähköisen asiointiympäristön kautta. Palveluihin kirjautuminen tapahtuu vahvalla tunnistautumisella verkkopankkitunnuksien avulla, näin taataan salainen yhteydenotto.

- Hoitajachat on auki arkisin ma-to klo 8-15, pe 8-12. Vastaanoton työterveyshoitaja vastaa akuutteihin ongelmatilanteisiin aihealueittain mahdollisimman pian, vähintään 2 vrk:n kuluessa.
- Kiireetön viesti-kohdasta pystyy jättämään viestin työpaikan nimetylle työterveyshoitajalle mihin aikaan vain vuorokaudesta. Työterveyshoitaja vastaa viestiin 1-3 arkipäivän kuluessa.
- **Sähköpostitse ei käsitellä asiakaspapereita tai- tietoja, vaan suositaan kiireetön viesti-kanavaa.**



MUU TYÖKYKYÄ YLLÄPITÄVÄ TOIMINTA

Rokotukset	B –hepatiittirokotukset Työnantajan kustantamana: terveyskeskuksen tekninen henkilöstö ja puistotyöntekijät (vakituksessa tai toistuvissa työsuhteissa olevat) A + B –hepatiittirokotukset Työnantajan kustantamana: jätevesipumppaamon työntekijät ja jätevesille altistuville kiinteistöhuollon työntekijät Puutiaisaivotulehdusrokotteet (ns. punkkirokotukset) Työnantajan kustantamana puutarhan kausityöntekijät (vakituksessa tai toistuvissa työsuhteissa olevat) sekä teknisen keskuksen maastotyöntekijät Influenssarokotukset Koko henkilökunnalle (Ei Kela korvattavaa toimintaa)
Työtapaturmat	Työtapaturman sattuessa työntekijä täyttää yhdessä työnantajan kanssa työtapaturmailmoituksen 10 arkipäivän kuluessa. Ilmoitus lähetetään vakuutusyhtiölle. Työtapaturmat ja läheltä piti-tilanteet ilmoitetaan myös Granite-järjestelmään. Ilmoitusta työtapaturmasta työterveyshuoltoon ei tarvita. Tarvittaessa työntekijä hakeutuu hoitoon joko terveyskeskukseen, työterveyshuoltoon tai työtapaturmayhtiön suostumuksesta yksityiselle
Sisäilmaryhmä	Työterveyshoitaja ja työterveyslääkäri kuuluvat kaupungin sisäilmaryhmään, joka selvittää työpisteiden sisäilmassa koettuja ongelmia/terveyshaittoja ja etsivät ratkaisuja ongelmien/haittojen poistamiseksi.
30-60-90 sairauspäivärahan toimintamalli	Työnantajan on lakisääteisesti selvitettävä yhdessä työntekijän ja työterveyshuollon kanssa työntekijän mahdollisuudet jatkaa työssä, jos työkyvyttömyys pitkittyy. 30 Työnantajan on ilmoitettava työntekijän sairauspoissaolosta työterveyshuoltoon viimeistään silloin, kun poissaolo on jatkunut kuukauden ajan. 30 päivää lasketaan vuoden kertymänä. 60 Työntekijän on haettava sairauspäivärahaa kahden kuukauden kuluessa työkyvyttömyyden alkamisesta ja osasairauspäivärahaa kahden kuukauden kuluessa siitä päivästä, josta alkaen etuutta halutaan. 90 Työterveyslääkärin lausunto työntekijän jäljellä olevasta työkyvystä ja työssä jatkamismahdollisuuksista tarvitaan viimeistään, kun sairauspäivärahopäiviä on kertynyt 90 kahden vuoden aikana. Lapuan kaupungilla on käytössä myös mukautetun (korvaavan) työn toimintamalli. Mukautetun työn toimintamallia käytetään kaikissa sairauspoissaoloissa ja sen tavoitteena on vähentää sairauspoissaoloja tukemalla työntekijöitä, ks. erillinen Lapuan kaupungin mukautetun työn toimintamalli.

Tietojen antaminen, neuvonta ja ohjaus

Tietojen antaminen, neuvonta ja ohjaus (TANO) on työterveyshuollon keskeistä ja lakisääteistä toimintaa. Toiminnan tavoitteena on lisätä työntekijöiden, työnantajien ja työorganisaatioiden muiden toimijoiden työterveyttä ja -turvallisuutta koskevia tietoja ja taitoja sekä edistää työterveyttä tukevien asenteiden ja toimintatapojen omaksumista työorganisaatioissa. Työterveyshuolto arvioi ohjauksen ja neuvonnan tarpeen työpaikkaselvityksillä, terveystarkastuksilla tai muilla työterveyshuollon menetelmillä (708/2013, §9).

Tietoja, neuvontaa, ohjausta ja palautetta voidaan antaa työntekijöille henkilökohtaisesti muun toiminnan (esim. työpaikkakäynnin, terveystarkastuksen, sairausvastaanoton) osana tai sellaiselle osalle työyhteisöä, jolla on työterveyshuollon toimenpitein selvitetty tarve saada tietoa kohdennetusti omaan työhön ja työkykyyn liittyen.

Työterveyspsykologi pyrkii ehkäisemään ja selvittämään työyhteisön ongelmatilanteita sekä etsii ratkaisuja työilmapiiriin parantamiseksi. Työntekijöillä on mahdollisuus käyttää työterveyspsykologin palveluita korkeintaan kolme käyntikertaa vuodessa työkyvyn arviointiin ja tukemiseen. Työterveyspsykologin vastaanotoille ohjaututaan työterveyshoitajan tai työterveyslääkärin arvion mukaan.

Työfysioterapeutin palveluihin kuuluvat ergonomiaselvitykset, kuntotestaukset, neuvonta ja ohjaus sekä suoravastaanottotoiminta. Suoravastaanotolla työfysioterapeutti arvioi työn vaikutusta asiakkaan tuki- ja liikuntaelinoireisiin, ehdottaa muutoksia työhön ja vaikuttaa aktiivisesti asiakkaan työtapoihin ja -oloihin. Toiminnalla voidaan ehkäistä oireiden pitkittymistä ja nopeuttaa työhön paluuta. Työfysioterapeutilla on mahdollisuus kirjoittaa sairauslomaa max kolme päivää (3 pv)

Ensiapuvalmiuden ylläpito

Työterveyshuollon henkilöstö kartoittaa ensiapuvalmiuden ja henkilöstön koulutuksen ajantasaisuuden työpaikkaselvitysten yhteydessä.

Työnantaja järjestää työntekijöille ensiapukoulutusta tarvittaessa. Suositeltavia kursseja Ea 1 ja Ea 2 sekä EA-taitojen ylläpito (8h). Ensiapukaappien- ja välineiden kunnosta vastaa työnantaja.

KRIISITYÖ

Työyhteisöä koskevat kriisitilanteet

Työyhteisöä koskevissa akuuteissa kriisitilanteissa, yhteys Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialueella kuuluvaan sosiaali- ja kriisipäivystykseen p. 044 4700 444



TYÖTERVEYDEN KÄYTTÄJÄT

Työterveyshuollon palveluihin ovat oikeutettuja	vakinaiset työntekijät sijaiset ja määräaikaiset työntekijät palvelussuhteen aikana työllistetyt, kun palkanmaksajana kaupunki kuntoututuella olevat (vain lakisääteiset palvelut)
Työterveyshuollon palveluita eivät voi käyttää	palkattomilla vapailla olevat (perhe- ja opintovapaat, vuorotteluvapaat) palkattomat harjoittelijat kuntouttavassa työtoiminnassa olevat ja työkokeilussa olevat (TE-hallinnon asiakkaat) kokoaikaiselle eläkkeelle siirtyneet

TYÖTERVEYDESSÄ EI HOIDETA

Akuuttivaivat, jotka ohjataan terveyskeskukseen/ päivystykseen	Rintakipu Rytmihäiriö Akuutti hengenahdistus Voimakas huimaus Toispuolinen raajaoire (halvausoire), näön, puheen tai kuulon heikkeneminen nopeasti, myös ohimenneet oireet (TIA) Äskettäinen tajuttomuuskohtaus Akuutti vatsakipu Murtumaepäily tai muu vakavampi/kohtalainen tai rtg kuvausta edellyttävä tapaturmavamma Raskaana olevan verinen vuoto tai muu raskausajan ongelma
Ei hoideta työterveyshuollossa	Vaihdevuosihoitot + miesten hormonihoito, ehkäisyasiat, muu gynekologia, lapsettomuusasiat, adoptiotodistukset, sterilisaatiolausunnot Ajokorttitodistukset (ammatikseen ajaville työnantajan nimilistan mukaisesti) Diabeteksen hoito/kontrollit Akuutit työtapaturmat Harrastuksiin ja muihin yksityisasioihin liittyvät todistukset Luomien ja näppyjen poistot Hyytymistekijätutkimukset, geeniperimää selvittelevät tutkimukset Syöpäseurannat, muut vakavat pitkäaikaissairaudet, jotka edellyttävät toistuvia kontroleja (esim. reumasairaudet, Marevan -hoidon seurannat) Matkailijoiden rokotusasiat Vapaa-ajan tapaturmat (jos sairauspoissaolot pitkittyvät 2 viikkoon, ottaa työterveyshuolto kantaa työkykyyn ja mukautetun työn mahdollisuuteen)

TOIMINTASUUNNITELMAN HYVÄKSYMINEN

Työnantajan edustajan allekirjoitus: Pvm. 4.12.2025

Satu Kankare

kaupunginjohtaja

Työterveyshuollon edustajan allekirjoitus: Pvm 4.12.2025

Hanna Hakomäki

työterveyshoitaja

Seinäjoen työterveys/Lapuan yksikkö