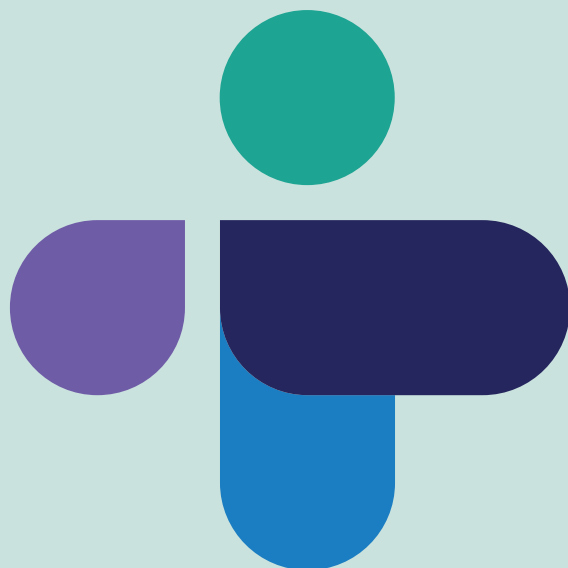




Opas potilaalle ja läheiselle

Tämä opas kertoo, miten voit itse vaikuttaa hoitosi turvallisuuteen ja vahvistaa osallisuutta hoitopolullasi.

Sosiaali- ja terveydenhuollossa hoidon, hoivan ja palvelun tulee olla turvallista ja korkealaatuista.

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1992) ja laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000) korostavat oikeutta yhdessä toteutettavaan hyvään palveluun ja hoitoon sekä tiedon saantiin.

Myös sosiaalihuoltolaki (1301/2014) ja terveydenhuoltolaki (1326/2010) korostavat toiminnan laadukkuutta, turvallisuutta sekä oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun.

**Lisätietoja löydät
www.spty.fi.**

**Suomen asiakas- ja
potilasturvallisuusyhdistys**



10 vinkkiä turvallisempaan hoitoon

1. Riittävät tiedot

Sinua hoitavilla henkilöillä tulee olla riittävät tiedot oireistasi ja sairauksistasi sekä ajantasaiset yhteystietosi. Kerro, jos niissä on tapahtunut muutoksia.

2. Henkilöllisyyden varmistaminen

Muistuta rohkeasti, jos hoitohenkilöstö unohtaa kysyä henkilötietojasi mennessäsi esimerkiksi tutkimuksiin, antaessaan sinulle lääkkeitä tai käsitellessään tutkimustuloksiasi.

3. Muistiinpanot

Valmistaudu käyntiin ja kirjoita muistiin, mitä haluat kertoa tai kysyä. Pyydä hoitohenkilöstöltä tietoa kirjallisesti muistisi tueksi.

4. Kysy rohkeasti

Kysy hoitovaihtoehtoista ja hoitosi etenemisestä. Kysy myös lääkkeistä ja niiden haittavaikutuksista. Varmista ymmärsitkö asiat oikein. Pyydä tietoa myös kirjallisesti.

5. Lääkitys

On tärkeää, että hoitopaikassa ja apteekissa lääkityslistasi on ajan tasalla. Voit pyytää tarkistusta. Oma-aloitteisesti lääkitystä ei pidä muuttaa.

6. Ohjeiden noudattaminen

Noudata saamiasi hoito-ohjeita. Kerro, jos se tuottaa sinulle vaikeuksia.

7. Osallistuminen

Osallistu oman hoitosi suunnitteluun ja päätöksentekoon. Anna palautetta saamastasi hoidosta.

8. Oireet

Kerro jos sinulla on oireita tai kipuja, ja missä ne tuntuvat. Kerro myös, jos sinulla on uusia ja poikkeuksellisia oireita.

9. Omaisen tai läheisen läsnäolo

Halutessasi voit pyytää läheistäsi mukaan tavatessasi ammattilaista. Läheisen mukana olo voi auttaa turvaamaan hoidon jatkuvuutta ja tiedon siirtymistä.

10. Jos jokin mietityttää

Jos jokin asia mietityttää, ota se heti puheeksi. Voit myös jälkikäteen olla yhteydessä sinua hoitavaan tahoon.

SISÄLLYS

1	POTILAANA SINULLA ON OIKEUKSIA JA VELVOLLISUUKSIA	4
2	KUN HAKEUDUT HOITOON	5
2.1	Terveystieteiden palvelut	5
2.2	Etä- ja digipalvelut	6
2.3	Hoitoon pääsy	7
2.4	Hoitopaikan valinta	8
2.5	Kun tarvitset erikoissairaanhoidon palveluita	8
2.6	Miten hakeutua kiireelliseen hoitoon?	8
2.7	Eurooppalainen sairaanhoitokortti	9
3	KUN OLET HOIDOSSA	10
3.1	Paranna osaltasi tiedonkulkua	10
3.2	Osallistu henkilöllisyytesi varmistamiseen	12
3.3	Huolehdi käsihygieniasta	13
3.4	Valmistaudu tutkimuksiin	13
3.5	Sähköinen resepti	13
3.6	Hoitotahto	14
3.7	Edunvalvontavaltuutus	15
3.8	Osallistu hoitosi suunnitteluun	15
4	MITEN HOITOSI JATKUU?	17
4.1	Tärkeää hoidon jälkeen	17
4.2	Sinulle tehdään tarvittaessa jatkohoito- ja kuntoutussuunnitelma	18
4.3	Järjestöt tarjoavat tukea hoitopolun eri vaiheissa	18
4.4	Voimia vertaistuesta	18
5	POTILAAN LÄHEISELLE	19
5.1	Miten tuet omaisesi hyvää ja turvallisinta hoitoa?	19
5.2	Pyydä potilaan suostumus	20
5.3	Kun läheisesi ei itse pysty osallistumaan hoitonsa suunnitteluun	20
5.4	Varmista osaltasi potilasturvallisuutta	20
5.5	Varmista osaltasi jatkohoidon onnistuminen	20
6	MITEN TOIMIA, JOS ON TYYTYMÄTÖN HOITOON?	21
6.1	Potilasvahingon sattuessa voit tehdä potilasvahinkoilmoituksen	21
6.2	Potilasasiavastaava antaa tietoja oikeuksistasi	21
7	OMAT TIEDOT	22
8	LÄÄKITYSLISTA	23

1 Potilaana sinulla on oikeuksia ja velvollisuuksia

Sinulla on oikeus saada hyvää terveyden- ja sairaanhoitoa sekä elämäntilanteessasi tarvitse-
miasi sosiaalipalveluja. Sinua on kohdeltava siten, että vakaumustasi ja yksityisyyttäsi kunnioi-
tetaan, eikä ihmisarvoasi loukata. Kun hoitoasi ja palvelujasi toteutetaan, tulee toivomuksesi,
mielipiteesi, etusi ja yksilölliset tarpeesi sekä äidinkielesi ja kulttuuritaustasi ottaa huomioon.

Potilaan asemasta ja oikeuksista säädetään laissa potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1992).
Laki koskee terveydenhuoltoa kokonaisuudessaan.

Laki antaa sinulle oikeuden mm.

- hoitoon pääsyyn hoitotakuun mukaisessa ajassa
- hyvään kohteluun ja hoitoon yhteisymmärryksessä sinun kanssasi
- käyttää suomen tai ruotsin kieltä, ja mahdollisuuksien mukaan muuta äidinkieltäsi
- tietoon terveydentilastasi, hoitovaihtoehtoista ja niiden vaikutuksista
- tarkistaa itse tai valtuuttamani henkilön toimesta potilaskertomustietoni ja tarvittaessa pyytää oikaisua niihin
- terveystietojesi salassapitoon
- keskusteluun hoitovaihtoehtoista
- hoidosta kieltäytymiseen
- hoitotahtosi toteutumiseen.

**Potilailla ja
heidän läheisillään
on tärkeä rooli omien
voimavarojensa mukaan olla
osallisena ja vastuullisena myös
asiakas- ja potilasturvallisuuden
edistämisessä yhdessä
ammattilaisten kanssa.**

→ LISÄTIETOA vaikuttamismahdollisuuksistasi tämän oppaan lopusta.

Lisäksi voit lukea potilaan asemasta ja oikeuksista Lupa- ja valvontaviraston sivuilta www.lvv.fi.

MAAILMAN TERVEYSJÄRJESTÖN WHO:N MUKAAN JOKAISELLA ON OIKEUS:

1. Oikea-aikaisiin, vaikuttaviin ja asianmukaisiin palveluihin
2. Turvallisiin toimintatapoihin ja käytäntöihin
3. Päteviin ja kyvykkäisiin ammattilaisiin
4. Turvallisiin lääkkeisiin ja niiden turvalliseen ja rationaaliseen käyttöön
5. Turvallisiin toimitiloihin
6. Arvokkuuteen, kunnioitukseen, syrjimättömyyteen, yksityisyyteen ja luottamuksellisuuteen
7. Tietoon ja tuettuun päätöksentekoon
8. Pääsyyn itseään koskeviin asiakirjoihin
9. Kuulluksi tulemiseen
10. Omaan ja läheisten osallisuuteen

Lähde: World Health Organization. Patient Safety Rights Charter 2024.



2 Kun hakeudut hoitoon

Kaikilla meillä on mahdollisuus ja oikeus vaikuttaa oman hoitomme onnistumiseen ja potilasturvallisuuteen. Siksi on tärkeää, että hoito suunnitellaan sinun ja ammattilaisten yhteistyönä.

MITÄ POTILASTURVALLISUUS ON?

Potilasturvallisuus tarkoittaa terveydenhuollon ammattilaisten ja organisaatioiden periaatteita ja toimintoja, jotka varmistavat hoidon ja palvelujen turvallisuuden sekä suojaavat asiakkaita ja potilaita vahingoittumiselta.

Turvallisuus on hyvän palvelun ja hoidon perusta sekä hoitohenkilöstön, asiakkaan, potilaan ja hänen läheistensä yhteinen päämäärä. Turvallinen hoito ja palvelut ovat näyttöön perustuvia ja vaikuttavia. Turvallisuuteen kuuluu myös tilojen, laitteiden, tietojärjestelmien, tarvikkeiden ja lääkkeiden asianmukainen ja turvallinen käyttö sekä toimiva tiedonkulku.

Potilaan näkökulmasta potilasturvallisuus on sitä, että potilas saa oikeaa hoitoa, oikeaan aikaan ja oikealla tavalla ja niin, ettei hoidosta aiheudu hänelle tarpeetonta haittaa. Potilaat ja heidän läheisensä voivat osaltaan edistää potilasturvallisuutta.

Meistä jokainen on omien voimavarojensa mukaan hoidossaan sekä siihen liittyvässä päätöksenteossa vastuullinen ja osallinen toimija. Tämä edellyttää ammattilaiselta saatua tietoa, rohkaisua ja toistoa. Potilaana ja asiakkaana vastuullamme on antaa ammattilaiselle palveluiden ja hoidon kannalta olennainen tieto.

2.1 Terveydenhuollon palvelut

Hyvinvointialueesi järjestää sinulle terveydenhuollon palvelut joko itse tai yhteistyössä muiden hyvinvointialueiden kanssa. Hyvinvointialueesi verkkosivuilta ([www-sivut](#)) ja puhelinkeskuksesta saat tietoa terveyspalveluista ja siitä, miten voit varata vastaanottoajan ja mikä on oma terveysasemasi.

Mikäli olet työelämässä, työnantajasi yleensä huolehtii terveydenhuollon peruspalveluistasi, ei kuitenkaan yleensä hammashoidostasi. Tarkista mitä kuuluu työnantajasi järjestämään terveyspalveluun.

Jos asut tai oleskelet säännöllisesti tai pitkäaikaisesti kotikuntasi ulkopuolella esimerkiksi työn, opiskelun, vapaa-ajanvieton, lähiomaisen tai muun läheisen asumisen vuoksi, sinua hoidetaan oleskelupaikkakuntasi hyvinvointialueen terveysasemalla yhdessä hoitavan terveydenhuollon ammattihenkilön kanssa laaditun hoitosuunnitelman mukaan.

Hoitosuunnitelmaan kirjataan esimerkiksi diagnoosi, hoidon tarve ja tavoite sekä lääkitys. Hoitosuunnitelmaasi kirjattuja terveyspalveluita voivat olla esimerkiksi säännöllisesti otettavat laboratoriokokeet tai reseptin uusiminen. OmaKannassa voit tarkastella hoitosuunnitelmaasi, joka usein on lääkärin kirjoittamassa loppulausunnossa. Kiirettömän hoidon saaminen edellyttää hoitosuunnitelmaa, mutta hätätilanteissa sinulla on oikeus saada kiireellistä sairaanhoitoa kaikkialla Suomessa.

Kiireettömästä hoidosta muualla kuin omalla terveysasemalla on sovittava vähintään kolme viikkoa ennakoon. Lisätietoa saat terveysasemaltasi.

2.2 Etä- ja digipalvelut

Etä- ja digipalvelut voivat helpottaa potilaiden mahdollisuuksia saada hoitoa ja palveluja. Etä vastaanotto sopii hyvin pitkäaikaissairauksien seurantakäynteihin tai yleisten vaivojen hoitamiseen. Etäpalvelu ei ole toimiva, jos hoivan tai hoidon tarpeen arviointi edellyttää esimerkiksi fyysistä tutkimista tai kongnitiivista havainnointia.

Suomessa annettavia terveydenhuollon etäpalveluja koskevat samat periaatteet riippumatta siitä, tuotetaanko niitä julkisella tai yksityisellä sektorilla. Etäpalvelua antava terveydenhuollon ammattihenkilö vastaa aina itse antamastaan palvelusta ja sen asianmukaisuudesta.

Etäpalvelu on hyvien hoito- ja palvelukäytäntöiden mukaista, ja siinä tulee ottaa huomioon asiakas- ja potilasturvallisuus. Etäpalvelujen antamisessa käytettävien järjestelmien sekä asiakkaan tai potilaan tunnistamiseen käytettävien menetelmien on täytettävä salassapitoa, tietosuojaa sekä tietoturvaa koskevat säännökset. Palvelunantaja vastaa etäpalveluissa käytettävien



yhteyksien ja syntyvien tai palvelun aikana syntyvien henkilötietojen käsittelyn tietosuojasta ja tietoturvasta.

Vastaanottoon on tärkeä valmistautua huolella, siten tapaaminen onnistuu parhaiten. Palvelun käyttö edellyttää suostumustasi. Sinulla on oikeus kieltäytyä etävastaanotosta ja saada palvelua kasvokkain.

Etävastaanottoa varten tarvitset älypuhelimien, tabletin tai tietokoneen, jossa on kamera ja mikrofoni.

2.3 Hoitoon pääsy

Hoitoon pääsystä säädetään terveydenhuoltolaissa. Kiireetöntä hoitoa tarjotaan hyvinvointialueella asuville sosiaali- ja terveyskeskuksissa. Hoitoon on päästävä aina kohtuullisessa ajassa, lääketieteelliset ja hammaslääketieteelliset seikat huomioiden. Hoitoon pääsulle on säädetty myös tietyt enimmäisajat, joita on noudatettava kiireettömimmissäkin tapauksissa.

TERVEYSKESKUS

- Kiireettömät tapaukset hoidetaan hyvinvointialueen sosiaali- ja terveyskeskuksissa.
- Arkisin terveyskeskuksen aukioloaikana sinne on saatava välittömästi yhteys.
- Hoitoon on päästävä viimeistään kolmessa kuukaudessa. Alle 23-vuotiaiden on kuitenkin päästävä hoitoon viimeistään 14 vuorokaudessa, jos kyse on sairauden tai vamman tutkimuksesta tai hoidosta.
- Suun terveydenhuollossa alle 23-vuotiaiden on päästävä hoitoon viimeistään kolmessa kuukaudessa ja tätä vanhempien viimeistään kuudessa kuukaudessa.
- Lasten ja alle 23-vuotiaiden nuorten terapiatakuu tarkoittaa sitä, että perusterveydenhuollon lyhytpsykoterapiaan tai muuhun määrämuotoiseen psykososiaaliseen hoitoon on päästävä viimeistään 28 vuorokauden kuluessa siitä, kun tarve tällaiselle hoidolle on todettu.

→ LISÄTIETOA: <https://stm.fi/lasten-ja-nuorten-terapiatakuu>, Terveydenhuoltolaki

ERIKOISSAIRAANHOITO

- Kiireettömässä hoidossa erikoissairaanhoitoon pääseminen edellyttää lääkärin tai hammaslääkärin lähetettä.
- Erikoissairaanhoidossa hoidon tarpeen arviointi on aloitettava kolmessa viikossa lähetteen saapumisesta.
- Arvioinnin edellyttämät tutkimukset ja erikoislääkärin tai erikoishammaslääkärin arviointi on tehtävä kolmessa kuukaudessa lähetteen saapumisesta.
- Jos tutkimuksissa todetaan, että potilas tarvitsee erikoissairaanhoitoa, se on aloitettava viimeistään kuudessa kuukaudessa hoidon tarpeen toteamisesta.
- Lasten ja nuorten (alle 23-vuotiaat) psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa hoidon tarpeen arvioinnin edellyttämät tutkimukset ja erikoislääkärin arviointi on toteutettava kuudessa viikossa lähetteen saapumisesta. Hoito on järjestettävä kolmessa kuukaudessa hoidon tarpeen toteamisesta.

→ LISÄTIETOA: <https://stm.fi/hoitotakuu>

2.4 Hoitopaikan valinta

Voit valita mistä oman hyvinvointialueesi terveysasemalta haluat perusterveydenhuollon palvelut (mm. lääkärin tai sairaanhoitajan vastaanotot). Hoitopaikka on hyvä valita niin, että se vastaa parhaiten niitä tarpeita, joita hoitosi edellyttää. Terveysasemaa voi vaihtaa kirjallisella ilmoituksella tietyin määrävälein.

Mikäli vaihdat hoitopaikkaa, ilmoita siitä kirjallisesti sekä vanhaan että uuteen paikkaan. Uudelle terveysasemalle pääset hoitoon viimeistään kolmen viikon kuluttua ilmoituksen saapumisesta.

Kiireellistä hoitoa saat asuinkunnastasi riippumatta Suomessa siellä missä tarvitset apua.

2.5 Kun tarvitset erikoissairaanhoidon palveluita

Yleensä hoitopaikkasi on oman hyvinvointialueesi erikoissairaanhoidon sairaala. Voit valita myös muun sairaalan suomen-, ruotsin- tai saamenkielisten oikeuksiesi turvaamiseksi tai jos se on muuten tarpeen parhaan mahdollisen hoidon saamiseksi.

Hoitopaikan valitseminen tapahtuu yhteisymmärryksessä hoitavan lääkärisi kanssa niin, että se vastaa niitä tarpeita, joita hoitosi edellyttää.

Jatkohoitoon sinut ohjataan sinua aiemmin hoitaneelle lääkärille tai sairaanhoitajalle aina, kun se hoidon tarkoituksenmukaisen järjestämisen kannalta on mahdollista.

2.6 Miten hakeutua kiireelliseen hoitoon?

Selvitä etukäteen, missä sinua hoidetaan kiireellisissä, päivystysluonteista hoitoa vaativissa tilanteissa. Arkipäivisin voit kysyä asiaa esimerkiksi hyvinvointialueesi terveysasemalta, alueesi sairaalasta tai Päivystysavun puhelinnumerosta 116 117. Kiireellisessä hätätilanteessa soita 112.

Kiireellinen hoito on keskittynyt ilta-, yö- ja viikonloppuajankohtina yhä harvempiin, mutta paremmin ja monipuolisemmin varustettuihin hoitopaikkoihin. Kiireellisissä tapauksissa voit käyttää lähintä päivystyspistettä.

PÄIVYSTYSAPU 116117 PALVELEE KIIREELLISISSÄ TERVEYSONGELMISSA 24/7

- Soita Päivystysavun numeroon 116117 ennen päivystykseen hakeutumista.
- Päivystysapu on hyvinvointialueiden järjestämä neuvontapalvelu, joka neuvoo äkillisissä terveysongelmissa.
- Päivystysavussa terveydenhuollon ammattilaiset kertovat, vaatiiko tilanteesi käynnin päivystyksessä. Mikäli tilanteeseesi riittää itsehoito, saat päivystysavusta luotettavat itsehoito-ohjeet.
- Puhelu on maksuton.
- Palvelu on käytössä kaikkialla Suomessa, lukuun ottamatta Ahvenanmaata.
- Päivystysavun toiminnassa on alueellisia eroja. Oman alueen ohjeistuksen löydät Päivystysavun verkkosivulta <https://116117.fi/>
- Päivystysavun tekstipalvelu on käytössä henkilöille, jotka eivät kuule tai pysty tuottamaan puhetta. Palvelun käyttö edellyttää kirjautumista.
- **Kiireellisessä hätätilanteessa soita hätänumeroon 112.**

2.7 Eurooppalainen sairaanhoitokortti

Sinulla on oikeus Kelan myöntämään eurooppalaiseen sairaanhoitokorttiin (European Health Insurance Card, EHIC), jos sinut on sairausvakuutettu Suomessa tai Suomi vastaa hoitosi kustannuksista. Kortti on ilmainen. Kela myöntää kortin joko suomen- tai ruotsinkielisenä. Pohjoismaissa sairaanhoitokorttia ei tarvita, vaan sinulla on oikeus välttämättömään sairaanhoitoon, kun näytät Suomen passia tai henkilökorttia.

Kelan myöntämään eurooppalaiseen sairaanhoitokorttiin on oikeus myös sellaisilla henkilöillä, joita ei ole sairausvakuutettu Suomessa mutta joiden sairaanhoidon kustannuksista Suomi kuitenkin vastaa; esimerkiksi vakituisesti toisessa EU-maassa asuvat ja vain Suomesta eläkettä saavat henkilöt.

Voit käyttää eurooppalaista sairaanhoitokorttia EU- ja Eta-maissa, Sveitsissä ja Isossa-Britanniassa. Kortti käy julkisessa terveydenhuollossa sekä niiden yksityisten lääkäreiden vastaanotoilla, jotka ovat tehneet sopimuksen kyseisen maan sairausvakuutuslaitoksen kanssa. Sinun täytyy itse varmistaa, että kortti käy hoitopaikassa, jossa asioit.

Eurooppalaisella sairaanhoitokortilla sinun tulisi saada lääketieteellisesti välttämätöntä sairaanhoitoa (hoito, joka ei voi odottaa sitä, että palaat kotiin), kun matkustat tai oleskelet tilapäisesti toisessa EU- tai Eta-maassa, Sveitsissä, Isossa-Britanniassa tai Pohjois-Irlannissa. Voit tarvita tällaista hoitoa, jos sairastut äkillisesti tai sinulle sattuu tapaturma. Pääset hoitoon myös, jos kyseessä on raskauteen liittyvä hoito, synnytys tai pitkäaikainen sairaus. Hoito annetaan oleskelumaan käytännön mukaisesti. Hoitava lääkäri päättää, millaista hoitoa saat. Et voi käyttää eurooppalaista sairaanhoitokorttia, jos hakeudut varta vasten ulkomaille saadaksesi siellä sairaanhoitoa.

Eurooppalainen sairaanhoitokortti ja matkavakuutus täydentävät toisiaan. Matkavakuutus antaa turvan yksityisen terveydenhuollon palveluita varten, eurooppalainen sairaanhoitokortti antaa lakisääteisen turvan julkisessa terveydenhuollossa. Kun näytät eurooppalaisen sairaanhoitokorttisi hoidon antajalle, sinun tulisi saada hoito samaan hintaan kuin kyseisessä maassa asuvien henkilöiden. Tällöin maksat hoidosta paikallisen omavastuun ja hoitoa antanut maa laskuttaa Kelalta loput kustannuksista. Mahdollista kuljetusta Suomeen ei korvata.

Jos sinulla ei ole eurooppalaista sairaanhoitokorttia mukanasasi tai joudut muusta syystä maksamaan hoidon todelliset kustannukset itse, voit hakea korvausta jälkikäteen Kelasta. Voit hakea korvausta myös silloin, kun sinulla on kortti, mutta hoidon antaja ei hyväksy korttia.

→ **HAE EUROOPPALAISTA SAIRAANHOITOKORTTIA OmaKelassa.**
<https://www.kela.fi/eurooppalainen-sairanhoitokortti>.



3 Kun olet hoidossa

Voit edistää hoitosi turvallisuutta monella tavalla. Tärkeää on, että annat hoitohenkilöstölle riittävät tiedot omasta tilanteestasi, koska sinulla on tietoa omasta sairaushistoriastasi. Keskustele sairaudestasi ja oireistasi lääkärin ja muiden hoitoosi osallistuvien kanssa. Näin varmistat, että saat parasta mahdollista hoitoa.

3.1 Paranna osaltasi tiedonkulkua

Monet terveydenhuollossa sattuvat virheet johtuvat puutteellisesta tiedonkulusta potilaan siirtyessä osastolta toiselle, kuvantamis- tai muihin tutkimuksiin tai vaikkapa jatkohoitoon.

Kun olet hoidossa, varmista että hoitohenkilöstöllä on oikeat ja riittävät tiedot sinusta, esimerkiksi perussairautesi, lääkityksesi, allergiasi, apuvälineesi, mahdollinen raskautesi tai imeytyksesi sekä läheisen ajantasaiset yhteystiedot. Kerro jo ennalta, jos sinulla on toimintakyvyn haasteita tai muita erityistarpeita, joihin ammattilaisen on syytä varautua.

Voit osaltasi vaikuttaa hoitosi laatuun ja hyvään tulokseen kysymällä hoitohenkilöstöltä, hoitajilta ja lääkäriltä, mitä tutkitaan, miksi, milloin ja missä. Saat heiltä ohjeet tutkimuksiin valmistautumisesta. Noudata niitä. Pyydä ohjeita tarvittaessa myös kirjallisesti.

Keskustelu on sujuvan ja turvallisen hoidon perusta

Potilaan ja hoitohenkilöstön välinen avoin keskustelu on turvallisen hoitosuhteen perusta. Hoidon tulee perustua itsemääräämisoikeutesi kunnioittamiseen. Sillä tarkoitetaan oikeuttasi tulla kuulluksi ja osallistua hoitoosi ja siihen liittyvään päätöksentekoon.

Luottamuksellisesti keskustellen sinä ja hoitohenkilöstö pystytte yhdessä päättämään, kuinka saat parasta mahdollista hoitoa. Ei ole sellaista oiretta tai ongelmaa, josta et voisi kertoa.

Valmistaudu etukäteen tapaamiseen ammattilaisen kanssa. Mieti mistä asioita haluat keskustella ja kirjoita ne tarvittaessa muistiin, jotta mikään mielestäsi oleellinen ei unohtuisi. Voit myös pyytää läheistäsi tueksi.

Kerro rohkeasti huolestasi ja ongelmistasi, jotka voivat vaikuttaa hoitosi onnistumiseen. Jos puhuminen tai kuuleminen tuottaa sinulle vaikeuksia tai et ymmärrä suomen kieltä, varmista etukäteen, että saat tarvitsemaasi apua.

Voit ottaa mukaan läheisen henkilön

Omaisien tai läheisen ystävän läsnäolo voi tuntua turvalliselta silloin, kun olet vastaanotolla. Voi olla hyvä, että keskustelulla on useampi kuulija silloin, kun saat tärkeää tietoa hoidosta ja toimenpiteistä. Näin sinulla on joku, jonka kanssa voit keskustella käynnin jälkeen ja jolta saat tukea.

Kerro oireistasi ja elintavoistasi

Se, mitä kerrot terveydentilasta, toimintakyvystäsi ja elämäntavoistasi auttaa hoitohenkilöstöä päättämään, mikä mahdollisesti aiheuttaa oireesi. Kuvaili siis tilanteesi mahdollisimman tarkasti.

Mieti etukäteen kysymyksiä, ja kirjoita ne asiat muistiin, joihin itse haluat vastauksia. Kysy rohkeasti, tyhmiä kysymyksiä ei ole. Jos et saa riittävää selvyyttä, kysy uudelleen. Tee tarvittaessa muistiinpanoja, näin asiat palautuvat jälkikäteen helpommin mieleesi.

Valmistaudu vastaamaan lääkärin kysymyksiin. Kysymykset vaihtelevat oireidesi ja tilanteesi mukaan.

Tämänhetkiseen terveydentilaasi liittyviä kysymyksiä voivat olla:

- Mitä oireita sinulla on?
- Kuinka kauan sinulla on ollut oireita?
- Pahentaako tai helpottaako jokin oireitasi?
- Mitä itse arvelet oireiden syyksi?
- Oletko allerginen jollekin? Kerro lääkeaine- ja muut allergiasi.
- Tupakoitko, käytätkö alkoholia tai huumaavia aineita, miten syöt ja liikut?
- Onko sinulla tasapainovaikeuksia tai oletko kaatunut viimeisen puolen vuoden aikana?
- Onko sinulla tällä hetkellä tulehduksia?
- Käytätkö apuvälineitä?
- Oletko raskaana tai oletatko olevasi raskaana, tai imetätkö?

Aikaisempiin sairauksiin ja niiden hoitoon liittyviä kysymyksiä voivat olla:

- Oletko ollut tai oletko vakavasti sairas?
- Oletko ollut sairaalahoitossa?
- Onko sinut leikattu tai onko sinulle tehty muita toimenpiteitä?
- Onko sinulla tekoniveä, verisuoniproteeeseja, sydämen tahdistin tai onko sinulle tehty sydämen läppäleikkaus?
- Onko suvussasi perinnöllisiä sairauksia?
- Onko sinulla lääkitys? Mikä lääke ja miten käytössä?

Pidä lääkityslistasi ajan tasalla

Hoitohenkilöstön tulee tietää lääkityksesi voidakseen antaa sinulle mahdollisimman turvallista hoitoa. Uusia lääkehoitoja aloitettaessa on tärkeää varmistaa lääkkeen yhteensopivuus muiden resepti- ja itsehoitolääkkeiden, luontaistuotteiden sekä ravintolisien kanssa. Yhteisvaikutukset voivat johtaa esimerkiksi lääkkeen tehon heikkenemiseen tai vahvistumiseen, mikä voi olla vaarallista. Kerrothan hoitohenkilöstölle myös lääkeaineallergioistasi.

Tee ajan tasalla oleva listaus sekä säännöllisesti että tarvittaessa käyttämistäsi lääkkeitä. Kirjaa listaan myös itsehoitolääkkeet sekä luontaistuotteet, vitamiinit ja ravintolisät. Lääkitysturvallisuutesi varmistamiseksi ota listaus mukaan lääkärin tai hoitajan vastaanotolla käydessäsi, mennessäsi uuteen hoitopaikkaan tai asioidessasi apteekissa.

Hoitopaikassasi voit pyytää lääkäriäsi tulostamaan sinulle lääkelistan, josta näet siellä sinulle määrätyt lääkkeet. Muista päivittää oma listauksesi, kun lääkityksessäsi on tapahtunut muutoksia.

Tukena voit käyttää esimerkiksi

- Tietoa lääkitysturvallisuudesta: www.spty.fi/asiakkaat/tietoa-laakitysturvallisuudesta
- Ohjeita turvalliseen lääkehoitoon -opas:
https://fimea.fi/vaestolle/laakkeiden_oikea_kaytto/ohjeita-turvalliseen-laakehoitoon
- Ohjeita, tarkistuslistoja ja muistilistoja:
https://fimea.fi/kehittaminen/laakeinformaation_kehittaminen/laadukas-laakeinformaatio
 - Lääkkeen käyttäjän muistilista vastaanotolle
 - Mikä lääkityslista on: Lääkityslista (Fimea)
 - Lääkehoidon onnistumisen LOTTA-tarkistuslista (pdf)
 - Potilaan lääkehoidon tarkistuslista (pdf)
 - Tunnenko lääkehoitoni -kortit (pdf)
 - Näin käytät lääkettä turvallisesti -selkopuhevideo (YouTube)

3.2 Osallistu henkilöllisyytesi varmistamiseen

Samannimiset potilaat voivat sekoittua keskenään. Hoitohenkilöstö kysyy nimeäsi ja henkilötunnustasi varmistuakseen siitä, että he ovat käsittelemässä juuri sinun potilasasiakirjojasi, tutkimustuloksiasi tai muita sinuun liittyviä tietoja.

Terveydenhuollon ammattilainen vastaa henkilöllisyytesi varmistamisesta. Se on tehtävä, vaikka ammattilainen tuntisi sinut ennestään. Sinulla on tässä tärkeä rooli olla mukana varmistamassa potilasturvallisuutta.

Osallistu henkilöllisyytesi varmistamiseen aina kun käytät sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita. Tätä varten tarvitset kuvallisen henkilökortin, passin, ajokortin tai Kela-kortin. Tunnistamisessa henkilöllisyytesi varmistetaan aina kahdella tavalla:

- Kerro nimesi ja henkilötunnuksesi itse
- Näytä henkilöllisyystodistuksesi

Muistuta rohkeasti, jos hoitohenkilöstö unohtaa kysyä henkilötietojasi. Tämä on tärkeää varsinkin verinäytteiden otossa, erilaisissa toimenpiteissä tai kun saat lääkkeitä tai olet siirtymässä palvelusta toiseen. Jos sinulle laitetaan henkilötietoranneke, tarkista että tietosi ovat siinä oikein.

Muista, että sinut tulee tunnistaa myös silloin, kun palveluja annetaan kotona. Kun käytät etä-palveluita, käytetään tunnistamisessasi luotettavaa menetelmää, kuten verkkopankkitunnuksia tai mobiilivarmennetta.

Huolehdi siitä, että yhteystietosi ovat ajan tasalla.

→ LISÄTIETOA: <https://asiakasjapotilasturvallisuuskeskus.fi/asiakkaille-ja-potilaille/ohjepankki/>

3.3 Huolehdi käsihygieniasta

Sairaalainfektiot ovat yleisiä ja aiheuttavat suuren osan sairaalahoidon aikana koituvista haitoista. Suurin osa infektioista leviää käsien välityksellä. Siksi on tärkeää, että henkilöstö, vierailijasi, sinä ja muut potilaat huolehditte hyvästä käsihygieniasta.

Pese kädet huolellisesti aina WC-käynnin jälkeen, oltuasi kosketuksissa toiseen henkilöön ja ennen ruokailua. Käytä lisäksi käsihuuhdetta ohjeiden mukaan. Jos huomaat hoitohenkilöstön, vierailijoiden tai muiden potilaiden käsien pesussa ja käsihuuhteen käytössä puutteita, sinulla on oikeus huomauttaa siitä.

3.4 Valmistaudu tutkimuksiin

Jotkut kokeet ja tutkimukset edellyttävät, että valmistaudut niihin. Valmistautumisesta saat ohjeet ennakkoon.

Jos et saa tietoa riittävästi, voit kysyä:

- Miksi koe otetaan tai tutkimus tehdään?
- Mitä riskejä on olemassa?
- Onko muita vaihtoehtoja?
- Milloin minut tutkitaan?
- Kuinka valmistaudun?
- Miten toimin tutkimuksen jälkeen?

Varmista, että saat tutkimustulokset

Tutkimustulosten vastausten tai muiden lääkäreiden lausuntojen saaminen voi viedä aikaa.

Jos et saa tuloksia heti, voit vähentää riskejä kysymällä esimerkiksi:

- Miten ja milloin saan tietää tulokset?
- Kehen otan yhteyttä, jos tietoa ei tule tai jos minulla on kysyttävää?
- Mitä tapahtuu seuraavaksi?

Kerro hoitohenkilöstölle, jos jokin asia jäi epäselväksi. Voit pyytää tiedot myös kirjallisena.

3.5 Sähköinen resepti

Lääkäri laatii ja allekirjoittaa lääkemääräykset eli reseptit sähköisesti ja ne tallentuvat keskitettyyn, valtakunnalliseen tietokantaan, Reseptikeskukseen. Reseptit sekä apteekkien niihin teke-mät toimitusmerkinnät löytyvät sieltä.

OmaKanta-palvelussa voit tarkastella omia terveystietojasi sekä tietoja lääkemääräyksistäsi. Reseptin tiedoista näet, kuinka kauan reseptisi on voimassa ja onko reseptissä vielä lääkettä jäljellä. Lisäksi voit tulostaa yhteenvedon sähköisistä resepteistä. Palveluun kirjaudutaan omilla pankkitunnuksilla.

Lääkäri ja apteekki voivat suostumuksellasi tarkistaa kokonaislääkityksesi ja ehkäistä lääkkeiden haitallisia yhteisvaikutuksia ja päällekkäisyyksiä.

→ LISÄTIETOA sähköisistä lääkemääräyksistä ja OmaKannasta www.kanta.fi.

Suomalaisella sähköisellä reseptillä saat lääkkeitä Espanjasta, Kroatiasta, Latviasta, Liettuasta, Portugalista, Puolasta, Tsekistä ja Virosta. Jos lääkkeitä on tarve hankkia ulkomailla olon aikana muista kuin kyseisistä EU- tai Eta alueen maista, lääkkeen määrääjä voi kirjoittaa englanninkielisen lääkemääräyksen. Se kirjoitetaan yleensä vaikuttavan aineen, ei kaupananimen perusteella. Potilas maksaa lääkkeet ensin itse ja hakee myöhemmin korvausta Kelasta.

→ LISÄTIETOA <https://www.kanta.fi/reseptilaakkeen-ostaminen-ulkomailta>

3.6 Hoitotahto

Hoitotahdolla henkilö kertoo ennakoivasti tahtonsa hoidostaan. Hoitotahto otetaan huomioon silloin, kun henkilö ei itse pysty ilmaisemaan tahtoaan eikä pysty osallistumaan hoitoratkaisuihinsa. Tällainen syy voi olla esimerkiksi tajuttomuus, edennyt muistisairaus, toimintakyvyn heikkeneminen tai muu vastaavanlainen syy. Oikeudellisesti pätevän hoitotahdon tekeminen edellyttää sen, että hoitotahdon tekijä ymmärtää hoitotahdon kirjaamishetkellä riittävällä tavalla hoitotahdon merkityksen ja sisällön eli henkilön vointi ja terveydentila mahdollistavat sen tekemisen.

Hoitotahdossa henkilö ilmaisee kannanottonsa häntä koskevaan hoitoon ja elämää ylläpitäviin toimintoihin. Hoitotahdossa voi kieltäytyä hoidoista, joita ei halua käytettävän. Tällaisia ovat esimerkiksi hengityslaitteen käyttöönotto, elvytys tai suonensisäinen antibioottihoito. Hoitotahto sitoo hoitoon osallistuvia terveydenhuollon ammattilaisia hoitopaikasta riippumatta. Hoitotahdossa voi ilmaista myös hoivaan liittyviä toiveita, jollaisia ovat muun muassa musiikkimieltymykset, harrastukset sekä ruokaan tai ympäristöön liittyvät toiveet. Hoitohenkilö-kunta pyrkii noudattamaan näitä toiveita mahdollisuuksien mukaan. Hoitotahtoa voi muuttaa myöhemmin ja sen voi myös perua.

Hoitotahdossa voi myös valtuuttaa toisen henkilön eli laillisen edustajan tekemään tarvittavat hoitopäätökset hoitotahdon laatijan puolesta hänen toiveitaan ja arvomaailmaansa kunnioittaen. Henkilö voi myös tehdä tätä varten erillisen edunvalvontavaltuutuksen.

Hoitotahdolle ei ole tiettyä muotoa, mutta on suositeltavaa tehdä se kirjallisesti ja käyttäen esteettömiä todistajia. Kirjallinen hoitotahto voidaan tallentaa sairauskertomuksen liitteeksi tai hoitotahdon voi tehdä myös OmaKannassa (www.omakanta.fi).

→ LISÄTIETOA hoitotahdosta voi kysyä oman terveydenhuollon hoitotalolta.

Tietoa löydät myös Terveyskirjastosta (<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00809>) sekä

Muistiliiton sivuilta (<https://muistiliitto.fi/apua-ja-tukea/etuudet-ja-oikeudet/hoitotahto/>).

Psykiatrinen hoitotahto

Psykiatrisessa hoitotahdossa henkilö tuo esille psykiatrista hoitoa koskevat tahdonilmaisunsa ja toiveensa tulevaisuuden hoidon varalle. Myös psykiatrinen hoitotahto on tärkeä tehdä sen

pätevyyden varmistamiseksi etukäteen silloin, kun se henkilö, jonka hoitotahto laaditaan, ymmärtää riittävällä tavalla hoitotahdon merkityksen ja sisällön. Etukäteen esitetyt tahdonilmaisut ja toiveet ovat tärkeitä tilanteessa, jossa henkilö ei itse kykene päättämään hoidostaan esimerkiksi psyykkisen sairauden vuoksi.

Psykiatrinen hoitotahto sisältää juridisesti sitovat tahdonilmaisut, joihin kuuluu muun muassa edustajan nimeäminen. Edustaja on sellainen henkilö, jolle voi antaa tietoa hoitotahdon tekijän sairaudesta ja jota kuullaan tärkeiden hoitopäätösten tekemiseksi silloin, kun hoitotahdon tekijä ei kykene osallistumaan itse hoitoaan koskevaan päätöksentekoon.

Lisäksi psykiatrinen hoitotahto sisältää hoitoa ja hoivaa koskevat toiveet. Toiveet voivat liittyä esimerkiksi omiin elämänarvoihin ja elämäntapoihin kuten pukeutumiseen, mieliruokiin, harrastuksiin sekä asioihin, joista pitää tai ei pidä. Lisäksi hoitotahdossa voi ilmaista toiveensa liittyen tahdosta riippumattomaan hoitoon, ja siihen, millaisia asioita toivoo siinä huomioitavan. Ne voivat liittyä esimerkiksi lääkehoitoon, eristykseen ja liikkumiseen. Hoitotahtoon voi myös kirjata, millaiset asiat rauhoittavat tai päinvastoin pahentavat oloa, jos on kiihtynyt, ahdistunut tai ei muuten pysty kontrolloimaan käyttäytymistään. Myös psykiatrinen hoitotahto voi muuttaa jälkikäteen.

Psykiatrinen hoitotahto on noudatettava siinä määrin kuin se on käytettävien resurssien puitteissa mahdollista ja vaihtoehdot ovat lääketieteellisesti hyväksyttäviä. Hoitotahto ei ohita mielenterveyslakiin sisältyviä tahdosta riippumatonta hoitoa koskevia säännöksiä, mutta hoitotahtoa on myös sen aikana kunnioitettava niin pitkälle kuin mahdollista.

Lisätietoa voit kysyä psykiatrian hoitotaholtasi. Voit ottaa psykiatrisen hoitotahdon mukaasi psykiatrian hoitopaikkoihin. Psykiatrinen hoitotahto voidaan potilaan luvalla tallentaa sähköiseen sairauskertomukseen.

→ **TIETOA PSYKIATRISESTA HOITOTAHDOSTA** löytyy Mielenterveyden keskusliiton sivuilta
<https://www.mtkl.fi>

3.7 Edunvalvontavaltuutus

Henkilö voi turvata omaisuutensa ja muiden henkilökohtaisten asioidensa hoitamisen edunvalvontavaltuutuksella. Valtuutus otetaan käyttöön silloin, kun henkilö ei enää itse pysty hoitamaan asioitaan. Tällöin edunvalvontavaltuutetulla on oikeus hoitaa valtuutukseen kirjattuja asioita henkilön puolesta. Edunvalvontavaltuutuksen voi tehdä 18 vuotta täyttänyt, joka pystyy ymmärtämään valtuutuksen sisällön ja merkityksen.

Edunvalvontavaltuutus on tehtävä kirjallisesti. Valtuuttajan täytyy kahden todistajan paikalla ollessa allekirjoittaa valtakirja tai tunnustaa siinä oleva allekirjoituksensa. Todistajien on sen jälkeen todistettava valtakirja allekirjoituksillaan. Todistajien on tiedettävä, että kyseessä on edunvalvontavaltuutus, mutta sen sisältöä heidän ei tarvitse tietää.

→ **LISÄTIETOA** löydät Digi- ja väestötietorekisterin sivuilta
(<https://dvv.fi/edunvalvontavaltuutus-eli-tuen-tarpeen-ennakointi>) sekä Suomi.fi-sivuston edunvalvonta ja edunvalvontavaltuutus-oppaasta (<https://suomi.fi/oppaat/edunvalvonta>)

3.8 Osallistu hoitosi suunnitteluun

Pyydä rohkeasti, että sinulle tehdään hoitosuunnitelma, mikäli sinulla on yksikin pitkäaikais-sairaus. Hoitosuunnitelman avulla voidaan koordinoida eri sairauksiesi hoidot turvallisesti ja

varmistaa hoitojesi yhteensopivuus ja toteutus. Hoitosuunnitelmaan kootaan tiedot kaikista terveysongelmistasi sekä sinulle suunniteltu hoito. Hoitosuunnitelmaan kirjataan: diagnoosi, hoidon tarve ja tavoite, työnjako, hoidon toteutus ja keinot, seuranta ja arviointi sekä lääkitys. Hoitosuunnitelmassa sovitaan myös niistä asioista, joista itse huolehdit.

Ota yhteyttä sosiaalityöntekijään, jos tarvitset tietoa sosiaalieluksistasi ja oikeudestasi niihin. Hän opastaa sinua esimerkiksi tukien hakemisessa ja auttaa taloudellisten ongelmien selvittämisessä. Lisätietoja saat myös potilasjärjestöiltä.

Lääkäri päättää lääketieteellisistä tutkimuksista, taudin määrittämisestä ja hoidosta. Lääkärin tulee ottaa huomioon mielipiteesi.

Potilaana sinulla on oikeus saada riittävästi tietoa hoidosta ja siihen liittyvistä riskeistä, jotta voit osallistua hoitoasi koskeviin päätöksiin. Sinulla on oikeus esittää omat toiveesi ja kertoa hoidon tarpeistasi. Sinulla on myös oikeus kieltäytyä tarjotusta hoidosta. Tällöin sinulle etsitään jokin muu vaihtoehtoinen hoitomuoto. Noudata sitä ja ota tarvittaessa yhteyttä hoitopaikkaasi.

Kysy rohkeasti

Sairautesi voi herättää monia kysymyksiä. On tärkeää, että tiedät hoidostasi tärkeiksi kokemasi asiat.

Voit kysyä esimerkiksi seuraavia asioita:

- Onko hoidosta sivuvaikutuksia tai riskejä?
- Mitkä ovat hoitovaihtoehtojen edut ja haitat?
- Mitä tapahtuu, jos en saa hoitoa?
- Mitä hoitovaihtoehtoja on olemassa?
- Mistä tiedän, että hoito tehoaa?
- Milloin hoito alkaa? Kauanko se kestää?
- Mitä minun itseni on tehtävä tai otettava huomioon, jotta lopputulos olisi paras mahdollinen?
- Kehen voin ottaa yhteyttä, jos jokin asia askarruttaa minua?
- Mistä voin löytää lisätietoa sairaudestani ja sen hoidosta?
- Jos hoitoni siirretään vaikkapa terveysasemalle, miten minun tulee toimia?

Anna palautetta ja kerro toiveistasi

Anna rohkeasti palautetta saamastasi hoidosta. Voit myös niin halutessasi kiittää. Muista, että hoitohenkilöstö ei osaa lukea ajatuksiasi. Halutessasi kysy potilasjärjestöjen toiminnasta ja vertaistuesta hoitohenkilöstöltä. Potilasjärjestösi tarjoaa arvokasta lisätietoa ja vertaistukea.

Yhteistyössä ammattilaisten kanssa varmistat itsellesi parhaan mahdollisen hoidon.

4 Miten hoitosi jatkuu?

Kun tarvitset jatkohoitoa, sinulle tehdään jatkohoito- ja tarvittaessa hoito-, asiakas- ja/tai kuntoutussuunnitelma. Ne laaditaan aina yhteistyössä sinun kanssasi. Näin varmistetaan jatkohoitosi sujuminen. Ole aktiivisesti mukana jatkohoitosuunnitelmiesi tekemisessä ja kysy rohkeasti, jos jokin asia askarruttaa mieltäsi. Kerro omat toiveesi jatkohoidon järjestämisestä.

4.1 Tärkeää hoidon jälkeen

- Voit halutessasi ottaa omaisen tai läheisen mukaan jatkohoidon suunnitteluun.
- Hoidon päätyttyä hoidosta vastaava lääkäri laatii lausunnon taudin kulusta ja hoidosta. Voit tutustua tietoihisi OmaKanta-palvelussa.
- Noudata kaikkia saamiasi lääkitys-, hoito-, hygieni- ja ravitsemusohjeita.
- Kysy, mihin voit ottaa tarvittaessa yhteyttä.
- Kysy, jos et ymmärrä jatkohoito-ohjeita.
- Jos et ymmärrä termejä, kysy niin monta kertaa, että ymmärrät.
- Kerro, jos epäilet, että hoidon tai lääkityksen toteutuksessa tai pärjäämisessäsi tulee ongelmia.
- Neuvottele apuvälineiden ja kodin muutostöiden tarpeesta.
- Sinun tulee saada opetusta ja ohjausta siitä, kuinka itse hoidat sairauttasi.
- Pyydä ohjeet myös kirjallisena, jos hoitosi siirretään toiseen paikkaan, esimerkiksi terveyskeskukseen.



4.2 Sinulle tehdään tarvittaessa jatkohoito- ja kuntoutussuunnitelma

Jatkohoito- ja kuntoutussuunnitelmaa tehtäessä mietitään esimerkiksi fysikaalista kuntoutusta, sopeutumista tukevaa valmennusta, ammatinvalintaan liittyvää ohjausta, apuvälineiden käytön ohjausta, psykososiaalista kuntoutusta, ravitsemusneuvontaa sekä arvioidaan työkykyäsi ja työhön paluutasi.

Kuntoutussuunnitelma laaditaan julkisessa terveydenhuollossa yhteistyössä kanssasi. Suunnitelman laadinnasta vastaa hoitava lääkärisi yhdessä työryhmän kanssa. Siihen voivat kuulua mm. fysioterapeutti, toimintaterapeutti ja sosiaalityöntekijä. Halutessasi laadinnassa mukana voi olla läheisesi.

Ole aktiivisesti mukana jatkohoitosuunnitelmasi tekemisessä. Se laaditaan yhteistyössä sinun kanssasi, ja siihen on tärkeä valmistautua ennalta. Kukaan ei tiedä sinun arjastasi paremmin kuin sinä itse. Pohdi ja kirjaa tarpeesi, toiveesi ja tavoitteesi ennen jatkohoidon suunnittelua koskevaa tapaamista. Näin saadaan mahdollisimman hyvä jatkohoitosuunnitelma tueksesi kuntoutumiseesi ja arjesta suoriutumiseesi.

4.3 Järjestöt tarjoavat tukea hoitopolun eri vaiheissa

Sairauden kohdatessa tai pitkittyessä moni potilas ja läheinen kokee vertaistuen hyvin merkitykselliseksi. Terveydenhuollon ammattilaisten antama erityisen hyväkään hoito ei pysty tarjoamaan sitä ymmärrystä ja helpotuksen tunnetta, mitä voi saada kohdatessaan samankaltaisia asioita kokeneita.

Järjestöt täydentävät julkisen terveydenhuollon ja sosiaalihuollon palveluita tarjoamalla mm. neuvontaa, vertaistukea eri muodoissa ja keskusteluapua. Osa järjestöjen tuottamista palveluista on sinun ja läheisesi ulottuvilla ilman odotusaikoja tai ilmoittautumista, ja järjestöjen kokoamaa tietoa löytyy paljon myös verkosta.

4.4 Voimia vertaistuesta

Potilas- ja vammaisjärjestöjen kautta on mahdollista löytää monipuolista vertaistoimintaa. Useat järjestöt kouluttavat vertaistukijoita sekä koordinoivat ja ohjaavat vertaistukitoimintaa, jolloin toiminnan vaikuttavuutta voidaan seurata ja kehittää. Vertaistukea on saatavissa esimerkiksi kasvokkaisten tapaamisten, ryhmäkeskustelujen, puheluiden ja sovelluksen kautta.

Vertaistuesta voi olla hyötyä myös potilasturvallisuuden kannalta. Vertaistukijan tehtävänä ei ole ottaa kantaa hoitoosi tai lääkitykseesi, mutta vertaistukija osaa kuvailla, millaista hänen elämänsä vamman tai sairauden kanssa käytännössä on. Vertaistukija saattaa tarvittaessa rohkaista ottamaan jonkin huolenaiheesi puheeksi lääkärin kanssa. Vertaistukija voi myös kannustaa ottamaan aktiivista roolia omassa tilanteessasi sekä huolehtimaan jaksamisestasi.

On kuitenkin tärkeää muistaa, että muiden kokemukset ovat muiden kokemuksia; jokaisen tilanne on yksilöllinen. Hoidollisissa kysymyksissä onkin syytä kääntyä aina hoitavan tahon puoleen.

→ LISÄTIETOA: www.vertaistalo.fi, www.terveyskyla.fi



5 Potilaan läheiselle

Vastuu potilaan hoidosta voi olla työterveyshuollolla, yksityisellä tai julkisella terveydenhuollolla. Läheinen, kuten omaishoitaja vastaa hoidon toteuttamisesta, silloin kun potilas ei itse pysty huolehtimaan hoidostaan. Omaiset ja läheiset ovat myös tärkeä tuki potilaalle ja hoitohenkilöstölle.

5.1 Miten tuet omaisesi hyvää ja turvallisinta hoitoa?

Omaiset ja läheiset ovat tärkeä tuki potilaalle ja hoitohenkilöstölle, varsinkin silloin, kun potilas ei itse pysty osallistumaan hoitoonsa. Kun potilaana on lapsi, monisairas tai muistisairas, hoitohenkilöstön ja potilaan läheisten yhteistyö on erityisen tärkeää.

Voit olla suurena apuna läheisesi turvallisen hoidon varmistamisessa. Keskustele aktiivisesti hoitohenkilöstön kanssa ja kerro näkemyksesi läheisesi tilasta ja hoidon onnistumisesta.

Valmistaudu lääkärikäynteihin etukäteen yhdessä hoidettavan kanssa. Tutustu potilasohjeisiin ja kirjaa ylös mieleen nousseet kysymykset, jotta mikään tärkeä asia ei unohdu. Kysy hoitohenkilöstöltä määrättyjen lääkkeiden tarkoitus ja hoidon tavoitteet.

Mikäli läheisesi hoitoon liittyy lääkinnällisiä laitteita, varmista että sinut koulutetaan tai opetetaan niiden käyttöön.

Pyydä tarvittaessa keskusteluaikaa läheisesi hoidosta vastaavan lääkärin kanssa. Jos läheisesi toiminta- tai ilmaisukyky on heikentynyt esimerkiksi muistisairauden vuoksi, kerro henkilökunnalle, miten kommunikointi ja toimiminen hänen kanssaan onnistuvat parhaiten.

Varmista, että hoitohenkilöstöllä on oikeat yhteystietosi. Hoitohenkilöstön kannalta olisi hyvä, jos läheisistä yksi olisi yhteyshenkilö läheisten ja hoitohenkilöstön välillä. Varmista myös, että sinulla on ongelmatilanteiden varalle hoitavan tahon yhteystiedot.

5.2 Pyydä potilaan suostumus

Hoitohenkilöstöllä täytyy yleensä olla potilaan suostumus, jotta terveystietoja voidaan luovuttaa muille. Muista siis varmistaa läheiseltäsi, toivooko hän sinun saavan tietoa sairaudestaan ja huolehdi, että tieto kirjataan potilaan tietoihin.

Lapsen huoltajilla on yleensä oikeus saada tietoa lapsen (alle 10-vuotiaan) terveydentilasta. Jos lapsi on riittävän kypsä päättämään omasta hoidostaan, hoitohenkilöstö ei saa ilman hänen lupaansa luovuttaa hänen terveydentilaansa koskevia tietoja edes huoltajalle. Potilaan kypsyystason arvioi lääkäri tai muu ammattihenkilö. Lapsen huoltajalla ei ole oikeutta kieltää hoitoa, jota tarvitaan alaikäisen henkeä tai terveyttä uhkaavan vaaran torjumiseksi.

5.3 Kun läheisesi ei itse pysty osallistumaan hoitonsa suunnitteluun

Kerro lääkärille ja hoitajalle läheisesi allergioista ja hänen muista sairauksistaan. Huolehdi siitä, että lääkärit ja hoitajat tietävät, mitä lääkkeitä läheisesi on käyttänyt säännöllisesti ennen hoitoon tuloaan. Kerro myös läheisesi käyttämistä ilman reseptiä hankituista itsehoitolääkkeistä sekä vitamiini- ja luontaistuotevalmisteista. Jos läheisesi käyttää useita lääkkeitä samanaikaisesti, pyydä lääkäriltä lääkityksen kokonaisarviointia. Useita lääkkeitä käyttävien iäkkäiden potilaiden lääkehoidon asianmukaisuus pitää arvioida vähintään kerran vuodessa.

5.4 Varmista osaltasi potilasturvallisuutta

Huolehdi hyvästä hygieniasta. Pese kätesi huolellisesti vedellä ja saippualla ennen ja jälkeen vierailusi. Käytä käsihuuhdetta ennen ja jälkeen potilaaseen koskettamisen. Jos tiedät sairastavasi helposti tarttuvaa sairautta, kuten flunssaa, vältä vierailua.

5.5 Varmista osaltasi jatkohoidon onnistuminen

Kun läheisesi kotiutuu, varmista, että olette saaneet riittävät kotihoito-ohjeet, hoidettavan läheisesi lääkelista on ajan tasalla ja hän on saanut tarvittavat reseptit sekä ohjeet lääkkeiden käyttöön ja säilytykseen.

Jaa tarvittaessa läheisesi lääkkeet lääkeannostelijaan eli dosettiin. Lääkehoitoa helpottaa myös annosjakelu, jolloin apteekin kanssa voi tehdä sopimuksen maksullisesta palvelusta, jossa läheisesi lääkkeet jaetaan valmiiksi annospusseihin.

Kun arvioidaan esimerkiksi läheisesi määrättyjen lääkkeiden vaikutusta ja sopivuutta, ovat havaintosi tärkeitä. Kerro havaitsemasi muutokset läheisesi voinnissa, sillä usein tunnet hänet paremmin kuin hoitohenkilöstö.

Muista varmistaa läheisesi jatkohoito ja mihin voit olla yhteydessä, jos havaitset muutoksia tai huolestut potilaan voinnista. Omasta jaksamisestasi on tärkeä pitää huolta.

6 Miten toimia, jos on tyytymätön hoitoon?

Mikäli hoidossasi ilmenee epäselvyyttä tai olet tyytymätön hoitoosi, asia kannattaa ottaa mahdollisimman pian puheeksi hoitavan lääkärin tai hoitohenkilöstön kanssa. Asian selvittäminen hoidon aikana on helpompaa kuin jälkikäteen ja monia asioita voidaan vielä korjata tai muuttaa.

Tarvittaessa voit tehdä kirjallisen muistutuksen hoitoyksikkösi terveydenhuollosta vastaavalle johtajalle. Johtajan on selvitettävä muistutuksessa kerrottu asia. Hänen on myös aina vastattava muistutuksen tekijälle kohtuullisessa ajassa, noin kuukauden kuluessa.

Sinun on mahdollista tehdä myös kantelu valvontaviranomaisille, joita on hoitopaikkaasi valvovassa lupa- ja valvontavirastossa. Se käsittelee vain vakavia hättätapahtumia, kuten hoitovirheestä aiheutuneita vaikeita vammautumisia tai kuolemia.

Kerro ja anna palautetta myös silloin kun olet tyytyväinen hoitoon. Palautteella, niin korjaavalla kuin myönteisellä, on tärkeä merkitys kehitettäessä hoito ja palveluja.

- LISÄTIETOA: Miten toimia, kun on tyytymätön hoitoon, <https://asiakasjapotilasturvallisuuskeskus.fi/asiakkaille-ja-potilaille/>
- VOIT LUKEA LISÄÄ potilaan asemasta ja oikeuksista Lupa- ja valvontaviraston verkkosivuilta www.lvv.fi.

6.1 Potilasvahingon sattuessa voit tehdä potilasvahinkoilmoituksen

Potilasvahinko tarkoittaa henkilövahinkoa, joka on sattunut Suomessa annetun terveyden- tai sairaanhoidon yhteydessä. Mikäli epäilet, että hoidon yhteydessä on tapahtunut potilasvahinko, voit tehdä hakemuksen Potilasvakuutuskeskukseen mahdollisen korvauksen saamiseksi. Korvausta on yleensä haettava kolmen vuoden kuluessa siitä, kun korvaukseen oikeutettu sai tietää vahingosta tai hänen olisi pitänyt tietää sen sattumisesta.

Potilasvakuutuskeskus huolehtii Suomessa sattuneiden potilasvahinkojen korvaamisesta. Se ratkaisee potilasvahinkolain perusteella, onko vahinko potilasvakuutuksesta korvattava. Potilasvakuutuskeskus on vakuutuslaitos ja käsittelee vain vakuutusasioita.

- LISÄTIETOA: www.pvk.fi

6.2 Potilasasiavastaava antaa tietoja oikeuksistasi

Jokaisella hoitotaholla on oltava potilasasiavastaava. Hän antaa tarvittaessa sinulle tai läheillesi tietoa oikeuksistasi ja on velvollinen avustamaan muistutuksen, kantelun tai korvaushakemuksen teossa. Potilasasiavastaava ei kuitenkaan ota kantaa itse hoitoon. Potilasasiavastaavan yhteystiedot saat hoitotalolta tai hyvinvointialueesi verkkosivuilta.

- LISÄTIETOA: Väestösuositus 11/2025: Kerro, kysy ja kuuntele – osallistuva potilas vastaanotolla

7 Omat tiedot

Säilytä kirjaamasi tiedot siten, että ne ovat suojassa, eivätkä joudu asiattomien käsiin.

POTILAAN TIEDOT	
Nimi	
Syntymäaika	
Osoite	
Puhelinnumero	
Sähköposti	
OMAISEN/LÄHEISEN YHTEYSTIEDOT	
Nimi	
Puhelinnumero	
☐ Läheiselleni saa antaa tietoja terveyden ja sairauden tilastani	
Allergiat (lääkeaine-, ruoka- ja muut allergiat sekä yliherkkyydet)	
Mahdolliset apuvälineet	
Onko käytössäsi kotiapua tai kotisairaanhoidoa? ☐ Kyllä ☐ Ei	
Ensisijainen yhteyshenkilö terveydenhuollossa	
Sairaala / terveyskeskus / poliklinikka / osasto	
Hoitava lääkäri	
Muut sinua hoitavat terveydenhuollon ammattilaiset, esim. omahoitaja	

8 Lääkityslista

VAKITUISESTI KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET			
Lääkkeen nimi	Vahvuus	Annostus	Mihin hoidoksi

TARVITTAESSA KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET			
Lääkkeen nimi	Vahvuus	Annostus	Mihin hoidoksi

ITSEHOITOLÄÄKKEET			
Lääkkeen nimi	Vahvuus	Annostus	Mihin hoidoksi

VITAMIINIT			

RAVINTOLISÄT			

Suomen asiakas- ja potilasturvallisuusyhdistys SPTY
on asiakkaiden, potilaiden, sosiaali- ja terveydenhuollon
ammattilaisten, opiskelijoiden,
asiantuntijoiden ja tutkijoiden yhteisö.

SPTY haluaa olla mukana varmistamassa,
että asiakkaat ja potilaat saavat Suomessa
turvallista ja laadukasta hoitoa.



**Suomen asiakas- ja
potilasturvallisuusyhdistys**

www.spty.fi