

# HYTE-kärkiohjelmam 2024-2025



**ETELÄ-KARJALAN**  
hyvinvointialue



# ETELÄ- KARJALAN

hyvinvointialue



**VISIONME:** Olemme edelläkävijäyhteisö, jonka vuoksi hyvinvointialueellamme on saavutettavat palvelut, Suomen hyvinvoivin väestö ja onnellisimmat työntekijät.

**MISSIONME:** Toimintamme lisää asukkaidemme terveyttä, toimintakykyä ja turvaa läpi elämän.

**STRATEGIAMME  
KÄRJET:**



**HENKILÖSTÖÖN  
PANOSTAMINEN**



**PROSESSIT  
JA SUJUVUUS**



**PALVELUIDEN  
PORRASTUS**



Toimintani lisää luottamusta tiimissäni ja asiakkaissa. Tästäkin päivästä selvitään yhdessä, koska  
**Mie turvaan.**



Uudistan ja uudistun. Sanon ääneen sen mitä pitää ja teen tarvittavat päätökset, koska  
**Mie uskallan.**



Teen ylpeydellä työni ja kannan vastuun omasta ja tiimini tekemisestä, koska  
**Mie vastaan.**



Kohtaan aidosti ja arvostavasti. Otan kopin ihmisistä ja asioista, koska  
**Mie välitän.**



**ETELÄ-KARJALAN**  
hyvinvointialue



HYTE-kärkiohjelmat liittyvät  
Ekhva:n strategian toteutuslinjaukseen:

\* palveluiden porrastus  
sekä

\* laajaan hyvinvointisuunnitelmaan 2021-2025

Etelä-Karjalan hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen painopisteet vuonna 2024 ovat kolmen HYTE-kärkiohjelman vaatimien toimenpiteiden edistämisessä.

Kärkiohjelmien tavoitteena on saavuttaa palvelutarpeen kasvun hidastumista ja vähenemistä sekä lisätä asiakasohjausta ennaltaehkäiseviin palveluihin.

- Kärkiohjelmat pyrkivät ennaltaehkäisemään maakunnassa tunnistettuja asukkaiden hyvinvointia uhkaavia haasteita
- Kärkiohjelmat tukevat hyvinvointialueen pitkän tähtäimen visioita Suomen hyvinvoivimmasta väestöstä v. 2030 mennessä.
- Kärkiohjelmat vastaavat maakunnallisen hyvinvointissuunnitelman yhteisesti sovittuihin teemoihin elintavat ja mielen hyvinvointi.



# HYTE:n kärkiohjelmat

Vuosille 2024-2025

## **SUTJAKKA** Etelä-Karjala

(Ylipaino; perheet ja työikäiset)

## **SOPUISA** Etelä-Karjala

Päihteiden käytön ennaltaehkäisy ja vähentäminen perheissä, lasten ja nuorten mielenhyvinvointi.

## **IKÄYSTÄVÄLLINEN** Etelä-Karjala

(Ikääntyneet; kaatuminen, yksinäisyys, osallisuus)



**ETELÄ-KARJALAN**  
hyvinvointialue

# Miksi?

- Etelä-Karjalassa elintapoihin liittyvä merkittävä terveyshaaste on ylipaino - THL:n mukaan Etelä-Karjala oli vuonna 2022 Suomen painavin maakunta. 25–74-vuotiaista eteläkarjalaisista on lihavia noin 28 % (BMI  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>). Jos lihavuuden kasvu jatkuu samanlaisena, kymmenen vuoden kuluttua lihavia on jo yli 31 % edellä mainitusta ikäryhmästä.
- Terveysindeksin mukaan olemme Suomen kärkeä aivoverisuonitautien, sepelvaltimotautien ja alkoholisairauksien osalta.
- Alaikäisten alkoholin käytön havainnot ovat laskeneet. Alaikäisten sähkösavukehavainnot ovat kaksinkertaistuneet. (Päihdetilannekysely 2023) Vapettaminen on yksi tämän hetken ilmiöistä.
- v. 2022 Poliisin puhuttelemia alle 15v nuoria oli n. 400 kpl, joista 75% ensikertalaisia. Näpistykset ovat lisääntyneet (Poliisi EET)
- Nuorten tekemien rikosten määrä on nousussa erityisesti alle 15-vuotiaiden ryhmässä. (Poliisi EET)
- Etelä-Karjalassa erityisen huolestuttavaa on ollut yli 65-vuotiaiden kaatumisiin ja putoamisiin liittyvien hoitajaksojen määrän voimakas lisääntyminen vuosina 2016–2021
- Etelä-Karjalassa yli 75-vuotiaista 94,1 % asuu kotona, mikä on toiseksi eniten Suomessa (Sotkanet 2023). Kotona asuvista iäkkäistä 65 % on vajaaravitsemusriskissä ja heistä 8 % on vajaaravittuja.

# Terveysindeksi 2020-2022

Taulukko 1. Sairastavuuden kokonaisindeksin ja sairausryhmittäisten osaindeksien alueellinen vaihtelu 2020-2022 (ikävakioidut luvut) hyvinvointialueilla ja Manner-Suomen kunnissa.

Osaindeksi	Matalin indeksiluku (hyvinvointialue) (kunta)	Korkein indeksiluku (hyvinvointialue) (kunta)
<b>Sairastavuuden kokonaisindeksi</b>	86,5 (Pohjanmaa) 68,3 (Pedersören kunta)	117,2 (Pohjois-Savo) 161,1 (Tuusniemi)
Aivoverisuonitaudit	88,1 (Keski-Uusimaa) 58,8 (Maalahti)	117,0 (Etelä-Karjala) 240,9 (Kyyjärvi)
Alkoholisairaudet	56,8 (Pohjanmaa) 18,3 (Luoto)	143,1 (Etelä-Karjala) 191,9 (Ilomantsi)
Diabetes	84,1 (Helsinki) 69,0 (Kauniainen)	116,5 (Etelä-Pohjanmaa) 158,2 (Vieremä)
Keuhkosairaudet	85,0 (Länsi-Uusimaa) 66,9 (Närpiö)	119,6 (Kainuu) 143,1 (Vesilahti)
Mielenterveys	75,0 (Itä-Uusimaa) 45,1 (Pedersören kunta)	140,1 (Pohjois-Savo) 252,9 (Tuusniemi)
Muistisairaudet	80,1 (Pohjanmaa) 61,5 (Närpiö)	120,1 (Keski-Pohjanmaa) 169,6 (Siikajoki)
Sepelvaltimotauti	78,5 (Vantaa ja Kerava) 47,3 (Rusko)	128,5 (Etelä-Karjala) 238,4 (Evijärvi)
Syövät	89,8 (Etelä-Savo) 43,5 (Kinnula)	105,9 (Etelä-Pohjanmaa) 134,4 (Lumijoki)
Tapaturmat	73,4 (Pohjois-Savo) 42,8 (Kihniö)	131,4 (Keski-Pohjanmaa) 155,9 (Savonlinna)
Tuki- ja liikuntaelinsairaudet	72,5 (Helsinki) 63,9 (Kauniainen)	134,2 (Pohjois-Savo) 185,5 (Rautavaara)

Lähde: THL Sotkanet

- Kattaa useita indikaattoreita, jotka korvaavat aiemman THL:n sairastavuusindeksin ja Kelan Terveyspuntarin.
- Indeksit kuvaavat sairauksien ja työkyvyttömyyden yleisyyttä suhteessa koko maan väestöön (koko maa = 100)

# Sutjakka Etelä-Karjala

Ohjelmavastaava Minna Piirainen

Ohjelman keskiössä ovat perheisiin ja työikäisiin kohdentuvat toimenpiteet

Ohjelman tavoitteet:

- Ylipainon väheneminen ja ennaltaehkäisy
- Kansantautien ennaltaehkäisy (tyypin 2. diabetes)





#### Tausta:

- Etelä-Karjalassa lähes joka neljäs 20 -vuotta täyttäneistä on lihava. Lihavien osuus on kasvanut viimeisen kymmenen vuoden aikana vajaa viisi prosenttia. Matalasti koulutetuilla lihavuus on korkeasti koulutettuja yleisempää sekä naisilla miehiä yleisempää. Lapsuusiän ylipaino ja lihavuus lisäävät riskiä ylipainoon aikuisiässä.
- Lihavuus ja varsinkin vyötärölihavuus lisää riskiä sairastua tyypin 2 diabetekseen, sydän- ja verisuonitauteihin. Sillä on todettu olevan myös yhteys psyykkiseen hyvinvointiin sekä työkykyyn.

#### Mitä Ekhva tekee:

- Tunnistetaan ylipaino/lihavuus sekä otetaan ne oikea-aikaisesti puheeksi.
- Tarjotaan elintapaohjausta ylipainon/lihavuuden vähentämisen tueksi.
- Toteutetaan Käypä hoito-suositusten mukaista hoitoa ylipainon hoitoketjussa.
- Tehdään tiivistä yhteistyötä eri toimijoiden kanssa ylipainon/ lihavuuden ennaltaehkäisemiseksi.
- Viestitään kuntalaisille ylipainoon/ lihavuuteen vaikuttavista asioista sekä keinoista niiden ennaltaehkäisemiseksi ja vähentämiseksi.

#### Vastuutaho:

- Ekhva:n toimipisteet

**Järjestöiltä toivotaan tukea työkäisten sekä perheiden elintapamuutosten tukemiseen uusien ravitsemusuositusten jalkauttamisessa.**

# Sopuisa Etelä-Karjala

Ohjelmavastaava Ulla Peippo

Ohjelman keskiössä ovat päihteiden käytön puheeksi otto EKHVA: n palveluissa sekä lapsiin ja nuoriin kohdentuvat toimenpiteet.

Ohjelman tavoitteet:

- Päihteiden käytön ennalta ehkäisy ja vähentäminen perheissä.
- Mielen hyvinvoinnin lisääminen.( Lapset& Nuoret)



## Taustaa

Alkoholisairastavuus on etelä-karjalassa suurinta koko maassa.

- Etelä-Karjalassa 18-64 vuotiaita joiden AUDIT kyselyn tulos viittaa siihen, että alkoholinkäyttöön liittyy riskejä tai mahdollinen alkoholiriippuvuus (% testin tehneistä) miehet 34.1% kun koko maan taso 30.8%. (Sotkanet 2023)
- Huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä tai rahapelaamista, % 8. ja 9. luokan oppilaista Etelä-Karjalassa. Pojat 9.4% ja tytöt 6.3%.Luvut ovat nousussa.(Sotkanet 2023)
- Peruskoululaisten päihteidenkäyttö on lisääntynyt, samaan aikaan positiivinen mielenterveys vähenemässä

## Mitä Ekhva tekee?

- Lisätään ja vahvistetaan päihteiden käytön puheeksiottoja Ekhvan palveluissa.(Päihteet puheeksi malli)
- Ehkäisevän päihdetyön asiantuntija tuki kunnille. Ehkäisevän päihdetyön suunnitelmien olemassa olon varmistaminen.
- Vahvistetaan koulujen henkilöstön, ehkäisevän päihdetyön osaamista, kouluille toimitettavien materiaalien avulla.

## Vastuutaho

- Ekhvan toimiyksiköt

**Järjestöiltä toivotaan erityisesti tukea vanhemmuuden vahvistamisen teemassa.**

# Ikäystävällinen Etelä-Karjala

Ohjelmavastaava Sari Lind

Ohjelman keskiössä ikääntyneet eteläkarjalaiset

Tavoitteet:

- Ikääntyneet pysyvät paremmin pystyssä
- Ikääntyneiden kokema yksinäisyys vähenee
- Ikääntyneiden vajaaravitsemuksen ehkäisy

## Tausta:

- Etelä-Karjala on väestörakenteeltaan voimakkaasti ikääntyvä maakunta ja väestön kokonaismäärä on laskeva. Ikääntyessä kaatumisten esiintyvyys kasvaa ja noin 10% kaatumisista johtaa vakavaan vammaan, kuten reisiluun murtumaan. Yli 65-vuotiaiden kaatumisiin ja putoamisiin liittyvien hoitajaksojen määrä on suuri.
- Etelä-Karjalassa itsensä yksinäiseksi kokee 12,5 prosenttia yli 75-vuotiaista ja lakisääteisissä iäkkäiden palveluissa yksinäisyyttä koki 26,3 prosenttia yli 65- vuotiaista asiakkaista (Sotkanet)
- Kotona asuvista iäkkäistä 65 % on vajaaravitsemusriskissä ja heistä 8 % on vajaaravittuja. Kotihoidon ja asumisen asiakkaista 51 %:lla riski virheravitsemukseen on kasvanut ja 17 % kärsii virhe- tai aliravitsemuksesta

## Mitä EKHVA tekee?

- Teemme monialaista yhteistyötä hyvinvointialueen, kuntien, seurakuntien ja kolmannen sektorin toimijoiden kesken
- Vahvistamme erityisen riskin tunnistamista ja puheeksi ottoa eri palveluissa
- Vahvistamme ikääntyneiden omaa aktiivisuutta ja ohjautumista ennaltaehkäiseviin palveluihin
- Vahvistamme kansalais- ja ammattilaisviestintää kärkiohjelman teemoihin liittyen

## Vastuutaho

- EKHVA:n toimintayksiköt

**Järjestöiltä toivotaan tukea erityisesti ikääntyneiden vajaaravitsemuksen ehkäisyyn, yksinäisyyden vähentämiseen ja sosiaalisten kontaktien lisääntymiseen**



# Kiitos!

## Lisätietoja:

Sutjakka; Minna Piirainen puh. 040 651 3718

Sopuisa; Ulla Peippo puh. 040 827 8779

Ikäystävällinen; Sari Lind puh. 040 635 0646

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen päällikkö; Aija Rautio puh. 044 791 4833

Sähköpostit: [etunimi.sukunimi@ekhva.fi](mailto:etunimi.sukunimi@ekhva.fi)



ETELÄ-KARJALAN  
hyvinvointialue