

## Vuoden 2016 Terveydenhoitaja Riitta Salo on diabeteksen ennaltaehkäisyn ja hoidon asiantuntija

Vuoden 2016 Terveydenhoitajaksi valittiin diabeteshoitajana työskentelevä terveydenhoitaja **Riitta Salo**. Asiakastyön lisäksi Salo on ollut vaikuttamassa diabeteksen ehkäisyyn ja hoitoon niin kansainvälisellä, valtakunnallisella kuin paikallisella tasolla.

Salo on toiminut diabeteshoitajana jo pitkään. Salon kollegat ja esimiehet arvostavat hänen asiantuntijuuttaan ja diabetesta sairastavat ja heidän omaisensa luottavat vankasti hänen ammattitaitoonsa. Asiakkaiden mielestä hän ei vain hoida diabetesta, vaan on myös asiakkaitaan arvostava kanssakulkija monissa sairastamisen eri käänteissä. Salo työskentelee päätoimisesti diabeteshoitajana, mutta on myös työnantajansa, Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymän, avannevastuuhoitaja.

Lisäksi Salo kouluttaa työpaikkansa henkilökuntaa ja antaa koulutusta myös apteekkeissa, luennoi eri yhdistysten tapaamisissa sekä ohjaa opiskelijoita. Muutaman vuoden ajan hän on ollut vastuuhenkilönä laihdutusleikkauksiin aikovien ENED-laihutusryhmien toteuttamisessa yhdessä ravitsemusterapeutin kanssa. Lisäksi hän tekee paljon yhteistyötä lääkefirmojen ja mittari- ja laitefirmojen kanssa.

– Jo lapsena toiveammattini olivat terveystietä tai opettaja, ja nyt yhdistän nuo molemmat ammatit työkseni. Meillä oli Kangasalla lapsuudessani aivan ihana terveystietä, ja hänen kotikäynneistään kumpusi innostus terveydenhoitajan työhön.

### Monessa mukana

Salon kiinnostus diabetekseen ei lopu työpäivään: hän on toiminut jo vuosia paikallisessa diabetesyhdistyksessä ja ollut pitkään erilaisissa työryhmissä tekemässä diabeteksen ehkäisyn ja hoidon kehittämiseen tähtäävää työtä. Lisäksi hän toimii parhaillaan kansainvälisen diabetesyhteisön, Suomen DESG:n (Diabetes Education Study Group), puheenjohtajana.

– Kansainvälisyyttä työhöni ovat tuoneet useat matkat IDF (International Diabetes Federation) ja FEND (Federation of European Nurses in Diabetes) -konferensseihin, joissa olen tutustunut kollegoihin ympäri maailman.

Salon mukaan diabeteksen tutkimus ja sen myötä hoidon kehittyminen vaativat diabeteshoitajalta jatkuvaa kouluttautumista.

– Tekniikka kehittyi niin nopeasti, että hoitoon osallistuvien haasteena on tänä päivänä erilaisten laitteiden toiminnan hallinta. Uudet markkinoille tulevat lääkkeet, niin insuliinit kuin tabletit, vaativat jatkuvaa tiedonhallintaa. Nettimaailma antaa diabeetikoille runsaasti tietoa, mutta toisinaan vastaanotolla joutuu vakavastikin korjaamaan keskustelupalstojen ”totuuksia”.

### Potilaan kiitos on paras palkanlisä

Salo on edelleen työstään innostunut, eikä huonoja puolia työpäivästään löydä. Muun muassa ihmisläheisyys ja potilaiden tyytyväisyyden saamaansa ohjaukseen ovat tärkeitä asioita. Myös hyvät lääkäriyöparit ovat kunnioitettavia, ja siinä asiassa Saloa on onnistanut.

– Parhaat hetket työssäni ovat niitä, kun diabetespotilaan kanssa on saatu yhdessä hoidon peruspalikat sijoiteltua ja sisäistettyä niin hyvin, että sokeritasapaino löytyy ja saan potilaan hyväksymään diabeteksen osaksi hänen elämäänsä. Tai avannepotilas pääsee ohjauksen ansiosta sinuiksi avanteensa kanssa. Koska palkkaus on nykymittakaavalla melko alhainen, niin sanonkin aina, että potilaan kiitos on paras palkanlisä.

– Ainoastaan aikapula on ongelma, sillä diabetekseen sairastuvia on koko ajan enemmän.



Salo on valittu Hämeen terveydenhoitajayhdistyksen Vuoden Tyyneksi 2012. Samoin hän on saanut Diabetesliiton kunniakirjan ja ansiomerkin yhdistyspuolella tehdystä työstä. Jokioisten seurakunnan luottamus- henkilötyöstä saatu Kirkkohallituksen ansiomerkki on Salolle myös hyvin tärkeä.

– Saavutuksia ovat myös ne hetket, jolloin aikanaan lastenleireillä olleet, nyt jo aikuiset ”tytöt” ja ”pojat” tulevat kadulla vastaan ja kapsahtavat kaulaan sanoen: ”Moi, makkee-täti”.

– Vuoden Terveydenhoitaja -tittelin otan vastaan nöyränä ja kiitollisena. Se on suuri kunnianosoitus minulle, ja myös kaikille maan diabetes- ja avannehoitajille. Itselläni on vielä kaksi työvuotta jäljellä, ja onhan tämä suurin ja arvokkain huomionosoitus, jonka diabetes- hoitaja voi uransa loppumetreillä saada.

Vuoden 2016 Terveydenhoitaja, diabeteshoitaja Riitta Salo kiittää lämpimästi Suomen Terveydenhoitajaliittoa valinnastaan. ”Kiitos myös teille kaikille, jotka niin monin eri tavoin olette minua onnitelleet tämän kunnianosoituksen johdosta.”

”Hiljempaa ihmisen kohdalla. Siinä on läksyä opeteltavaksi.”

S. SALLINEN

## Riitta Salo

- Kirjoitti ylioppilaaksi vuonna 1973.
- Valmistui apuhoitajaksi vuonna 1974.
- Valmistui Turun Ammattikorkeakoulusta terveydenhoitajaksi vuonna 1993, samana vuonna pyydettiin diabeteshoitajaksi.
- Työskentelee Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymässä päätoimisena diabeteshoitajana ja alueen avannevastuuhoitajana.
- Tehnyt pitkän uran Jokioisten seurakunnan luottamushenkilönä, muun muassa kirkkovaltuuston puheenjohtajana ja Kanta-Hämeen Sairaalsielunhoitotyön johtokunnassa.
- Suomen DESG:n (Diabetes Education Study Group) puheenjohtaja.
- Puoliso ja kolme aikuista lasta, yksi lapsenlapsi.
- Myös puolison lapset lapsineen ja lapsenlapsineen kuuluvat perheeseen.



## Ainu-stipendi hyvinvointineuvolan kotikäyntityön kehittäjälle

Vuoden 2016 Ainu-stipendi myönnettiin terveydenhoitaja **Tuula Nevalaiselle**, joka tekee hyvinvointineuvolan erityistä kotikäyntityötä, eli ns. asiantuntijaterveydenhoitajan vaativaa, kotiin annettavaa terveydenhuollon asiantuntijatyötä Tampereen kaupungilla.

Kotikäyntejä järjestetään lisätukea tarvitseville odottaville ja alle 2-vuotiaiden lasten perheille. Kotikäynnit ovat matalan kynnyksen apua, ja lisäksi kotikäynnit helpottavat neuvolan terveydenhoitajan työkuormaa.

Nevalainen toimi vuonna 2012 alkaneen HYPE-hankkeen (Hyvinvointineuvolan psykososiaalinen vanhemmuuden tuki ja palveluohjaus erityistilanteissa -mallintaminen) projektiterveydenhoitajana. Hankkeesta saadut palautteet olivat hyviä ja niiden ansiosta Tampereelle perustettiin vuoden 2013 alusta neuvolan erityisen tuen terveydenhoitajan uusi, vakituinen vakanssi, johon Tuula Nevalainen valittiin. Hoitomalli koettiin niin tarpeelliseksi, että vuoden 2015 alusta kotikäyntityöhön palkattiin kaksi uutta terveydenhoitajaa ja samalla aloitettiin muun työn lisäksi kotikäynnit Taysista kotiutuvien pikkukeskosten perheisiin.

– Kotikäyntityön-malli on mahdollista siirtää kaikkiin kuntiin. Se onkin herättänyt kiinnostusta, ja kyselyitä on tullut muista kaupungeista, Tuula Nevalainen toteaa.

– Koen, että nimenomaan terveydenhoitajan peruskoulutus sopii erinomaisesti tällaiseen perhetyöhön, jossa tarvitaan laaja-alaista näkemystä ja ennaltaehkäisevän työn asiantuntijuutta. Pitkän terveydenhoitajakokemuksen lisäksi olen hankkinut runsaasti lisäkoulutusta muun muassa lasten vuorovaikutuksen tukemisessa ja syömishäiriöistä, Nevalainen jatkaa.

Terveydenhoitajaliitto ja Berner Oy myöntävät Ainu-stipendin vuosittain kannustuksena odottavien ja lapsiperheiden parissa tehtävän terveydenhoitajatyön tukemiseksi ja kehittämiseksi.