

## Vuoden Terveydenhoitaja 2019 on avosairaanhoidon vastaanottotyön moniosaaja

Vuoden Terveydenhoitajaksi 2019 on valittu **Katriina Ovaska**, joka tekee laaja-alaista työtä terveydenhoitajana Luumäen hyvinvointiaseman vastaanotossa.

Katriina tekee monipuolista työtä avosairaanhoidon vastaanotossa, lääkäri-hoitaja-työparina pitkäaikaissairaiden parissa, astmahoitajana sekä rokotusvastaavana matkailijoiden rokotusneuvonnassa. Näiden lisäksi hän tekee muun muassa ajokorttitarkastuksia ja vetää pitkäaikaissairaiden itsehoitoon tähtääviä Arkeen voimaa-ryhmiä toisen ohjaajan kanssa. Lisäksi työhön kuuluu päivystysvastaanottoa ja hoidon tarpeen arviota puhelimitse, Marevan-määrityksiä, hoitosuunnitelmien tekoa, haavahoitoja ja lääkärin avustamista toimenpiteissä, kuten luomenpoistoissa. Aiemmin Katriina teki myös kutsuntatarkastuksia.

Katriina on työskennellyt nykyisessä työssään tammikuusta 2014 alkaen. Aiemmin hän työskenteli Luumäellä Taavetin lastenneuvolaterveydenhoitajana vuosina 2004–2013 ja Luumäen kunnan kotisairaanhoidossa vuosina 1992–2004.

**VAPAA-AJALLA JÄRJESTÖTYÖTÄ JA SUUNNISTUSTA** | Katriinalla on vankka järjestökokemus. Hän on muun muassa Kymen terveydenhoitajayhdistyksen hallituksen jäsen ja Luumäen Hildan Martat ry:n hallituksen jäsen.

– Vaikka olen aikanaan toiminut sairaanhoitajankin tehtävissä, olen aina ollut sitä mieltä, että Terveydenhoitajaliitto on kaikkien terveydenhoitajien liitto. Terveydenhoitajaliitossa koen kuuluvani ”henkisesti” omaan porukkaan ja terveydenhoitajien ajatusmaailmaan. Yhdistystoimintaan mukaan lähtemiseen kannusti halu vaikuttaa asioihin. Kymen terveydenhoitajayhdistyksellä on mukavaa vapaa-ajantoimintaa. Nyt keväällä minut valittiin myös JUKOn varaluottamusmieheksi Eksoteen.

Katriina on vaikuttanut Luumäen kunnanvaltuustossa jo vuodesta 2005 lähtien. Koululautakunnan puheenjohtajana hän toimi vuosina 2012–2017. Vuodesta 2017 lähtien hän on toiminut sivistyslautakunnan puheenjohtajana ja tarkastuslautakunnan varapuheenjohtajana.

– Lähdin aikanaan politiikkaan mukaan, koska haluan vaikuttaa asioihin. Olen aina ollut kiinnostunut yhteiskunnallisista asioista, ja kun katsoo asioita eri näkökulmista, ymmärtää paremmin erilaisia ratkaisuja.

Erityinen paikka Katriinan sydämessä kuuluu suunnistukselle. Hän on osallistunut koko perheen voimin Jukolan viesteihin vuodesta 2003 alkaen.

– Aloitin suunnistuksen vasta 28-vuotiaana, ja olen kilpaillut siitä asti. Kertaa-kan vuodesta 2003 lähtien ei Venlojen viesti ole jäänyt väliin. Tänä vuonna olen lähdössä perheen kanssa Kainuun Rastiviikolle kilpailemaan. Omien lasten kisoja seuraan netin ja television kautta, jos en pääse paikan päälle.

Katriina on toiminut Luumäen Rastin nuorisovastaavana yli 10 vuotta.

– Vedän suunnistuskouluja ja olen ollut suunnistusleireillä seuraohjaajana. Lisäksi olen tehnyt laidasta laitaan hommia monissa suunnistuskilpailuissa, muun muassa kilpailujen järjestäjänä, ensiavussa, lasten lähtöpäällikkönä ja matkanvetoajana/ryhmänohjaajana.

**ASIAKKAAN HYVINVOINTI TÄRKEINTÄ** | Kollegat kuvailevat Katriinaa muun muassa seuraavin adjektiivein: luotettava, helposti lähestyttävä, avarakatseinen, toimielias ja ihmisiä lähellä oleva terveydenhoitaja. Hän on tunnollinen työssään ja haluaa kehittää ja kouluttaa itseään jatkuvasti. Katriina on valmis ottamaan haasteita vastaan niin työelämässä, yksityiselämässä kuin yhteiskunnallisessa vaikuttamisessakin.

Katriina on erittäin iloinen ja otettu valinnastaan Vuoden Terveydenhoitajaksi.

– Valinta yllätti minut täysin, ja tuntuu siksi erityisen hienolta.

– Vahvimmillani omasa työssäni tunnen olevani etenkin terveystarkastussissa ja pitkäaikaissairauk-

sien seurannassa, johon kuuluu astma- ja verenpainepotilaitten vuositarkastukset hoitosuunnitelmiseen. Pidän erityisesti ryhmien ohjaamisesta, ja siksi Arkeen Voimaa-ryhmien vetäminen tuntuu mieluuisalta, samoin vapaa-ajalla suunnistus-seuran suunnistuskoulu ja muu nuorisotoiminta, Katriina kertoo.

– Olen tehnyt pitkään työtä Luumäen kuntalaisten hyväksi. Asiakkaat tuntevat minut ja minä tunnen asiakkaat. Mielestäni olen hyvä kuuntelija ja rinnalla kulkija, jolle tärkeintä on asiakkaan hyvinvointi, Katriina toteaa.

*Vuoden Terveydenhoitajan valinnasta päättää Terveydenhoitajaliiton hallitus.*

