

Mistä säästöjä sote-kentälle?

Hallitus etsii parhaillaan kuumeisesti säästökohteita sote-menoista. Tuki- ja liikuntaelinten ongelmat ovat tällä hetkellä **eniten lääkäriresursseja sitova diagnoosiryhmä**

perusterveydenhuollossa. Niiden hoitoon kuluu arviolta 20 % lääkäriresursseista.

Lääkärikäynneissä ylivoimaisesti yleisimmin kirjattu yksittäinen syy oli **selkäkipu**.

Tuki- ja liikuntaelinliitto Tule ry kokosi päätöksentekijöiden tueksi neljä säästöehdotusta, jotka tuottavat samalla parempaa hoitoa ja lisäävät hyvinvointia.

1. Selkä- polvi- ja olkapäävaivat kuntoon fysioterapeutin suoravastaanotolla

- ✓ Aina ei tarvita lääkäreitä. Jopa 90 % tuki- ja liikuntaelinvaivoihin liittyvistä lääkärikäynneistä on luonteeltaan sellaisia, että fysioterapeutti olisi paras ammattilainen hoidon käynnistämiseen ja ohjeistamiseen.
- ✓ Yhden lääkärin hinnalla palkkaa yli kaksi fysioterapeuttia. Ostopalvelulääkärin hinnalla fysioterapeutteja saadaan jo viisi.
- ✓ Tuki- ja liikuntaelinvaivoista kärsivistä merkittävä osa kannattaisi ohjata heti alkuun fysioterapeutille ilman lääkärikäyntiä.

2. Korjataan virheelliset uskomukset selkäkipujen hoidosta

- ✓ Tuki- ja liikuntaelinkipuun liittyy usein virheellisiä uskomuksia, jotka haittaavat vaivan hoitoa ja kuntoutusta.
- ✓ Moni selkäkipuinen esimerkiksi uskoo, ettei kipeän selän kanssa saisi lainkaan liikkua, mikä voi pahentaa oireita. Osa uskomuksista on edelleen peräisin hoitohenkilökunnalta.
- ✓ Asia voidaan korjata yksinkertaisilla ja usein maksuttomilla toimilla: levittämällä systemaattisesti oikeaa tietoa sekä potilaille että ammattilaisille.
- ✓ Esimerkiksi tutkijoiden koostaman [Selkäoppaan](#) käyttö vastaanotoilla vähensi jo vuoden aikana merkittävästi kalliiden kuvantamistutkimusten käyttöä ja sairauslomia.

3. Ennakoidaan kaatumisriski, säästetään lonkkamurtumien hoidossa

- ✓ Suuri osa hintavasta erikoissairaanhoidosta kohdistuu ihmisiin, joiden riskit voidaan tunnistaa etukäteen.
- ✓ Riskien tunnistamiseen on olemassa hyviä työkaluja. Kun niitä käytetään systemaattisesti, ja tuetaan seulottuja riskiryhmiä, syntyy mittavia säästöjä.
- ✓ Etelä-Karjalassa lisättiin vuonna 2023 reippaasti iäkkäiden ihmisten kaatumisriskin arviointia. Näitä riskiryhmiä tukemalla lonkkamurtumat vähenivät alueella 11 %. Rahassa säästöä kertyi ensimmäisen vuoden aikana 1,2 miljoonaa euroa.
- ✓ Vastaavia, säästöä tuottavia riskikartoitustyökaluja on kehitetty muun muassa kivun hoitoon.

4. Tarjotaan lääkkeeksi myös liikuntaa

- ✓ Liikunta ja fyysinen aktiivisuus on tärkeä osa useimpien tule-ongelmien hyvää hoitoa ja kuntoutusta. Usein potilas tarvitsee tähän tukea. Liikuntapalvelut ja -neuvonta voivat muodostaa osan hoitopolkua, kunhan palveluissa osataan ja hoksataan ylittää hallinnollisia raja-aitoja.
- ✓ Esimerkiksi Pudasjärven kunta sai aikaan isoja säästöjä terveydenhuollossa lisäämällä liikuntaneuvontaa.
- ✓ Toteutus vaatii hyvinvointialueiden ja kuntien palveluiden ennakkoluulotonta yhteistyötä. Myös potilasjärjestöjen liikuntaryhmät ja vertaistuki kannattaa hyödyntää.

Lisätietoja:

Noora Koponen, puheenjohtaja

Tuki- ja liikuntaelinliitto Tule ry

puheenjohtaja@suomentule.fi

puh. 050 514 4012

Marja Kinnunen, toiminnanjohtaja

Tuki- ja liikuntaelinliitto Tule ry

marja.kinnunen@suomentule.fi

puh. 050 354 5635