

## Kuntoutus tukee toimintakykyä

**Varhainen ja oikeaan aikaan toteutettu kuntoutus parantaa ihmisten työ- ja toimintakykyä, lisää osallistumista, nopeuttaa sairaalasta kotiutumista, vähentää hoidon ja muiden palveluiden tarvetta sekä säästää kustannuksia. Siksi asiakkaan oikeus kuntoutuspalveluihin on taattava.**

### Tehyn vaatimukset kuntoutuksen kehittämiseksi

- Palveluketjut on kehitettävä saumattomiksi, jotta tarpeenmukainen kuntoutus voidaan taata.
- Kuntoutukseen on päästävä matalalla kynnyksellä ja kuntoutuksen on käynnistyttävä oikea-aikaisesti.
- Kela-korvaus on palautettava fysioterapiaan.
- Hyvinvointialueilla kuntoutus on organisoitava keskitetysti.
- Fysioterapeuttien suoravastaanotot otettava laajasti käyttöön.
- Ikääntyneille henkilöille on taattava monialainen kuntoutus.
- Äitiysfysioterapiaa on järjestettävä odottaville ja synnyttäneille äideille hyvinvointialueilla.
- Etäkuntoutus on otettava käyttöön.

Joka kolmannella ihmisellä on [kuntoutuksen tarvetta](#) ainakin kerran elämässään. Yleisin syy kuntoutukselle on tuki- ja liikuntaelinsairaudet. Myös aistivammat ja neurologiset sairaudet ovat yleisiä syitä. Kuntoutuksen tarve on lisääntynyt 2000-luvulla ja sen tarve kasvaa edelleen väestön ikääntyessä, eliniän pidentyessä sekä lääketieteen, hoitomenetelmien ja teknologian kehittyessä.

### Palveluketjut on kehitettävä saumattomiksi, jotta tarpeenmukainen kuntoutus voidaan taata

Kuntoutusjärjestelmä on pirstaleinen eivätkä tarve ja palvelut aina kohtaa tiedon kulun ongelmien ja tietämättömyyden vuoksi. Lääkinnällisen kuntoutuksen suurimmiksi haasteiksi on todettu kuntoutukseen osoitetut riittämättömät resurssit, palveluketjun toimimattomuus sekä kuntoutuksen integroitumattomuus sairaanhoitoon.

### Kuntoutukseen on päästävä matalalla kynnyksellä ja kuntoutuksen on käynnistyttävä oikea-aikaisesti

Kuntoutustarve on tunnistettava kaikissa asiakaskontakteissa, mikä edellyttää kaikilta sote-ammattilaisilta parempaa kuntoutusalan osaamista. Kuntoutusta on lisättävä ja tarpeen mukaan asiakkaalle on nimettävä kuntoutusta koordinoiva ammattilainen, kuntoutuksen ohjaaja.

Palvelujen saatavuutta on parannettava, mukaan lukien matalan kynnyksen ennaltaehkäisevät palvelut, toimintakykyä lisäävä kuntoutus sekä [apuvälinepalvelut](#). Kaikissa sote-palveluissa on oltava riittävästi koulutettuja kuntoutuksen ammattihenkilöitä, kuten fysio-, toiminta- ja jalkaterapeutteja, kuntoutuksen ohjaajia ja apuvälineteknikoita.

### Kela-korvaus on palautettava fysioterapiaan

Kela-korvaus poistettiin yksityisistä fysioterapiapalveluista vuoden 2023 alussa. Korvaus on saatava takaisin niin, ettei lääkärin lähetettä tarvita.

Fysioterapeutit ovat tuki- ja liikuntaelinsairauksien (tule-sairaudet) erityisosaajia. Siksi on hyödyllistä sekä kustannustehokasta ohjata tule-oireiset asiakkaat suoraan fysioterapeutille eikä lääkärille. Näin lyhennetään lääkäreiden hoitojonoja.

### **Hyvinvointialueilla kuntoutus on organisoitava keskitetysti**

Kuntoutus on osa hyvinvointialueen palvelujärjestelmää ja kuntoutuspalveluihin ohjaaminen edellyttää useiden toimijoiden oikea-aikaisia ja saumattomia palveluita eri organisaatioissa.

Prosessien johtamiseen tarvitaan kuntoutuksen osaamista. Kuntoutuspalveluista vastaavilla on oltava koulutusta ja kokemusta alalla toimimisesta sekä johtamiskokemusta. Näin pystytään kehittämään-toimintaa, saadaan käyttöön yhtenäiset tietoon perustuvat ja kustannustehokkaat palvelut sekä tuetaan osaamista ja resurssien järkevää käyttöä.

Kelan vaativa lääkinnällinen kuntoutus ja kuntoutuspsykoterapia on säilytettävä Kelan vastuulla eikä niitä voi siirtää hyvinvointialueille tässä vaiheessa. Aiheesta lisää [valtioneuvoston valtakunnallisessa lääkinnällisen kuntoutukseen ohjautumisen perusteissa](#).

### **Fysioterapeuttien suoravastaanotot otettava laajasti käyttöön**

On arvioitu, että tuki- ja liikuntaelinongelmien kokonaiskustannukset ovat Suomelle jopa 3–4 miljardia euroa vuodessa. Tuki- ja liikuntaelinongelmat olivat suurin syy käydä avohoidon lääkärikäynnillä sekä yleisin syy uusiin työkyvyttömyyseläkkeisiin vuonna 2022.

Fysioterapeutin suoravastaanotolla tarkoitetaan toimintaa, jossa tuki- ja liikuntaelinoireinen asiakas ohjataan lisäkoulutuksen saaneen fysioterapeutin vastaanotolle lääkärin vastaanoton sijaan. Työterveyshuollossa suoravastaanottoa voi toteuttaa tule-suoravastaanotokoulutuksen käynyt työfysioterapeutti.

[Fysioterapeuttien suoravastaanotot](#) on otettava laajasti käyttöön hyvinvointialueiden perusterveydenhuollossa, työterveyshuollossa ja erikoissairaanhoidossa.

Suoravastaanotossa fysioterapeutin työn vaatavuus kasvaa, minkä tulee näkyä palkassa.

Suoravastaanotot helpottavat lääkäripulaa, sillä lääkärit voivat keskittyä muihin asiakkaisiin. Fysioterapeuttien saatavuustilanne on hyvä. Tutkimusten mukaan kokemukset fysioterapeutin suoravastaanoista ovat olleet Suomessa myönteisiä. Potilaat pääsevät nopeammin hoitoon, minkä takia sairauspoissaolot vähenevät. Suoravastaanotot ovat kustannustehokkaita ja niiden ei ole todettu lisänneen fysioterapiapalveluiden tarpeetonta käyttöä tai heikentäneen hoidon jatkuvuutta ja potilasturvallisuutta.

### **Ikääntyneille henkilöille on taattava monialainen kuntoutus**

Ikääntyneille on tarjottava ennaltaehkäiseviä toimintakykyä tukevia liikuntapalveluita kuten ryhmäliikuntaa. Monialainen kotikuntoutus on toteutettava sitä tarvitseville. Samoin on tarjottava kuntoutusohjaajien palveluohjausta. Apuvälinepalveluista on huolehdittava.

Ympäri vuorokautiseen palveluasumiseen on palkattava nykyistä enemmän fysio- ja toimintaterapeutteja asukkaiden toimintakyvyn tukemiseksi.

Fysio- ja toimintaterapeuttien on saatava tehdä koulutuksensa mukaista työtään eikä heidän työpanostaan pidä siirtää pelkästään lähihoitajien tehtävien hoitamiseen. Ikäihmisten kuntoutumisen tueksi tarvitaan kaikkien sote-ammattilaisten panostusta.

Vuoden 2024 alusta lähtien kotona toteutettavasta fysioterapiasta ja toimintaterapiasta saa kotitalousvähennyksen. Uudistus tukee erityisesti ikäihmisten kotona pärjäämistä sekä lisää fysio- ja toimintaterapeuttien työllistymismahdollisuuksia.

Kotitalousvähennyksen edellytyksenä on, että palvelun suorittaa laillistettu fysioterapeutti tai laillistettu toimintaterapeutti. Palveluntuottajalla tulee olla valvontalaissa tarkoitettu oikeus tuottaa fysioterapia- tai toimintateriapalveluja. Tehy ja Kuntoutusohjaajat ry [muistuttivat lausunnossaan](#), että kotitalousvähennys ei kuitenkaan saa heikentää kotikuntoutuksen saamista hyvinvointialueiden järjestämänä.

## **Äitiysfysioterapiaa odottaville ja synnyttäneille äideille hyvinvointialueilla**

[Äitiysfysioterapia](#) on ennaltaehkäisevää tai kuntouttavaa fysioterapiaa, jonka tavoitteena on edistää raskaana olevien ja synnyttäneiden naisten terveyttä ja hyvinvointia.

Äitiysneuvoloiden ja perhekeskusten asiakkaille on kohdennettava äitiysfysioterapiaan erikoistuneiden fysioterapeuttien osaamista. Tällä hetkellä äitiysfysioterapeutin palveluja on saatavilla pääasiassa yksityissektorilta ja lähinnä lantionpohjan toimintahäiriöiden asiantuntijuuden osalta erikoissairaanhoidossa.

## **Etäkuntoutus käyttöön**

Etäkuntoutus suositellaan otettavaksi käyttöön laajasti siihen soveltuviin kuntoutuksen asiakastilanteisiin. Etäkuntoutus säästää ammattilaisen aikaa verrattuna kotikäynteihin, parantaa palvelun saatavuutta ja kuntoutuksen intensiteettiä sekä hyödyntää kuntoutuksen asiakkaan omaa toimintaympäristöä. Tutkimusten mukaan etäkuntoutus on osoittautunut vähintään yhtä vaikuttavaksi kuin kasvokkain toteutettu kuntoutus. Etäkuntoutuksen soveltuvuus tulee arvioida yksilöllisesti. Etäkuntoutus aloitetaan mahdollisuuksien mukaan kasvokkain tapahtuvalla tapaamisella. Uuden terapiasuhteen aloittamiseen ei suositella etäkuntoutusta.

Etäkuntoutuksen aloittaminen edellyttää ammattilaiselta osaamista, huolellista valmistautumista ja osallistujien perehdyttämistä. Toteuttamiseen tarvitaan tietoturvalliset laitteet, verkkoyhteys ja sovellukset. Asiakkaat, jotka eivät kykene käyttämään laitteita itse, tarvitsevat tuekseen lähihenkilön.

Lähteet: Autti-Rämö, Ilona ym. toim. Kuntoutuminen. Duodecim. Helsinki 2022.

[Kelan etäkuntoutusohje kuntoutuksen palveluntuottajille](#)

[Kokemuksia etäkuntoutuksesta. Kelan etäkuntoutushankkeen tuloksia. Anna-Liisa Salminen & Sinikka Hiekkala \(toim.\). 2019 \(Helda\)](#)

[Etäkuntoutus. Anna-Liisa Salminen & Sinikka Hiekkala & Jan-Henry Stenberg \(toim.\). 2016 \(Helda\)](#)

---

