|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Ohje henkilökunnalle:  
Suun terveyden omahoitosuunnitelman laatiminen

Yksilöllinen omahoitosuunnitelma on osa potilaan suunterveyden hoitosuunnitelmaa. **Se laaditaan yhdessä potilaan kanssa, koska hoidon onnistumisen kannalta keskeistä ovat yhdessä sovitut tavoitteet ja keinot.** Tavoitteena on siirtää suunhoidon painopistettä ennaltaehkäisyn suuntaan sekä tukea potilaita omahoidon toteuttamisessa yhtenäisellä tavalla Pirkanmaalla.

**Käyttöohje**

Omahoitosuunnitelma voidaan laatia kaikille potilaille, mutta se laaditaan erityisesti niiden potilaiden kanssa, joilla on puutteita omahoidossa tai muuten selvästi kohonnut riski suunsairauksille.

**Omahoitosuunnitelma laaditaan suun tutkimuksen/tarkastuksen yhteydessä.** Suunnitelmaa voidaan tarpeen mukaan täydentää jatkokäynneillä.

Omahoitosuunnitelman laadinnassa kannattaa käyttää motivoivan haastattelun keinoja. Motivoiva haastattelu on potilaan ja ammattilaisen väliseen yhteistyöhön perustuva vuorovaikutusmenetelmä, jolla pyritään löytämään ja vahvistamaan potilaan motivaatiota elämäntapamuutokseen. Motivoivan haastattelun periaatteet ja keinot:

* Osoita empatiaa, pidä katsekontaktia
* Vahvista uskoa muutoskykyyn
* Korosta ristiriitaa nykyisen ja tavoiteltavan tilanteen välillä.
* Vältä väittelyä, myötäile vastarintaa, keskustele myönteisesti
* Käytä avoimia kysymyksiä, “mitä, miten, miksi, kuinka ja kerro”
* Viestitä potilaalle, että häntä todella kuunnellaan

**Prosessi**

Käydään omahoitosuunnitelma läpi yhdessä potilaan kanssa käyttäen tukena omahoitosuunnitelmalomaketta.

**1. Kuvaa potilaalle ja/tai hänen huoltajalleen/omaiselleen suunterveydentila perustuen tehtyyn suun tutkimukseen tai tarkastukseen**

**2. Sopikaa yhdessä, mikä on hoidon tavoite**

* “Reikiintymisen vähentäminen”
* “Hampaan kiinnityskudosten tulehduksen vähentäminen”
* “Suunterveys hyvä ja omahoito kunnossa”

**3. Sopikaa yhdessä konkreettiset keinot tavoitteeseen pääsemiseksi**

* Valitaan keinot (1-2kpl) listalta ja tarkennetaan tarvittaessa

**4. Käykää yhdessä läpi millaista tukea ja apua potilas tarvitsee tavoitteeseen pääsemiseksi**

* “Kontrollikäynti suuhygienistillä 6kk kuluttua”
* “Soitto potilaalle 3kk kuluttua”

Lomake täytetään PDF-tiedostoon tai paperilomakkeelle. Lomake annetaan asiakkaalle ja kirjataan potilastietojärjestelmään käyttäen fraasia.

**Omahoitosuunnitelman kirjaaminen**  
  
🡪 Fraasi potilastietojärjestelmään omahoitosuunnitelman laadinnasta kirjataan potilastietojärjestelmään *Ennaltaehkäisy*-otsikon alle.

* *Tehdään potilaan kanssa omahoitosuunnitelma.*
* *Käydään läpi potilaan kanssa hänen suunterveydentilansa.*
* *Sovimme yhdessä suunhoidon tavoitteeksi* XXXX.
* *Sovimme, että tavoitteeseen pyritään* XXX ja YYY (keinoilla).
* *Potilaan toivoma tuki tavoitteisiin pääsemiseksi*: ZZZZZ.
* *Kerrotaan potilaalle, että omahoitosuunnitelman toteutumista tullaan seuraamaan tulevilla käynneillä.*

**Seuranta**

Omahoitosuunnitelman toteutumista seurataan ja tarvittaessa päivitetään seuraavien hoitokäyntien aikana. Potilasta on tuettava suunterveyttä tukevien elämäntapamuutosten toteuttamisessa käyttäen apuna motivoivan haastattelun keinoja. Seurannasta ja annetusta tuesta tehdään merkinnät potilastietojärjestelmään.

Fraasi potilastietojärjestelmään omahoitosuunnitelman seurannasta, kirjataan potilastietojärjestelmään *Ennaltaehkäisy*-otsikon alle. Kirjataan potilastietojärjestelmään tilastointikoodilla xxxxx.

*Otetaan puheeksi potilaan kanssa tehty omahoitosuunnitelma. Potilas kertoo, että XXXXYYYY. Tuetaan potilasta käyttäen motivoivan haastattelun keinoja.*