



Mielenterveys ja päihdesuunnitelma 2019–2023
Mielen hyvinvointi vahvistuu ja päihdehaitat vähenevät
16.5.2019

Sisältö

1 Johdanto	2
1.1 Suunnitelman päämäärä.....	3
1.2 Suunnitelman rakenne ja toimeenpano.....	3
2 Mielenterveys- ja päihdepalvelujen nykytila Porvoossa	4
3 Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman kohderyhmät	9
4 Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman strategiset tavoitteet ja toimenpiteet ja mittarit	10
4.1 Edistämme kaikkien porvoolaisten mielenterveyttä ja päihteettömyyttä ehkäisevällä työllä	10
4.2 Ehkäisemme ja tunnistamme riskejä varhaisessa vaiheessa ohjauksella ja neuvonnalla mielenterveys- ja päihdeasioissa	12
4.3 Tarjoamme vaikuttavia mielenterveys- ja päihdepalveluja ja lisäämme mielenterveys- ja päihdekuntoutujien osallisuutta.	14
Liitteet	16
Mielenterveys- ja päihdeasiat Porvoon hyvinvointikertomuksessa, ikäryhmittäiset koonnit	16
Porvoon hyvinvointikertomus, lapset, lapsiperheet ja varhaisnuoret	16
Porvoon hyvinvointikertomus, nuoret.....	16
Porvoon hyvinvointikertomus, aikuiset.....	17
Porvoon hyvinvointikertomus, ikäihmiset	17
Kansallinen juomatapatutkimus, huumetilanne ja kansalliset linjaukset	18
Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman (Mieli) arviointi ja toimenpidesuosituks ¹ et 2016	19
Neljän tuulen ehkäisevän päihdetyön malli	19

1 Johdanto

Mielenterveys- ja päihdeongelmilla on suuri kansanterveydellinen ja kansantaloudellinen merkitys. Väestön mielenterveys- ja päihdehäiriöt muodostavat keskeisen ihmisten elämänlaatua, terveyttä ja toimintakykyä rajoittavan hyvinvointi- ja terveyshaasteen myös Porvoossa. Vaikutukset näkyvät asiakastyötä tekevien ammattilaisten vastaanotoilla niin terveys- ja sosiaalipalveluissa kuin muissakin kunnan palveluissa.

Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma koordinoi lakisääteistä mielenterveys- ja päihdetyötä Porvoossa. Suunnitelma ohjaa ammattilaisia tekemään vaikuttavaa, laaja-alaista sekä kustannustehokasta ehkäisevää päihde- ja mielenterveystyötä käytännössä. Suunnitelmassa on määritelty poikkihallinnolliset tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit mielenterveys- ja päihdetyölle Porvoossa.

Kunnan velvollisuus koordinoida ja ohjata mielenterveys- ja päihdepalveluja monialaisesti on säädetty laajasti sosiaalihuoltoa, terveydenhuoltoa, päihde- sekä mielenterveystyötä koskevassa lainsäädännössä.

Suunnitelman on laatinut Porvoon mielenterveys- ja päihdepalvelujen koordinaatioryhmä, jossa ovat seuraavat edustajat:

Sosiaali- ja terveystoimi

- vs. palvelujohtaja, aikuisten palvelut Annika Immonen, puheenjohtaja
- vs. kehittämisspäällikkö Mervi Makkonen, sihteeri
- palvelupäällikkö Leena Pääkkönen-Tarvainen,
- palvelupäällikkö Anne Green 1.6.2018 asti, aikuisten palvelut, 1.9.2018 alkaen Ville Heininen
- mielenterveys- ja päihdepalvelujen esimies Tarja Lappi, aikuisten palvelut
- palvelujohtaja Maria Andersson, lapsi- ja perhepalvelut
- palvelupäällikkö Eliisa Roine, lapsi- ja perhepalvelut
- palvelupäällikkö Kirsi Oksanen, vanhus- ja vammaispalvelut
- osastonhoitaja Leena Weckström, vanhus- ja vammaispalvelut
- asiantuntijana ehkäisevä päihdetyöntekijä Marianne Korpi

Sivistystoimi

- Nuorisopalveluiden päällikkö Nina Jorkama ja 1.1.2019 alkaen vs. Tanja Lehtikuusi
- Koulukuraattori Maria Malmsten

Porvoon sairaala / HUS

- ylilääkäri Markku Paavola

Kokemusasiantuntija

- Anu Korvenaho 30.10. saakka.

Suunnitelma on ollut kommentoitavana laajalla jakelulla yli toimialarajojen, kolmannen sektorin edustajilla, naapurikunnissa sekä erikseen kokemusasiantuntija koulutusryhmällä kansalaisopistossa.

1.1 Suunnitelman päämäärä

Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma vastaa Porvoon kaupunkistrategian Unelmien Porvoo kärkeen ”*Paras arkenakin*”. *Porvoo on kotoisa ja turvallinen kaupunki, jossa palvelut toimivat kahdella kielellä. Kehitämme kaupungin turvallisuutta ja ehkäisemme yhdessä asukkaiden syrjäytymistä ja eriarvoistumista. Panostamme ennalta ehkäisevään työhön.* Toimenpiteet voidaan toteuttaa nykyisillä resursseilla eikä suunnitelma edellytä taloudellisia lisäpanostuksia.

Mielenterveys- ja päihdeongelmiin tulisi saada apua entistä varhaisemmassa vaiheessa. Sekä mielenterveys- että päihdeongelmien ehkäiseminen ja varhainen ongelmien tunnistaminen ja niihin puuttuminen nousevat korostetusti esille kaikissa ajankohtaisissa mielenterveys ja päihdetyön ohjelmissa.

Pääpaino suunnitelmassa on ehkäisevässä työssä sekä yhteistyössä eri toimijoiden välillä.

Suunnitelman päämääränä on, että porvoolaisten mielen hyvinvointi vahvistuu ja päihdehaitat vähenevät.

Mielenterveys- ja päihdeongelmiin saa apua aiempaa helpommin ja palvelut ovat laadukkaita ja vaikuttavia. Henkilöstö työskentelee asiakaslähtöisesti, moniammatillisesti myös kolmannen sektorin sekä kokemusasiantuntijoiden osaaminen on aiempaa paremmin porvoolaisten käytössä. Asiakas saa tarvitsemansa palvelun ripeästi ja aiempaa useammin yhdestä paikasta.

1.2 Suunnitelman rakenne ja toimeenpano

Toisessa luvussa on kuvattu lyhyesti mielenterveys- ja päihdepalvelujen nykytila Porvoossa. Mielenterveys ja päihdepalvelujen koordinaatioryhmä on määrittänyt Porvoon mielenterveystyön vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat nykytilan perusteella. Kolmannessa luvussa on määritetty suunnitelman kohderyhmät.

Neljännessä luvussa on yhteiset strategiset tavoitteet mielenterveys- ja päihdetyölle Porvoossa:

- 1. Edistämme kaikkien porvoolaisten mielenterveyttä ja päihhteettömyyttä ehkäisevällä työllä**
- 2. Ehkäisemme ja tunnistamme riskejä varhaisessa vaiheessa ohjauksella ja neuvonnalla mielenterveys- ja päihdeasioissa**
- 3. Tarjoamme vaikuttavia mielenterveys- ja päihdepalveluja ja lisäämme mielenterveys- ja päihdekuntoutujien osallisuutta.**

Strategisten tavoitteiden alle on koottu vastuutahot, toimenpiteet, kriittiset menestystekijät ja mittarit. **Toimenpiteet ovat sitovia ja ne tulee huomioida eri toimintayksiköiden toiminnan suunnittelussa.** Mittarit koostuvat valtakunnallisesta indikaattoritiedosta, joita on kahteen ensimmäiseen strategiseen tavoitteeseen liittyen saatavilla lähinnä nuorista kouluterveyskyselyn kautta. Kolmannen strategisen tavoitteen osalta mittarit painottuvat aikuisväestöön.

Tavoitteena on, että Porvoon tilanne mielenterveys- ja päihdemittarien perusteella kehittyy suunnitelmakaudella entistä myönteisempään suuntaan. Erityisenä tavoitteena on, että myönteinen kehitys nuorten päihdeidenkäytön vähenemisessä jatkuu.

Suunnitelman toimeenpanon käynnistää suunnitelman laatinut mielenterveys ja päihdetyön koordinaatioryhmä, joka vastaa myös suunnitelman seurannasta jatkossa vuosittain samanaikaisesti hyvinvointikertomuksen raportoinnin kanssa. Mielenterveys- ja päihdetyön koordinaatioryhmä ohjaa ja tukee keskitetysti suunnitelman tavoitteiden yhteistä toteuttamista.

Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma syventää Porvoon hyvinvointikertomusta ja sen tavoitteita. Hyvinvointikertomuksen ikäryhmäkohtaisia tietoja on käytetty suunnitelman taustatietoina, ja ne ovat suunnitelmassa liitteenä.

Lisäksi taustamateriaalina on käytetty kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman arviointia ja johtopäätöksiä vuodelta 2016. Nämä taustatiedot on koottu suunnitelmaan liitteeksi.

2 Mielenterveys- ja päihdepalvelujen nykytila Porvoossa

Ehkäisevä mielenterveys- ja päihdetyö: nykytila Porvoossa

Ehkäisevä mielenterveys- ja päihdetyö on hyvinvoinnin ja mielenterveyden vahvistamista sekä päihteiden aiheuttamien haittojen ennaltaehkäisyä ja vähentämistä. Palvelut on suunnattu kaikille kuntalaisille.

Porvoossa ehkäisevää mielenterveys- ja päihdetyötä toteutetaan yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Ehkäisevää päihdetyötä tekevät viranomaiset, järjestöt, yritykset, yhteisöt ja kokemusasiantuntijat.

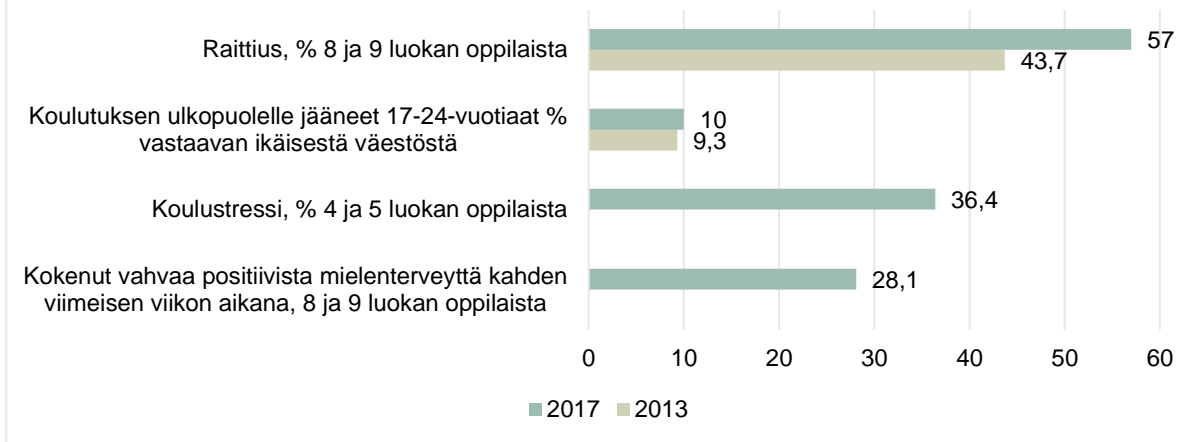
Ehkäisevää mielenterveys- ja päihdetyötä tehdään Porvoossa esimerkiksi osana sosiaali- ja terveyspalveluja, kouluissa sekä nuorisopalveluissa. Työntekijät järjestävät päihteisiin ja elämänhallintaan liittyviä tilaisuuksia ryhmille ja jakavat tietoa päihteiden haitallisuudesta. Lisäksi työntekijät järjestävät koulutuksia henkilöstölle ja opiskelijoille sekä tiedottavat päihteisiin liittyvistä asioista kaupungissa.

Ehkäisevän mielenterveys ja päihdetyön tavoitteena on erityisesti lasten ja nuorten mielenterveyden vahvistaminen, uupumuksen ehkäisy sekä päihteettömyyden edistäminen. Seurantamittareiksi on valittu raittiudesta, positiivisesta mielenterveydestä, koulustressistä sekä koulutuksen ulkopuolelle jääneistä kertovat mittarit. Kouluterveyskyselyn mukaan raittius on lisääntynyt vuodesta 2013 vuoteen 2017 porvoolaisten nuorten keskuudessa.

Koulutuksen ulkopuolelle jäi vuonna 2017 10 prosenttia 17-24-vuotiaista ja määrä on lisääntynyt hieman vuodesta 2013. Koulutuksen ulkopuolelle jääminen lisää merkittävästi riskiä työttömyyteen sekä pienituloisuuteen, jotka ovat myös syrjäytymisen merkittävimpiä riskitekijöitä.

Myönteistä mielenterveyttä mitataan kouluterveyskyselyssä seitsemällä väittämällä tunteista ja ajatuksista mm. itseen, läheisiin, tulevaisuuteen, kykyyn ratkaista ongelmia sekä tehdä päätöksiä. Mittarin perusteella usein tai aina myönteistä mielenterveyttä kokee 28,1 prosenttia yläasteikäisistä. Neljännen ja viidennen luokan oppilaista yli kolmannes kokee koulustressiä. (Taulukko sivulla 5.)

Ehkäisevän päihdetyön seurantamittarit Porvoossa 2013 ja 2017



Mielenterveys ja päihdeasioiden ohjauksen ja neuvonnan nykytila Porvoossa

Ohjausta ja neuvontaa mielensterveys- ja päihdeasioissa saa osana asiointia muun muassa:

- opiskeluhuollossa sekä nuorisopalveluissa
- perus- ja erityistason sosiaali- ja terveyspalveluissa.
- kolmannen sektorin palveluissa muun muassa seurakunnilta ja järjestöiltä
- työterveyshuollossa
- yksityisiltä palveluntuottajilta
- valtakunnallisista verkko- ja puhelinpalveluista

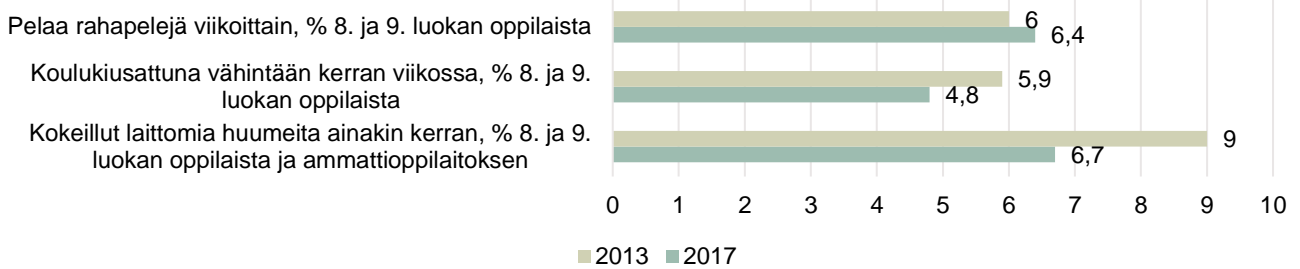
Ikääntyneiden määrä on mielensterveys- ja päihdepalveluissa tällä hetkellä varsin matala. Ikääntyneiden tarve tulee kasvamaan. Ikääntyneillä on usein monia palveluntarpeita ja valmiina yleensä yhteyshenkilöitäkin, joten heidän kohdallaan ohjauksella ja neuvonnalla muiden palvelujen parissa on saatu hyviä kokemuksia.

Mielensterveys- ja päihdepalvelut ovat kehittäneet yhteistyötä ikääntyneiden palveluneuvonta Ruorin, asumispalveluiden ja kotihoidon, sekä terveysasemien kuntoutusosastojen kanssa. Lisäksi myös Porvoon sairaalaan on nimetty mielensterveys- ja päihdepalveluista yhteyshenkilö, jonka saa vaikka työpariksi tapaamaan ikääntyneitä ihmisiä tarvittaessa.

Mielensterveys- ja päihdeasioiden oikea-aikaisella ohjauksella ja neuvonnalla voidaan muun muassa ehkäistä nuorten säännöllistä rahapelaamista, koulukiusaamista sekä vakavampia päihdekokeiluja puuttamalla esimerkiksi alkoholikokeiluihin varhaisessa vaiheessa.

Rahapelejä pelasi kouluterveyskyselyn mukaan vuonna 2017 6,4 prosenttia yläasteikäisistä, jossa oli hieman lisäystä 2013 tuloksiin. Viikoittain koulukiusattujen yläasteikäisten sekä laittomia huumeita kokeilleiden lukio- ja ammattioppilaitosten oppilaiden määrä on ilahduttavasti vähentynyt vuoden 2017 kyselyssä. (Taulukko sivulla 6)

Ohjauksen ja neuvonnan seurantamittarit Porvoossa 2013 ja 2017



Mielenterveys- ja päihdepalveluiden nykytila Porvoossa

Porvoossa on tarjolla seuraavat perustason mielenterveys- ja päihdepalvelut:

- Matala kynnyks Näsins terveyskeskuksessa tarjoaa mielenterveys- sekä päihdepalveluja porvooolaisille maksutta ja ilman lähetettä
- Nuorten matala kynnyks -vastaanotto 22 vuotta täyttäneille porvooolaisille terveyskeskuksen Näsins toimipisteessä. Nuorten Matala kynnyks - vastaanotto toimii tällä hetkellä terveyskeskuksen Piispankadun toimipisteessä
- Päihdekliniikka palvelee porvooolaisia ja askolalaisia 22 vuotta täyttäneitä aikuisia, jotka ovat huolissaan omasta tai läheistensä päihteen käytöstä tai muista riippuvuuksista. Tukea saa myös peliriippuvuuteen. Päihdekliniikalle ei tarvitse lähetettä. Hoito perustuu luottamuksellisuuteen ja on asiakkaille maksutonta.
- Terveyskeskuksen Kiirevastaanotolla voidaan aloittaa alkoholin avovieroitus hoito tai ohjata alkoholivieroitukseen osastolle 2

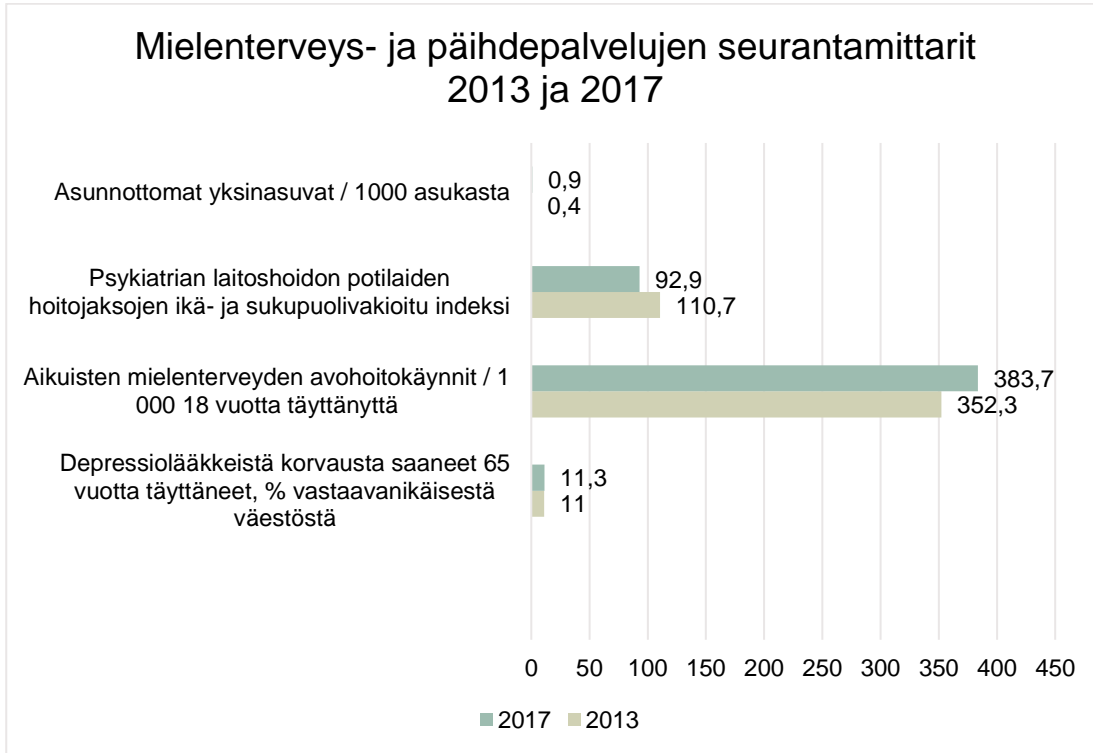
Edellä mainituissa mielenterveys- ja päihdepalveluissa asioi vuonna 2018 noin 1200 asukasta. Käyntejä oli yhteensä noin 13 000.

Lisäksi tarjolla on seuraavia eritystason palveluita:

- Koivula on kuntoutumisen mahdollistava tuetun asumisen yksikkö, jossa on 46 asumispaikkaa ja tilapäisiä yöpymispaikkoja. Se tarjoaa asumispaikan ja -palveluita porvooolaisille mielenterveys- ja päihdeongelmallisille asunnottomille miehille ja naisille. Koivulassa asui vuoden 2018 aikana 68 asiakasta.
- Näsins kuntoutuskeskuksen osasto 2 on mielenterveys-, päihde- ja muistisairauksiin suuntautunut osasto.
- Mielenterveys- ja päihdekuntoutujien ostopalveluna tuotettavissa asumis palveluissa oli 2018 yhteensä 122 asiakasta. Palvelut on kilpailutettu vuoden 2018 lopussa ja niihin ohjautaan aikuissosiaalityön kautta. Asumisen avopalvelujen kehitystyö on käynnissä ja tällä hetkellä niitä tarjoavat muun muassa asumisen palveluohjaajat.
- Erikoissairaanhoidon psykiatrian palvelut Porvoossa tuottaa Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri HUS. Porvoossa sijaitsevat psykiatrian poliklinikat lapsille, nuorille ja aikuisille. Lisäksi Porvoossa sijaitsee psykiatrian päivystyspoliklinikka ja psykiatrian osasto, jossa on

16 sairaalasijaa. Osa porvoolaisten psykiatrisen erikoissairaanhoidon palveluista tuotetaan Helsingissä.

Toimivilla mielenterveys- ja päihdepalveluilla ehkäistään syrjäytymistä. Seurantamittareiden mukaan mielenterveys- ja päihdepalveluissa avokäyntien määrä on lisääntynyt ja laitospalvelujen määrä vähentynyt vuodesta 2013 vuoteen 2017 valtakunnallisten tavoitteiden mukaisesti. Depressiolääkkeiden kulutus on säilynyt ennallaan. Asunnottomuus on lisääntynyt hiukan, mutta ennakkotietojen mukaan taas vähentynyt vuonna 2018. (Taulukko alla.)



Mielenterveys- ja päihdetyön vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat Porvoossa, -analyysi

Porvoon mielenterveys- ja päihdetyötä on viime vuosina kehitetty siihen suuntaan, että asukas saa varhaisemmassa vaiheessa tukea ja apua. Porvoon mielenterveys- ja päihdepalvelujen koordinaatioryhmä on määritellyt alla seuraavat vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat Porvoon mielenterveys- ja päihdetyön nykytilassa.

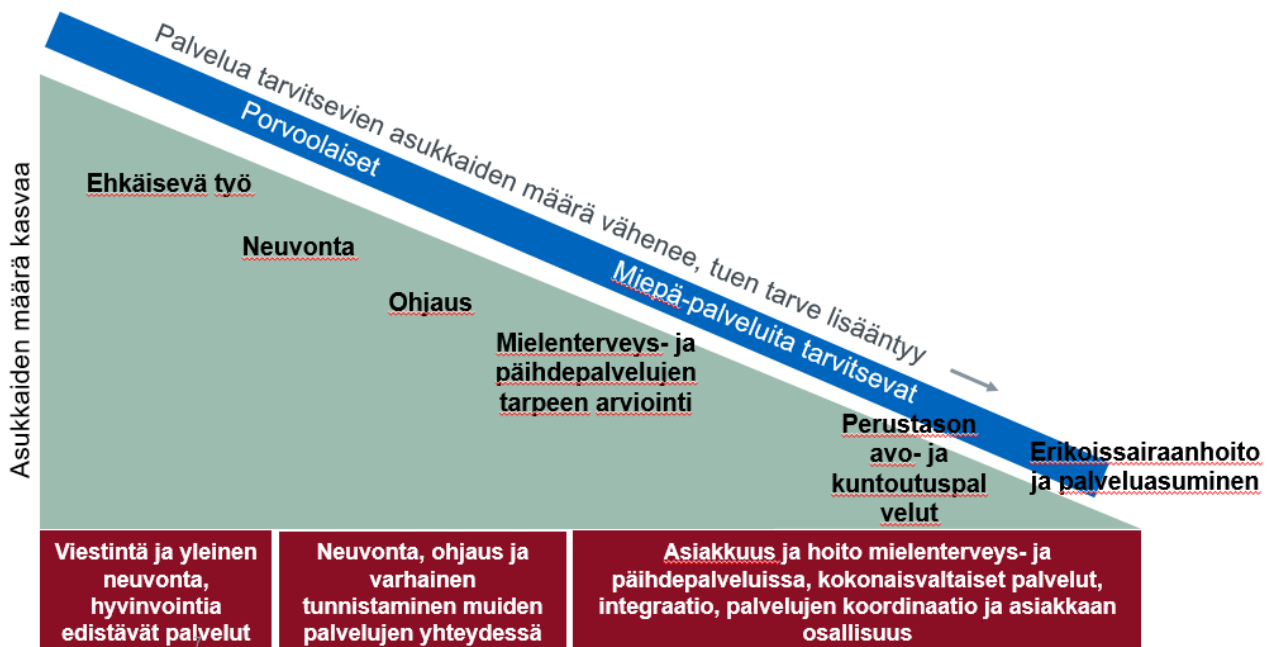
Suunnitelman strategisilla tavoitteilla toimenpiteineen pyritään vastaamaan heikkouksiin ja uhkiin sekä vahvistamaan jo toimivia käytäntöjä ja mahdollisuuksia.

Vahvuudet Porvoon kaupunki ja yhteistyökumppanit tarjoavat moninaista ja monialaista tukea mielenterveys- ja päihdeasioihin. Uusina palveluina ovat mm. matalan kynnyksen vastaanotot ja alkoholivieroitushoito terveyskeskuksessa sekä neuvonta ja ohjaus mm. Perhekeskuksessa, aikuisten sosiaalipalveluissa, Ohjaamossa sekä Ruorissa.	Heikkoudet Yhteinen mielenterveys- ja päihdestrategia on puuttunut. Kehitystyötä tehdään pääasiassa työntekijä tai yksikkökohtaisesti ja osaaminen on jakautunut epätasaisesti. Asiakkaan asia ei aina tule hoidetuksi yhdessä paikassa ja avun saaminen viivästyy.
Mahdollisuudet Nuorten päihteidenkäyttö on vähentynyt ja kaupungissa on hyvät mahdollisuudet kehittää hyvinvointia ja terveyttä edistäviä palveluja koko väestölle. Tunnistetaan syrjäytymisen keskeisimmät tekijät: köyhyys, työttömyys, matala koulutus, yksinäisyys sekä mielenterveys- ja päihdeongelmat. Ehkäisevän työn toimenpiteitä kohdennetaan näiden ongelmien vähentämiseen. Asukaslähtöistä lähiökehitystyötä on käynnissä. Digitaalisia palveluja hyödynnetään ja henkilöstön osaamista laajennetaan.	Uhat Ruotsinkielisiä palveluja tarjoavan henkilöstön saatavuus heikkenee. Pieni osa asukkaista käyttää paljon palveluja ilman, että tilanteeseen tulee pysyvämpää muutosta. Ammattilaisten työroolit ovat pitkälle erikoistuneita, mikä vaikeuttaa avun saamista oikea-aikaisesti. Mielenterveyspalvelujen tarve on lisääntynyt

3 Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman kohderyhmät

Kuvassa alla on määritetty mielenterveys ja päihdesuunnitelman kohderyhmät:

1. Ehkäisevässä mielenterveys- ja päihdetyössä kohderyhmänä ovat kaikki porvoalaiset. Tämä toteutuu viestintänä, yleisenä neuvontana sekä hyvinvointia edistävinä toimintoina.
2. Neuvonnassa ja ohjauksessa mielenterveys- ja päihdeasioissa kohderyhmänä ovat kaupungin peruspalveluja käyttävät asukkaat. Neuvontaa ja ohjausta antavat sosiaali- ja terveydenhuollon ja sivistystoimen työntekijät osana omaa työtään.
3. Mielenterveys ja päihdepalveluissa (Miepä) kohderyhmänä ovat niitä käyttävät ja tarvitsevat asiakkaat. Palvelua saa ripeästi. Suurin osa asiakkaista saa avun perustasolta.



Lähde: muokattu I&O -kärkihankkeen Muutosagenttiverkoston kuvasta

4 Mielensterveys- ja päihdesuunnitelman strategiset tavoitteet ja toimenpiteet ja mittarit

4.1 Edistämme kaikkien porvoolaisten mielensterveyttä ja päih-teettömyyttä **ehkäisevällä työllä**

Strateginen tavoite	Kriittiset menestystekijät ja toimenpiteet
<p>1. Ehkäisevä työ: Mielensterveyttä suojaavia tekijöitä vahvistetaan nykyistä enemmän ja riskit tunnistetaan varhaisemmassa vaiheessa.</p> <p>Koordinaatiovastuu: palvelupäällikkö lapsi- ja perhepalvelut, ennalta ehkäisevät palvelut, Eliisa Roine</p> <p>palvelupäällikkö aikuisten palvelut, Leena Pääkkönen-Tarvainen</p> <p>nuorisopalveluiden päällikkö, Nina Jorkama</p>	<p>Valtakunnalliset ja kunnan verkkopalvelut ovat asukkaiden saavutettavissa esim. itsehoitolinkit, Omaolo-Hyvinvointiterveystarkastus, Koppari-sivusto ja Terveyskylä.</p> <p>Sosiaalisen verkoston vahvistaminen kaikissa palveluissa esim. oppilashuolto, ryhmätoiminta, liikkuva nuorisotyö, vertais- ja vapaaehtoistoiminta, Lähiökehitystyö, Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman toimenpiteet.</p> <p>Asukkaille on tarjolla maksutonta ja edullista liikunta-, kulttuuri, sekä vapaa-ajan toimintaa esim. Liiku- ja Mä liikun -toiminta, Kulttikset, Liikunta osaksi arkehanke, luontoliikuntapaikat, kerhot ja -harrasteryhmät</p> <p>Laadukas näyttöön perustuva terveysneuvonta kaikissa palveluissa eri ikäryhmille. mm. liikunta, ravitsemus, päihteet, pelaaminen, uni, seksuaalisuus ja lähisuhdeväkivalta.</p> <p>Stressiä ja uupumusta ehkäiseviä toimenpiteitä on käytössä esim. kotipalvelu ja ryhmätoiminta.</p> <p>Pelaamisen, netin ja sosiaalisen median ohjaus ja kasvatust esim. ohjattu pelitoiminta, digitaalinen nuorisotyö</p> <p>Porvoon kaupungissa ehkäisevää päihdetyötä toteutetaan laadittavan vuosikellon mukaisesti THL:n tuella kehitettyyn Neljän tuulen malliin perustuen (lisätietoa liitteessä). Neljä tuulta ovat mielensterveys, päihteet, pelaaminen ja lähisuhdeväkivalta. Jokainen toimija tunnistaa oman roolinsa ehkäisevässä työssä.</p> <p>Kaupungin tilaisuudet ovat pääasiassa päih-teettömiä ja ikärajoista pidetään huolta.</p>

Mittarit 4.1: Edistämme kaikkien porvoolaisten mielenterveyttä ja päihteettömyyttä **ehkäisevällä työllä**

Ehkäisevän työn toimenpiteet:

- lisäävät positiivista mielenterveyttä kokevien osuutta kokevien määrää
- vähentävät koulustressiä kokevien määrää
- vähentävät koulutuksen ulkopuolelle jääneiden määrää yhdessä muiden toimenpiteiden kanssa
- lisäävät raittiiden 8 ja 9-luokkalaisten määrää.

Mittari	Porvoo	Suunta	Tavoite- taso	Askola	Lohja	Loviisa	Sipoo	Uusi- maa
Kokenut vahvaa positiivista mielenterveyttä kahden viimeisen viikon aikana, 8 ja 9 luokan oppilaista	28,1	Lisään- tyy	30,9	25	21,8	19,3	23,7	27,5
Koulustressi, % 4 ja 5 luokan oppilaista	36,4	Vähe- nee	32,8	44,8	34	37,9	38,1	36,5
Koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17-24-vuotiaat % vastaavan ikäisestä väestöstä	10	Vähe- nee	9	8,1	9,2	10,9	9,9	10,3
Raittius, % 8 ja 9 luokan oppilaista	57	Lisään- tyy	65	56,1	54,8	37,5	62,3	61,9

4.2 Ehkäisemme ja tunnistamme riskejä varhaisessa vaiheessa ohjauksella ja neuvonnalla mielenterveys- ja päihdeasioissa

Strateginen tavoite	Kriittiset menestystekijät ja toimenpiteet
<p>2. Neuvonta ja ohjaus: Mielenterveys- ja päihdeasiat huomioidaan kaikissa palveluissa ja palvelut vastaavat asukkaiden tarpeisiin.</p> <p>Koordinaatiovastuu:</p> <p>Palvelupäällikkö, lapsi- ja perhepalvelut, Kristina Huopalainen,</p> <p>palvelupäällikkö, vanhus- ja vammaispalvelut Leila Eklöv,</p> <p>johtava sosiaalityöntekijä, aikuissosiaalityö</p> <p>koulukuraattori Maria Malmsten</p>	<p>Perhekeskus, oppilashuolto, Ohjaamo, aikuisten sosiaali- ja terveyspalvelut sekä ikäihmisille Ruori toimivat neuvonta- ja ohjauspaikkoina eri-ikäisille. Lisätään sähköisten palveluiden käyttöä. Lisätään ja ylläpidetään henkilökunnan mielenterveys- ja päihdeosaamista.</p> <p>Työntekijät tunnistavat ja ehkäisevät riskejä varhaisessa vaiheessa erityisesti nivelvaiheissa nuorilla ja aikuisilla, esim. jatko-opintoihin tai työelämään siirtyminen, työttömyys, eläköityminen, erotilanne tai läheisen kuolema.</p> <p>Asiakastilanteissa työntekijät kysyvät vaikuttavaksi todetuista menetelmistä päihdeistä, mielenterveydestä, pelaamisesta ja lähisuhdeväkivalta. Henkilöstöllä on osaamista eri menetelmien käytöstä:</p> <ul style="list-style-type: none">• Motivoiva haastattelu,• Varhainen tunnistaminen• Matalan kynnyksen ryhmätoiminta• Läheis- ja yhteistyöverkoston kanssa työskentelyssä on käytössä uusia työtapoja.• Kokemusasiantuntijoiden sekä kolmannen sektorin palvelut tavoittavat kuntalaiset

Mittarit 4.2: Ehkäisemme ja tunnistamme riskejä varhaisessa vaiheessa **ohjauksella ja neuvonnalla mielenterveys- ja päihdeasioissa**

Neuvonnan ja ohjauksen toimenpiteet:

- Vähentävät viikoittain rahapelejä pelaavien 8 ja 9-luokkalaisten määrää.
- Vähentävät viikoittain koulukiusattuina olevien määrää 8 ja 9-luokkalaisten määrää
- Vähentävät laittomia huumeita kokeilleiden lukion ja ammattioppilaitosten oppilaiden määrää

Mittari	Porvoo	Suunta	Tavoite-taso	Askola	Lohja	Loviisa	Sipoo	Uusi-maa
Pelaa rahapelejä viikoittain, % 8. ja 9. luokan oppilaista	6,4	Vähenee	5,8	9,2	9,7	8,6	5,4	6,8
Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista	4,8	Vähenee	4,3	8,1	8,3	6,9	6,6	5,8
Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran, % lukion ja ammattioppilaitoksen oppilaista	6,7	Vähenee	6		10,1	8,9	4,6	10,2

4.3 Tarjoamme vaikuttavia **mielenterveys- ja päihdepalveluja** ja lisäämme mielenterveys- ja päihdekuntoutujien osallisuutta.

Strateginen tavoite	Kriittiset menestystekijät ja toimenpiteet
<p>3. Perustason- ja erikoistason palveluissa saa tukea mielenterveys- ja päihdeongelmiin viivytyksettä.</p> <p>Mielenterveys ja päihdeasiakkaan osallisuus vahvistuu, palvelu on kokonaisvaltaista ja hoitopolut perustuvat näyttöön.</p> <p>Koordinaatiovastuu: palvelupäällikkö, aikuisten palvelut Ville Heininen,</p> <p>mielenterveys- ja päihdepalvelujen esimies Tarja Lappi,</p> <p>osastonhoitaja Leena Weckström,</p> <p>Sjukskötare Marianne Korpi</p> <p>ja</p> <p>erikoissairaanhoidon edustaja</p>	<p>Työntekijöillä on osaamista seuraavissa menetelmissä:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Interpersoonallinen (IPT) psykoterapia ja ostopalvelu-psykoterapia • Marak- lähisuhdeväkivallan riskienarviointi • Audit ja masennusseula käytössä • Toimiva konsultaatio erikoissairaanhoidon • NEPSY, ratkaisukeskeinen työote neuropsykiatrisen asiakkaan kohtaamisessa • Mielenterveys- ja päihde –erikoissammattitutkinto • Kokemusasiantuntijoiden ja kolmannen sektorin hyödyntäminen <p>Mielenterveys, - ja päihdepalveluja kehitetään Käypä-hoito suosituksen mukaisesti. Nuorten perustason mielenterveyspalveluiden resursointi arvioidaan säännöllisesti.</p> <p>Kehitetään Näsin kuntoutuskeskuksen osasto 2:n toimintaa mielenterveys-, päihde- ja muistisairauksiin suuntautuneena osastona. Kehitetään ikääntyneille sopivia päihdepalveluja.</p> <p>Kehitämme palveluja Asunto ensin -periaatteella ja itsenäiseen asumiseen on tarjolla riittävät tukipalvelut nuorille, aikuisille ja perheille.</p> <p>Toimiva konsultaatorakenne ja työparityöskentely perus- ja erityistason välillä toimivat.</p> <p>Asiakkaat pääsevät joustavasti HUS-psykiatrian mielenterveyden häiriökohtaiseen hoitoon Käypä hoito -suositusten mukaisesti.</p>

*Mittarit 4.3: Tarjoamme vaikuttavia **mielenterveys- ja päihde-**palveluja ja lisäämme mielenterveys- ja päihdekuntoutujien osallisuutta.*

Mielenterveys- ja päihdepalvelujen toimenpiteet:

- Vähentävät depressiolääkkeistä korvausta saaneiden määrää, sillä näyttöön perustuvia menetelmiä on asiakkaiden käytössä aiempaa varhaisemmassa vaiheessa.
- Lisäävät avopalveluissa asioivien määrää maltillisesti, sillä apua on saatavilla aiempaa varhaisemmassa vaiheessa.
- Vähentävä laitoshoidon määrää ja asunnottomuutta.

Mittari	Porvoo	Suunta	Tavoite-taso	Askola	Lohja	Loviisa	Sipoo	Uusi-maa
Depressiolääkkeistä korvausta saaneet 65 vuotta täyttäneet, % vastaavanikäisestä väestöstä	11,3	Vähenee	10,1	10,2	11,5	9,3	8,8	12
Aikuisten mielenterveyden avohoitokäynnit / 1 000 18 vuotta täyttäneitä	383,7	Lisääntyy	403	238	517,7	361	241,3	478,6
Psykiatrian laitoshoidon potilaiden hoitajaksojen ikä- ja sukupuolivakioitu indeksi	92,9	Laskee	88	56,6	113,2	71,6	104,5	88,2
Asunnottomat yksinasuvat / 1000 asukasta	0,9	Vähenee	0,4	0	0,1	0,3	0	2,9

Mielenterveys- ja päihdeasiat Porvoon hyvinvointikertomuksessa, ikäryhmittäiset koonnit

Porvoon hyvinvointikertomus, lapset, lapsiperheet ja varhaisnuoret

Porvoon hyvinvointikertomuksessa 2017-2021 mielenterveys- ja päihdepalvelujen kannalta keskeiset tiedot:

- Yläasteikäisten päihteidenkäyttö ja tupakointi ovat vähentyneet
- Mielen hyvinvointi on opetussuunnitelman läpileikkaava teema.
- Suunnitelmallista kulttuuri-, liikunta- ja taidetoimintaa on tarjolla varhaiskasvatuksessa, peruskoulussa sekä vapaa-ajalla.
- Lisääntyneet psyykkisen hyvinvoinnin ongelmat, mm. masentuneisuus, koettu huono terveydentila, yksinäisyys, fyysisen uhan tunne, näkyvät mm. oppimisvaikeuksina, poissaoloina ja ongelmina sosiaalisissa suhteissa.
- Ehkäisevällä päihdetyöllä ja kasvatuksellisilla tapahtumilla lisätään varhaisnuorten tietoa päihteiden haitoista ja tuetaan heidän kasvuaan.
- Vanhempien jaksaminen on koetuksella, mm. johtuen työelämän lisääntyneistä tehokkuusvaatimuksista.
- Pienituloisten perheiden määrä kasvaa ja toimeentulovaikeuksia on erityisesti yhden vanhemman perheissä. Myös yksinäisyys on lisääntynyt.
- Lastensuojelussa ovat lisääntyneet perheväkivaltaan ja huoltoriitoihin liittyvät tapaukset, joissa on taustalla usein päihde- ja mielenterveysongelmia.

Porvoon hyvinvointikertomus, nuoret

Porvoon hyvinvointikertomuksessa 2017-2021 mielenterveys- ja päihdepalvelujen kannalta keskeiset tiedot:

- Ylivoimainen enemmistö nuorista on tyytyväisiä elämäänsä kokonaisuutena, tyytyväisiä nuoret ovat ihmissuhteisiin ja terveydentilaan ja vähiten tyytyväisiä fyysiseen kuntoon ja taloudelliseen tilanteeseen.
- Lähes 90 prosenttia harrastaa vähintään kerran viikossa
- 41,9 prosenttia nukkuu alle 8 tuntia
- Masentuneisuutta ja koulu-uupumusta on joka kymmenennellä nuorella ja ahdistuneisuus on lisääntynyt.
- Yksinäisyys on yleisempää pojilla kuin tytöillä.
- Keskusteluyhteydet vanhempien kanssa ovat parantuneet.
- Nuorten alkoholin käyttö ja tupakointi ovat vähentyneet koko 2000-luvun. Täysin raittiiden nuorten osuus on kasvanut.
- Huumekekokeilut ovat kouluterveyskyselyn mukaan vähentyneet sekä 8 ja 9 luokan että toisen asteen oppilailta. Päihteisiin liittyy alttiutta rikoksiin, väkivaltaisuuteen, asunnottomuuteen ja itsetuhoisuuteen, joten varhainen reagointi tärkeää.

- Tuki koulupudokkaille, maahanmuuttajille sekä ilman toisen asteen tutkintoa oleville nuorille on erityisen tärkeää.
- Ohjaamon kautta nuoret saavat tukea matalalla kynnyksellä koulutukseen, työllistymiseen, asumiseen sekä elämänhallintaan.
- Tietää kenen puoleen kääntyä vaikeuksissa, 83 % lukio/amatilliset 2017

Porvoon hyvinvointikertomus, aikuiset

Porvoon hyvinvointikertomuksessa 2017-2021 mielenterveys- ja päihdepalvelujen kannalta keskeiset tiedot:

- Porvoolaiset työikäiset ovat keskimääräistä koulutetumpia, terveempiä ja parempituloisia kuin muualla.
- Porvoolaiset käyvät paljon työssä pääkaupunkiseudulla, mikä johtaa työhön käytetyn ajan lisääntymiseen. Työikäisten koko väestöä koskevia terveys ja hyvinvointiriskejä ovat jatkuva stressi, univaikeudet ja tuki- ja liikuntaelinten sairaudet sekä vammat ja onnettomuudet.
- Alkoholi on yleisin tekijä tapaturmien, onnettomuuksien ja väkivallan taustalla.
- Päihteiden ongelmakäyttö on usein yhteydessä syrjäytymiseen.
- Mielenterveys- ja päihdeongelmiin tarjotaan apua matalalla kynnyksellä. Tavoitteena on, että työikäiset, nuoret ja perheet saavat nykyistä varhaisemmassa vaiheessa tukea.
- Terveyttä ja hyvinvointia edistäviä palveluja kohdennetaan erityisesti pitkään työelämän ulkopuolella oleville ja maahanmuuttajille, joilla mm. eliniänodote on muita merkittävästi alempi.
- Pitkäaikaistyöttömyys ja köyhyys lisääntyivät merkittävästi vuoteen 2017 saakka. Tämän jälkeen pitkäaikaistyöttömyys laskenut ja toimeentulotuen tarve säilynyt ennallaan.
- Porvoossa on hyvät mahdollisuudet aktiiviseen elämään, arkiliikuntaa, kulttuuria, yhdistystoimintaa, ruokakulttuuria.
- Käynnissä on useita, työikäisten hyvinvointia ja terveyttä edistäviä toimintatapoja, muun muassa LiiKu-toiminta, lähiökehitystyö ja turvallisuustyö.

Porvoon hyvinvointikertomus, ikäihmiset

Porvoon hyvinvointikertomuksessa 2017-2021 mielenterveys- ja päihdepalvelujen kannalta keskeiset tiedot sekä ikäihmisten päihteiden käyttö:

- Suomalaisten ikääntyneiden terveys ja toimintakyky näyttävät kohentuneen viime vuosikymmeninä monin tavoin. Terveet ja toimintakykyiset elinvuodet ovat lisääntyneet selvästi. Ikääntyneillä on usein myös yhteiskunnalle arvokasta tiedollista, sosiaalista ja taloudellista pääomaa.
- Ikääntyneiden määrä lisääntyy merkittävästi. Mahdollisimman pitkään kotona asuminen on keskeinen tavoite.
- Toimeentulo-ongelmat ovat porvoolaisilla 75 vuotta täyttäneillä muuta maata yleisempiä.

- Ravitsemus, liikunta, kulttuuri ja vapaaehtoistyö ovat tärkeitä hyvinvoinnin kannalta.
- Yli 65-vuotiaiden alkoholinkäyttö on kasvanut viime vuosikymmeninä ja kasvu näyttäisi edelleen jatkuvan. Suuret ikäluokat, jotka ovat kasvaneet alkoholimyönteisemmässä yhteiskunnassa, ovat eläköitymässä. Suurin osa ikääntyneistä käyttää kuitenkin edelleen alkoholia terveyden kannalta riskittömästi.

Kansallinen juomatapatutkimus, huumetilanne ja kansalliset linjaukset

Juomatapatutkimus, THL: <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/alkoholi/nain-suomijuo> ja THL, Huumetilanne Suomessa <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/paihteet/huumeet>

- Alkoholien kokonaiskulutus Suomessa kasvoi vuoteen 2007 asti ja on sen jälkeen vähentynyt lähes viidenneksellä. Alkoholien riskikäyttö on kuitenkin edelleen yleistä: Juomatapatutkimuksen mukaan vähintään 13 prosenttia väestöstä käyttää alkoholia siinä määrin, että heillä on kohonnut pitkäaikaisten terveyshaittojen riski. Tämä vastaa yli 560 000:ta suomalaista.
- Riskirajana on tässä käytetty kohtalaisen riskin rajaa, joka on naisilla 7 annosta tai enemmän, miehillä 14 annosta tai enemmän viikossa.
- Yleisesti ottaen huumausaineiden käyttö ja niihin liittyvät ongelmat ovat pysyneet viime vuosina melko vakaalla tasolla.



Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman (Mieli) arviointi ja toimenpidesuosituksat 2016

- Mielenterveys- ja päihdetyön toimintaympäristö on muuttunut ja muuttuu edelleen. Uusia vaatimuksia asettavat erityisesti taloudellinen tilanne, eriarvoistuminen, digitalisaatio ja sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus.
- Vuoteen 2020 saakka asiakkaan asemaa vahvistetaan lisäämällä palvelujen monipuolisuutta, ottamalla käyttöön asiakkaiden yhdenvertaisuutta tukevia keinoja valinnanvapauden toteuttamisessa ja vakiinnuttamalla työmuotoja joissa otetaan huomioon myös asiakkaan omaiset ja läheiset. Lisäksi lisättäisiin kuntoutusta ja työhön pääsyä tukevia toimenpiteitä.
- Varsinkin lasten ja nuorten hyvät palvelut vähentävät merkittävästi myöhempiä yhteiskunnalle aiheutuvia kustannuksia. Suurin osa pitkäaikaisista mielenterveyden häiriöistä alkaa myöhäisnuoruuteen mennessä. Lasten ja nuorten mielenterveyshäiriöiden ehkäiseminen tai heidän saamisensa tehokkaaseen hoitoon mahdollisimman varhaisessa vaiheessa on kannattavaa.
- Palveluja tulisi tarjota myös niille, jotka syystä tai toisesta jäävät nyt palveluiden ulkopuolelle. Miehet käyttävät naisia vähemmän mielenterveyspalveluita. Olisi löydettävä keinoja miesten tavoittamiseksi palvelujen piiriin. Esimerkiksi etsivä sosiaalityö voisi tavoittaa palvelujen piiriin henkilöitä, jotka muuten jäävät niiden ulkopuolelle.

Neljän tuulen ehkäisevän päihdetyön malli

- Päijät-Hämeessä hankkeessa kehitetty toimintamalli, joka on tarkoitus laajentaa valtakunnalliseksi.
- Porvoo saa käyttöön kehittämishankkeen materiaalit ja asiantuntija-apua.
- Tavoitteena on haittojen ja lähisuhdeväkivallan väheneminen, korjaavan työn kustannukset pieneminen sekä psyykkisen terveyden ja väestön hyvinvoinnin lisääntyminen.
- Haittoja ehkäistään samanaikaisesti: päihde- ja rahapelihaittoja, lähisuhdeväkivaltaa ja mielenterveysongelmia
- Henkilöstöä koulutetaan vuosikellon mukaisesti.

Lähde: <https://thl.fi/sv/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ajankohtaista/ehkaisevan-paihde-tyon-utiskirje/10/2017/nelja-tuulta-puheeksi-paihteet-mielenterveys-rahapelaaminen-seka-lahisuhdevakivalta>