

Mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsivien  
tupakoinnin lopettamisen tukeminen (MITU)

*Nyt on oikea aika ottaa puheeksi...*

Hankkeen vastuorganisaatio on  
Filha ry, [www.filha.fi](http://www.filha.fi)



#### MUUT HANKETOIMIJIAT

##### Sairaanhoitopiirit:

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri (EPSHP)  
Etelä-Savon sairaanhoitopiiri (ESSHP)  
Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri (HUS)  
Keski-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri (SOITE)  
Keski-Suomen sairaanhoitopiiri (KSSHP)  
Lapin sairaanhoitopiiri (LSHP)  
Pirkanmaan sairaanhoitopiiri (PSHP)  
Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri (PSSHP)  
Satakunnan sairaanhoitopiiri (SATSHP)  
Vaasan sairaanhoitopiiri (VSHP)  
Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri (VSSHP)

##### Järjestöt:

A-klinikkasäätiö  
Kuntoutussäätiö  
Mielenterveyden keskusliitto



##### Yhteyshenkilöt Filhassa:

Tuula Vasankari, [tuula.vasankari@filha.fi](mailto:tuula.vasankari@filha.fi) ja  
Krista Kauppinen, [krista.kauppinen@filha.fi](mailto:krista.kauppinen@filha.fi)



##### Yhteyshenkilö A-klinikkasäätiössä ja Mielenterveyden keskusliitossa:

Laura Heimonen, [laura.heimonen@mtkl.fi](mailto:laura.heimonen@mtkl.fi)



##### Aihetunnisteet sosiaalisessa mediassa:

#hyväkäytännöt #hyvätervearki #hyte ja #mitu

*Hyvät käytännöt hyötykäyttöön*

# MITU

## MINUN TULEVAISUUTENI

MUKANA  
HALLITUKSEN  
KÄRKIHANKKEESSA

*Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta*

## MITU-kärkihanke 2017–2018

### Mielenterveys- ja päihdepotilaiden terveyden edistäminen

- ▲ Hankkeen tavoitteena on vähentää mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsivien fyysistä ja psyykkistä sairastavuutta, pidentää elinikää sekä kaventaa väestöryhmien terveyseroja.
- ▲ Tupakointi on tärkein estettävissä ja poistettavissa oleva sairastuvuutta ja kuolleisuutta aiheuttava riskitekijä.
- ▲ Tupakoinnin lopettaminen voi vähentää ahdistuneisuutta, masentuneisuutta ja stressiä sekä vaikuttaa myönteisesti potilaan lääkehoitoon.
- ▲ Mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsivät ovat yhtä halukkaita ja motivoituneita lopettamaan kuin muukin väestö.

### Järjestöjen ja sairaanhoitopiirien yhteistyöllä tukea tupakasta vieroitukseen

- ▲ Koulutetaan ja sitoutetaan terveydenhuoltohenkilöstöä savuttomuustyöhön.
- ▲ Tuotetaan verkkokurssi sekä koulutus- ja ohjausmateriaalia ammattilaisille.
- ▲ Koulutetaan kokemusasiantuntijoita ja vertaisohjaajia savuttomuuskoutseiksi, jotka toimivat lopettamisen tukena terveydenhuollossa ja edistävät savuttomuutta yhdistyksissä.
- ▲ Tehostetaan tupakkavieroitustyötä moniammatillisesti.
- ▲ Otetaan tupakointi puheeksi.
- ▲ Kehitetään potilastietojen kirjaamista ja tuetaan hoitoketjujen valmistumista huomioiden tuleva soten toimintaympäristö.
- ▲ Tarjotaan tukea ja työkaluja tupakoinnin lopettamiseen.

### Filha johtaa toimintaa

– Potilaat tarvitsevat tupakoinnin lopettamisessa usein terveydenhuollon ammattilaisten rohkaisua, kiinnostusta ja tukea. Monet saavat apua myös vertais-tuesta, joka voi olla joskus ratkaiseva tekijä onnistumisessa, sanoo professori **Tuula Vasankari** Keuhkoterveysjärjestö Filhasta.



### Aluetyöntekijät avainroolissa

Aluetyöntekijät koordinoivat psykiatrian ja päihdepalvelujen savuttomuustyötä yhteistyössä alueellisten savuttomuustyöryhmien kanssa. – Muutos on tekijöiden tekoja, toteaa sairaanhoitaja **Tiina Lehtonen**, joka on lähtenyt innolla mukaan kehittämään paikallista palvelumallia Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirissä.



### Kokemusasiantuntijasta tukea savuttomuuteen

– Kukaan ei ole toivoton tapaus, muistuttaa **Markku Forsström**, pitkän linjan kokemusasiantuntija Mielenterveyden keskusliitosta. Hankkeessa koulutetaan kokemusasiantuntijoita savuttomuuskoutseiksi, jotka kulkevat rinnalla ja kannustavat kuntoutujaa savuttomaan elämäntapaan hoidon jälkeenkin.



Mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsivien tupakoinnin lopettamisen tukeminen (MITU)

**KÄRKIHANKE 2017–2018**  
Sosiaali- ja terveysministeriö

Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta

