Österbottens välfärdsområde
Pohjanmaan hyvinvointialue

Vastaus valtuustoaloitteisiin: Vaihdevuosineuvonnan ja hoidon parantaminen, L Alhonnoro (Vihr) sekä Vaihdevuosineuvonta ja vaihdevuosiystävällinen työelämä, S Somppi (RKP)

Aluehallitus 31.08.2026 § 159

Valmistelija Niemistö Riku
Lönnberg Karolina
Guss Kathy
Lisätietoja: puhelinnumero: 06 218 1111 (vaihde), etunimi.sukunimi@ovph.fi

Yhteinen vastaus valtuustoaloitteisiin. Aluevaltuutettu Lotta Alhonnoro on 10.2.2025 jättänyt valtuustoaloitteen, jossa hän vaatii Pohjanmaan hyvinvointialuetta selvittämään, kuinka vaihdevuosineuvontaa ja hoitoa voitaisiin parhaiten toteuttaa alueemme terveydenhuollossa. Alhonnoron aloite käsiteltiin aluehallituksessa 13.4.2026 ja palautettiin yksimielisesti jatkovalmisteluun vastauksen yhdistämiseksi samankaltaiseen valtuustoaloitteeseen. Aluevaltuutettu Sari Somppi on 6.10.2025 jättänyt samaa aihepiiriä koskevan aloitteen, jossa hän esittää, että Pohjanmaan hyvinvointialue noudattaa kansallisia hoitosuosituksia vaihdevuosioireiden hoidossa ja osoittaa siihen riittävät resurssit. Lisäksi esitetään, että vaihdevuosineuvontaa annetaan osana terveydenhuoltoa, esimerkiksi kätilöiden ja gynekologien toimesta, joilla on erityisosaamista sekä että tietoa vaihdevuosista annetaan helpommin saatavilla olevaksi kaikille naisille. Vaihdevuosien huomioiminen tarkoittaa naisten terveyden, työkyvyn ja oikeuden yhdenvertaiseen hoitoon ottamista tosissaan.

Dialogia työnantajien kanssa esitetään koskien vaihdevuosiystävällisiä työpaikkoja. Vaihdevuosioireiden hoidossa ei ole ollut selkeää prosessia eikä hoidolle ole myöskään asetettu valtakunnallisia suosituksia. Ensimmäinen valtakunnallinen vaihdevuosien Käypä hoito -suositus on annettu 22.9.2025 Asiakkaat tai ammattihenkilöstö eivät ole aina tunnistaneet erilaista oireilua vaihdevuosista johtuvaksi, jolloin myös hoitoon on hakeuduttu eri syistä. Esimerkiksi masennukseen ja uniongelmiin asiakas on hakenut apua psykososiaalisista palveluista, ja gynekologisissa oireissa usein yksityiseltä gynekologilta. Oireiden moninaisuus voi vaikeuttaa diagnosointia ja vaikeuttaa oikean avun löytymistä. Perusterveydenhuollon lääkäreiden osaaminen vaihdevuosista johtuvien oireiden tunnistamisessa, potilaiden kohtaamisessa ja sopivan avun löytymisessä vaihtelevat. Henkilöstön osaamista on tarpeen kehittää. Perusterveydenhuollolla on keskeinen rooli vaihdevuosioireiden arvioinnissa, neuvonnassa ja hoidossa. Oireisen potilaan vaihdevuosien hoidon voi aloittaa yleis- tai työterveyslääkäri, eikä gynekologin kannanottoa pääsääntöisesti tarvita. Hoitoon liittyvää ohjausta ja neuvontaa voi antaa vaihdevuosien hoitoon perehtynyt terveydenhoitaja tai kätilö.

Palvelun tarve on noussut selkeästi esiin yksiköissä, joissa otetaan kohdunkaulansyövänseulontanäytteitä. Kaikilla ei ole mahdollisuutta hakeutua yksityiselle puolelle saamaan hoitoa.

Vaihdevuosioireisten naisten hoitopolku käynnistyy 1.9.2026. Hoitopolulle hakeudutaan ensivaiheessa puhelimitse tai chat-palvelun kautta. Tarkoituksena on hyödyntää hoidon aloituksessa ja oireiden alkukartoituksessa myös digitaalisia kyselyitä. Ensikontaktin perusteella asiakas ohjataan tarvittaessa tarkoituksenmukaiselle vastaanotolle ja jatkohoitoon. Syyskuun alussa julkaistaan asiakasohjeistus hyvinvointialueen verkkosivuille, josta asiakkaat saavat luotettavaa itsehoitomateriaalia vaihdevuosioireiden hoitoon.

Tavoitteena on, että kaikilla asiakkailla on mahdollisuus saada palvelua. On vaikea arvioida missä määrin asiakkaita tulee, sillä tällaista palvelua ei ole aiemmin ollut. Tarkoituksena kuitenkin kehittää palvelua tarpeen mukaan, kun saadaan kokemusta toiminnasta. Tavoitteena on, että tulevan hoitopolun avulla palvelu on helpommin saatavilla

kaikille. Käypähoito-suositukset otetaan huomioon hyvinvointialueen hoitopolun suunnittelussa. Käypä hoito -suosituksessa on selkeästi avattu huomioitavat asiat turvallisen ja oikean hoidon takaamiseksi.

Käypä hoito -suosituksen mukaan vaihdevuosioireisten naisten hoidossa korostuu kokonaisvaltainen lähestymistapa, jossa potilaan oma vastuu hyvinvointia ja terveyttä edistävien ja ylläpitävien elämäntapojen osalta on keskeinen. Säännöllinen liikunta, terveellinen ja monipuolinen ruokavalio, riittävä uni sekä stressinhallinta muodostavat hoidon perustan ja voivat lievittää vaihdevuosioireita merkittävästi.

Työterveyshuollolla on lisäksi oma tärkeä tehtävänsä erityisesti työikäisten naisten työkyvyn tukemisessa, oireiden vaikutusten arvioinnissa sekä tarvittaessa hoitoon ohjaamisessa ja työjärjestelyihin liittyvässä tuessa. Vaihdevuosioireisten naisten työkykyyn suhtaudutaan kuten muihin työkykyä mahdollisesti heikentäviin sairauksiin tai oireisiin. Vaihdevuosioireille ei ole määritelty erillistä työkykypolkua, vaan työkykyä arvioidaan osana tavanomaisia työkyvyn tuen ja arvioinnin käytäntöjä. Työnantajien on hyvä huomioida vaihdevuosioireiden mahdollinen vaikutus työkykyyn työkyvyn arviointia ja tukemista koskevissa suunnitelmissaan.

Sektorijohtaja työikäiset Niemistö Riku
ehdottaa että aluehallitus päättää antaa oheisen vastauksen valtuustoaloitteeseen selontekona aluevaltuustolle, sekä ehdottaa, että aloite on täten loppuun käsitelty.

Päätös:
Ehdotus hyväksyttiin.

Aluevaltuusto 05.10.2026 § 65
ÖVPH/1259/00.02.00/2025

Valmistelija Niemistö Riku
Lönnberg Karolina
Guss Kathy
Lisätietoja: puhelinnumero: 06 218 1111 (vaihde), etunimi.sukunimi@ovph.fi

Hallitus
ehdottaa, että valtuusto hyväksyy edellä olevan selvityksen, joka on annettu vastaukseksi aloitteeseen, ja julistaa aloitteen loppuun käsitellyksi.

Päätös:
Ehdotus hyväksyttiin.

Aluevaltuuston jäsen Lotta Alhonnoro esitti seuraavan toimenpidealoitteen: Selvitetään vaihdevuosien hoidon lisäämistä osaksi Pohjanmaan hyvinvointialueen työterveyshuoltoa. Charlotta Ekman kannatti toimenpidealoitetta. Aluevaltuusto hyväksyi toimenpidealoitteen yksimielisesti.

Liitteet

Liite 1	Aiempi käsittely 13.4.2026 Vastaus valtuustoaloitteeseen Vaihdevuosineuvonnan ja hoidon parantaminen, L Alhonnoro
Liite 2	Vaihdevuosineuvonnan ja hoidon parantaminen
Liite 3	Aloite vaihdevuosineuvonnasta ja vaihdevuosien huomioimisesta työelämässä S Somppi

Österbottens välfärdsområde
Pohjanmaan hyvinvointialue

Jakelu