

## Mielenterveystalo.fi -nettipalvelu laajeni Etelä-Savon sairaanhoitopiirin alueelle

Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) psykiatrian ja tietohallinnon yhteistyönä tuotetussa nettipalvelussa ([www.mielenterveystalo.fi](http://www.mielenterveystalo.fi)) on ajantasaista tietoa aikuisten ja nuorten mielenterveysongelmista sekä tukea ja hoitoa tarjoavista alueellisista ja valtakunnallisista palveluista. Saman osoitteen kautta voi myös kirjautua nettiterapiaohjelmiin, joihin tarvitaan asianmukainen lähete esimerkiksi terveyskeskuslääkäriltä.

Etelä-Savon sairaanhoitopiirin alueen hoito- ja palvelupaikat löytyvät nyt myös Mielenterveystalosta. Tietoja ja palvelupaikkoja lisätään, päivitetään ja täydennetään tarpeen mukaan. Ylläpidosta vastaa aluekoordinaattori Joni Hirvonen.

### Luotettavasti alueellisiin palveluihin

– Useimmat ihmiset ovat tottuneita internetin käyttäjiä ja netissä on paljon mielenterveysasioihin ja -palveluihin liittyvää tietoa. Tietoa ei kuitenkaan aina löydy helposti, toteaa projektipäällikkö Reetta-Maria Roiha HUS-Tietohallinnosta. – Jopa mielenterveysammattilaisen on joskus vaikea hahmottaa, mitä muita terveys- tai tukipalveluiden tuottajia alueella toimii. Kansalaisen tai hänen läheisensä voi olla vaikea tietää, mistä lähteä hakemaan apua mielenterveysongelmiin.

Mielenterveystalon tiedonhakupalveluihin (Mielenterveystalon aikuisten ja nuorten osiot) ei tarvitse kirjautua, vaan tietoa voi hakea täysin nimettömänä. Nettipalvelun toivotaan myös auttavan vaikeiden mielenterveydenhäiriöiden ennaltaehkäisyssä. Ennaltaehkäisyn tueksi palvelusta löytyy mm. itsehoito-oppaita ja -ohjelmia. Esimerkkeinä näistä Juomisen hallinnan opas ja Tietoa luonnon hyvinvointivaikutuksista–opas sekä Masennuksen omahoito-ohjelma.

### Oirenavigaattori opastaa

Sekä aikuisten että nuorten mielenterveystaloissa on paljon erilaisia palveluita, joista keskeisin on ns. oirenavigaatioon perustuva tiedon ja palvelupaikkojen haku. Oirenavigaattori on suunnattu ensisijaisesti sellaisille kansalaisille, jotka eivät ole vielä hoidon piirissä.

– Myös ne nuoret ja aikuiset, jotka kärsivät jonkinlaisesta tyypillisimmistä mielenterveysoireista tai ongelmista ja miettivät, mistä ongelmaan voisi saada apua, löytävät sivuilta apua. Ohjelma opastaa käyttäjää, antaa tietoa arvion pohjaksi ja ohjaa lopuksi sopivan tiedon tai mahdollisten palveluiden äärelle.

Palvelu on hyödyllinen ja kiinnostava myös jo hoitosuhteessa oleville, ammattihenkilöille sekä muille mielenterveysasioista kiinnostuneille kuten omaisille. Sivuilla liikkumalla saa helpolla ja asiakasystävällisellä tavalla uutta näkökulmaa ja tietoa mielenterveysasioista. Palvelun sisällöissä on tuotu esille myös voimavaralähtöisyyttä. Sisältöjen esitystapaan on kiinnitetty huomiota mm. havainnollistavien videoiden muodossa.

Mielenterveystalo on täydentyvä ja kehittyvä palvelu, johon mm. kunnat, seurakunnat ja yhdistykset voivat ilmoittaa omia mielenterveyspalvelujaan.

### Mielenterveystalo laajenee vauhdilla

HUS on saanut valtionvarainministeriön *Sähköisen asioinnin ja demokratian vauhdittaminen* ohjelmalta (SADe) rahoitusta vuosille 2013 - 2015 Mielenterveystalon laajempaan levittämiseen kuudentoista sairaanhoitopiirin alueelle, jonka jälkeen palvelu kattaa käytännössä koko Suomen.



## MIELENTERVEYSTALO.FI

THL:n toimeenpanema sosiaali- ja terveysalan palvelukokonaisuus on osa valtiovarainministeriön koordinoimaa Sähköisen asioinnin ja demokratian vauhdittamisohjelmaa (SADe-ohjelma), joka tuo sähköisen asioinnin palvelut kansalaisten sekä viranomaisten ulottuville; <http://www.vm.fi/sade>” Lisätietoja: [www.thl.fi/sadesote](http://www.thl.fi/sadesote)

[www.mielenterveystalo.fi](http://www.mielenterveystalo.fi)

[www.nuortenmielenterveystalo.fi](http://www.nuortenmielenterveystalo.fi)

Lisätietoa:

Joni Hirvonen  
aluekoordinaattori, ESSHP  
p. 044 351 6694  
[joni.hirvonen@esshp.fi](mailto:joni.hirvonen@esshp.fi)

Sirpa Laamanen  
projektipäällikkö, ESSHP  
p. 044 351 4171  
[sirpa.laamanen@esshp.fi](mailto:sirpa.laamanen@esshp.fi)

Reetta-Maria Roiha  
projektipäällikkö, HUS-Tietohallinto  
p. 050 427 2049  
[reetta-maria.roiha@hus.fi](mailto:reetta-maria.roiha@hus.fi)

