

Liikuntalääketieteen keskusten strategia 2015-2025

Johdanto

Liikuntalääketiede on lääketieteen itsenäinen erikoisala, joka toimii sillanrakentajana liikunta- ja terveydenhuoltosektorien välillä.

Yhteiskunta muuttuu voimakkaasti. Erityisiä haasteita ovat väestön ikääntyminen, liikkumattomuuden lisääntyminen, terveyserojen korostuminen ja terveydenhuoltomenojen kasvu. Jotta näihin haasteisiin voidaan vastata, tulee sairauksien ennaltaehkäisy, omatoiminen terveyden ylläpitäminen ja liikunnallisen elämäntavan tukeminen ja edistäminen ottaa entistä paremmin huomioon kaikilla hallinnonaloilla.

Suomen tavoitteena on olla maailman liikkuvin urheilukansa 2020. Liikuntalääketiede tukee myös tervettä ja eettisesti kestävästä huippu-urheilua.

Liikuntalääketieteen strategian toteuttamisesta vastaa kuusi liikuntalääketieteen keskusta (Liite 1). Liikuntalääketieteen toimintaa edistävät lisäksi Suomen Lääkäriliiton alainen Liikuntalääketieteen alaosasto (Liite 2), Liikunta- ja urheilulääketieteen erikoislääkäriyhdistys (Liite 3) sekä Liikuntalääketieteen asiantuntijana toimii liikuntalääketieteen erikoislääkäri, joka hallitsee liikunnan ja urheilun erityispiirteet niin terveydessä kuin sairaudessa.

Liikuntalääketieteen missio

Liikuntalääketiede tutkii ja edistää väestön terveyttä, toimintakykyä ja hyvinvointia. Sen avulla voidaan ehkäistä, hoitaa ja kuntouttaa sairauksia ja vammoja yksilöllistä, omatoimista fyysistä aktiivisuutta hyödyntäen. Liikuntalääketiede tukee tervettä ja eettisesti kestävästä urheilua.

Visio vuoteen 2025

Liikuntalääketiede on integroitunut osaksi julkista terveydenhuoltojärjestelmää ja sillä on tärkeä tehtävä liikunnan ja urheilun tukena. Näyttöön perustuva tieto ohjaa liikunnan yksilöllistä käyttöä terveyden edistämässä, sairauksien ehkäisyssä, hoidossa ja kuntoutuksessa.

Arvot

- eettisyys
- tieteellisyys
- luotettavuus
- edelläkävijyys
- yhteistyökykyisyys
- tasa-arvo
- vaikuttavuus

Menestystekijät

- liikuntalääketieteen keskusten tiivis yhteistyö
- strategiset kumppanuudet
 - yliopistot
 - kotimaiset ja kansainväliset tutkijaryhmät
 - olympiakomitea
 - liikunnan alueelliset osaamiskeskukset
 - terveydenhuollon toimijat
 - kunnat
 - yritykset
 - urheiluakatemit
- ammattitaito ja asiantuntemus liikunnan ja urheilun erityisvaatimuksista terveyden- ja sairaanhoidossa sekä testaustoiminnassa
- tieto ja ymmärrys fyysisen aktiivisuuden merkityksestä väestön terveydelle ja hyvinvoinnille ja keinoista sen edistämiseksi
- riittävät resurssit
- motivoitunut ja innostunut henkilöstö
-
- tiedon tuottaminen, soveltaminen ja jakaminen
- yksilöllisyys testauksessa, hoidossa ja neuvonnassa

Strategia painopistealueittain

Tutkimus- ja kehittämistyö

Tavoitteet

- luotettavan ja relevantin tiedon tuottaminen
- terveyden edistäminen, sairauksien ehkäisy, kuntoutus ja hoito tutkittua tietoa hyödyntäen
- uusien toimintatapojen kehittäminen, evaluointi ja käyttöönotto

Mittarit

- julkaisujen määrä ja laatu
- tutkimus- ja kehittämistyön näkyvyys mediassa

Toimenpiteet

- toteutetaan ja koordinoidaan tutkimus- ja kehittämis_hankkeita
- tutkitun tiedon valtakunnallinen jalkauttaminen
- seurataan ja kehitetään tutkimuksen laatua
- varmistetaan resurssien riittävyys
- lisätään verkottumista
- Yksityiskohtaisemmat toimenpiteet kuvataan keskusten omissa strategioissa.

Koulutus ja tiedotus

Strategiset tavoitteet

- liikuntalääketieteen erikoislääkärikoulutuksen kehittäminen
- liikuntalääketieteen aseman vahvistaminen lääketieteen peruskoulutuksessa
- alan uusimman, luotettavan ja relevantin tietämyksen nopea välittäminen terveydenhuollon ja liikunnan ammattilaisille sekä väestölle
- saadaan liikuntalääketieteen erikoistumiskoulutus EVO –rahoituksen piiriin

Mittarit

- valmistuvien erikoislääkäreiden määrä
- liikuntalääketieteen opetuksen määrä lääketieteen peruskoulutuksessa
- terveydenhuollon ja liikunnan ammattilaisten jatkokoulutustilaisuuksien ja koulutettavien määrä
- mediaseuranta
- liikuntalääketieteen professuurien perustaminen lääketieteellisiin tiedekuntiin

Toimenpiteet

- liikuntalääketieteen opetus osaksi lääketieteen peruskoulutusta
- varmistetaan riittävät koulutusresurssit
- edistetään omalta osaltamme EVO–rahoituksen saamista liikuntalääketieteen erikoislääkärikoulutukseen.

- hyödynnetään Lääkäriliiton, Lääkäriseura Duodecimin ja Liikuntatieteellisen Seuran eri tiedonvälityskanavia
- järjestetään tieteellisiä ja ammatillisia koulutustilaisuuksia

Palvelutoiminta

Strategiset tavoitteet

- tuotetaan laadukkaita liikuntalääketieteen asiantuntijapalveluita

Mittarit

- asiakaskäyntien määrä
- tehtyjen testien määrän
- asiakastyytyväisyys

Toimenpiteet

- ylläpidetään ja kehitetään palveluiden laatua tutkittuun näyttöön ja tietoon perustuen
- integroidaan alan asiantuntijapalvelut osaksi urheiluakatemioiden terveydenhuoltojärjestelmää
- tuotetaan erikoisalan palveluita osana julkista terveydenhuoltoa
- koordinoidaan paikallisia ja valtakunnallista urheilun terveydenhuollon verkoston toimintaa ja kehitystä.

Asiakkaat

Liikuntalääketiede tuottaa tietoa valtionhallinnon, kuntien... järjestöjen ja yksittäisten kansalaisten päätöksenteon tarpeisiin. Asiakkaita tuetaan tutkittuun tietoon perustuvien käytäntöjen tunnistamisessa ja käyttöön ottamisessa. Terveys- ja liikunta-alojen ammatillisen täydennyskoulutuksen perimmäisenä tavoitteena on luotettavan tiedon välittäminen väestölle liikkumattomista aina kansainvälisen tason huippu-urheilijoihin asti.

Kumppanit

Yhteistyö alan muiden toimijoiden, erityisesti kotimaisten – ja kansainvälisten tutkimuslaitosten sekä yliopistojen kanssa, lisää liikuntalääketieteen painoarvoa ja parantaa kaikkien osapuolien toiminnan vaikuttavuutta terveystieteiden ja huippu-urheilun edistämiseksi. Verkottumista lähialueen terveys- ja liikunta-alan toimijoiden kanssa tehostetaan.

Prosessit ja rakenteet

Liikuntalääketieteen toiminnassa yhdistyy tasapainoisesti tutkimus, asiantuntija- ja kehittämistoiminta, koulutus, viestintä ja palvelut. Tavoitteena on prosessien selkiyttäminen ja yhdenmukaistaminen vaikuttavuuden parantamiseksi ja verkostoitumisen helpottamiseksi.

Voimavarat / talous ja henkilöstö

Liikuntalääketieteen strategian toteuttamisesta vastaa kuusi keskenään verkostoitunutta liikuntalääketieteen keskusta (Liite 1). Liikuntalääketieteen keskusten resurssoinnista vastaa pääasiassa Opetus- ja kulttuuriministeriö. Valtiorahoituksen lisäksi keskuksset kattavat toimintaansa kilpaillulla rahoituksella sekä omalla rahoituksella.

Liikuntalääketieteen tärkein voimavara on osaava henkilöstö ja hyvin organisoitu työprosessi. Ala huolehtii suunnitelmallisesti henkilöstönsä koulutuksesta, työkyvystä ja työhyvinvoinnista. Osaamista vahvistetaan strategisilla painopistealueilla kansainvälisen yhteistyön ja täydennyskoulutusten avulla.

Strategisten painopistealueiden tuloksellisuuden seuranta

- yhteisten tavoitteiden toteutumiskokoukset joka kolmas vuosi OKM:n ja liikuntalääketieteen asiantuntijoiden kesken
- liikuntalääketieteen keskusten vuosittainen raportointi OKM:lle
- hanketasoinen seuranta liikuntalääketieteen keskuksissa
- mediaseuranta

Liite 1.

Liikuntalääketieteen keskuksset

Opetusministeriö rahoittaa kuutta liikuntalääketieteen keskusta Suomessa. Niiden tehtävänä on liikuntalääketieteellisen tutkimuksen tekeminen, liikuntalääketieteen erikoistumiskoulutus yhdessä yliopistojen kanssa, koulutus- ja viestintä sekä alueellinen palvelutoiminta. Keskuksset ovat Helsingin Urheilulääkäriasema, Kuopion Liikuntalääketieteen tutkimuskeskus, LIKES-tutkimuskeskus Jyväskylässä, Oulun Liikuntalääketieteellinen Klinikka Oulun Diakonissalaitoksella, Paavo Nurmi –keskus Turussa ja Tampereen Urheilulääkäriasema.

Liikuntalääketieteen keskuksset vastaavat yhteistyössä eri yliopistojen kanssa liikuntalääketieteen erikoistumiskoulutuksesta Suomessa. Erikoistuvat lääkärit työskentelevät erikoistumiseen liittyen kolme vuotta eri keskuksissa. Kaikki keskuksset ovat aloittaneet paikkakunnillaan lääketieteen opiskelijoiden liikuntalääketieteen kurssit. Tällä on suuri merkitys, kun tavoitteena on lisätä liikuntalääketieteen tietämystä perusterveydenhuollossa. Keskuksien tärkeänä tehtävänä on myös tieteellisen jatkokoulutuksen järjestäminen tutkimusprojektien yhteydessä ja osana erikoislääkärikoulutusta.

Kaikki keskuksset ovat verkostoituneet tutkimustyön ja erikoistumiskoulutuksen osalta paikkakuntansa yliopistoihin, yliopistosairaaloihin ja oman tutkimusalansa mukaisesti kansainvälisiin tutkimusyksiköihin sekä palvelujen osalta kunnallisiin terveys- ja liikuntatoimiin. Kullakin on oma profiilinsa tutkimus-, koulutus- ja viestintätoimintojen osalta. Kaikki yksiköt järjestävät joko kansallisia tai kansainvälisiä seminaareja liikuntalääketieteen alueelta. Lisäksi kaikilla keskuksilla on yhteistyöhankkeena valtakunnallisten Liikuntalääketieteen Päivien järjestäminen Liikuntatieteellisen Seuran ja opetusministeriön kanssa.

Keskuksien palvelutoiminta kattaa erikoislääkäritason palveluja alueellisesti. Yhteistyöverkosto kattaa myös laboratoriopalvelut. Liikunnan harrastuksen kasvu on lisännyt terveydenhuollossa alan erityisosaamisen tarvetta. Keskuksset osallistuvat myös antidoping-työhön sekä testauksien että valistuksen osalta. Kullakin keskuksella on myös palvelutoiminnan osalta omaa erityistä osaamista.

Helsingin Urheilulääkäriasema (HULA)

Asema on muun tutkimus-, tiedonvälitys- ja koulustustoiminnan lisäksi toiminut 1.1.1995 alkaen Helsingin yliopiston Liikuntalääketieteen yksikkönä ja järjestänyt lääketieteen opiskelijoille liikuntalääketieteellistä peruskoulutusta. Tiivis yhteys yliopistoon on helpottanut sitä, että asema on voinut entistä helpommin verkostoitua useiden tasokkaiden yliopiston tutkijaryhmien kanssa ja sitä kautta on avautunut kansainvälisten yhteyksien verkosto.

Näin asema on voinut ratkoa liikuntalääketieteellisiä ongelmia pienin resurssein. Uutta tietoa on voitu hyödyntää aseman laajassa koulutus- ja palvelutoiminnassa. Tutkimustoiminnan painopistealueina on ollut liikunnan merkitys kansansairauksien ehkäisyssä sekä liikuntavammojen ennaltaehkäisy ja hoito. Viime vuosina tutkimus on suuntautunut myös liikunnan harrastajien hengitysoireiden ja nivelrikon tutkimus- ja kuntoutusmenetelmien kehittämiseen.

Kuopion liikuntalääketieteen tutkimuslaitos (KuLTu)

KuLTun taustaorganisaatio on valtakunnallinen TERVEYS- ja RAVINNON TUTKIMUSSÄÄTIÖ, jonka tehtävänä on säädökirjan mukaan tukea yleishyödyllisessä mielessä

tutkimustyötä yksilön, perheen, työyhteisön ja väestön liikuntatottumusten edistämiseksi, fyysisen kunnan ja toimintakyvyn parantamiseksi, tapaturmien synty-mekanismien selvittämiseksi ja ehkäisemiseksi sekä ravintotottumusten korjaamiseksi päämääränä kansanterveyden edistäminen. Säätiön jäseniä ovat Kuopion kaupunki, Kuopion Sydänyhdistys ry., Kuopion yliopisto, Pohjois-Savon sairaanhoitopiirin kuntayhtymä, Puijon Diabetesyhdistys ry., Suomen Reumaliitto ry. sekä Suomen Sydänliit-to ry.

Laitoksen toimintamuodot ovat liikuntalääketieteellinen tutkimustyö, tieteellinen jatko-koulutus, erikoislääkärikoulutus, tiedonvälitys ja palvelutoiminta. KuLTu hyödyntää tieteellisessä tutkimustyössä korkeatasoista kansainvälistä yhteistyöverkostoa, minkä lisäksi laitoksella on tiivistä kotimaista yhteistyötä useiden yliopistojen, yliopisto-sairaaloiden ja muiden tutkimuslaitosten kanssa.

Oulun Liikuntalääketieteellinen Klinikka (ODL Liikuntaklinikka)

ODL Liikuntaklinikka edistää väestön terveyttä ja hyvinvointia liikuntalääketieteellisen tutkimuksen, koulutuksen ja palvelutoiminnan kautta. Keskuksen painopistealueina ovat liikunnallisesti kaikkein passiivisimpien aktivointi sekä teknologia terveystieteiden edistämiseksi.

Päättökäsitteet ovat 1) fyysinen aktiivisuus ja inaktiivisuus elämänkaaren eri vaiheissa, ja näiden yhteys hyvinvointiin ja terveyteen 2) fyysisesti aktiivisen elämäntavan ja liikuntasuhteen rakentumiseen vaikuttavat tekijät elämänkaaren eri vaiheissa 3) fyysisesti aktiivista elämäntapaa edistävät menetelmät, toimintamallit ja -käytännöt eri ikäryhmissä, elämäntilanteissa ja toimintaympäristöissä kehittäen ja soveltaen hyvinvointiteknologisia ratkaisuja. Tutkimusta toteutetaan yhdessä laajan kansallisen ja kansainvälisen verkoston kanssa.

Koulutuksen ja viestinnän painopisteet ovat 1) Liikuntalääketieteen erikoislääkärikoulutus 2) Terveydenhuollon toimijoille suunnattu perus-, jatko- ja täydennyskoulutus 3) Liikunta- ja urheilualan toimijoille järjestetty koulutus 4) Suurelle yleisölle suunnattu yleistajuinen koulutus ja tiedonvälitys 5) Päättäjille ja rahoittajille suunnattu yhteiskuntavastuullinen tiedeviestintä tiedolla johtamisen tueksi

Keskuksen laaja ja monialainen asiantuntijaryhmä vastaa eri asiakasryhmien palvelutarpeisiin. Palvelutoiminnan erityisenä fokuksena ovat yhteistyö Ouluseutu Urheiluakatemia kanssa alueen urheilijoiden terveyden edistämiseksi, syömishäiriöiden tunnistaminen ja varhainen hoito sekä eritasoisille liikkujille suunnatut asiantuntijapalvelut.

Paavo Nurmi –keskus, Turku (PNK)

PNK on Turun alueen terveyden ja liikunnan osaamiskeskus, joka tuottaa korkeatasoista liikuntalääketieteellistä tutkimusta sekä terveyttä, työ- ja toimintakykyä edistäviä palveluja. Lisäksi PNK huolehtii koulutus- ja tiedonvälitystoiminnasta. PNK:n erinomainen sijainti lääketieteellisen tiedekunnan, Turun yliopistollisen keskussairaalan, Bio-Cityn (yksi tutkimuksen huippuyksikkö Suomessa) sekä Turun yliopiston yhteydessä luo hyvän verkoston toiminnalle

Tutkimuksen tavoitteena on olla korkeatasoista, mutta samalla käytännönläheistä. Erityisesti tuotetaan liikuntalääketieteellistä tutkimusta, jolla on kansanterveydellisesti tärkeää merkitystä. Tutkimustiedon ja kokemuksen avulla tavoitteena on parantaa väestön terveyttä sekä elämänlaatua terveyttä edistävän liikunnan avulla. Tämän lisäksi tarjotaan asiantuntija-apua eri tasoisten liikunnanharjoittelijien terveyteen ja liikuntaan liittyviin erityisongelmiin. Tällaisiin toimiin liittyvät

mm. erikois- ja yleislääkärien vastaanotto toiminta, kuntotestaus sekä liikunnan ohjelmointi. Palvelutoiminta suuntautuu pääosin alueellisesti, mutta osittain myös koko maahan.

PNK:n hallitukseen kuuluu edustajat Turun yliopistosta, Turun kaupungista, Kansaneläkelaitoksesta ja Sydäntautipiiristä.

Tampereen Urheilulääkäriasema (TaULA)

UKK-instituuttisäätiössä toimiva Tampereen Urheilulääkäriasema on Tampereen yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan liikuntalääketieteen yksikkö huolehtien alan erikoistumis- ja peruskoulutuksesta. Tiivis yhteys yliopistoon on mahdollistanut verkostoitumisen useiden tasokkaiden kotimaisten ja kansainvälisten tutkijaryhmien kanssa. Lisäksi Tampereen Urheilulääkäriasema huolehtii alueensa korkeatasoisista palvelutoiminnoista mm. urheiluakatemiaan terveystalouden koordinaattorina sekä osallistuu aktiivisesti dopingin vastaiseen taisteluun.

Keskuksen toiminnan painopiste ja osaamisalue on liikuntaturvallisuuden edistäminen koko väestössä. Keskuksen toteuttamalla käytäntöä palvelevalla tutkimuksella pyritään tätä kautta lisäämään liikunnan ja urheilun yleistä arvostusta ja liikunnallista elämäntapaa maassamme. Keskus johtaa ja koordinoi Liikuntavammojen Valtakunnallista Ehkäisyohjelmaa (lyh. LiVE), joka sisältää monipuolisia tutkimus-, koulutus- ja kehittämishankkeita. Keskuksen käytäntöä palveleva tutkimustieto viedään LiVE-ohjelmassa väestötasolle kolmen valtakunnallisen toimeenpanohankkeen avulla: www.terveurheilija.fi, www.tervekoululainen.fi ja www.smartmoves.fi. Kilpa- ja huippu-urheilijoille toimeenpano-ohjelma tavoittelee lisää terveitä harjoittelu- ja kilpailupäiviä.

Kilpa- ja Huippu-urheilun tutkimuskeskus (KIHU)

KIHU johtaa Suomen Olympiakomitean Huippu-urheiluyksikön Osaamisohjelmaa vastaten suomalaisen huippu-urheilun T&K-toiminnasta ja osallistuvan asiantuntijuuden kehittämisestä ja toteutuksesta urheilijan polulla.

Toiminnan tärkeimpänä tehtävänä on varmistaa paras ja viimeisin tieto, osaaminen ja tuki urheilijoille, valmentajille, lajeille ja muille toimijoille koko urheilijan polulla. Urheilijan polun eri vaiheiden laatu- ja menestystekijöihin pohjautuvalla asiantuntija- ja T&K-toiminnalla mahdollistetaan lapsen ja nuoren kasvaminen ja kehittyminen menestyväksi huippu-urheilijaksi.

Tavoitteisiin päästään parhaiten tekemällä tiivistä yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa ja rakentamalla osaamis- ja asiantuntijaverkostoja urheilijan polun eri vaiheisiin.

Liite 2.

Suomen Lääkäriliiton Liikuntalääketieteen alaosa

Suomen Lääkäriliiton jäsen, joka on liikuntalääketieteen erikoislääkäri tai joka on valittu liikuntalääketieteen erikoistumisohjelmaan, on oikeutettu liittymään alaosaston jäseneksi.

Suomen Lääkäriliiton Liikuntalääketieteen alaosaston ensisijainen tehtävä on edistää ja valvoa liikuntalääketieteen alalla toimivien jäsenten ammatillisia etuja. Toisaalta pyritään laajempaan liikuntalääketieteen alan kehittämiseen liittyvään toimintaan.

Tavoitteena on myös liikuntalääketieteen koulutuksen laadunvalvonnan parantaminen ja eri koulutusyksiköiden antaman koulutuksen koordinaation edistäminen.