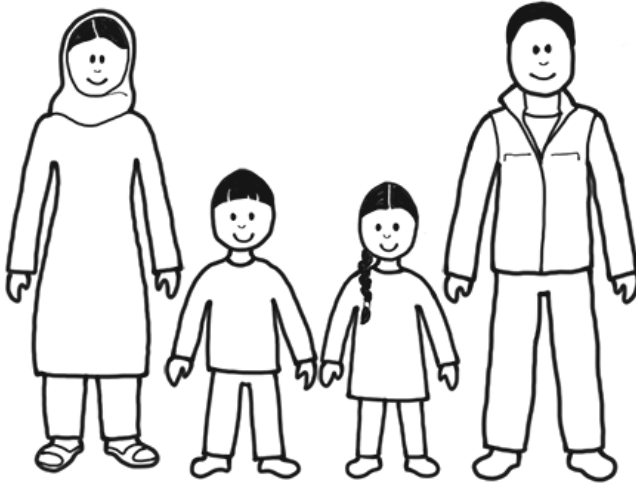


OPAS NEUVOLAPALVELUISTA JA PARISUHTEISTA SUOMESSA



© Kuvako / Sari Kivimäki, Johanna Eskelinen

TIETOA LUKIJALLE

Tämän oppaan tarkoitus on antaa sinulle tietoa Suomen neuvolasta ja sen erilaisista palveluista.

Opas sisältää tietoa myös vauvan ja lapsen kasvatuksesta, sekä hyvästä ja turvallisesta parisuhteesta.

Opas on kirjoitettu selkeällä Suomen kielellä, ja se sisältää kuvia, jotka helpottavat tekstin ymmärtämistä.

Sisällys

| | |
|--------------------------|----|
| Mikä on neuvola?..... | 4 |
| Erilaiset neuvolat | 5 |
| Äitiysneuvola | 5 |
| Lastenneuvola | 7 |
| Ehkäisyneuvola..... | 10 |
| Kasvatus ja terveys..... | 12 |
| Parisuhteet..... | 15 |

Mikä on neuvola?

Neuvolasta tukea saavat raskaana olevat naiset, lapset ja perheet.

Raskauden aikana neuvolakäynneillä seurataan raskautta ja autetaan ja neuvotaan tulevia vanhempia.

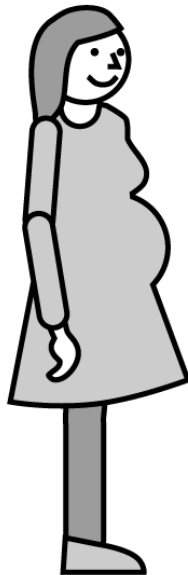
Neuvolapalvelut ovat maksuttomia ja vapaaehtoisia.

Oman kunnan neuvolaan saa yhteyden soittamalla. Yhteystiedot löytyvät oman kaupungin verkkosivuilta.

Erilaiset neuvolat

Suomessa toimii erilaisia neuvoloita eri tilanteita varten. Suomessa on äitiys-, lasten- ja ehkäisyneuvolat.

Äitiysneuvola



© Kuvako

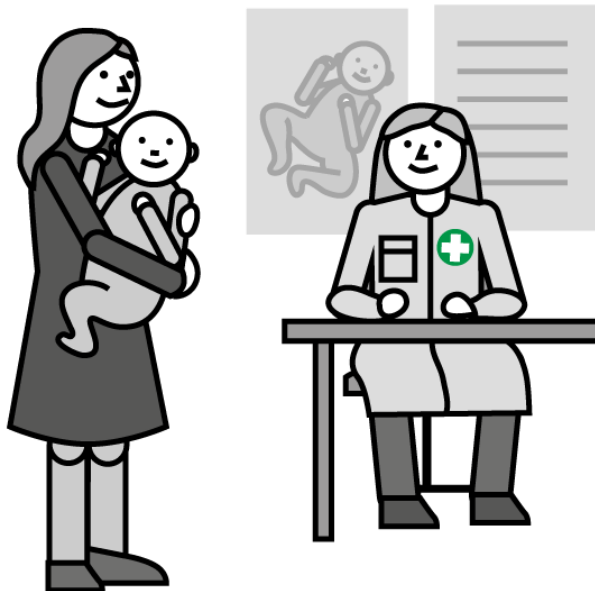
Äitiysneuvolassa turvataan raskaana olevan naisen ja hänen tulevan lapsensa terveys.

Neuvolassa annetaan tukea ja neuvoja odotukseen ja vanhemmuuteen.

Äitiysneuvolaan on hyvä ottaa yhteyttä heti, kun on tehnyt positiivisen raskaustestin.

Neuvolassa käydään koko raskauden ajan, noin 11–15 kertaa.

Lastenneuvola



© Kuvako

Lastenneuvolassa edistetään alle kouluikäisten lasten ja heidän perheidensä terveyttä ja hyvinvointia.

Lastenneuvolassa seurataan ja edistetään lapsen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä sekä tuetaan vanhempia lapsen kasvatuksessa ja huolenpidossa sekä parisuhteen hoitamisessa.

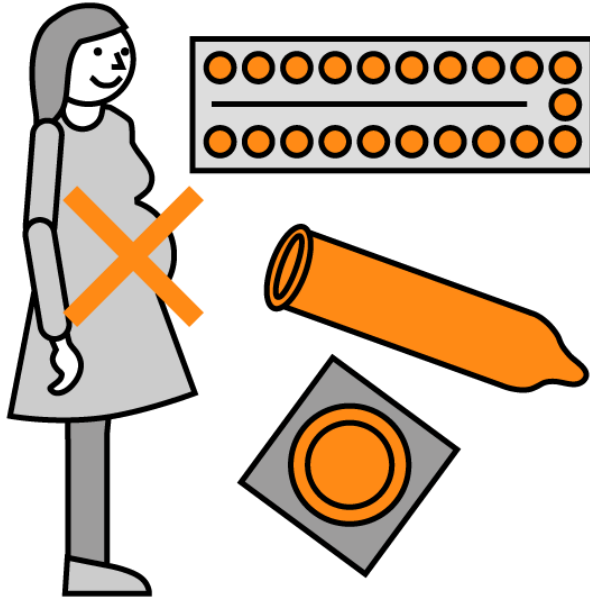
Lastenneuvolassa käydään vähintään 15 kertaa tarkastuksessa. 5 kertaa terveydenhoitajan lisäksi paikalla on myös lääkäri.

Terveydenhoitaja tekee kotikäynnit ennen ja jälkeen lapsen syntymän.

Kolme kertaa on pidempi terveystarkastus. Silloin arvioidaan lisäksi myös koko perheen hyvinvointia ja vanhempien tuen tarpeita. Lapsi saa neuvolassa tarvittavat rokotukset.

Aloittaessaan koulun lapset siirtyvät kouluterveydenhuoltoon.

Ehkäisyneuvola



© Kuvako

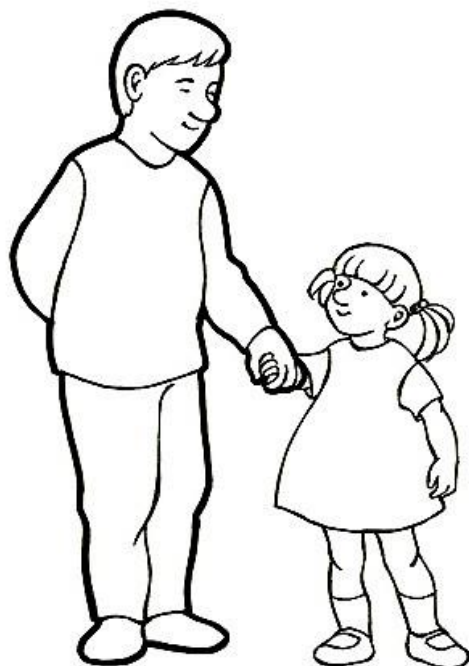
Ehkäisyä tarvitaan, kun et halua vauvaa.
Ehkäisyneuvolassa tarjotaan naisille ja
heidän kumppaneilleen neuvontaa
ehkäisyyn ja mahdollisuus hankkia itselle
sopiva ehkäisy.

Vaihtoehtoja ehkäisyyn ovat muun muassa

- Kondomi
- Hormonaalinen yhdistelmäehkäisy, eli e-pillerit, ehkäisyalaastari ja ehkäisyrenkas
- Vain keltarauhashormonia sisältävä hormonaalinen ehkäisy kuten minipillerit
- Kierukka (hormonaalinen tai kupari)
- Sterilisaatio

Jokaisella ihmisellä on oikeus käyttää ehkäisyä ja suojautua seksitaudeilta ja ei-toivotuilta raskauksilta.

Kasvatus ja terveys



© Elina Vanninen

Suomessa lapsen kasvatusta ohjaa laki.
Esimerkiksi väkivaltainen käytös, kuten
nipistäminen, lyöminen tai tukistaminen
ovat kiellettyjä.

Saatat kohdata kulttuurillisia eroja
kasvatuksessa Suomessa.

Neuvolasta saat apua ja neuvoja lasten
kasvatukseen.

Lapsen kasvatuksessa on mukana monet
henkilöt lapsen iästä riippuen.

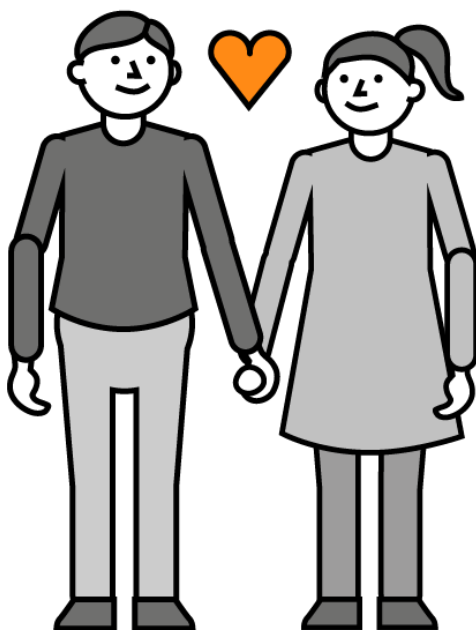
Näitä ovat esimerkiksi päiväkodin ja
koulun henkilökunta.

Tarvittaessa myös perhetyöntekijä.

Lapsen terveydestä on tärkeä huolehtia.
Hampaiden huolto hammaslääkärissä on
osa terveydenhuoltoa. Siellä käydään
vuosittain.

Normaali terveydentarkastus on
vuosittain.

Parisuhteet



© Kuvako

1. Hyvä parisuhde

Turvallinen parisuhde on tärkeä.

Nainen ja mies ovat tasa-arvoisia parisuhteessa.

Molemminpuolinen kunnioitus on tärkeää.

Naisilla on Suomessa paljon oikeuksia.

Naisella on oikeus liikkua ja ilmaista mielipiteensä ja ajatuksensa vapaasti, samoin kun miesten.

Väkivalta on Suomessa kielletty laissa.

Esimerkiksi lyöminen ja muu fyysinen toista satuttava käytös on kiellettyä.

Toisen kehoon ei saa koskea ilman tämän lupaa.

Jos pariskunta saa lapsen, Suomessa mies voi jäädä kotiin hoitamaan lasta, kun äiti käy töissä.



2. Neuvola ja parisuhde

Jos haluat, neuvolassa voit puhua parisuhteestasi turvallisesti ja luotettavasti.

Voit saada neuvoja parisuhteen hoitamiseen ja ylläpitämiseen.

Ammattilaiset voivat auttaa sinua vaikeissa tilanteissa.

Joskus puhuminen vaikeuksista voi auttaa.



© Kuvako

Tekijät:

Satu Saarela ja Heini Tarvainen

Turun ammattikorkeakoulu

Sosionomi-koulutus

Yhteystietoja:

Turun alueen neuvola:

<https://www.turku.fi/neurolat>

Ota yhteyttä puhelimitse:
Puhelinpalvelu p. 02-2662223

Kaarinan alueen neuvolat:

<https://kaarina.fi/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveyspalvelut/lastenneuvola>

Ota yhteyttä suoraan oman asuinalueesi terveydenhoitajaan. Terveydenhoitajan yhteystiedot löydät Kaarinan verkkosivuilta.

Opetuskoti Mustikka, Halinen:

<https://www.sateenkaarikoto.fi/toimipaikat/opetuskoti-turku/>

Kardinaalinkatu 3 P 151, 20540 Turku

p. 040 543 5347

Sähköposti: halinen@sateenkaarikoto.fi

Yhteistyössä:



TURKU AMK

TURKU UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES



Sateenkaari Koto

- Arki täynnä pieniä ihmeitä -



European Union

European Regional
Development Fund



Region
Östergötland