

Aikuisten palvelut

Tampereen kaupungin suun terveydenhuollon verkkoasioinnissa voi tarkistaa, perua ja siirtää omat ajanvaraukset. Kiireellisen hammaslääkäriaika on jo varattu verkossa. Kiireettömään hoitoon varataan samalta sivulta. Suuhygienistille voi myös varata hoidon tarpeen arvioinnin, jos edellisestä arvioinnista on kulunut yli 30 kuukautta. Ennen käyntiä, voi täyttää aikuisten esitietolomakkeen. Sen täyttäminen mahdollistaa nopeamman vastaanottokäynnin, koska annetut tiedot siirtyvät suoraan potilastietojärjestelmään. Lomake löytyy "Täytä esitiedot" -kohdasta silloin, kun varaatte ajan hoitoon. (Suun terveydenhuolto 2020.)

Terveyskylä.fi sivustolta löytyy päivystystalosta itsehoito-ohjeet kohdasta tietoa erilaisista hammassärkyistä ja niiden syistä. Hammassärky on yleistä ja sen taso voi vaihdella suuresti. Särky voi johtua reiästä, tulehduksesta tai taustalla voi olla esimerkiksi viisaudenhampaan oireilua. Särkyä voi esiintyä myös paikkauksen, juurihoidon tai hampaanpoiston jälkeen. Sieltä löytyy myös itsehoito-ohjeet. Itsehoito kannattaa aloittaa apteekista ilman reseptiä saatavilla kipulääkkeillä. Toinen asia mikä voi lievittää kipua on kylmä- ja kuumahauteet. Myös fluoripitoisen hammastahnan käyttö voi vähentää vihlontaa. Jos hammassärlyn yhteydessä ilmenee turvotusta kasvoissa, niin silloin tulee varata aika hammaslääkäripäivystykseen välittömästi. (Terveyskylä 2019.)

Tampereen kaupungin sivuilla on sosiaali- ja terveyspalvelut ovat helposti löydettävissä tästä linkistä: <https://www.tampere.fi/sosiaali-jaterveyspalvelut/terveyspalvelut.html> Sähköiset terveyspalvelut ovat mm. terveyspalvelujen neuvonta, oirearviot, verkkolomakkeet ja sähköinen ajanvaraus eri palveluihin. Terveyspalvelujen neuvontaan voi olla yhteyksissä soittamalla. Neuvonnassa sairaanhoitaja antaa hoito-ohjeita, arvioi hoidontarpeen ja mahdollisesti ohjaa oikeaan hoitopaikkaan. Neuvontaan voi olla yhteyksissä myös chatin välityksellä. (Terveyspalvelut 2020.) Omaolon oirearviot löytyvät myös seuraavasta linkistä: <https://www.omaolo.fi/>. Oirearvioita voi tehdä kotioloissa, kun halutaan arvioida oireita tai terveysongelmaa. Omaolon oirearviot perustuvat ajankohtaisiin tutkimusnäyttöihin ja kansallisiin kriteereihin. Niiden tarkoituksena on antaa henkilökohtaisia suosituksia. (Omaolo 2020.) Ensisijainen hoitopaikka kaikissa sairastapauksissa on oma terveysasema, joka määräytyy osoitteen mukaan. Terveysasemahaun avulla voi selvittää terveysaseman yhteistiedot: <https://www.tampere.fi/sosiaali-jaterveyspalvelut/terveyspalvelut/terveysasemat/ajanvaraus/terveysasemahaku.html.stx> (Terveysasema 2020.)

Lähteet:

Hammassärky. 2019. Viitattu 13.5.2020

<https://www.terveyskyla.fi/paivystystalo/p%C3%A4ivystykseen/itsehoitohjeet/hammass%C3%A4rky>

Omaolo. 2020. Viitattu 14.4.2020

<https://www.omaolo.fi/>

Suun terveydenhuolto. 2020. Viitattu 13.5.2020

<https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveyspalvelut/suun-terveydenhuolto.html>

Terveysasemat. 2020. Viitattu 13.5.2020

<https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveyspalvelut/terveysasemat.html>

Terveyspalvelut. 2020. Viitattu 13.5.2020

<https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveyspalvelut.html>

Outi Ahonen (Laurea) muokkasi Dany Keon ja Terho Pirosen (AMK-opiskelijoita) tekstiä.