

JÄSENYHDISTYSTEN SIVUT

SUKSET JALASSA, TIUKU KAULASSA

Lapin Kilpirauhasyhdistyksen vuosi 2018 käynnistyi upealla tavalla, kun Suomen ensimmäinen alueellinen kilpirauhaskoulutustilaisuus toteutui 17.1. Lapissa yhteistyössä Lapin keskussairaalan ja Kilpirauhasliiton kanssa. Tilaisuudessa sai kattavaa tietoa kilpirauhasen vajaatoiminnasta ja lääkityksestä, lääkkeiden yhteisvaikutuksesta ja riskitekijöistä, tutkitun ja turvallisen kilpirauhastiedon saamisesta, preanalytiikasta ja näytteenotosta sekä yhdistyksen projektikoordinaattori esitteli KERRO JA KUUNTELE projektia. Tilaisuus tarjosi varmasti jokaiselle jotain, niin potilaille, terveydenhuollon henkilökunnalle kuin muillekin asiasta kiinnostuneille! Tilaisuudella tavoitettiin peräti 132 kuulijaa paikan päällä ja II videoyhteyskohteessa Rovaniemen ulkopuolella!



Nuorena kilpirauhas sairastuneiden tarinoita kuulee harvemmin. Tästä syystä ryhdyin "tuumasta toimeen" ja haastattelin Tiinaa ja Emiliaa, joille pitkään hoitamaton kilpirauhasen vajaatoiminta aiheutti monenlaisia seuraamuksia. Heidän tarinansa ovat nyt luettavissa kokonaisuudessaan yhdistyksen kotisivuilla (www.lapinkilpi.com). Tiinan tarina on myös julkaistu Lappilainen lehdessä ja Emilian tarina Kotilappi lehdessä. Lisää tarinoita on tulolla, joten seurailehan yhdistyksen kotisivuja!

Lapin kuntavierailutkin ovat olleet "projektilistalla". Tammikuun lopulla vierailin yhdistyksen varapuheenjohtajan kanssa Sallan terveyskeskuksessa, apteekissa ja vertaistukiryhmässä, joka kokoontui historiallisesti merkittävässä Rajakievarin museorakennuksessa. Hieno kokemus! Ottakaahan yhteyttä yhdistyksen varapuheenjohtajaan tai projektikoordinaattoriin, mikäli haluatte vertaistuki- tai jäseniltä omalla paikkakunnallanne.

Omaan hyvinvointiin kannattaa aina satsata, eikös niin! Tämähän onnistuu esim. osallistumalla "Mielekäs arki - pienillä askelilla kohti aktiivisempaa arkea" päivään 26.5, jossa fysioterapeuttipiskelijat kertovat liikunnan merkityksestä hyvinvoinnillemme ja motivoivat liikkumi-

MUUTAMIA KOMMENTTEJA TILAISUUDESTA:

1. Ammatillisena hyödyin saamastani tiedosta ja sain myös osviittaa potilasnäkökulmasta.
2. Voin työssäni painottaa ensitiedon merkitystä lääkärille ja muulle hoitohenkilökunnalle.
3. Sain syvällisempää ja luotettavaa tietoa sairaudesta ja sen hoidosta.
4. Maallikkona ja ko. sairautta vailla olevana henkilönä koin saaneeni paljon asiantietoa.
5. Runsaasti tietoa ja ymmärrystä kilpirauhasen toiminnasta ja sen merkityksestä terveyteen/hyvinvointiin.
6. Antoi vähän näyttöä siitä, millainen kuilu potilaan ja lääkärin välillä voi olla ja miksi yhdistykset ja liitot ovat tärkeitä.



seen. Päivään on tarkoitus järjestää myös ravitsemukseen liittyvää asiaa, joten ei muuta kuin rohkeasti mukaan! Hyvinvointia on luvassa myös Muonion suunnalla 7.6, jolloin eräopasopiskelija perehdyttää meitä luonnossa liikkumiseen ja sen merkitykseen hyvinvoinnillemme. Päivästä tulee tietoa myöhemmin mm. yhdistyksen kotisivuille.

Olen kokenut useita hienoja kokemuksia ja kohtaamisia Lapissa KERRO JA KUUNTELE projektin merkeissä, joten lämmin kiitos niistä! Vaikka siirryinkin toisiin työtehtäviin, niin projekti jatkuu projektikoordinaattori Satu Saaren luotsaamana 19.3 alkaen. Olkaahan häneen yhteydessä (puh.nro ja osoitetiedot samat)!

**OMASTA PUOLESTANI HALUAN TOIVOTTA A HYVÄÄ
JATKOA YHDISTYKSEMME JÄSENILLE, LIITON TYÖN-
TEKIJÖILLE JA KAIKILLE KILPI-LEHDEN LUKIJOILLE!**

Riitta Palovuori

"Ex-projektikoordinaattori" KERRO JA KUUNTELE
Lapin Kilpirauhasyhdistys ry, Kansankatu 8, Rovaniemi
p. 040 1371881

