



# oodi

ODLTERVEYS

2 • 2008

**ODL  
TUPLASI  
NELIÖT**

**Fysioterapian  
palvelut laajenivat**

**MYÖS  
LÄÄKÄRIKESKUKSELLE  
JA KIRURGIALLE  
MODERNIT TILAT**

**PUMPPU sai  
diabeteksen kuriin**

# Koopee käveli LEIKKAUKSESTA LOUNAALLE

Toholammilla asuvaa rakennussuunnittelija Kari-Pekka Myllykoskea ovat koetelleet erilaiset polvivammat jo toistakymmentä vuotta.

”Epäilen, että polvissani on jokin rakennevika. Aina, kun polviin on kohdistunut äkillisempi vääntö tai isku, niistä on mennyt jotakin rikki”, Koopeeksi itseään mieluiten kutsuva Myllykoski kertoo.

Vasen polvi operoitiin ensimmäisen kerran kolmetoista vuotta sitten. Silloin korjattiin polven eturistiside ja nivelkierukka. Tämän jälkeen polveen tehtiin kolme puhdistusleikkausta.

Vuosi sitten kesällä mies pelasi jalkapalloa ja loukkasi oikean polvensa, ja eturistiside rikkoontui.

Maaliskuussa paukahti taas:

”Olin metsänraivaushommassa. Kantohanki yllättäen petti, ja jalka vääntyi sisäänpäin. Tunsin, miten polvessa vihlaisi.”

Monta polvivammaa kokeneena mies arvasi, että kyse oli muusta kuin nyrjähdyksestä. Hän hakeutui lääkärin kautta

magneettikuvaukseen. Kuva paljasti, että nivelkierukka oli rikki, ja polvi tarvitsi leikkauksen.

Huhtikuun lopussa Koopee asteli jo ODL:n päiväkirurgisen osaston ovesta sisään. Perusteellisessa alkuhaastattelussa

mies esitti toivomuksen, että leikkaus tehtäisiin nukutuksen sijasta puudutuksessa.

Leikkaavana lääkärinä toimi ortopedi **Ari Pajala**. Koska luun pää oli hiertänyt eturistisiteen siirrännäistä, ortopedi teki lisäksi leikkauksen yhtey-

dessä siirrännäiselle lisää tilaa poistamalla ympäröivää luuta. Ilman tätä korjausta siirrännäinen olisi saattanut ajan mukaan hiertyä poikki.

## KOTOISA TUNNELMA

Koopee näki monitorista oman toiveensa mukaan esteettä polven aukaisemisen ja kaiken, mitä ortopedi operoi.

”Lääkäri selvitti hyvinkin tarkkaan ja kansantajuisesti koko leikkauksen ajan, mitä hän teki. Pajala on tosi mukava kaveri, taputti ennen leikkausta olkapäälle. Siinä hommassa oli läheisyys ja ihmisyyys hyvin vahvasti mukana”, Koopee kiittää.

”Minulla oli tunne, että lääkäri oli siellä minua, ei hoitajia varten.”

”Muikin henkilökunta oli ajan tasalla. He kuuntelivat, antoivat minun lähteä kävelemään, ja sain nopeasti syötävää. Kotoinen ote oli, mutta samalla hyvinkin ammattimainen ja yksilöllinen.”

Aamulla puoli kahdeksalta paikalle tullut mies pääsi jo kello 14 pois. Mies käveli omin



KUVAT REIJO KOIRIKIVI / P.S.V.

jaloin läheiseen pikaruokapaikkaan, jossa muu perhe odotti.

Lääkäri antoi luvan varata polvelle.

”Sain lähtiessä tarvittavat lääkkeet, ja kotona hoidin kipua lisäksi kylmäpakkauksilla. Mutta ei kipu ollut mitenkään erityinen, lievimmästä päästä, ja sitä kesti vain muutaman päivän.”

Urheilullinen suurperheen isä teki jo kesällä täyttä päätä puutarhatöitä omakotitalonsa pihalla. Kyykistyminenkin onnistui:

”Päysin täysin syväkyykkyyn ja sain kantapäät pakaaraan.”

Reilun kuukauden kuluttua operaatiosta mies jo juoksi useamman kilometrin lenkkejä.

”Iloitsen siitä, että voin elää täysipainoista liikunnallista elämää.” (RT)

**Kari-Pekka Myllykosken (38) polvia on operoitu jo puolikymmentä kertaa. ODL:n päiväkirurgisella osastolla tehty nivelkierukan korjausleikkaus oli niin myönteinen kokemus, että Koopee kertoo siitä mielellään muillekin.**

**Henkilökunta sai miehen tuntemaan olonsa turvalliseksi.**



# UUSI AIKA

**K**irjoittaessani ikkunani takana luonto valmistautuu tulevaan talveen koivujen sekä pihlajien punaisten, keltaisten ja vihreiden lehtien värittäessä syksyistä maisemaa. Monelle meistä syksy aloittaa uuden ajan.

Uusi aika on alkamassa myös ODL konsernilla historiansa yhden merkittävimmän hankkeen loppusuoran hämöttäessä. Uuden Hyvinvointikeskuksen lisärakennuksen valmistuminen luo hyvät puitteet arvojemme mukaiselle ihmisläheiselle palvelulle, asiakkaan ja asiantuntijan kohtaamiselle. Se mahdollistaa palvelujemme kehittämisen vastaamaan tulevia haasteita.

Haasteita terveydenhuollossa riittää, sillä ihmisten eliniän ennuste pitenee, ikääntyneiden määrä kasvaa ja elintapasairaudet lisääntyvät. Haasteiden voittamiseen on löydettävä uusia ratkaisuja. Kumppanuus on päivän sana. ODL:lle kumppanuus julkisen sektorin kanssa ei ole uutta; olemme tehneet yhteistyötä pitkään. Yhteistyön uutta aikaa kuvastaa Oulun kaupungin ja ODL Terveyden päätös yhteisen työterveysyhtiön perustamisesta.

**S**ateisena kesänä on saattanut helposti unohtua sadetta pitämään kotisohvalle kirjan pariin. Tunnustan - minulle kävi juuri näin. Nyt olen päättänyt aloittaa uuden ajan ja kaivaa ulkoiluvälineet kaappien kätköistä ja suunnata syksyiseen luontoon. Uusi aika saattaa alkaa myös elämäntapamuutoksena, kuten tämän lehden jutussa entisellä kiekkotuomarilla. Hän on päättänyt sijoittaa itseensä.

Toivottavasti syksyinen luonto herättää meidät huolehtimaan myös toisistamme ja ympäristöstämme.

**Seppo Rajaniemi**  
seppo.rajanieni@odl.fi

## oodi

**2** Koopee käveli leikkauksesta lounaalle

**5** Konsernin johtaja Eero Väätäinen kertoo HVK-hankkeesta

**6** Uutta diagnostiikkaa - sairauksien toteaminen tarkentuu

**8** Pohjois-Suomen laajin fysioterapian palvelupiste

**10** Ovet auki uusiin tiloihin

**14** Asiantuntija vastaa



**16** ”Pumppu” sai avun Diapoliksesta

**19** Oodin vieras: Richard M. Walukano ja Hannu Rahikainen

**20** ODL uutiset

**23** Oodi oivallukselle ”Yksinhuoltaja on outolintu”



KUVA REIJO KOIRIKIVI / P.S.V.

## OODI-POHJOISSUOMALAISTEN TERVEYSLEHTI

JULKAISIJA: ODL Terveys Oy. PL 365 90100 OULU. Vaihde (08) 3132 011

PÄÄTOIMITTAJA: Seppo Rajaniemi, 0400 586 842, seppo.rajanieni@odl.fi.

TOIMITUSKUNTA: Timo Takala, Maini Viitasalo, Olli Raasakka, Hannu Rahikainen, Petra Välkky, Merja Meriläinen, Raija Tuominen ja Reijo Koirikivi.

LEHDEN TOIMITUS, KUVAT JA TAITTO: Studio P.S.V. Oy.

KANNEN KUVA: Reijo Koirikivi, kuvassa Eeva-Liisa Wikström-Kanniainen.

PAINO: Kalevaprint Oy. Vuosi 2008.

www.odl.fi

ISSN 1457-8412

## ODL:N LISÄRAKENNUS VALMIS

**Konsernin johtaja  
Eero Väätäinen:**

# ”Uusien tilojen myötä **PAREMPAA** PALVELUA”

ODL:n lisärakennus on valmistunut ja suuri osa korttelin muista rakennuksista on saneerattu. Valtaosa vuosia kestäneestä urakasta alkaa olla finaalisissa.

**Konsernin johtaja Eero Väätäinen korostaa, että uusien tilojen myötä ODL:n asiakkaat saavat yhä parempaa palvelua.**



KUVAT REIJO KOIRIKIVI / P.S.V.

Vuonna 2006 valettiin peruskivi ODL-korttelin keskelle nyt valmistuneelle 10 000 neliön uudisrakennukselle. Sen myötä lääkärikeskus, leikkaustoiminta, työterveyshuolto ja fysioterapia ovat saaneet uudet tilavat ja modernit toimitilat.

Myös asiakaspalvelupiste viihtyisine kahviloineen sijaitsee nyt upouudessa aulassa, johon pääsee helposti sisäpihan kautta.

Klassinen kysymys, konsernin johtaja Eero Väätäinen: Miltä tuntuu nyt?

”Tuntuuhan se hyvältä, kun merkittävin osa hankkeesta on finaalisissa. Saimme kovasti kaivattua lisätilaa.”

Lisätilaa ODL tarvitsi toiminnan kasvun myötä. Palvelukin paranee:

”Varsinkin lääkärikeskus ja työterveyspalvelut sekä leikkaustoiminnat saadaan nyt aivan uudelle tasolle. Saamme merkittävästi lisää lääkäreitä, joiden mukana saamme myös uusien erikoisalojen osaamista ja valmiuden entistä parempaan ja laajempaan palveluun.”

”Saamme myös uusia kuvantamislaitteita, jotka helpottavat ja tarkentavat diagnoosin tekemistä.”

Leikkaussaleissa on nyt moderni välineistö, muun muassa teräväpiirtomonitorit, joihin saadaan

nopeasti näkyville esimerkiksi leikattavan potilaan magneettikuvat. Kahdesta leikkaussalista saadaan tarvittaessa videoyhteys auditorioon ja taukotiilaan.

Jo ennen uudisrakennuksen rakentamista saneerattiin suuri osa ODL:n korttelista, sillä myös vanhat tilat piti saada vastaamaan nykytoimintojen vaatimuksia. Saneeraustyö jatkuu edelleen Sepänkadun ja Uudenkadun puolella sekä pihojen viimeistelyllä.

### **YHDESSÄ ENEMMÄN**

Rakennus- ja korjaushankkeen myötä ODL:n kortteli on nimetty Hyvinvointikeskukseksi. ODL:n lisäksi korttelissa toimii muun muassa kaupungin palveluja, potilasjärjestöjä sekä laboratorio, hammaslääkärikeskus, kauneushoitola ja apteekki.

”Eräänlainen kuningasajatuksemme oli rakentaa hyvinvointipalvelujen kokonaisuus. Näimme jo suunnittelun alkuvaiheessa, että sosiaali- ja terveysalan palvelu tulee muut-

tumaan verkostomaiseksi. Tarjoamme asiakkaille joustavia palveluita läheltä toisiaan.”

”Lisäksi me ODL:llä haluamme kumppaneita. Laajasta palvelutuotannostamme huolimatta emme ole täyden palvelun talo. On hienoa, että lähellämme on sellaisia palvelujen tuottajia, joilla on oma korkea profiili ja joihin voimme tukeutua.”

Myös suunnittelijoille 40 miljoonan euron hanke oli haaste. Väätäinen kiittääkin niin ammattisuunnittelijoita kuin ODL:n henkilökuntaa ja yhteistyötahoja tästä työstä.

”Eryteisesti haluan kiittää asiakkaita ja naapureita siitä, että he ovat nämä vuodet suhtautuneet niin ymmärtäväisesti. Eihän näin suuri rakennushanke ole voinut olla näkymättä ja häiritsemättä koko korttelissa.” (RT)

”Kuningasajatuksemme oli rakentaa hyvinvointipalvelujen kokonaisuus.”

## UUSIA KUVANTAMISLAITTEITA ODL RÖNTGENIIN

# SAIRAUKSIEN

# TOTEAMINEN

# TARKENTUU



Uusien tilojen lisäksi ODL on panostanut diagnostiikan kehittämiseen. Nyt asiakkaat saavat sairauksistaan aiempaa tarkempaa tietoa uuden magneettikuvauslaitteen ja tietokonetomografian (TT) avulla.

Malliltaan avonainen magneetti on potilaalle miellyttävä käyttää. Uusi TT kuvaa myös sepelvaltimot.

Avomagneetilla voidaan tutkia koko kehon vaivoja vatsan aluetta lukuunottamatta. Laitteen avulla potilas ja lääkäri saavat arvokasta tietoa muun muassa nivel-, selkä- ja pääkivuista. Avonaisuutensa vuoksi laite on helppokäyttöinen myös ihmisille, jotka kärsivät ahtaanpaikankammosta.

ODL:n uusissa röntgentiloissa on otettu käyttöön uusinta magneettikuvaustekniikkaa hyödyntävä kuvauslaite. Avomagneetti on nimensä mukaisesti malliltaan avonainen: tutkimus on helppo myös ahtaanpaikankammosta kärsivälle.

Perinteinen, putkimallinen korkeakenttämagneetti antaa edelleen tarkimmat kuvat ja on paras kuvausmenetelmä etenkin vatsan alueen sairauksien tutkimiseen. Avomag-

neetissa kenttävoimakkuus on pienempi, mutta sen avulla kuvaaminen on helpompaa ja edullisempää.

ODL:n radiologi **Risto Ojalan** mukaan uusi avomagneetti soveltuu kaikkien kehon osien kuvaamiseen vatsaa lukuun ottamatta. Erityisen hyvin laite soveltuu pitkäaikaisen päänsäryn, selkä- ja iskiaskipujen sekä nivelkipujen tutkimiseen.

Magneettikuvauksessa ei käytetä röntgensäteitä, joten se

soveltuu hyvin myös raskaana olevien tutkimiseen.

### SEPELVALTIMOIDEN KUNTO PALJASTUU TT:LLÄ

Syksyn myötä ODL:llä otetaan käyttöön myös uusi monileike-TT eli tietokonetomografia. Laite ottaa tutkittavasta kohteesta poikkileikkauksuvia. Kun entinen TT kuvasi kerralla yhden leikkeen, uudella laitteella saadaan 64 leikettä vastaavassa ajassa. Näin ollen

## ODL RÖNTGEN -SANASTOA

### Hermojuuriblokadi

- hermojuuren puuduttaminen
- selkävaivojen tutkimus- ja hoitomuoto

### Magneettikuvaus

- sopii erityisen hyvin pään alueen ja tuki- ja liikuntaelimestön vaivojen tutkimiseen
- tutkitaan myös mm. verisuonia ja vatsan alueen vaivoja

### Mammografia

- rintojen kuvantamismenetelmä
- paljastaa mm. kasvaimia

### Natiiviröntgen

- ilman varjoainetta tehtävä tavanomainen röntgenkuvaus
- tutkitaan luu- ja nivelraken-teita sekä pehmytosista mm. sydäntä, keuhkoja, vatsaa ja virtsateitä; tavallisimpia tutkimuksia keuhkojen ja nenän sivuonteloiden kuvaukset

### Radiologia

- käsittelee kuvantamismenetelmiin perustuvaa lääketieteellistä diagnostiikkaa

### Radiologi

- lääketieteellisiin kuvantamismenetelmiin erikoistunut lääkäri

### TT

- tietokonekerroskuvaus eli tietokonetomografia (lyhenne englanniksi CT)
- tutkitaan aivoja, selkärangaa, keuhkoja, suolistoa ja vatsan elimiä, luita ja niveliä
- paljastaa mm. erilaisia kasvaimia, nestekertymiä ja tulehduspesäkkeitä

### Ultraäänitutkimus

- tutkitaan vatsan aluetta, pehmytosia, nivel- ja jännerakenteita sekä sydäntä ja verisuonia



**Uusien tilojen myötä ODL on hankkinut käyttöönsä myös uusia kuvantamislaitteita. Monileike-TT eli tietokonetomografia kuvaa 64 leikettä yhtä aikaa ja antaa näin aiempaa tarkempaa tietoa lääkärille diagnoosin tekemistä varten. Tällä laitteella saadaan todennettua aiempia menetelmiä helpommin myös sepelvaltimotauti.**

tutkimus on aiempaa nopeampi ja tarkempi.

Röntgensäteitä hyödyntävä tietokonetomografia on paras menetelmä keuhkojen tutkimiseen. Myös useimmissa vatsan alueen sairauksissa TT antaa parhaan mahdollisen tutkimustiedon. Sitä käytetään paljon myös pään alueen äkillisten sairauksien, muun muassa aivoverenvuodon todentamisessa.

Uusi laite paljastaa myös sepelvaltimotaudin. Perinteisesti valtimoiden tutkimisessa on käytetty hyväksi nivusvaltimon kautta ruiskutettavaa varjoainetta. TT-kuvauksessa käytetään hyväksi varjoainetta, joka ruiskutetaan kynnärtaipeen laskimoon.

”Uuden menetelmän ansiosta voimme todeta sepelvaltimotaudin aiempaa pienemmällä haittariskillä”, Ojala

kertoo. Hän toivookin, että yhä useampi sepelvaltimotauti saadaan nyt todettua riittävän ajoissa.

Magneetti- ja TT-kuvaukseen pääsee vain lääkärin lähetteellä. Lääkäri arvioi, mikä kuvantamismenetelmä palvelee kussakin tilanteessa asiakasta ja tutkimusta parhaiten.

## SÄHKÖINEN KUVA-ARKISTO NOPEUTTAA

Palvelua parantamaan on ODL:llä otettu käyttöön myös sähköinen kuva-arkisto. Niin röntgen-, magneetti- kuin TT-kuvatkin kuvataan digitaalisesti ja arkistoidaan sähköisesti.

Digitaalisuuden myötä potilaan kuvat ovat nähtävillä lähettäneen ODL:n lääkärin näyttöpäätteellä heti kuvauksen päätyttyä. Näin ollen lääkäri pystyy tekemään diagnoosin saman tien.

Sähköistä arkistoa hyödynnetään myös leikkaussalissa. Leikkaava lääkäri saa salin näytölle nopeasti näkyviin tarvitsemansa kuvat potilaasta ilman, että kuvia pitäisi erikseen hakea ja kuljettaa paikasta toiseen. (RT)

**Ajanvaraus  
ODL Röntgeniin  
lääkärin lähetteellä:**

**(08) 3132 447**

**Oulun Magneetti  
040 568 6717**

ODL:n lisärakennuksen valmistumisen myötä myös fysioterapiapalvelut astuvat uuteen aikaan. ODL Fysion käytössä ovat nyt raikkaat, tilavat ja hyvin varustellut hoituhuoneet uudisrakennuksen neljännessä kerroksessa.

Lisäksi Fysion asiakkaille on tarjolla uusi niska- ja selkähoitoihin erikoistunut DBC-kuntoutustila ja kuntosali, jonka helpposäätöisissä laitteissa on miellyttävää nostaa kuntoa. Ryhmäliikuntaa varten on rakennettu tilava liikuntasali, jonka puulattia joustaa mutta ei luista.

Fysiossa työskentelee jopa 25 kokenutta fysioterapeuttia, jotka ovat erikoistuneet fysioterapian eri osa-alueille. Erikoisosaamista on tarjolla DBC-kuntoutuksen lisäksi olka-, käsi-, ranka- ja jalkaterapiaan, tukipohjallisten valmistukseen, ortopediseen manuaaliseen terapiaan (OMT) ja Pilatekseen.

Fysio tarjoaa myös henkilökohtaisen kunto-ohjaajan palvelua sekä yrityksille räätälöityä työkykyä ylläpitävää ryhmätoimintaa.

ODL Fysio tarjoaa saman katon alla Pohjois-Suomen monipuolisimmat fysioterapiapalvelut. Lisärakennuksen valmistumisen myötä myös ODL Botnian fysioterapeutit ovat muuttaneet Hyvinvointikeskukseen osaksi ODL Fysiota.

”Voimme tarjota hyvin monipuolisia fysioterapiapalveluja vauvasta vaarille”, tiimivastaava **Leena Pelkonen** kertoo. ODL Fysio hoitaa ja kuntouttaa niin tapaturmien uhreja kuin leikkauspotilaita. Suuri osa asiakkaista kärsii erilaisista työn aiheuttamista vaivoista. Asiakkaat tulevat enimmäkseen lääkäreiden lähettämänä, mutta palvelut ovat saatavissa myös ilman lähetettä.

## VIERESSÄ LÄÄKÄRI, LABRA JA RÖNTGEN

ODL Lääkärikeskuksen ja ODL Työterveyden asiakkaille Fysiossa asioiminen on erityisen helppoa, sillä kaikki toimivat nyt samassa rakennuksessa. Myös sairaalan, laboratorion ja röntgenin palvelut löytyvät saman katon alta.

”Pystymme hoitamaan henkilön saman talon sisällä läpikotaisin. Asiakas voi esimerkiksi jatkaa jälkikuntoutusta samassa tutussa talossa, jossa

# ODL:N LISÄRAKENNUKSEN Pohjois-Suomen FYSIO PALVELU

KUVAT ONNI KINNUNEN / P.S.V.



on jo asioinut lääkärin vastaanotolla tai käynyt leikkauksessa. Tai oma asiakkaamme voi helposti kysyä tarvittaessa vaikka magneettikuvausaikaa tuosta vierestä,” palvelupäällikkö **Saana Körkkö** kertoo.

”Samoissa tiloissa toimiesseen lääkärit ja fysioterapeutit voivat konsultoida helposti toisiaan. Jos potilas käy meillä fysioterapiassa, voidaan tiedot noilta käynneiltä siirtää mut-

**Tiimivastaava, fysioterapeutti Leena Pelkonen ja palvelupäällikkö Saana Körkkö ovat valmiita ottamaan vastaan niin entiset kuin uudetkin fysioterapiaa tarvitsevat asiakkaat upouusissa tiloissa ODL:llä. Alakerrassa toimivaan kuntosaliin hankittiin viimeisintä tekniikkaa edustavat laitteet. Fysion asiakkailta on käytössään lisäksi uusi DBC-sali sekä liikuntasali.**

kattomasti asiakkaan suostumuksella lähettävälle lääkärille. Lisäksi saamme tarvittaessa ODL:llä otetut tutkimuskuvat käyttöömme sähköisesti vaikka saman tien.”

Viihtyisyyttä ei myöskään ole unohdettu: terapian jälkeen asiakas voi istahtaa valoisaan aulakahvioon tai nauttia lounaan lasikatteisessa ravintolasalissa. (RT)

EEN

# omen laajin TERAPIAN PISTE

Kipuileeko niska tai selkä? Kärsitkö migreenistä tai virtsan karkailusta? Tarvitsetko lymfaterapiaa? Onko ranteesi tai olkapääsi juuri leikattu? Pitäisikö tukipohjalliset uusia?

Muun muassa tällaisiin vaivoihin saa avun ODL Fysiosta, joka toimii nyt ODL:n uusissa, ajanmukaisissa tiloissa entistä monipuolisempana.



Tilavissa hoituhuoneissa asiakkaan on miellyttävä asioida ja fysioterapeutin helppo työskennellä. Erityisesti ilmastointiin ja valaistukseen on panostettu.

**Ajanvaraus  
ODL Fysioon:**

(08) 3132 227

Fysioterapeutti Eeva-Liisa Vikström-Kanniainen on erikoistunut tuki- ja liikuntaelinsairauksien ja virtsankarkailun fysioterapiaan sekä käsiterapiaan. Hänen lisäkseen ODL Fysiossa palvelee yli kaksikymmentä muuta, eri aloille erikoistunutta fysioterapeuttia.

KUVA REIJO KOIRIKIVI / P.S.V.

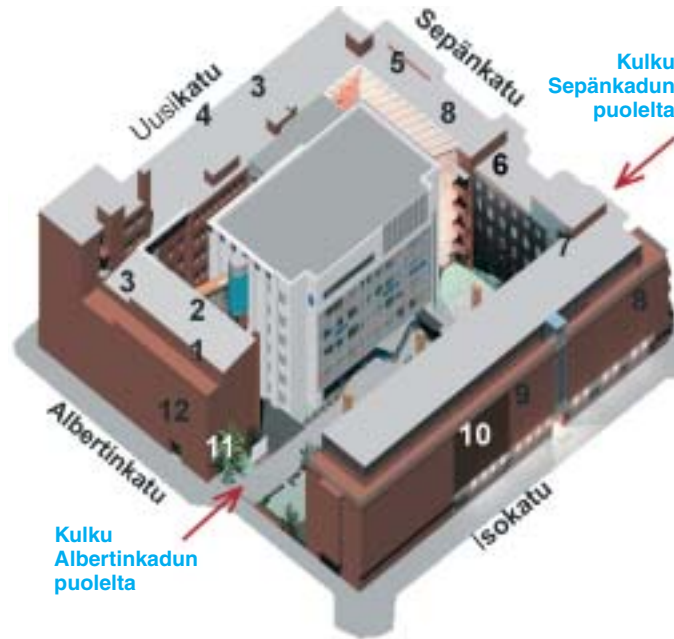
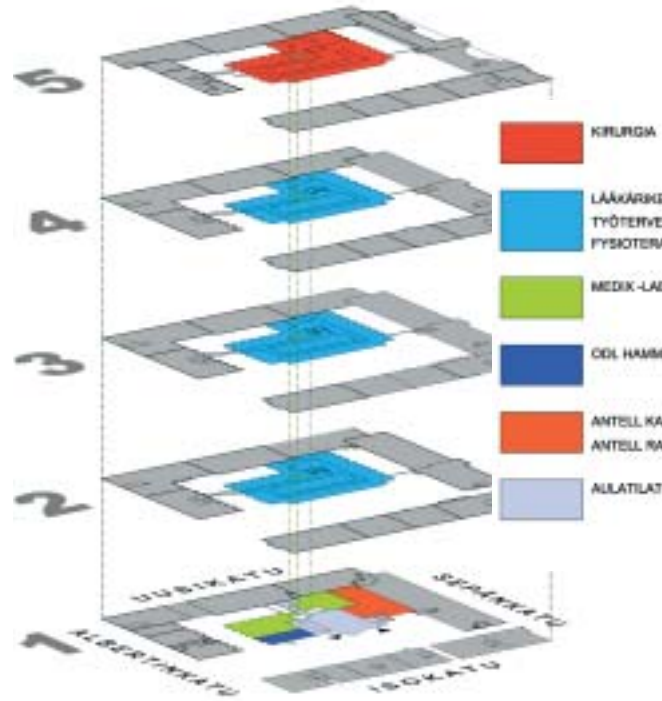




# TERVETULO!

## ODL:n UUDET TILAT AVATTU

10000 NELIÖTÄ UUTTA TILAA



### ODL HYVINVOINTIKESKUKSESSA TOIMIVAT MYÖS:

1. Diapolis Oy
2. ODL Tutkimusyksikkö
3. ODL Veljeskoti
4. ODL Sairaala
5. ODL Oulun Työterveys
6. Oulun kaupungin perheneuvola
7. Kumppanuuskeskus (40 järjestöä)
8. Oulun Magneetti
9. Oulun Keskus Apteekki
10. Optikkoliike Silmäasema
11. Kauneushoitola Meryem
12. Parturi-kampaamo Control Line



Viidennessä kerroksessa sijaitsevat leikkaussalit. Modernissa leikkausyksikössä on kuusi salia, joissa on ihanteelliset olosuhteet muun muassa tekonivel- ja selkäkirurgiaan, täyhystysleikkauksiin ja päiväkirurgisiin toimenpiteisiin. Teräväpiirtonäyttöön kirurgi saa nopeasti esille esimerkiksi potilaan magneettikuvat. Kahdesta salista on videokonferenssiyhteys taukotilaan ja tarvittaessa auditorioon. Tilavassa heräämössä on lapsille omat paikat.

## PÄÄOVEN PAIKKA VAIHTUI SISÄPIHALLE

ODL:n pääovi sijaitsee nyt korttelin sisäpihalla, johon kuljetaan Albertinkatu 16:n ja Sepänkatu 15:n kautta. Autolla oven eteen pääsee Sepänkadun kautta.

Aiemmin käytössä olleet ulko-ovet Uudellakadulla ja Sepänkadun kulmassa pidetään pääasiassa suljettuina.

Pihalla auton voi pysäyttää hetkeksi. Maksullisia pysäköintipaikkoja on Technopoliksen P-hallissa, johon kuljetaan Nummikadun puolelta.

KUVAT REIJO KOIRIKIVI / STUDIO P.S.V.



ODL Hyvinvointikeskus -hankkeen projektipäällikkö Eija Silvola on iloinen siitä, että lisärakennus on valmis ja suuri osa myös vanhoista tiloista on saneerattu. Näin ODL voi palvella asiakkaitaan entistä paremmin.

Lastenlääkärit ottavat vastaan kolmannessa kerroksessa. Viihtyisässä odotustilassa on hauska touhuta ennen lääkärin tapaamista. Kira Pakarinen testaa uutta leikkimökkiä.

Jo tuttujen lääkärin lisäksi ODL on saanut seitsemän uutta korva-, nenä- ja kurkkutautien erikoislääkärinä, kaksi lastenlääkärinä, kaksi silmälääkärinä, yleislääkärin ja ortopedin.



Värit jäsentävät uutta tilaa ja toimivat opastajina: vastaanottohuoneiden ovet ovat siniset ja toimenpidehuoneiden ovet harmaat. Lisäksi jokaisella kerroksella on oma tehosteväriinsä: kolmannen kerroksen tunnusväri on oranssi. Väljissä ja esteettömissä tiloissa on helppo liikkua myös pyörätuolilla.



Aulaemännät Sanna Poikkimäki ja Heli Malila toivottavat asiakkaat tervetulleiksi ja ohjaavat alkuvaiheessa asiakkaita heidän tarvitsemiensa palveluiden luokse. Ulko-oven vieressä on myös erillinen neuvontapiste.



Alakerran pääaulassa on kahdeksan ilmoittautumispistettä, joissa asiansa voi esittää palvelusihteerille rauhassa suljetun lasioven takana. Ääniopasteinen hissi kuljettaa asiakkaan lääkärikeskukseen ja Fysioon. Aulasta on kulku myös sairaalan puolelle, laboratorioon ja röntgeniin.



ODL:n lisärakennuksen päätäiteos *Elämän puu* on taiteilija Pekka Jylhän käsialaa. Teos jatkuu kerroksesta toiseen ja elää muuttuvan valon ja ohikulkevien ihmisten mukaan.

Taiteilija oli itse pystyttämässä teostaan syyskuun alussa. Jylhä on tehnyt myös muun muassa presidentti Urho Kekkosen muistomerkkin Finlandia-talon eteen.

Elektroniset opastaulut antavat reaaliaikaista tietoa siitä, ketkä lääkärit palvelevat kyseisenä päivänä ja missä huoneessa he ottavat vastaan. Myös muuhun opastukseen on panostettu.



Kokous- ja luentotekniikalla varustetussa Wegelius-salissa pidetään yleisöluentoja ja koulutustilaisuuksia. Tilaa vuokrataan myös ulkopuolisten käyttöön.



Alakerrassa on moderni keittiö, joka toimittaa ruuan lounasravintolan lisäksi myös sairaalan vuodeosastoille. Ruokakärry tunnistaa, mitkä annokset on pidettävä kylminä ja mitkä lämpiminä.



Asioinnin päätteeksi voi istahtaa vaikkapa pullakahville ala-aulan kahvioon tai nauttia lounaan lounasravintolassa, jonka korkean lasikatkon läpi pilkottaa taivas.



**ARJA HARILA-SAARI**  
LASTENTAUTIEN  
ERIKOISLÄÄKÄRI

## KIERRE

**Tyttömme meni päivähoidon alkuvuodesta ja siitä alkoi infektiokierre. Oli korvatulehduksia ja keuhkoputken tulehduksia. Lääkekuurejakin syötiin yhtenäin. Kesä meni hyvin, mutta taas kolmen hoitopäivän jälkeen ollaan nuhakuumeessa. Onko tämä enää normaalia? Mitä asialle voi tehdä? Väsynyt äiti**

Lasten toistuvat infektiot ovat hankala, mutta lähes poikkeuksetta hyvänlaatuinen ja ajan myötä korjaantuva ongelma. Yleensä syynä ovat lapsen vielä kehittämätön vastustuskyky ja päivähoidon infektiokontaktit.

Normaalistikin lapset voivat sairastaa 6 – 10 hengitystieinfektiota vuodessa. Infektioita esiintyy vähemmän, jos lapsi on kotihoidossa tai pienessä hoitoryhmässä.

Vanhempien tupakointi kotona lisää lapsen infektiotilittua. Perinnölliset ja hengitysteiden rakenteelliset seikat voivat altistaa infektioiden kehittymiselle. Jos lapsella on jatkuvaa yskää, hengityksen

vinkunaa tai ihottumaa voi infektiokierteen syynä olla hoitamaton astma tai allergia. Harvoin syynä on ruokatorven takaisinvirtaus.

Infektiokierteisen lapsen hoito ja seuranta olisi hyvä keskittää yhdelle lääkärille, joka kykenee näin paremmin muodostamaan kokonaiskuvan lapsen tilanteesta.

Antibioottikuurit heikentävät vastustuskykyä ja suosivat vastustuskykyisiä bakteereita, joten niiden turhaa käyttöä tulee välttää. Influenssarokotus kannattaa ottaa. Jos lapsella on yli kolme korvatulehdusta puolen vuoden aikana, harkitaan ilmastointiputkien asennusta. Kitarisan poisto voi joskus olla tarpeen.



**TIINA PAUNA**  
FARMASEUTTI, LÄÄKEHOI-  
DON KOKONAISARVIOINNIN  
ERITYISPÄTEVYYS

## LÄÄKKEET

**83-vuotias äitini on demen-  
tikko, ja hänellä on seuraava-  
vanlainen lääkitys: Aricept  
10 mg, Arturic 100 mg,  
Citalopram Orion 10 mg,  
Primaspan 100 mg, Ebixa  
10 mg, Furesis 20 mg, Para-  
tabs, Peratsin 2 mg ja Risp-  
erdal 0.5 mg.**

**Äidin käytös on alkanut  
muuttua. Hän on rauhaton  
ja kuljeskelee öisin. Puhe-  
kin on alkanut hiipua. Voisi-  
ko lääkityksellä olla vaiku-  
tusta?**

**Haittaa vai hyötää**

Mainitsemasi lääkitys saattaa aiheuttaa tällaisia häiritseviä vaikutuksia. Olisi tärkeää selvittää, onko lääkitykseen tehty muutoksia ennen käyttäytymismuutosten ilmaantumista.

Listassa olevien lääkkeiden yhtäaikaista käyttöä tulisi arvioida. Lisäksi olisi hyvä tarkistaa, että lääkkeiden antoajat (aamu/päivä/ilta) ovat oikein, jolloin voidaan mahdollisesti välttää esimerkiksi nukkumisvaikeuksia.

Äitisi hyötyisi lääkeshoidon kokonaisarvioinnista, joka tehdään farmasistin ja lääkärin yhteistyönä. Kannattaa ottaa yhteys omaan lääkäriin ja keskustella hänen kanssaan äitisi tilanteesta.



**TUULA KINNUNEN**  
IHOTAUTIEN  
ERIKOISLÄÄKÄRI

## IHOKARVAT

**Rinnoissani kasvaa häiritsevä  
tummaa karvaa. Onko mitään keino-  
saadaa iho-  
karvoja pois pysyvästi?  
Epänaisellista**

Häiritsevät ihokarvat on mahdollista poistaa diodi-laserilla. Laitteen avulla voidaan poistaa karvaa mistä tahansa ihoalueilta niin rinnoista, kasvoista, reisistä, kainaloista, tai bikini-rajoihin kuin muualtakin, jossa karvankasvu on häiritsevää.

Laite toimii vain tummaan karvaan. Pysyvä tulos vaatii useampia (3-8) hoitokertoja. Karvat kasvavat syklisesti siten, että osa karvoista on kasvuvaiheessa, osa siirtymässä lepotilaan ja osa lepotilassa. Ainoastaan kasvuvaiheessa olevat karvat reagoivat hoitoon. Sen vuoksi hoito on toistettava noin neljän - kuuden viikon välein, jotta saadaan kaikki aktiiviset karvat käsiteltyä.

Ennen laser-hoitoa karvoja ei saa nyppiä tai poistaa vahalla tai epilattorilla noin neljään viikkoon.

Diodi-laserhoitoa saa Oulussa ODL Botniasta. Tarkempaa tietoa karvanpoistosta saat asiaan perehtyneiltä hoitajiltamme, ja tarvittaessa voit varata ajan ihotautilääkäriltä.



**JUHANI JUNILA**  
**ORTOPEDIAN JA TRAUMATO-**  
**LOGIAN DOSENTTI**

## VARPAAT

**Helmikuussa varpaani nivelen päälle putosi metalliputki. Tunsin kovaa kipua ja sain varpaaseen haavan. Välittömästi laitoin jalan kylmään. Nyt haava on arpeutunut, mutta varvasta särkee edelleen ajoittain ilman näkyvää syytä. Taivuttaessa nivel on kipeä. Kipua tuntuu myös, jos varvas tökkää johonkin. Annanko vain ajan kulua, paraneeko varvas itsestään? Vai onko varpaaseen ehkä jäänyt jokin luunsiru tmv., joka alkaa myöhemmin vaivata?**  
*Liikuntaa rakastava kolmekymppinen nainen*

Isku on voinut aiheuttaa paitsi haavan myös luun murtuman. Murtuma näkyy vain röntgenkuvissa. Infektiota ei varpaassa ole todennäköisesti ollut eikä ole, koska haava on parantunut siistillä arvella.

Yleensä varvasmurtuma on helppo hoitaa teippaamalla varvas kiinni viereiseen varpaaseen pariiksi viikoksi, silloin kun tilanne on akuutti. Ukko-varpaan murtumat vaativat erilaista hoitoa. Enää ei tuota hoitoa tarvitse toteuttaa eikä röntgenkuvaa ottaa, sillä mah-

dollinen pieni murtuma on jotässä ajassa luutunut.

On hyvin epätodennäköistä, että varpaaseen olisi jäänyt vaivoja aiheuttava luunsiru. Kun luuhun kohdistuu kova isku, paraneminen kestää kauan. Melko varmasti varvas tulee ajan kuluessa paranemaan ennalleen.

## Kysy

**Lähetä kysymyksesi**  
**17.10. mennessä.**  
**ODL:n asiantuntijat**  
**vastaavat.**

**Lähetä kysymyksesi**  
**osoitteella**

**ODL Terveys / OODI**  
**Albertinkatu 16**  
**90100 OULU**

**tai**

**oodi@odl.fi**



**ANTTI RINNE**  
**SISÄTAUTIEN**  
**ERIKOISLÄÄKÄRI**

## ILMAVAIVAT

**Minulla on viime vuosien aikana esiintynyt lisääntyvästi ylävatsakipuja ja vaihtelevaa vatsan turvotusta ja ääntelyäkin. Vaiva on usein pahimmillaan iltapäivisin töissä, housun nappia haluttaisi avata. Kahvin juonin lopettaminen ei ole auttanut. Väliillä vatsa on kyllä aivan normaali. Onko vatsa pakko tähyttää?**  
*47-vuotias ilmapallo*

Ylävatsavaivat ovat yleisiä, turvottelua ja vaihtelevia vatsavaivoja esiintyy kahdella - neljällä kymmenestä, naisilla ja miehillä yhtä usein.

Syynä voi olla sairaus, kuten mahakatarri, mahahaava tai laktoosi-intoleranssi.

Yli puolella ylävatsavaivoista kärsivillä ei sairautta tai poikkeavaa löydöstä tutkimuksista huolimatta kuitenkaan löydy. Tällöin puhutaan toiminnallisesta häiriöstä, joka on hyvänlaatuinen vaiva.

Syytä toiminnalliselle häiriölle ei tarkkaan tiedetä. Mahalaukun hidastuneella tyhjennemisellä ja ruuansulatuskanavan herkistyneellä kipuaistimuksella suolikaasun aiheuttamalle venytykselle on merkitystä.

Särkylääkkeiden käyttö ja stressi tapaavat pahentaa oirei-

ta. Joillakin oireita aiheuttavat myös runsas palkokasvien, kaalin, banaanien tai sorbitolilla ja fruktoosilla makeutettujen aineiden syönti.

Alle 55-vuotias voi tehdä parin viikon mittaisen hoitokeilun ilman reseptiäkin saatavilla happolääkkeillä. Lääkärin vastaanotolle pitää hakeutua, jos hoitokeilu ei tehoa, vaiva on uusi tai se haittaa merkittävästi elämää: ilmaantuu oksentelua, suolen toiminnan muutoksia, laihtumista, tummia ulosteita tai anemisoitumista.

Jos ikää on enemmän kuin 55 vuotta, lääkärin puheille on hyvä hakeutua heti. Tällöin on syytä tehdä maha-suolikanavan tähytys. Vastaanotolla tehtävän haastattelun ja tutkimuksen jälkeen lääkäri harkitsee muita tarvittavia selvityksiä.

# PERTTI AF HÄLLSTRÖM SAI TUEN "LÄÄKKEIDEN LISÄKSI T TSEMPPIÄ"

Ainakin vanhemmat kärppäfanit muistavat kaukalosta isokokoisen erotuomarin, Pumpun, joka tuomitsi pelejä lahjomattomaan tyyliinsä jopa yli 30 vuotta aina vuoteen 1987 saakka. Niin urheilumieskin kuin olikin, kaukalon ulkopuolella hän poltti ketjussa Coltia, viisi askia päivässä. Pahimmillaan "stereona": lehtijuttuja kirjoittaessa miehellä paloi tupakka kummallakin puolella kirjoituskonetta.

Elopainoakin oli kertynyt 130 kiloa. Polvet olivat niin huonossa kunnossa, että tuomari joutui luistelemaan jalat raudoissa.

"Kaduttaa, etten jo silloin kiinnittänyt huomiota terveystarkastuksiin," Pertti af Hällström harmittelee nyt kaksikymmentä vuotta myöhemmin. Jo 1990-luvun alussa ketjupolttaja teki kuitenkin tupakkalakon, joka on pitänyt:

"Vaimo rutisi polttamisesta ja sanoin hänelle, että jos paukutat vielä, en varmasti lopeta. No, vaimo lopetti asiasta puhumisen. Ajattelin, että jos vaimo kerran reagoi noin, on kai tässä jotain tehtävä."

Vähennettyään polttamistaan ensin päivä päivältä mies syytytti elämänsä viimeisen savukkeen viimein uuden vuoden yönä 1992. Lopettamispäätökseen vaikutti paljon myös se, että molemmat vanhemmat

olivat kuolleet tupakan aiheuttamiin sairauksiin.

## DIABETES PUHKEAA

Kokkolaan muuttanut Pertti af Hällström astui eräänä iltana portailla harhaan ja loukkasi jalkansa ja päänsä. Sairaalareissulla otetut laboratoriotulokset paljastivat, että veren sokeriarvot olivat koholla.

"Ei siihen tartuttu sen kummemmin, enkä minäkään osannut asialle mitään tehdä. Muistan, että makean himo iski aika ajoin, ja välillä olin kuin horkassa, palelin ja hikoilin vuoron perään", af Hällström kertoo.

Virallisesti diabetes todettiin vasta muutaman vuoden kuluttua, ja hoidoksi mies sai suun kautta nautittavan tabletin; myöhemmin lääkitykseen lisättiin myös insuliini. Potilas voi itsekkin vaikuttaa sokeriarvoihin ruokavaliolla, liikunnalla

ja laihtuttamalla, mutta näistä asioista ei tuolloin puhuttu.

"Kun sain lääkkeet, ajattelin, että asia on sillä OK. Mutta en syytä lääkäreitä tai hoitajia. Se oli enemmänkin järjestelmän vika. Suomalainen mieshän ei mene helpolla lääkäriin.

**Jääkiekkofaneille menneiltä vuosikymmeniltä tuttu erotuomari Pertti af Hällström sairastui keski-ikäällä diabetekseen. Sairauden hoitoon keskittyvän Diapoliksen kautta mies on saanut lääkehoidon ja säännöllisen huolenpidon lisäksi tsemppausta, jonka avulla painokin on pudonnut.**



Kun minäkin sitten viimein menin, keräsin pitkän listan asioita, joista olisin halunnut puhua. Mutta eihän normaalin vastaanottoajan aikana kaikkia asioitani ehditty käydä läpi. Lääkäri kysyikin, mikä vaivoistani on tärkein."

**Pertti af Hällström tapaa diabeteshoitaja Salli Saulion säännöllisesti. Vuoden kestäneen hoitosuhteen aikana mies on laihtunut seitsemän kiloa, ja samalla myös sokeriarvot ovat laskeneet. Hyvän hoitotasapainon ansiosta sydän- ja verisuonitaudin riski on Pertillä laskenut.**

# DIAPOLIKSESTA: ARVITAAN





Lääkäri Jouni Rahko tulkitsee mittaustuloksia ja arvioi lääkityksen tarpeen. Diapoliksessa hoito perustuu potilaan, lääkärin ja hoitajan yhteistyöhön. Vain sen avulla saavutetaan hyvä hoitotasapaino.

Sokeriarvojen mittaaminen on oleellinen osa diabeteshoitoa. Hoitamaton korkea veren sokeri lisää riskiä sairastua sydän- ja verisuonitauteihin ja voi vaurioittaa munuaisia, hermoja ja silmiä.



## HITAASTI MUTTA VARMASTI

Kun ODL perusti vuosittain diabeteksen hoitoon keskittyvän Diapoliksen, Ouluun takaisin palannut af Hällström oli uuden yksikön ensimmäisiä asiakkaita. Ensimmäiset laboratoriotestit, kartoitettiin lähtötilanne ja lääkäri **Jouni Rahko** arvioi hoidon ja lääkityksen tarpeen. Sen lisäksi diabeteshoitaja **Petteri Repo** kertoi miehelle, miten hän voi itse ruokavaliolla ja liikunnalla laskea veren sokeriarvoja.

”Diapoliksessa on mukavan positiivinen tapa ottaa nämä terveysasiat esille. Se ei ole semmoista, että katsotaan

taulukosta sinun ihannepainosi ja sanotaan, että siihen pitää päästä. Sen sijaan olemme yhdessä sopineet, että pyrin saamaan vuodessa muutaman kilon painoa alas ja tarkoitus on, että laihtuminen on pysyvää. Olen minä laihtunut joskus nopeastikin jopa 17 kiloa, mutta se tuli kolmessa vuodessa takaisin. Nyt etenen askel askeleelta.”

Diapoliksen kautta Pertti af Hällström on ohjattu kuntosalille, jossa pystytään tarkkaan seuraamaan joka harjoituksen vaikutukset kullakin käyntikerralla. Mies, joka kulki ennen pienenkin matkan autolla, jaksaa nyt myös len-

keillä koiran kanssa ja nauttii siitä. Pullan ja muun makean ja hiilihydraattipitoisen ruoan syöminen on vähentynyt, ja vastaavasti ruokalautasella on yhä enemmän kasviksia ja kalaa.

## HUOLENPITO TUO TURVALLISUUTTA

Vuoden aikana Pertti af Hällström on tavannut Diapoliksen lääkäriä tai hoitajaa lähes kymmenkunta kertaa. Sen lisäksi diabeteshoitaja on soittanut miehelle muutaman viikon välein. Puhelimessa on vaihdettu kuulumiset niin sokeriarvoista kuin muustakin voinnista.

”Lisäksi voin itse soittaa Diapolikseen aina, kun on tarvis.”

Diapoliksen aktiivinen ote sopii kiireiselle konsulttiyrittäjälle.

”Kun on paljon töitä, esimerkiksi laboratoriotesteihin menemistä helposti lykkää ja lähte ehtii vanhentua. On

hyvä, kun kokeista muistutetaan. Myös turvallisuudentunnetta lisää se, että terveyteni on jatkuvassa seurannassa.”

Vajaan vuoden kestäneen Diapolis-asiakassuhteen aikana Pertti af Hällström on laihtunut seitsemän kiloa. Pitkäaikaisokeriarvo on laskenut 9,3 prosentista 7,4 prosenttiin.

”Sekin on hienoa, että voin käydä Diapoliksessa läpi kaikki muutkin vaivani, joita tässä iässä jo ilmenee,” 65-vuotias mies kiittää.

Pertti af Hällström maksaa palvelun kokonaan itse. Hänen mukaansa muutaman satasen panos omaan terveyteen vuositasolla ei ole paljoa varsinkaan, jos sillä voidaan ehkäistä vakavampia sairauksia tai sairaala-hoitoa.

”Tämä on arvostuskysymys. En minä tyhjästä maksa.”

”Systeemi on todella hyvä. Voisin lainata vanhaa pankin mainoslauseetta ’Siellä aina ystävää’. Diapoliksen henkilökunta on tuki ja turva.”

**Teksti Raija Tuominen  
Kuvat Reijo Koirikivi /  
Studio P.S.V.**

”Olen ruvennut käyttämään jalkojani liikkumiseen”, kertoo Pertti af Hällström, joka ennen teki kaikki matkat autolla. Tilu-koiran kanssa tulee lenkkeilyä puolitoista tuntiakin yhteen menoon.





## Asante sana - kiitos!

**RICHARD M. WALUKANO**  
**HANNU RAHIKAINEN**  
Projektijohtajat Keniassa ja Oulussa

**Y**llä olevan suahilinkielisen toivotuksen kuulee usein Keniassa.

Sen ovat kuulleet monet kehitysaputyöntekijät ja opiskelijat, jotka ovat Oulusta lähteneet keskiseen Afrikkaan tekemään työtä paikallisten asiantuntijoiden ja opiskelijoiden kanssa.

Toiminta alkoi vuonna 1994. Mukana silloisessa Karibuni-projektissa toimivat yhdessä Oulun Diakonissalaitoksen kanssa Oulun seudun ammattikorkeakoulu, DIAK pohjoinen ja Oulun yliopiston kasvatustieteellinen tiedekunta. Kempeleen koulut ovat olleet tukemassa hanketta. Siihen ovat monet yksityiset ohjanneet syntymäpäivälahjansa.

Kehitysyhteistyövaroilla sekä ODL:n panostuksella rakennettiin Länsi-Kenian, Sirisian seudulle tyttökoulu ja myöhemmin samaan yhteyteen asuntola. Koulun rakentamisella mahdollistettiin tyttöjen peruskoulun jälkeinen koulunkäynti ensimmäistä kertaa Sirisian alueella. Kehitysmaiden naisten kouluttaminen on paras tapa parantaa asukkaiden elämää. Sillä voidaan nopeimmin torjua Kenian vaikeimpia terveysongelmia: AIDSia ja malariaa.

Karibuni-hanke oli niin onnistunut, että se voitti parhaan kehitysyhteistyöprojektin palkinnon valtakunnallisessa kilpailussa vuonna 2003.

Tytökoulun rakentamisen jälkeen kehitysyhteistyö jatkui uuden projektin kautta. Sen tavoite oli edistää naisten ja lasten

hyvinvointia ja terveyttä. Niitä uhkaavat pahiten erilaiset sairaudet, erityisesti AIDS, malaria sekä erilaiset kuumetaudit.

Uusi Nalosia-projekti on jalkautunut Sirisian seudun kyliin.

Opetus ja valistus ovat sairauksien parhaita ehkäisykeinoja. Erään selvityksen mukaan Keniassa, jossa joka seitsemäs on HIV-positiivinen, ei vielääkään tunneta riittävästi sairauden leviämistapaa.

Valistus on kohdistunut tyttökouluun oppilaisiin, luontaisparantajiin, kyläkättilöihin sekä kylänvanhimpiin.

Ympäristöstä on pyritty huolehtimaan projektin puitteissa siten, että kylien vesilähteitä on suojeltu rakentamalla niistä betonirenkailla ja kannella suojattuja kaivoja. AIDS-potilaiden perhehoitoa on niinkään järjestetty kylissä. Naisten vertaisryhmillä on voimaannutettu naisia ottamaan vastuuta omasta elämästään. HIV-positiivisille on perustettu vertaisryhmiä.

Projektin työ liittyy Kenian valtiollisiin hankkeisiin ja sitä tehdään yhdessä viranomaisten ja sikäläisen Moin yliopiston kanssa.

Vanha lähetystyöntekijöiden viisaus neuvoo viemään tarvitseville kalojen sijasta onkia.

Sitä ODL:n projektit ovat pyrkineet tekemään. Tarkoitus on, että vastuu kenialaisten hyvinvoinnista on maan omilla kansalaisilla.

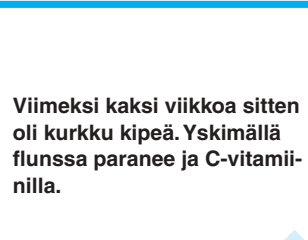
## Tätä MIELTÄ

**Miten ehkäiset  
syysflunssaa?**



Tanja Holappa

Terveellisellä ruokavaliolla, jossa on hedelmiä ja kasviksia. En usko mihinkään poppakonsteihin.



Heikki Tuominen

Viimeksi kaksi viikkoa sitten oli kurkku kipeä. Yskimällä flunssa paranee ja C-vitamiinilla.



Leena Heikkinen

Harrastan avontouintia joka aamu. En muistakaan, milloin olisi viimeksi ollut flunssaa.

## HAMMASLÄÄKÄRIASEMA ALOITTI ODL:llä

ODL Hyvinvointikeskuksessa voi nyt hoidattaa myös hampaansa. ODL Hammaslääkärit -asemalla työskentelee hammaslääkäreitä, erikoishammaslääkäreitä sekä suuhygienistejä.

Perushammashoidon lisäksi tarjolla on erikoishammashoitoa muun muassa suukirurgian, protetiikan ja purentafysiologian sekä lasten hammashoidon erikoisaloilta. Suuhygienistit tekevät hammaskiven poistoja ja hampaiden valkaisuja useilla eri menetelmillä.

Potilaita voidaan hoitaa myös nukutuksessa. Käytössä

ovat ODL:n modernit leikkaussalit heräämöineen, mikä luo turvalliset ja luotettavat puitteet nukutushoidoille. Nukutuksessa onnistuvat esimerkiksi laajemmat suukirurgiset toimenpiteet sekä tarvittaessa kokonaishoito pelkopotilaille.

Hammaslääkäriasemalle pääsee ODL:n uudesta aulatilasta. ODL Hammaslääkärit -yhtiö palvelee myös ODL:n Rovaniemen yksikössä.

**ODL Hammaslääkärit**  
**Avoinna: klo 8 – 19**  
**Ajanvaraus:**  
**Oulussa (08) 3132 322**  
**Rovaniemellä 040 533 7300**

## Uusi lääkärikeskus Rovaniemelle



ODL Lääkärikeskus aloitti toimintansa Rovaniemellä elokuun alussa. Lääkärikeskus tarjoaa yleis- ja erikoislääkäripalveluja sekä diagnostiikkapalveluja. Keskuksella on käytössään korkeakenttämagneetti ja suoradigitaalinen röntgenlaitte sekä oma laboratorio.

Lappilaiset asiakkaat ovat ottaneet Urheilukadulla aloit-

taneen lääkärikeskuksen hyvin vastaan.

Oulun ja Rovaniemen lisäksi ODL:llä on toimipisteet Ylivieskassa, Kalajoella ja Kajaanissa. Yhteistyökumppanien kautta palvelua tarjotaan valtakunnanlaajuisesti erityisesti työterveyspuolella.

**Ajanvaraus:**  
**040 577 5777**

## Uusi työterveys-yhtiö aloittaa lokakuussa

ODL Työterveys ja Oulun kaupungin omistama Oulun Työterveys yhdistyivät omaksi yhtiökseen, jonka nimi on ODL Oulun Työterveys Oy. Sen omistavat puoliksi ODL ja Oulun kaupunki.

Uusi yritys aloitti toimintansa lokakuun alussa ODL:n uusissa tiloissa. Asiakkaita palvelevat edelleen pääsääntöisesti tutut työntekijät. Henkilöstön kokonaismäärä uudessa yhtiössä on noin 250.

ODL Oulun Työterveys tarjoaa asiakkailleen entistäkin kattavampaa palvelua, sillä se on tehnyt palvelusopimuksen diagnostiikka- ja erikoislääkäripalveluista ODL Terveiden kanssa. Tämä tarkoittaa tehokkaampia työterveysprosesseja, laajempaa sairaanhoidon palvelukokonaisuutta sekä monipuolisia työhyvinvoinnin palveluja.

Uuden yhtiön tavoitteena on olla Keski- ja Pohjois-Suomen johtava työterveys- ja työhyvinvointipalvelujen tuottaja, jolla on valtakunnallinen palveluverkosto. Lisäksi tavoitteena on olla valtakunnallisesti johtava työhyvinvointipalvelujen kehittäjä ja soveltaja.

ODL Oulun Työterveys Oy:n toimitusjohtajana toimii Heikki Salovaara. Johtoryhmään kuuluvat myös Leena Ala-Mursula, Veikko Kujala, Elina Kyllönen ja Paula Tuominen.

**Ajanvaraus myös netissä:**  
**www.odl.fi**

## UUSIA LÄÄKÄREITÄ

Seuraavat lääkärit ovat aloittaneet vastaanottonsa ODL Lääkärikeskuksessa:

**Korva-, nenä- ja kurkkutautien erikoislääkärit** Maija Aittola, Eila Jaakola, Katariina Jounio-Ervasti, Heino Karjalainen, Jukka Pernu, Erkki Rantaiso ja Pekka Sipilä.

**Lastenlääkärit** Sirpa Koski-Tervo ja Raija Valtonen.

**Silmälääkärit** Heli Hirvelä ja Seppo Luoto.

**Yleislääkäri** Arto Eberhardt.  
**Ortopedi** Jarmo Kangas.



## Lukijakilpa kiinnosti

Edellisen Oodin lukijakyselyn arvonnassa eli kylpyläliput kahdelle tai kuntotestin voitti **Helvi Kuusela Äänekoskelta**. Vastauksia tuli ennätyskelliset yli 800. Eniten vastaajia kiinnosti ”Iho sileäksi ilman veistä” -juttu. Myös tuomiorovasti Matti Pikkaraisen elämänmuutos ja lasten ylipainoasiat kiinnostivat.

Ylivoimainen enemmistö vastaajista oli sitä mieltä, että Oodi antaa hyödyllistä tietoa terveyden hoitamisesta, on kiinnostava ja helppolukuinen. Lehteä pidettiin myös ajankoh- taiseksi ja ihmisläheisenä.

## NIMITYKSIÄ ODL-KONSERNISSA

## Lääkärikeskus

Vastaanotto-  
avustaja Tiina  
PulkkinenLähihoitaja  
Anne  
NiemitaloPalvelusihteeri  
Marja-Leena  
WesterholmVastaanotto-  
avustaja Mari-  
anne KoskelaSairaanhoidaja  
Aija  
PasanenPalvelusihteeri  
Laura  
LehtinenPerushoitaja  
Päivi MarjomaaSairaanhoidaja  
Riikka  
Siiro-Virtanen

## Työterveys

Työterveyshoi-  
taja Mirva  
Haataja  
SmarthouseTuntiopettaja  
Päivi ConlinTyöterveyshoi-  
taja Tanja  
Vehniäinen  
Hyvinvointikes-  
kusTuntiopettaja  
Pirkko NatriTyöterveyshoi-  
taja, tiimivasta-  
ava Leena  
Keränen  
Hyvinvointikes-  
kusTuntiopettaja  
Raisa Lantto

## Säätiö

Johdon  
assistentti  
Riikka HannilaKokouspalvelu-  
sihteeri  
Heli Malila

## Kuntoutus

Työterveys-  
hoitaja  
Sinikka Turcka  
Ammatillinen  
kuntoutus

## Fysio

Palvelusihteeri  
Kaisa ItkonenPeuhkurinen  
kehittämään  
sydänsairauk-  
sien hoitoa

ODL:n kardiologian ylilääkäriksi on nimetty sisätautien ja kardiologian erikoislääkäri **Keijo Peuhkurinen**. Asiakaspalvelun lisäksi hänen tehtäviinsä kuuluu kardiologisen toiminnan kehittäminen ODL:llä. Hän osallistuu tutkimustoimintaan ja on ODL:n Medical Advisory Boardin jäsen.

Aiemmin Peuhkurinen on toiminut OYS:n kardiologian erikoislääkärinä ja viimeiset kymmenen vuotta Kuopion yliopiston kardiologian professorina.

Peuhkurinen ottaa vastaan asiakkaita ODL Terveiden toimipisteissä Oulussa, Rovaniemellä ja Ylivieskassa. Aikojä Peuhkurisen vastaanotolle voi varata osoitteesta www.odl.fi tai puh. (08) 3132 000.

Oulun Liikuntalääketieteellisen Klinikan tutkija, filosofian tohtori **Raija Korpelainen** on nimitetty Oulun yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan terveystieteiden dosentiksi.

Korpelainen on vankkumaton arkiliikunnan puolesta puhuja. Hänen mukaansa monet kansantaudit olisivat voitettavissa, mikäli erityisesti lasten ja nuorten arkiliikunnan määrää saataisiin lisättyä.

## Laihdutusleikkauksia nyt myös ODL:llä

Tehokkain hoitomuoto sairaalloiseen ylipainoon on laihdutusleikkaus, jossa mahalaukku pienennetään ja useimmiten yhdistetään pohjukaissuoleen. Tällä menetelmällä potilaat laihtuvat keskimäärin 40-50 kiloa.

Leikkauksen jälkeen tyypin 2 diabetes, kohonnut verenpaine ja kolesteroli sekä uniapnea lievittyvät tai paranevat kokonaan.

Laihdutusleikkaus on turvallinen hoitomuoto. Viimeisen vuosikymmenen aikana laihdutusleikkaukset ovat yleistyneet huomattavasti myös Suomessa.

Nyt leikkauksia tehdään myös ODL:llä. Leikkauksia tekevät laihdutuskirurgiaan perehtyneet kokeneet lääkärit. Ennen leikkausta ODL Laihdutusklinikan moniammatillinen työryhmä yhdessä asiakkaan kanssa arvioi, onko leikkaushoito sopiva.

**Ajanvaraus ja tiedustelut Laihdutuslinikalle**  
Puh. (08) 3132 254  
Sähköposti: [laihdutuslinikka@odl.fi](mailto:laihdutuslinikka@odl.fi)  
Lisää: [www.odl.fi](http://www.odl.fi) / Liikuntaklinikka / Laihdutuslinikka



### Tule kuulemaan laihdutusleikkauksesta!

**Yleisöluento 15.10. klo 18 - 20**  
ODL:n Wegelius-salissa  
(käynti Albertinkatu 16 tai Sepänkatu 15, opastus pääaulasta 1. kerros)  
Asiantuntijat:

- Kokeneet laihdutuskirurgit, myös ODL:llä laihdutusleikkauksia tekevät Timo Heikkinen (kuv.) ja Vesa Koivukangas
- Sisätautien erikoislääkäri Antti Rinne
- Laihdutusvalmentaja, sairaanhoitaja Taina Linna

ODL  
parantaa elämää

### Tarkempi näkökyky

ODL:n Silmäklinikalla Zyoptix 100 -tekniikalla silmien laserleikkaukset  
- miinus- ja pluslääkkeitä korjaukset  
- pienimpienkin vääristymien korjaus

Kysy lisää tai pyydä maksuton hinta-arvio  
puh. (08) 313 2629 tai e-mail: [silmaklinikka@odl.fi](mailto:silmaklinikka@odl.fi)

**ODL TERVEYS**  
LÄÄKÄRIKESKUS SAIRAALA KUNTOUTUS  
Albertinkatu 16, 90100 Oulu, [www.odl.fi](http://www.odl.fi)

ODL  
parantaa elämää

## Elämänlaatua esteettisillä hoidoilla

Ihon erityishoidot

Thermage - ihon kiinteytyshoito ilman leikkausta  
Diodi-laserhoito - karvan poisto pysyvästi  
Kainaloiden liikkahikoilun hoito  
Suonikohjujen hoito

**Ajanvaraus (08) 3232400**

Avoimma ma-to 8-19, pe 8-15.  
Lisätiedot: [laakarikeskus@sairaalabotnia.fi](mailto:laakarikeskus@sairaalabotnia.fi)

**ODL BOTNIA**  
E S T E T I I K K A

Kauppurienväylä 27-29, Oulu, [www.odl.fi](http://www.odl.fi)

## ODL osti EMG Laboratoriot

Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö osti EMG Laboratoriot Oy:n osakekannan. EMG Laboratoriot on vuodesta 1987 lähtien tuottanut kliinisen neurofysiologian tutkimuspalveluita kuten käsien ja jalkojen hermoratitutkimuksia, aivosähkökäyrätutkimuksia ja unihäiriötutkimuksia sekä neurologien vastaanottopalveluita.

Yhtiön palveluiden tilaajina ovat yksityiset lääkärikeskukset ja työterveysasemat sekä julkisen terveydenhoidon sairaalat, terveyskeskukset ja työterveyshuolto. EMG Laboratoriot Oy toimii valtakunnallisesti Oulun lisäksi Jyväskylässä ja Helsingissä. EMG vastaa kokonaisvaltaisesti muun muassa monen keskussairaalan neurofysiologisista palveluista.

## KÄVELLEN SUOMEN POIKKI

Eduskunta-avustaja Pasi Kempainen ja yrittäjä Kari Heljasvaara kävelivät 1350 kilometriä Utsjoelta Helsinkiin syöpätyön puolesta. Aikaa urakkaan kului 36 päivää. Matkanopeus oli noin 40 kilometriä päivässä. Askelia kertyi jopa 1,8 miljoonaa.

ODL tuki urakkaa tarjoamalla miehille liikuntalääketieteen erikoislääkäri Tiina Nylanderin tekemän lääkärintarkastuksen, jossa tutkittiin niin lihakset, nivelet kuin sydänkin. Lääkäri antoi myös valmistautumisohjeita ja ensiapupakkauksen.

Lisäksi miehet saivat kysyä neuvoa puhelimitse ODL:n ylilääkäri Juhani Junilalta. Näin miehet saivat muun muassa särkylääkeresepin matkan varren apteekkiin.



36-VUOTIAS KAHDEN LAPSEN ÄITI:

# ”YKSINHUOLTAJA ON OUTOLINTU”



KUVA AINI PIHLAJANIEMI / P.S.V.

Henkilöiden nimet on muutettu, eivätkä kuvan henkilöt liity juttuun. ”Haluan esiintyä nimettömänä, koska en halua, että kertomistani asioista puhutaan selkäni takana”, haastateltavamme kertoo.

ODL auttaa yksinhuoltajia Tuikka-projektilla. Katso lisää: [www.odl.fi](http://www.odl.fi) - Kuntoutus - Kuntoutuksen erityispalvelut - Projektit

**E**eva ja Pekka olivat tunteneet toisensa jo melkein kymmenen vuotta, kun pariskunnan esikoinen syntyi. Reilun vuoden päästä tuli pikkusisko. Jo silloin Eeva huomasi, että Pekkaa ei perhe juuri kiinnostanut. Viina alkoi houkutella, ja pian ilmestyivät kuvioihin väkivalta ja vieraat naiset.

Silloin Eeva otti eron.

Lapset jäivät äidille, eikä isä ole sen koommin välittänyt jälkikasvuun edes tavata. Mutta leiman otsaansa sai kuitenkin Eeva. Hän on yksinhuoltaja.

”Kyllä sen huomaa, että ihmiset eivät ota minua huomioon tasavertaisesti, on vähän outo lintu. Monet pelkäävät, että tämä tarttuu, ystävätkin, jotka ennen pyysivät kylään ja lasten kanssa puistoon, ovat kadonneet. Jos perheiden kesken suunnitellaan yhteistä tekemistä, minut jätetään pois laskuista”, Eeva kertoo.

Eevalla on kuitenkin isompiakin murheita: ammattikorkeakoulusta pari vuotta sitten

valmistunut tradenomi menetti työpaikkansa isosta ohjelmistotalosta.

”Meitä irtisanottiin taloudellisista ja tuotannollisista syistä neljä, joista kaksi oli yksinhuoltajia”, Eeva ihmettelee.

”Koko ajan on ahdistava ja kuristava tunne, kun tietää, että on 20 euroa tilillä ja että sillä on pärjättävä. Säästän ruuasta, laitan paljon puuroja, en osta kasviksia enkä mitään, minkä kilohinta on enemmän kuin kolme euroa.”

”Teen itse vaatteita, ja kirpputori on tosi hyvä. Emme käy matkoilla, emme kalliissa huvipuistoissa. Me käymme hiekkarannoilla ja paikoissa, joihin pääsee pyörällä tai linja-autolla.”

”Pienten lasten yksinhuoltajan työssäkäyminen on älytön yhtälö. Jos lapsi sairastaa ja on pakolliset lääkäri- ja neuvolakäynnit, kukaan muu ei niitä hoida. Työpaikalla katsotaan karsaasti, että taasko sinä lähdet neuvolaan.”

”Työelämä voisi ottaa huomioon perhetilannetta, eihän

tämä montaa vuotta kestä. Tai miksei esimerkiksi neuvolassa voisi käydä illalla? Tai kun saisi kodinhoitajaa joskus avuksi.”

**K**un Eeva lähtee viemään poikaa lääkäriin, myös tyttö otetaan mukaan, vaikka keskellä yötä. Sisko seuraa veljensä jalkapalloharjoitukset ja veli siskonsa satupaletin.

”Me ollaan tiukka paketti.”

”Kun hoitaa lapsia yksin, ei voi sanoa puolisolille, että käy kaupassa, laita ruokaa ja siivoa, minä menen lasten kanssa ulos. Minä käyn kaupassa, laitan ruuan, siivoan ja menen lasten kanssa ulos.”

”Yksin olen opettanut lapset luistelemaan, uimaan, hiihtämään, semmoisia asioita, joista ajattelin, että ne tehdään miehen kanssa yhdessä. Kun lapsi tarvitsee huomiota, se pitää antaa vaikka kuinka väsyttäisi.”

”Mies voisi myös osallistua lasten päivittäisiin riitatilanteisiin. Etenkin pojalle se olisi

tärkeää, sillä itse ymmärrän selvästi paremmin tytön ajatuksista. En osaa pelata pelejä, enkä kasata legoja.”

”Lapset hirveän helposti syrjäytyvät, jos ei kynsin hampain taistele sen eteen, että he ovat tasa-arvoisia toisten lasten kanssa. Helposti jäädään kotiin. Yksinhuoltajissa on paljon masentuneita ja kohtaloonsa alistuneita ihmisiä.”

”Itselläkin on välillä energia haussa. Saan energiaa siitä, kun lapset ovat iloisia ja terveitä ja niillä menee hyvin. Pari kertaa kuussa käyn jumpalla ja muutaman kerran vuodessa elokuvissa.”

”Olen ollut vajaan vuoden Oulun seudun yksinhuoltajat ja yhteishuoltajat -yhdistyksessä. Se on henkireikä, itsekin olen käynyt vertaishenkilökoulutuksen ja toiminut tukihenkilönä.”

**O**lisisihan se itselläkin ihanaa, kun olisi mies vierellä.”(RT)

# Kaikki palvelut terveempään ja vireämpään elämään

## Fysiatrit

Sinikka Levoska  
Pekka Minkkinen  
Tuomo Pienimäki

## Geriatriit

Margit Kiuru  
Niko Rantala\*  
Petteri Viramo

## Gynekologit

Jorma Heikkinen  
Päivi Pienimäki

## Ihotautilääkärit

Pirjo Kandelberg  
Tuula Kinnunen  
Ritva Strand

## Kardiologit

Markku Ikäheimo  
Jarmo Lumme  
Juha Perkiömäki  
Keijo Peuhkurinen  
Juhani Valkama

## Keuhkollääkärit

Esko Kurttila  
Elsa Nylund

## Kirurgit

Kari Haukipuro  
Timo Heikkinen  
Tatu Juvonen  
Tero Rautio  
Antero Sorasto

## Korvalääkärit

Maija Aittola  
Olli-Pekka Alho  
Mikael Halonen  
Tuomas Holma  
Roine Huotari  
Eila Jaakola  
Katriina Jounio-Ervasti  
Heino Karjalainen  
Petri Koivunen  
Tiia Kujala

Jukka Pernu  
Antti Raappana  
Erkki Rantaiso  
Pekka Sipilä  
Cengiz Üneri

## Käsikirurgit

Minna Forsman  
Outi Kaarela  
Sauli Kujala  
Timo Raatikainen  
Jorma Ryhänen

## Lastenlääkärit

Teija Dunder  
Anna-Maija Hanni  
Arja Harila-Saari  
Kari Kaunisto  
Pirkko Kauppinen  
Sirpa Koski-Tervo  
Katriina Mankinen  
Outi Peltoniemi  
Marjo Renko  
Jarmo Salo  
Terhi Tapiainen  
Raija Valtonen

## Neurofysiologi

Johanna Uusimaa

## Neurokirurgit

Matti Heiskari  
Juho Tuominen  
Veijo Ukkola

## Neurologit

Hannele Havanka  
Marja Repo-  
Outakoski  
Veli Tuomivaara

## Ortopedit

Tapio Flinkkilä  
Juha Haataja  
Esa Jormakka  
Juhani Junila  
Jarmo Kangas  
Martti Lakovaara  
Juhana Leppilahti

Tapani Linna  
Timo Myllylä  
Timo Niskanen  
Ari Pajala  
Juha Partanen  
Ilkka Pentikäinen  
Ari-Pekka Puhto  
Jukka Ristiniemi  
Susanna Yli-Luukko

## Plastiikkakirurgit

Kai Lassila  
Anna-Liisa Vesala

## Psykiatrit

Leena Kiviluoto  
Hannu Koponen  
Jouko Luotola  
Eero Tapio  
Esko Teiramaa  
Outi Vuorimäki

## Reumalääkärit

Risto Hämeenkorpi  
Pekka Vuotikka

## Silmälääkärit

Heli Hirvelä  
Antti Juutinen  
Tuuli Juutinen  
Jussi Kärnä  
Seppo Luoto  
Jukka Nevalainen  
Jaana Penna  
Jouni Ruokonen  
Juha Veijola

## Sisätautilääkärit

Risto Hämeenkorpi  
Juhani Lehtola  
Marjatta Linnanvuo  
Seppo Niemelä  
Tuula Pienimäki  
Heikki Pirttiaho  
Antti Rinne  
Pasi Salmela  
Markku Savolainen  
Jorma Strand  
Timo Timonen  
Tuula Tähtinen  
Pekka Vuotikka

## Urologit

Jani Kuisma  
Pekka Kunelius  
Olavi Lukkarinen

## Yleislääkärit

Miika Kurkela  
Marja Nieminen  
Antti Nissi  
Pertti Räsänen  
Kaisa-Leena Takkinen

## Yleislääketieteen erikoislääkärit

Arto Eberhardt  
Jukka Kemilä  
Petteri Kenttä  
Liisa Lahti  
Jari Latvala  
*ilmailulääkäri*

## Liikuntalääketieteen erikoislääkärit

Maria Grannas\*  
Tiina Nylander

## ODL:N MUUT VASTAANOTOT

## Fysioterapeutit

Arja Aalto  
Erja Dahl  
Pirkko Haarala  
Vesa Hankkila  
Eija Jokikokko  
Vuokko Järvenpää  
Ari Kanninen  
Mauno Keränen  
Ari Korkala  
Tero Kuha  
Jarmo Kälkäjä  
Kirsti Malla  
Jarkko Männistö  
Tapio Ojala  
Ari Ojamaa  
Leena Pelkonen  
Susanna Pirttikangas  
Mika Pöytäkiivi  
Anitta Sannikka  
Markku Siitla

Päivi Tuomikoski  
Anja Törnroos  
Eeva-Liisa Vikström-  
Kanniainen  
Kari Vinkki

## Musiikkiterapeutti

Kari Syvänen

## Perheterapeutti

Tarja Tuovinen-Kakko

## Psykologit

Reijo Hirvenoja  
*hypnoosi, psykoterapia*  
Heidi Kivialho  
Maria Kukkonen  
Riitta Läära  
Tuulikki Tuurinkoski

## Psykoterapeutti

Marita Laurila  
*työnohjaaja*

## Puheterapeutit

Sari Dufva  
Leena Ervast  
Sirpa Pirilä  
Tuulikki Takamäki

## Ravitsemusterapeutit

Marjo Mannelin  
Marja Vanhala

## Toimintaterapeutti

Soile Kauppi-Pekkala

## AJANVARAUS

## ODL Terveys

(08) 313 2000

tai [www.odl.fi](http://www.odl.fi)

Palvelemme  
ma-pe 7-21  
la-su 10-18

**Lisätiedot:**  
[laakarikeskus@odl.fi](mailto:laakarikeskus@odl.fi)  
\* = erikoistuva lääkäri

Käytössämme on Kelan suorakorvaus

**ODLTERVEYS**

LÄÄKÄRIKESKUS SAIRAALA KUNTOUTUS

Albertinkatu 16, Oulu, [www.odl.fi](http://www.odl.fi)