

## **Valtuustoaloite odottavien ja synnyttäneiden fysioterapian sisällyttämisestä neuvolapalveluihin Pirkanmaan hyvinvointialueella**

Raskaus ja synnytys aiheuttavat merkittäviä muutoksia synnyttäjän kehossa. Lantionpohjan ja keskivartalon lihasten heikentyminen sekä ryhdin muutokset voivat aiheuttaa virtsankarkailua, kipuja ja muita pitkäkestoisia vaivoja sekä heikentää toimintakykyä. Ilman oikea-aikaista tukea osa ongelmista kroonistuu ja heikentää sekä fyysistä että psyykkistä hyvinvointia. Synnytyksestä palautuminen voi kestää 1–2 vuotta, ja arviolta noin kolmasosalle synnyttäneistä jää pitkäkestoisia haittoja, joita pelkkä ajan kuluminen ei korjaa. Synnytyksen jälkeen käynnit rajoittuvat pääsääntöisesti yhteen jälkitarkastukseen 5-12 viikon kuluttua synnytyksestä. Sen jälkeen seuranta siirtyy lastenneuvolaan, jossa painopiste on vahvemmin vauvan ja perheen hyvinvoinnissa.

Tutkimusten mukaan varhainen fysioterapeuttinen ohjaus vähentää riskiä pysyville lantionpohjan ongelmille ja parantaa synnyttäneen toimintakykyä sekä arjessa jaksamista. Tällä hetkellä yksilöllinen fysioterapeuttinen ohjaus on julkisella puolella rajallista. Erikoistuneet palvelut painottuvat yksityiselle sektorille, jossa yhden käynnin hinta on keskimäärin 85–100 euroa. Tämä tekee hoidosta monille odottaville ja synnyttäneille taloudellisesti mahdotonta saavuttaa. Näin syntyy tilanne, jossa synnytyksestä palautumisen laatu riippuu asuinpaikasta ja maksukyvyistä, ei tarpeesta. Riittämätön jälkihoito heikentää myös synnyttäneiden kokemusta tuesta ja turvallisuudesta, mikä voi vaikuttaa halukkuuteen saada lisää lapsia.

Kansainvälisesti odotusajan ja synnytyksen jälkeisiin haasteisiin keskittyvä fysioterapia on monissa maissa, kuten Ranskassa ja Belgiassa, kiinteä osa julkista perhepalvelujärjestelmää. Suomessa vastaava ratkaisu olisi luonteva ja kustannusvaikuttava tapa tukea synnyttäjän terveyttä sekä ehkäistä myöhempiä hoitotarpeita ja niiden kustannuksia. Ennaltaehkäisevät palvelut ovat paitsi inhimillisesti tärkeitä, myös taloudellisesti järkeviä. Odottavien ja synnyttäneiden fysioterapian saatavuus on sekä tasa-arvo- että eriarvoisuuskysymys. Tällä hetkellä palvelun saatavuus riippuu siitä, missä asuu ja onko varaa hakea apua yksityiseltä sektorilta. Pirkanmaan hyvinvointialueen tulisi varmistaa, että jokainen synnyttänyt saa tarvittaessa asiantuntevaa tukea fysioterapeutilta neuvolan kautta.

Odottavien ja synnyttäneiden fysioterapian integroiminen neuvolapalveluihin tukisi synnyttäjien terveyttä, vähentäisi myöhempää hoidon tarvetta ja vahvistaisi neuvolan asemaa ennaltaehkäisevän työn kulmakivenä.

Me allekirjoittaneet esitämme, että Pirkanmaan hyvinvointialue:

- Selvittää mahdollisuudet sisällyttää odottavien ja synnyttäneiden tilanteeseen erikoistuneen fysioterapeuttin palvelut osaksi neuvolatoimintaa.
- Kirjaa fysioterapian palvelut ja niihin ohjaamisen osaksi alueellista neuvolasuunnitelmaa.
- Luo toimintamallin, jossa synnyttäneellä on mahdollisuus päästä fysioterapeuttin arvioon ennen synnytystä ja sen jälkeen.
- Tarjoaa synnyttäneelle vähintään yhden laajan terveystarkastuksen, johon sisältyy fysioterapeuttin arvio synnytyksestä palautumisesta.

- Mahdollistaa synnyttäneelle fysioterapeutin arvion perusteella tarvittaessa 3–5 fysioterapiakäyntiä lantionpohjan ja keskivartalon kuntoutukseen joko omana palvelutuotantona tai palvelusetelillä.

Tampereella 16.2.2026

Johanna Kirjavainen ja Anna Moilanen

Muut allekirjoittaneet:

Satu Hintikka  
Anita Huhtala  
Perttu Jussila  
Julia Sangervo  
Hanna Sareila  
Petri Siuro