



Ota yhteyttä!

Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystoimisto (Eksote)

Ravitsemusterapia

Armilankatu 33

53100 Lappeenranta

Puh. 040 194 4883 (toimisto)

www.eksote.fi/ravitsemusterapia

www.eksote.fi/ruokakurssit

Hyvinvointi kuuluu jokaiselle.



www.eksote.fi/ravitsemusterapia

Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystoimisto



Ravitsemusterapia

Esite ammattilaisille ja yhteistyökumppaneille

www.eksote.fi

www.eksote.fi

Ravitsemusterapia

Yksikössämme työskentelee kuusi ravitsemusterapeuttia sekä ruoka- ja ravitsemuskouluttaja. Ravitsemusterapeutit toimivat sekä avoterveydenhuollossa että erikoissairaanhoidossa.

Laillistettu ravitsemusterapeutti (TtM/ETM)

- yksilö- ja ryhmäohjaus
- ravitsemushoidon suunnittelu, seuranta ja kehittäminen
- asiantuntijatuki ja konsultaatiot ravitsemusasioissa
- moniammatillinen yhteistyö
- hoitoneuvottelut, yhteisvastaanotot
- ammattilaisten koulutukset
- asiantuntijaluennot ryhmissä ja tapahtumissa
- hoitoketjutyöskentely
- ravitsemusviestintä ja -materiaalien tuottaminen ja päivittäminen
- terveyden edistämishankkeet

Ravitsemusterapeutti on ravitsemuksen erityisasiantuntija, jonka osaamisesta hyötyvät niin kuntalaiset kuin ammattilaiset yhteistyöverkostoissa.

Ravitsemusterapeutti ohjaa terveyttä ja toimintakykyä edistävän ruokavalion toteuttamisessa. Lisäksi hän suunnittelee ja seuraa sairauksien edellyttämää ravitsemushoitoa. Eksoten ammattilainen voi ohjata asiakkaan ravitsemusterapeutille lähetekriteerien mukaisesti.

Väestön ravitsemusneuvontaa, esimerkiksi ryhmiä ja yleisötapahtumia, toteutetaan monipuolisesti eri-ikäisille. Ravitsemusterapeutit suunnittelevat ja toteuttavat vuosittain painonhallintaryhmiä yhdessä muiden ammattilaisten kanssa. Voit pyytää ravitsemusterapeuttia asiantuntijaksi suunnittelemaasi tapahtumaan.

Ravitsemusterapeutit toimivat ammattilaisten työn tukena muun muassa tarjoamalla asiantuntijatukea, konsultaatiopalvelua ja järjestämällä ravitsemuskoulutusta. Voit myös pyytää työyhteisöllesi koulutusta tietystä ravitsemusaiheesta (esim. ravitsemus- ja hoitosuosituksista, vajaaravitsemuksesta, syömisen ongelmista sekä riskitekijöiden ja sairauksien lääkkeettömästä hoidosta).

Maksutonta, säännöllisesti toistuvaa ravitsemuskoulutusta järjestetään ravitsemustietoiskussa. Tietoiskut ovat suunnattu asiakkaille ja ammattilaisille. Näissä käydään läpi ruoan laatua, määrää ja syömisen hallintaa. Tietoiskut sopivat kaikille, jotka haluavat pienillä pysyvillä ruokailutottumusten muutoksilla ehkäistä tai hoitaa ylipainoa tai kohonnutta verenpainetta, veren rasva-arvoja tai verensokeria. Ravitsemustietoiskuja järjestetään myös ikääntyneiden erityiskysymyksistä.

Ruoka- ja ravitsemuskouluttaja (kotitalousopettaja, KM)

- ryhmäohjaus, tarvittaessa henkilökohtainen ohjaus
- kaikille avoimet ruoanvalmistuskurssit
- tilauksesta suunnitellut ruoanvalmistuskurssit
- asiantuntijatuki ruoanvalmistukseen, ruoka-aineisiin ja elintarvikkeisiin liittyvissä asioissa
- moniammatillinen yhteistyö
- ammattilaisten koulutukset

Ruoka- ja ravitsemusohjaus on tarkoitettu sekä asiakkaille että ammattilaisten työn tueksi. Voit kysyä esimerkiksi erityisruokavalioiden käytännön toteuttamisesta, jos potilaallasi on ruoka-aineallergia, keliakia, munuaissairaus tms. Ruoka- ja ravitsemuskouluttaja järjestää ruoanvalmistuskursseja, joille voit ohjata asiakkaasi tai osallistua itse. Osa ruoanvalmistuskursseista on kaikille avoimia ja ne näet nettisivuiltamme. Voit myös tilata ruokakurssin asiakas- ja potilasryhmällesi tai työyhteisöllesi.