

Neuvonta ja ajanvaraus  
ma-pe klo 6.00–22.00,  
la-su klo 10.00–17.00,  
muina aikoina jätä  
viesti vastaajaan

Työterveyslääkäreiden  
vastaanotto  
ma-pe 8–16

Työterveysmestarit  
(työterveyshoitajat)  
ma-pe 8–16

Pohjola Sairaalan aukioloajat  
ma-pe 8–20, la-su 11–17

Laboratorio ma-pe klo 8–15.15,  
muina aikoina päivystysnäytteitä.  
Kuvantaminen auki aina talon aukiollessa.

Ota aina ensin yhteyttä puhelimitse 010 2578 100

Yrityksenne nimetty työterveyslääkäri Hanna Isotalo  
Yrityksenne nimetty työterveysmestari Maarit Vahtola-Harju

Hätätilanteissa ota yhteyttä hätänumeroon 112

Akuuttia hoitoa vaativissa tilanteissa hakeudutaan julkisen sairaalan päivystyspoliklinikalle.

## Jos sairastun

- Hoidontarpeen arvio tehdään puhelun yhteydessä, ja saat tarpeellisen ohjauksen ja/tai ajan

Hoidontarpeen arviointi  
Palvelunumerosta 010 2578 100

Yhteydenotto aamupäivällä varmistaa mahdollisimman nopean hoitoon pääsyn

## Olen saanut sairausloman muualta kuin Pohjola Sairaalasta

- On tärkeää, että ilmoitat kaikki poisaolotiedot työterveyteen, saadaksesi kokonaisvaltaista tukea ja tarvittavaa jatkohoitoa/ohjausta
- 010 2578 100
- Saat neuvoa ja ohjausta, miten toimia ennen sairausloman päättymistä

## Miten toimin, kun haluan vastauksia kysymyksiini

- 010 2578 100
- Muistathan, että vaikka työterveyshuolto on avoin arkisin ja pääsääntöisesti klo 8–16, neuvonta ja ajanvaraus palvelevat sairaalan aukioloaikoina ja muulloin voit jättää viestin vastaajaan.

## Terveystarkastukset ja omatuntokartoitus

- Jokainen täyttää vuosittain (ja työhön tullessa) työterveyden hyvinvointikyselyn eli Omatuntokartoituksen
- Työterveysmestari on yhteydessä ja kutsuu terveystapaamisiin ne työntekijät, joilla tunnustetaan Omatuntokartoituksen perusteella jokin työkykyyn vaikuttava riski.
- Omatuntokartoitus on Sinun henkilökohtaista hyvinvointiasi ja terveystäsi kartoittava kysely, joka tuottaa tietoa vahvuksistasi ja riskitekijöistäsi.