



Jämsän Terveys

Sosiaali- ja terveystalvelut 2023



Jämsän Terveys
Pihlajalinna

TÄRKEITÄ NUMEROITA

TERVEYSPALVELUT

Hoitajapuhelinpalvelu 020 630 6020
(Jämsän, Kuoreveden, Länkipohjan ja
Koskenpään yhteinen
puhelinpalvelu/ajanvaraus)

Ensiapu
040 712 2555

Röntgen
050 435 9372

Kuntoutus
050 435 8163

Suun terveydenhuolto
020 630 6010

Hyvinvointitori/palveluohjaus
050 570 0446

HYVINVOINTIPALVELUT

Perhepalvelukeskus
050 436 0129

Mielenterveys- ja päihdepalvelut
Ensilinja-puhelinpalvelu 020 630 6025

Mielenterveyskeskus
050 433 8344

A-klinikka
040 712 2572

JOKILAAKSON SAIRAALA

Erikoissairaanhoidon poliklinikat
020 630 6050

Kirurgian osasto
050 435 9881

Päiväkirurgia
040 752 3077

Hoidonvaraaja (leikkauspotilaat)
020 630 6055

Hoito-osasto 4
050 435 9761

Hoito-osasto 2
040 018 4724

Dialyysi
040 359 4553

Hoitokoordinaattorit (Potilaiden
jatkohoitopaikat toisesta laitoksesta 24/7)
050 343 5345

Jämsän Terveyden palvelut

JÄMSÄN TERVEYS JA JOKILAAKSON SAIRAALA

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä

Toimitusjohtaja, Seppo Kariniemi
Johtava lääkäri, Titta Frantsila
Palvelujohtaja, Sisko Tiirinen
Palvelupäällikkö, terveyspalvelut, Sisko Tiirinen
Palvelupäällikkö, vanhuspalvelut, Elina Koivumäki
Palvelupäällikkö, hyvinvointipalvelut, Immu Isosaari
HR-päällikkö Riitta Pasanen

Sähköpostit ovat muotoa
etunimi.sukunimi@pihlajalinna.fi

SISÄLLYS:

TERVEYSPALVELUT.....	3
JOKILAAKSON SAIRAALA.....	6
HYVINVOINTIPALVELUT.....	8
VANHUSPALVELUT.....	12
TYÖTERVEYSHUOLTO.....	15

TERVEYSPALVELUT

Terveyspalveluihin kuuluvat kiireellinen avosairaanhoido (päivystys) ja kiireetön sairaan- ja terveydenhoito, joka käsittää lääkäreiden ja hoitajien vastaanottotoiminnan sekä avofysioterapiatoiminnan apuvälineyksikköineen

Palvelupäällikkö Sisko Tiirinen
puh. 040 712 2613

Johtava ylilääkäri Titta Frantsila

JÄMSÄN ENSIAPU 24 H/VRK

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
puh. 040 712 2555, fax. 010 312 2138

Palveluvastaava Anne Liukkonen
puh. 040 712 2560

Vastuulääkäri Jaakko Lassila

Ensiapu on tarkoitettu välitöntä ja kiireellistä hoitoa vaativien sairauksien tai vammojen hoitoon. Potilaat hoidetaan kiireellisyysjärjestyksessä.

Päivystysapu puh. 116 117

on hyvinvointialueen järjestämä neuvonta- ja ohjauspalvelu, josta voi kysyä neuvoja äkillisiin terveydellisiin ongelmiin. Päivystysapu palvelee 24/7 maksutta. Palvelusta saa myös yleisempää neuvontaa ja ohjausta mahdollisesti päivystyskäyntiä tarvitseviin vaivoihin, ohjeita itsehoitoon sekä ohjausta sosiaalihuollon palveluiden piiriin. Päivystysapuun voi soittaa esimerkiksi silloin, kun oma terveysasema on kiinni ja pohtii päivystykseen lähtöä. Palvelu on tarkoitettu kiireellisiin, ei-hätätilanteisiin, erityisesti päivystysaikana.

Hätätapauksessa soita 112.

Ensihoidon palvelut tuottaa 1.1.2023 alkaen Keski-Suomen hyvinvointialue.

VASTAANOTTOPALVELUT

Palveluvastaava Elina Vettenterä
Puh. 040 8223 707

Ylilääkäri Tiina Ahonen

JÄMSÄN TERVEYSASEMA

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
fax. 010 312 2187

Hoitajapuhelinpalvelu/ajanvaraus
puh. 020 630 6020
ma-to 8-15.30, pe 8-15,

Jämsän Terveiden terveysasemilla on käytössä yksi yhteinen hoitajapuhelinpalvelun numero. Tähän palveluun ollaan yhteydessä sekä kiireellisen (pois lukien päivystysasiat), että kiireettömän hoidon tarpeessa.

Puhelinpalvelussa asiakas ohjataan hoidotarpeen arvion mukaan oikealle hoitopolulle. Käytössä on takaisinsoitto-palvelu.

Terveysasemien tiimit

Perusterveydenhuollon vastaanotoilla työskennellään lääkäri-hoitajatiiminä.

Ajanvaraus tekstiviestillä numerosta 040 845 0545

Puhevammaiset, kuurot ja huonokuuloiset voivat olla yhteydessä terveysasemalle tekstiviestillä. Tekstiviestillä voi varata vastaanottoajan tai perua varatun ajan. Tekstiviestissä tulee olla lähettäjän koko nimi, henkilötunnus ja ajanvarauksen tarpeen syy.

Hoitotarvikejakelu

ma klo 14.30 -15.00 ilman ajanvarausta, yhteys hoitotarvikejakeluun
jlt.hoitotarvikejakelu@pihlajalinna.fi tai jättämällä ajanvarauksen kautta soittopyynnön sairaanhoitaja Tiina Pastilalle.

AKUUTTIVASTAANOTTO

Akuuttivastaanotolla toimii lääkäri ja hoitaja työpari maanantaista perjantaihin Jämsän terveysasemalla. Akuuttivastaanotolle saa ajan samalle tai seuraavalle päivälle sellaisissa kiireellisissä asioissa, jotka eivät vaadi hoitoa päivystyksessä. Kiireellisiä vastaanottoaikoja on lisäksi vastaanoton hoitajille ja lääkäreille.

Akuuttivastaanotto toimii ajanvarauksella
puh. 020 630 6020
ma-to 8-15.30, pe 8-15

Akuuttihoitajan vastaanotto on myös viikonloppuisin päivystyksessä.

JÄMSÄNKOSKEN HOITAJAVASTAANOTTO

Kenraalintie 12, 42300 Jämsänkoski

Ajanvaraus

ma-to 8-15.30, pe 8-15
puh. 020 630 6020

LÄNKIPOHJAN TERVEYSASEMA

Särkänkuja 5, 35400 Längelmäki
fax. 010 312 2199

Ajanvaraus

ma-pe klo 8-15.30
puh. 020 630 6020

Lääkärin ja hoitajan vastaanotto

ti ja to klo 8-15.30

Laboratorio

näytteenotto ti klo 7.30-11

Hoitotarvikejakelu

ti ja to klo 8 -15.30

KOSKENPÄÄN TERVEYSASEMA

Keuruuntie 5, 42440 Koskenpää

Ajanvaraus

Koskenpään terveyskeskuslääkärin ja hoitajan vastaanotoille varataan aika Jämsän terveysaseman kautta puh. 020 630 6020

Lääkärin ja hoitajan vastaanotto

to klo 8–15

Hoitotarvikejakelu

to klo 12–12.30 tai
ajanvarauksella puh. 020 630 6020

KUOREVEDEN TERVEYSASEMA

Puistotie 5 B, 35600 Halli
fax. 010 312 2184

Ajanvaraus

ma–to klo 8–15.30, pe 8–15,
puh. 020 630 6020

Aukioloajat

ma–to klo 8–15.30, pe 8–14

Hoitotarvikejakelu

ma–to klo 12–12.30 (ilman ajanvarausta) puh.
020 630 6020

RAVITSEMUSTERAPEUTTI

Heli Koivisto, puh. 0400 522718

JALKATERAPEUTTI

Kaisu Nurminen, puh 0400 170559

LABORATORIOPALVELUT

ajanvaraus.fimlab.fi tai puhelimitse
ma–pe klo 7–18, puh. 010 808 515

Jämsä

näytteenotto ma–pe klo 7.30–15

Jämsänkoski

näytteenotto ma–to klo 7.30–11, pe 7.30–10

Länkipohja

näytteenotto ti klo 7.30–11

Koskenpää

näytteenotto to klo 8–10

Kuorevesi

näytteenotto ma, ke ja pe klo 7.30–11

SUUN TERVEYDENHUOLTO

Palveluvastaava Satu Suomaa
puh. 040 561 7105

Vastaava hammaslääkäri Riitta Autio

HAMMASHOITOLAT

Jämsän hammashoitola

Terveyskuja 5, 42100 Jämsä

Kuoreveden hammashoitola

Puistotie 5, 35600 Halli

Hammashoittoon hakeudutaan ajanvarauksen kautta. Hoitojärjestys perustuu hoidon kiireellisyyteen.

KESKITETTY AJANVARAUS

Jämsä ja Kuorevesi

puh. 020 630 6010

ma, ti, ke ja pe klo 8–15, to klo 8–17.30
kesä-heinäkuussa ma–pe klo 8–15

Kiireettömät yhteydenotot mielellään klo 10
jälkeen.

Tekstiviestipalvelut (varatun ajan tiedustelu ja
peruminen)

Lisätietoa:

jamsanterveys.fi/ terveyspalvelut/suun-
terveydenhuolto

HAMMASHOIDON PÄIVYSTYS

Kun tarvitset päivystävän hammashoidon palveluita hammashoitolan aukioloaikojen ulkopuolella, soita **Päivystysapu 116 117 – numeroon**. Sieltä sinut tarvittaessa ohjataan Kyllön terveysaseman hammashoitolaan, os. Keskussairaalantie 20, Jyväskylä. (Iltaisin klo 16-21, viikonloppuisin ja arkipyhinä klo 8-21). Yöaikana (klo 21-8) suun terveydenhuollon päivystys on keskitetty Kuopion yliopistolliseen sairaalaan.

Jos Päivystysapu 116 117 –numero ei toimi, soita numeroon 014 269 2200. Varanumero käytössä mahdollisten yhteysongelmien vuoksi.

Puhelinneuvonta palvelee arkisin klo 16 – 8 ja viikonloppuisin ja arkipyhinä vuorokauden ympäri.

KUNTOUTUSPALVELUT

Yksilöfysioterapia, fysioterapeutin suoravastaanotto, ryhmäfysioterapia, lääkinnällinen kuntoutus ja apuvälinepalvelut.

Kuntoutuksen palveluvastaava Sirpa Heikkinen, puh. 040 182 1772

Jämsän fysioterapia

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
toimisto avoinna ma–to klo 8–14, pe 8–13,
puh. 050 435 8163

Apuvälineyksikkö

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
arkisin klo 9–13,
puh. 040 845 2823

KUVANTAMISPALVELUT/RÖNTGEN

Palveluvastaava Johanna Hirvonen
puh. 040 712 2575

Jämsän pääterveysasema
Sairaalantie 11, 42100 Jämsä

Avoinna ma-to klo 8–16, pe ja arkipyhät 8-15,
ajanvaraus ma- pe klo 9-15
puh. 050 435 9372, fax. 010 312 2108

Viikonloppuisin kuvataan vain päivystystutkimuksia.

Kuvantamistutkimuksiin tarvitaan lääkärin lähete

JOKILAAKSON SAIRAALA

Käyntiosoite

Jokilaakson Sairaala
Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
puh. 020 630 6050, fax. 010 312 2173

Palvelujohtaja Sisko Tiirinen
Johtava lääkäri Titta Frantsila
Kirurgian ylilääkäri Heidi Sihvo

Jokilaakson sairaalan erikoissairaanhoidon poliklinikat tarjoavat perustason erikoissairaanhoidon palveluja. Hoitoon ohjautuminen tapahtuu lääkärin läheteellä. Lähetteen voi kirjoittaa esimerkiksi oma terveyskeskuslääkäri tai yksityinen lääkäri. Myös yliopistosairaaloiden ja keskussairaaloiden jatkohoito voi tapahtua Jämsässä kyseisen erikoisan poliklinikalla. Jokilaakson sairaala on julkinen erikoissairaanhoidon yksikkö ja valinnan vapauden piirissä.

ERIKOISSAIRAANHOIDON POLIKLINIKAT

- sisätaudit
- gastroenterologia
- reumataudit
- kardiologia (sydänsairaudet)

- kliininen fysiologia
- keuhkosairaudet
- ortopedia (tuki- ja liikuntaelinkirurgia)
- yleiskirurgia
- gastrokirurgia (vatsaelinkirurgia)
- käsikirurgia
- lastenkirurgia
- plastiikkakirurgia
- verisuonikirurgia
- gynekologia (naistentaudit)
- korva-, nenä- ja kurkkutaudit
- lastentaudit
- onkologia (syöpätaudit)
- neurologia
- ihotaudit ja allergologia
- fysiatria
- urologia
- kliininen neurofysiologia
- diabetes ja endokrinologia
- dialyysi

Asiakas saa lähetteen perusteella varatusta ajasta vahvistuksen postitse. Ohjeet tutkimuksiin ja toimenpiteisiin valmistautumiseen lähetetään kutsu- kirjeen mukana.

Jos varattu aika ei sovi, ota ajoissa yhteyttä osastonsihteeihin, puh. 020 630 6050

LEIKKAUSYKSIKKÖ

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
fax. 010 312 2174

Palveluvastaava Aija Mäkiäho
puh. 040 712 2548,
Kirurgian ylilääkäri Heidi Sihvo

PÄIVÄKIRURGIA

Palveluvastaava Tuija Paasonen
puh. 040 585 3299

Päiväkirurgian yksikkö toimii ma–pe klo 7–15.

Hoitajat, puh. 040 752 3077 tai 040 751 8899
Sihteeri, puh. 040 741 4993
Hoidonvaraaja, puh. 040 183 4777

HOITO-OSASTOT

Hoito-osasto 2, geriatrinen osasto
fax. 010 312 2017

Palveluvastaava Henri Virtanen
puh. 040 712 2612

Hoitajat, puh. 040 018 4724 tai 050 435 9989
Osastonsihteeeri, puh. 040 132 5123

Hoito-osasto 4, sisätautinen osasto
fax. 010 312 2017

Palveluvastaava Tea Brigo
puh. 040 707 1543

Hoitajat, puh. 050 435 9761 tai 040 018 4720
Osastonsihteeeri, puh. 050 435 9773

Hoito-osasto 5, kirurgia
fax. 010 312 2019

Palveluvastaava Tuija Paasonen
puh. 040 585 3299

Hoitajat, puh. 050 435 9881
Sihteeri, puh. 040 134 0770

DIALYYSIOSASTO

Palveluvastaava Sisko Tiirinen
puh. 040 7122613

Dialyysiyksikkö on avoinna ma-la.

Dialyysihoitoon tarvitaan lääkärin lähete. Yksikkö tarjoaa myös lomodialyysijä paikkakunnalla vierailleville dialyysihoitoa tarvitseville.

Tiedustelut:

Dialyysiyksikön sairaanhoitaja
puh. 040 359 4553

Käyntiosoite

Sairaalantie 11
(0. kerros) 42100 Jämsä
fax. 010 312 2173

FYSIOTERAPIA

Palveluvastaava
puh. 040 182 1772

Hoito-osasto 2:n fysioterapeutit
puh. 040 482 6044

Hoito-osasto 4:n fysioterapeutti
puh. 040 0730 819

Hoito-osasto 5:n fysioterapeutit
puh. 040 482 6066

Erikoissairaanhoidon poliklinikan ja päiväkirurgian
fysioterapeutti
puh. 040 658 1108

HYVINVOINTIPALVELUT

Palvelupäällikkö Immu Isosaari
puh. 040 557 4885

PERHEPALVELUKESKUS

Perhepalvelukeskus varmistaa, että lapsiperhe saa erilaisissa elämäntilanteissa tukea ajoissa ja joustavasti.

Palvelupäällikkö Immu Isosaari
puh. 040 557 4885

Ylilääkäri Virpi Merikallio

Palveluvastaava
puh. 040 826 9655

Perhepalvelukeskuksen sihteeri

puh. 050 436 0129

NEUVOLAT

JÄMSÄN NEUVOLA

Perhepalvelukeskus, Sairaalantie 11, 42100 Jämsä

Ajanvaraus ja puhelinaika terveydenhoitajille
ma–pe klo 9–9.30 ja 12–12.30.

Terveydenhoitajat ottavat vastaan
asuinalueittain.

*Ahopelto, Auvila, Harjunkangas, Heila, Himos,
Inkilänrinne, Jaatilanrinne, Juokslahti, Paljakka,
Pispala, Tyry, Sammallahti, Säyrylä, Vaheri,
Vitikkala, Keskinen, Jämsän keskusta
(Keskuskadun pohjoisenpuolinen alue)*

Terveydenhoitaja, puh. 040 774 0287

*Arvaja, Alhojärvi, Hassi, Jämsänkosken keskusta,
Kaipola, Lavamäki, Olkkola, Partala, Länkipohjan
äitiysneuvola*

Terveydenhoitaja, puh. 040 712 2557

*Ahvenlampi, Hartusvuori, Hiidenmäki, Kelhä,
Jämsän Keskusta (Keskuskadun etelänpuolinen
alue) Kilpakorpi, Palomäki, Papinrinne, Pietilä,
Puistola, Tervasmäki, Lukkoila, Kääpälä,
Kuoreveden äitiysneuvola*

Terveydenhoitaja, puh. 040 774 0317

*Arvenmäki, Asemanmäki, Haavisto, Hopsu,
Kinula, Linnamäki, Mustinka, Myllymäki, Oinaala,
Orivuori, Soutula, Rekola, Valkealuomi, Viiskulma,
Ylä-Oinaala, Koskenpään äitiys- ja lastenneuvola*

Terveydenhoitaja, puh. 040 353 1063

Tiitolanmäki, Virtasalmi

Terveydenhoitaja, puh. 040 353 1064

KUOREVEDEN JA LÄNKIPOHJAN NEUVOLA

Puistotie 5, 35600 Halli

Lastenneuvola: terveydenhoitaja,
puh. 040 712 2550,
puhelinaika ma, ke, pe klo 8-8.30

Terveydenhoitaja paikalla pääosin maanantaisin
8-15.30

PERHESUUNNITTELU- JA EHKÄISYNEUVOLA

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
Terveystenhoitaja, puh. 040 353 1064
puhelinaika klo 9–9.30 ja klo 12–12.30

PERHETYÖ

Neuvolan perhetyö on osa äitiys- ja lastenneuvolapalveluja. Se on tarkoitettu lasta odottaville ja pienten lasten vanhemmille. Perhetyön tavoitteena on tukea mahdollisimman varhaisessa vaiheessa vanhemmuutta, parisuhdetta ja koko perheen hyvinvointia. Palvelut ovat maksuttomia.

Perheohjaaja, Jämsä, puh. 040 039 7181

PERHENEUVOLA

Perheneuvola palvelee Jämsän seutukunnan lapsia ja heidän perheitään. Palvelut ovat luottamuksellisia ja asiakkaille maksuttomia. Ota yhteyttä perheneuvolaan, kun

- haluat keskustella kasvatus- tai perheasioista
- olet huolissasi lapsesi kehityksestä tai käyttäytymisestä
- lapsellasi ei suju päiväkodissa, koulussa tai kavereiden kanssa
- perheessäsi on jatkuvia ristiriitoja
- mietit avioeroa
- olet kohdannut menetyksiä tai muita vaikeita elämäntilanteita.

Perhepalvelukeskus, Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
palveluohjaus ja soittopyynnot työntekijöille
ma–to klo 8-16, pe klo 8-13
puh. 050 436 0129

Lastenlääkärin ja -psykiatrin palvelut tarvittaessa.

KOULUTERVEYDENHUOLTO

Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto tarjoaa ennaltaehkäiseviä ja terveyttä edistäviä peruspalveluja, tukee lapsen ja nuoren tervettä

kasvua ja kehitystä sekä koko perheen hyvinvointia.

Kouluterveydenhoitajat kouluittain:

JUOKSLAHDEN KOULU

Puh. 040 353 1063
terveydenhoitaja pääasiassa paikalla torstaisin klo 8.30–11

KAIPOLAN KOULU

Puh. 040 353 1062
terveydenhoitaja paikalla pääasiassa: parillisina viikkoina ke ja to parittomina viikkoina ke (lukuun ottamatta kuukauden viimeistä keskiviikkoa) 8-15

JÄMSÄNKOSKEN YHTENÄISKOULU

Puh. 040 821 5607
terveydenhoitaja paikalla pääasiassa: ma-to 8–15 ja pe 8-14, lukuun ottamatta parittomien viikkojen maanantaita

JÄMSÄNKOSKEN YHTEINÄISKOULU, KORVEN KOULUN TOIMIPISTE

Puh. 040 821 5607
terveydenhoitaja paikalla pääasiassa: parittomien viikkojen maanantaisin, puhelimitse tavoitettavissa ma-to 8–15 ja pe 8-14

KOSKENPÄÄN KOULU

Puh. 040 353 1062
terveydenhoitaja paikalla pääasiassa: kuukauden viimeisenä keskiviikkona, puhelimitse tavoitettavissa ma-to 8–15 ja pe 8-14

KUOREVEDEN KOULU

Puh. 040 712 2550
terveydenhoitaja paikalla pääasiassa ke 8-15 ja pe 8-13

LÄNKIPOHJAN KOULU

Puh. 040 712 2557
terveydenhoitaja paikalla pääasiassa: kuukauden viimeisenä torstaina, puhelimitse tavoitettavissa parhaiten ma-pe 9-9.30 ja 12-12.30

JÄMSÄNJOEN YHTENÄISKOULU, PAUNU

Puh. 040 353 1062

terveydenhoitaja paikalla pääasiassa:
parillisina viikkoina ma, ti 8-15 ja pe 8-13
parittomina viikkoina ma, ti ja to 8-15 sekä pe 8-13

JÄMSÄNJOEN YHTENÄISKOULU, VITIKKALA

Puh. 040 736 9043

terveydenhoitaja paikalla ma-pe klo 8-15

OPISKELUTERVEYDENHUOLTO

JÄMSÄN LUKIO

Vastaanotto Paunun koululla

puh. 040 774 0381

terveydenhoitaja paikalla pääasiassa ti ja to klo 8-15.00

JÄMSÄN AMMATTIOPISTO, Gradia

puh. 040 562 9085

terveydenhoitaja paikalla ma-to klo 8-15 ja pe klo 8-14

JÄMSÄN AMMATTIOPISTO, Gradia

puh. 040 831 5593

terveydenhoitaja paikalla ma-to 8-15

JÄMSÄN KRISTILLINEN KANSANOPISTO

puh. 040 774 0317

terveydenhoitaja paikalla to klo 8-12,
puhelimitse tavoitettavissa parhaiten ma-pe 9-9.30 ja 12-12.30

LAPSIPERHEIDEN TERAPIATYÖ

Lapsiperheille suunnattu terapiatyö sisältää puheterapian, lasten fysioterapian, toimintaterapian ja terveystieteiden psykologin palvelut.

Perhepalvelukeskus, Sairaalan tie 11, 42100 Jämsä
puh. 050 436 0129 (sihteeri)

PUHETERAPIA

Puheterapian tarkoituksena on poistaa, lieventää ja ehkäistä kommunikaatiohäiriöitä ja niihin

liittyviä vuorovaikutuksen ja kehityksen ongelmia sekä suun alueen lihaksiston motorisia toimintahäiriöitä.

Yhteydenotot neuvolan/lääkärin lähettämänä tai ottamalla itse yhteyttä, puh. 040 587 6612.

FYSIOTERAPIA

Lasten fysioterapian tavoitteena on tukea lapsen mahdollisimman normaalia motorista kehitystä.

Yhteydenotot neuvolan/lääkärin lähettämänä tai ottamalla itse yhteyttä, puh. 040 707 8986.

TOIMINTATERAPIA

Lasten toimintaterapiassa tavoitteena on tukea lapsen kokonaiskehitystä, omatoimisuutta ja itsetunnon vahvistumista sekä motoriikan ja hahmottamisen valmiuksia.

Yhteydenotot neuvolan/lääkärin lähettämänä, puh. 040 831 1671.

TERVEYSKESKUSPSYKOLOGI

Terveystieteiden psykologi antaa tukea ja ohjausta elämänmuutos- ja pulma- tilanteissa. Palvelut on suunnattu alle kouluikäisille lapsille perheineen ja yli 18-vuotiaille aikuisille. Palvelut ovat luottamuksellisia ja maksuttomia.

Terveystieteiden psykologi on parhaiten tavoitettavissa ma-pe 8-14

puh. 0400 397 229 (lapset, erityisneuvola).

MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEPALVELUT

Palveluvastaava Johanna Järvi, puh. 0400 413 835
Yliääkäri Anne-Mari Laurila

Mielenterveys- ja päihdepalveluihin hakeudutaan ottamalla puhelimella yhteyttä mielenterveys- ja päihdepalvelujen ENSILINJAN numeroon, jossa sairaanhoitaja tekee hoidontarpeen arvion. Käytämme esitietojen keräämiseen sähköistä Terapianavigaattori.fi-palvelua (www.terapianavigaattori.fi), joka kannattaa käydä täyttämässä ennen yhteydenottoa hoitoon ohjautumisen sujuvoittamiseksi.

Ensilinjan puhelinpalvelu 020 630 6025

Ensilinja auki pääsiallisesti arkipäivisin ma-to 8-14 ja pe 8-13. Käytössä on takaisinsoittojärjestelmä.

Terveys- ja sosiaalitoimen aukioloaikojen ulkopuolella sosiaalipäivystyksen hoitaa Keski-Suomen sosiaali- ja kriisipäivystys Keski-Suomen hyvinvointialueella, josta saa apua myös ympärivuorokautisesti kriisi- ja onnettomuustilanteissa. Myös kriisikeskus Mobile palvelee hyvinvointialueen asukkaita.

MIELENTERVEYSKESKUS

Mielenterveyskeskuksen hoitoon tullaan Ensilinjan hoidon tarpeen arvioinnin kautta.

Ensilinjan puhelinpalvelu 020 630 6025

Ensilinja auki pääsiallisesti arkipäivisin ma-to 8-14 ja pe 8-13. Käytössä on takaisinsoittojärjestelmä.

Käyntiosoite

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
puh. 050 433 8344

Mielenterveyskeskus on avoinna ajanvarauksella ma-to klo 8–16 ja pe klo 8–14.

Mielenterveyskeskuksen toimistossa osastonsihtööri palvelee ma-to klo 8–11 ja 11.30–15.30 sekä pe 8–14.

A-KLINIKKA

A-klinikka toimii avohoidollisena erityispalveluyksikkönä peli- ja riippuvuusongelmallisille. Päihdepalveluissa ei ole ikärajaa.

Hoitoon tullaan Ensilinjan hoidon tarpeen arvioinnin kautta.

Ensilinjan puhelinpalvelu 020 630 6025

Ensilinja auki pääsiallisesti arkipäivisin ma-to 8-14 ja pe 8-13. Käytössä on takaisinsoittojärjestelmä.

Käyntiosoite

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
puh. 040 712 2572,

A-klinikka on avoinna ajanvarauksella ma-to klo 8–16 ja pe klo 8–14.15

Osastonsihtööri palvelee ma-to klo 8–11 ja 11.30–15.30 sekä pe 8–14.

KUNTOUTUMISKESKUS KOTISATAMA

Kuntoutumiskeskuksen perustoimintoja ovat yhteisöhoito, ryhmä- toiminta, kotikuntoutus sekä yksilölliset keskustelukäynnit työntekijän luona. Tavoitteena on asiakkaan kotona selviytymisen tukeminen, sairaalahoidon estäminen ja elämänlaadun parantaminen.

Käyntiosoite

Saksalankatu 1, 42100 Jämsä
puh. 040 531 0572

Kuntoutumiskeskuksen hoitoon tullaan nuorisopsykiatrian poliklinikan, mielenterveyskeskuksen tai A-klinikan lähettämänä.

NUORISOPSYKIATRIAN POLIKLINIKKA

Nuorisopsykiatrian poliklinikka palvelee 13–17-vuotiaita nuoria ja heidän perheitään. Hoitoon pääsemiseksi tarvitaan lähete, jonka voi saada esim. kouluterveydenhoitajalta, koulupsykologilta, sosiaalityöntekijältä tai lääkäriltä.

Käyntiosoite

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
puh. 040 152 0055

Nuorisopsykiatrian poliklinikka on avoinna ajanvarauksella ma-to klo 8–16 ja pe klo 8–14.

Osastonsihtööri palvelee ma-to klo 8–11 ja 11.30–15.30 sekä pe 8–14.

KRIISI- JA SOSIAALIPÄIVYSTYS

puh. 014 266 0149

Puhelinnumero on auki 24 tuntia vuorokaudessa vuoden jokaisena päivänä.

Keski-Suomen sosiaali- ja kriisipäivystys järjestää sosiaali- ja kriisipäivystyksen palvelut koko hyvinvointialueelle ympärivuorokautisesti kaikkina vuoden päivinä.

Ota yhteyttä sosiaali- ja kriisipäivystykseen, kun tilanne vaatii kiireellistä sosiaalityön arviota tai välittömiä toimenpiteitä.

Tällaisia voivat olla esimerkiksi:

- huoli lapsesta tai perheen tilanteesta
- akuutti väkivalta tai sen uhka perheessä
- huoli vanhuksen tai vammaisen kotona pärjäämisestä

Ota yhteyttä, kun olet kohdannut traumaattisen kriisin, kuten omaisen kuoleman, itsemurhan tai itsemurhayrityksen, oman tai läheisen vakavan sairastumisen, olet ollut mukana onnettomuudessa tai läheltä piti -tilanteessa.

VANHUSPALVELUT

Jämsän vanhuspalveluihin kuuluvat iäkkäiden päivätoiminta, kuntoutus, geriatrian poliklinikka, kotihoito tukipalveluineen, iäkkäiden ympärivuorokautinen palveluasuminen ja yhteisöasuminen.

Palvelupäällikkö Elina Koivumäki,
puh. 040 144 8146

HYVINVOINTITORI

Ikäihmisten palveluneuvontaa saa Hyvinvointitorilta. Siellä kerrotaan tarjolla olevista vaihtoehdoista ja avustetaan palveluiden valinnassa. Mikäli asiakkaan tilanne vaatii laajempaa palveluntarpeen kartoitusta, hyvinvointitorilta avustetaan ottamaan yhteys hyvinvointialueen palveluohjaukseen. Palveluohjaus on asiakkaalle maksutonta.

Kuluvana vuonna 80 –vuotta täyttävät voivat olla yhteydessä Hyvinvointitorille ilmaisen terveystarkastuksen saamiseksi.

Kotihoidon palveluiden piirissä jo olevat asiakkaat voivat tarpeen mukaan olla yhteydessä omaan kotihoidon yksikköönsä. Yhteystiedot löytyvät kotihoidon -osiosta.

Käyntiosoite

Sairaalantie 11, Jämsä
ma-pe klo 12.30-14.30, sekä sopimuksen mukaan
puh 050 570 0446
JT.hyvinvointitori@pihlajalinna.fi

Neuvonta on maksutonta.

GERIATRIAN POLIKLINIKKA (ent.muistipoliklinikka)

Geriatrisen poliklinikan hoidon piiriin kuuluvat yli 65-vuotiaat. Nuorempien henkilöiden muistisairauksien selvitykset kuuluvat neurologian poliklinikalle.

Käyntiosoite

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
JT.muistipoliklinikka@pihlajalinna.fi

Muistihoitaja Marja-Leena Laakso

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
soittoaika ma–pe klo 8–9
puh. 040 822 8105

Muistikoordinaattori Päivi Luukko

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
puh. 040 513 9600

KOTIHOITO

Kotihoito tukee ja auttaa, kun asiakas tarvitsee sairauden tai alentuneen toimintakyvyn vuoksi apua kotiin selviytyäkseen arkipäivän askareista ja henkilökohtaisista toiminnoista.

Kotihoito tukee ja vahvistaa asiakkaan omia voimavaroja arkikuntoutuksen keinoilla, jotta

asiakkaan selviytyminen omassa asuinympäristössään olisi mahdollista.

Kotihoidon tukipalvelut täydentävät muuta kotihoitoa. Kotihoidon tukipalveluina järjestetään ateria-, asiointi-, kylvytys-, turva- ja vaatehuoltopalveluja. Asiakkaat ohjautuvat kotihoitoon palveluohjauksen kautta.

Kotihoidon palveluvastaava Seppola

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
soittoaika ma–pe klo 9–12
puh. 040 723 5284

Kotihoidon palveluvastaava Jämsänkoski/Koskenpää

Kenraalintie 12, 42300 Jämsänkoski
soittoaika ma-pe klo 9-12
puh. 040 8446289

Kotihoidon palveluvastaava Halli-Länkipohja

Aallontie 4, 35400 Längelmäki
puh. 040 752 1138

Puistotie 5 A, 35600 Halli
puh. 040 752 1138

Turvapuhelinpalvelut, palveluohjaaja

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
puh. 040 507 9572

Seppolan kotihoito

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä

Hoitajat
puh. 0400 347 566 ja 040 578 2103

Sairaanhoitaja ma–pe klo 11–14
puh. 040 585 6893

Yöpartio Jämsä

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
ma–su klo 21–07
puh. 040 524 2112

Jämsänkosken kotihoito

Kenraalintie 12, 42300 Jämsänkoski

Hoitajat
puh. 0400 188 129

Sairaanhoitaja ma–pe klo 11–14
puh. 040 131 6865

Yöpartio Jämsänkoski

Laaksotie 18, 42300 Jämsänkoski
ma–su klo 21–07
puh. 0400 542 139

Koskenpään kotihoito

Yhdistetty Jämsänkosken kotihoitoon
Kenraalintie 12, 42300 Jämsänkoski

Hoitajat
puh. 0400 188 129

Sairaanhoitaja ma–pe klo 11–14
puh. 040 131 6865

Halli-Länkipohja kotihoito

Särkänkuja 5, 35400 Längelmäki
Palveluvastaava p. 040 752 1138

Puistotie 5, 35600 Halli
Palveluvastaava p. 040 752 1138

IKÄIHMISTEN YHTEISÖASUMINEN

Ikäihmisten yhteisöasuminen sisältää asumisen (vuokrasopimus) palveluohjauksessa sovitut kotihoidon käynnit sekä sosiaalista ryhmätoimintaa. Osa yksiköistä on ryhmäkoteja ja osa palvelutaloja, joissa asiakkailla on omat huoneistot.

Kotihoidon yhteisöasumisen palveluvastaava (Koskentien palvelutalo, Saksalan palveluasunnot, Säterintien palvelutalo)

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
soittoaika ma-pe klo 9–12
puh. 040 529 6422

Kotihoidon tavallisen palveluasumisen palveluvastaava (Linnakartanon palveluasunnot)

Sairaalanatie 11, 42100 Jämsä
soittoaika ma-pe klo 9–12
puh. 040 844 6289

Koskentie palvelutalo

Koskentie 13, 42100 Jämsä
puh. 040 734 2720
Palveluvastaava p. 040 529 6422
Sairaanhoidaja ma–pe klo 11–14
puh. 0400 862 936

Saksalan palveluasunnot

Lukkoilantie 22, 42100 Jämsä
puh. 040 828 1902
Palveluvastaava p. 040 529 6422

Säterintien palvelutalo

Säterintie 19 C 21–22, 42100 Jämsä
puh. 040 828 1902
Palveluvastaava p. 040 529 6422

Linnakartanon palveluasunnot

Laaksotie 18, 42300 Jämsänkoski
puh. 0400 342 246
Sairaanhoidaja ma–pe klo 11–14
puh. 040 183 4656

Hallin palvelutalo

Puistotie 5 A, 35600 Halli
puh. 040 712 2464
Palveluvastaava, puh. 040 752 1138

Linnahovin ryhmäkoti

Laaksotie 18 M, 42300 Jämsänkoski
puh. 040 840 8710
Palveluvastaava, puh. 040 829 6995

Linnatuvan ryhmäkoti

Laaksotie 18 K, 42300 Jämsänkoski
puh. 040 521 7280
Palveluvastaava, puh. 040 829 6995

Jämsänkosken Palvelutalo (Laukalammi)

Laaksotie 18 O, 42300 Jämsänkoski
puh. 040 162 8011 tai 040 032 2907
Palveluvastaava, puh. 040 829 6995

Linnakartanon päiväkeskus

Laaksotie 18 L, 42300 Jämsänkoski
puh. 040 712 2508
Palveluvastaava, puh. 040 725 2128

**IKÄIHMISTEN
YMPÄRIVUOROKAUTINEN
PALVELUASUMINEN**

Ympärivuorokautisen palveluasumisen yksiköitä ovat ne ikääntyneille tarkoitetut palveluasumisyksiköt, joissa henkilökunta on paikalla ympäri vuorokauden.

Lammenrannan palvelutalo

Laaksotie 18 N, 42300 Jämsänkoski
puh. 040 508 9914
Sairaanhoidajat arkisin ma–pe 7–15, hoitajat (24h/vrk), puh. 040 712 2506
Palveluvastaava, puh. 040 829 6995

Hallin palvelutalo

Puistotie 5 A, 35600 Halli
puh. 040 712 2464
Palveluvastaava, puh. 040 752 1138

Linnakartanon palvelutalo

Laaksotie 18, 42300 Jämsänkoski
puh. 040 712 2505, hoitajat (24h/vrk)
Palveluvastaava, puh. 040 725 2128

Länkipohjan palvelutalo

Aallontie 4, 35400 Längelmäki
puh. 040 021 8258
Palveluvastaava, puh. 040 507 9573

Seppolan palvelutalo

Punalantie 38, 42100 Jämsä

Ryhmäkoti 1, puh. 050 467 6111
Ryhmäkoti 2, puh. 050 467 6119
Ryhmäkoti 3, puh. 050 467 6179
Ryhmäkoti 4, puh. 050 467 6211

Palveluvastaava, puh. 040 566 8194

TYÖTERVEYSHUOLTO/PÄIVITYKSESSÄ

Pihlajalinna Lääkärikeskukset Oy tuottaa työterveyshuoltopalvelut Jämsän Terveys Oy:lle. Jämsän ja Kuhmoisten kuntien alueella toimiville yrityksille tuotetaan työterveyshuoltopalveluita sekä Jämsässä että Kuhmoisissa.

Vastaava lääkäri Mervi Kallio
Palvelupäällikkö Marianne Koskinen

Pihlajalinna työterveyshuolto Jämsä

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä
Avoinna ma–to klo 7.30–15.30, pe klo 7.30–14.30, ajanvaraus puh. 010 312 011.

Pihlajalinna Jämsä

Välikatu 1, 42100 Jämsä
Avoinna ma–pe 7–16, ajanvaraus puh. 010 312 011.

Kuhmoisten toimipaikka

Orivedentie 3, 17800 Kuhmoinen
Avoinna ma–pe klo 8–14, ajanvaraus puh. 010 312 011.



Jämsän Terveys
Pihlajalinna