



# 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 h / vrk)  
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 ja  
hyvinvointipalvelut, Elina Koivumäki  
HR-päällikkö Riitta Pasanen

Sähköpostit ovat muotoa  
etunimi.sukunimi@pihlajalinna.fi

### SISÄLLYS:

TERVEYSPALVELUT.....	3
JOKILAAKSON SAIRAALA.....	6
HYVINVOINTIPALVELUT.....	8
VANHUSPALVELUT.....	12
TYÖTERVEYSHUOLTO.....	14

## TERVEYSPALVELUT

Terveyspalveluihin kuuluvat kiireellinen avosairaanhoito (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 Veera Kamaja  
puh. 040 712 2560

Vastuulääkäri Jaakko Lassila  
Ensiavun ylilääkäri Seija Sipola

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

## Päivystysapu puh. 116 117

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.

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, 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

ma-to klo 8-15.30, pe 8-15,

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

palvelun tuottaa 1.8.2024 alkaen Keski-Suomen  
hyvinvointialue.

Heli Koivisto, puh. 0400 522718

## JALKATERAPEUTTI

palvelun tuottaa 1.8.2024 alkaen Keski-Suomen  
hyvinvointialue

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

palvelut tuottaa 1.1.2024 alkaen Keski-Suomen  
hyvinvointialue.

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.  
Keskussairaalan tie 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

perusterveydenhuollon kuntoutuspalvelut  
tuottaa 1.8.2024 alkaen Keski-Suomen  
hyvinvointialue.

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.  
Lahetteen voi kirjoittaa esimerkiksi oma  
terveyskeskuslääkäri tai yksityinen lääkäri. Myös  
yliopistosairaaloiden ja keskussairaaloiden  
jatkoahoito 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 osastonsihteereihin, puh. 020 630 6050

## LEIKKAUSYKSIKÖ

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä  
fax. 010 312 2174

Palveluvastaava Aija Mäkiaho  
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 Karina Pae

puh. 040 712 2612

Hoitajat, puh. 040 018 4724 tai 050 435 9989

Osastonsihteeri, puh. 040 132 5123

### Hoito-osasto 4, sisätautinen osasto

fax. 010 312 2017

Palveluvastaava Tea Syrjälä

puh. 040 707 1543

Hoitajat, puh. 050 435 9761 tai 040 018 4720

Osastonsihteeri, 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

**palvelut tuottaa 1.1.2024 alkaen Keski-Suomen hyvinvointialue.**

Palveluvastaava Sisko Tiirinen

puh. 040 7122613

Dialyysiyksikkö on avoinna ma-la.

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

### Tiedustelut

Dialyysiyksikön sairaanhoitaja

puh. 040 359 4553

### Käyntiosoite

Sairaalantie 11

(0. kerros) 42100 Jämsä

fax. 010 312 2173

## FYSIOTERAPIA

Palveluvastaava Sirpa Heikkinen  
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 Elina Koivumäki  
puh. 040 557 4885

## PERHEPALVELUKESKUS

**palvelut tuottaa 1.8.2024 alkaen Keski-Suomen  
hyvinvointialue.**

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

Palvelupäällikkö Elina Koivumäki  
puh. 040 557 4885  
Yliääkäri Virpi Merikallio

Palveluvastaava Essi Kusmin  
puh. 040 826 9655

Perhepalvelukeskuksen sihteeri  
puh. 050 436 0129

## NEUVOLAT

### JÄMSÄN NEUVOLA

Perhepalvelukeskus,  
Sairaalanatie 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, Vastaanottokeskus-yhteistyö*  
**Terveydenhoitaja, puh. 040 712 2557**

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

Sairaalanatie 11, 42100 Jämsä  
Terveydenhoitaja, 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 soittopyynnöt 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.

## **JUOKSLAHDEN KOULU**

Puh. 040 774 0287

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 YHTENÄISKOULU, 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. 040 774 0287

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. 040 562 9085  
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,  
Sairaalantie 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

palvelut tuottaa 1.8.2024 alkaen Keski-Suomen  
hyvinvointialue.

Palveluvastaava Johanna Järvi  
puh. 0400 413 835  
Yli lääkäri Anne-Mari Laurila

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

### Ensilinjan puhelinpalvelu 020 630 6025

Ensilinja auki pääsääntöisesti arkipäivisin  
ma-to 8-14 ja pe 8-13.  
Käytössä on takaisinsoitto-järjestelmä.

Terveystieteiden 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 osastosihteeri 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

Osastosihteeri 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.

Osastosihteeri 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.

## IKÄIHMISTEN PALVELUT

palvelut tuottaa 1.4.2024 alkaen Keski-Suomen hyvinvointialue.

Jämsän ikäihmisten palveluihin kuuluvat päivätoiminta, kuntoutus, geriatrian poliklinikka, kotihoito tukipalveluineen, 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 sekä neuvonta 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 yksikkönsä. Yhteystiedot löytyvät kotihoidon -osiesta.

#### Käyntiosoite

Sairaalantie 11, Jämsä

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

## 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

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

#### Muistikoordinaattori

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**

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä  
puh. 014 266 3080, arkisin klo 9-15  
Turvapuhelinpalveluiden irtisanominen  
puh. 040 657 5269

### **Seppolan kotihoito**

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä  
Hoitajat  
puh. 0400 347 566 ja 040 578 2103  
Sairaanhoidtaja 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**

Palveluvastaava, puh. 040 844 6289  
Kenraalintie 12, 42300 Jämsänkoski

Hoitajat  
puh. 0400 188 129  
Sairaanhoidtaja 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  
Sairaanhoidtaja 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 asiakkailta on omat huoneistot.

### **Koskentien palvelutalo ja Kotimäki**

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä  
soittoaika ma-pe klo 9–12  
Palveluvastaava, puh. 040 529 6422  
Sairaanhoidtaja ma–pe klo 11–14  
puh. 0400 862 936

### **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

### **Hallin palvelutalo**

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

## **KOTIHOITON SISÄLTIVÄ ASUMINEN**

### **Saksalan palveluasunnot**

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

### **Linnakartanon palveluasunnot**

Laaksotie 18, 42300 Jämsänkoski  
Palveluvastaava, puh. 040 844 6289  
Sairaanhoidtaja ma–pe klo 11–14  
puh. 040 183 4656

### **Linnakartanon päiväkeskus**

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

## **IKÄIHMISTEN YMPÄRIVUOROKAUTINEN PALVELUASUMINEN**

Ympäri vuorokautisen palveluasumisen yksiköitä ovat ne ikääntyneille tarkoitettut 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  
Palveluvastaava, puh. 040 566 8194

Ryhmäkoti 1, puh. 050 467 6111

Ryhmäkoti 2, puh. 050 467 6119

Ryhmäkoti 3, puh. 050 467 6179

Ryhmäkoti 4, puh. 050 467 6211

## **TYÖTERVEYSHUOLTO**

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

Vastaava työterveyslääkäri Aulikki Juntunen  
Työterveyshuollon alueellinen palvelupäällikkö  
Outi Pinomäki  
Palveluvastaava Marianne Koskinen

### **Pihlajalinna Jämsä**

Välikatu 1, 42100 Jämsä  
Ajanvaraus puh. 010 312 010  
Avoimna ma–pe 7–16, arki-iltaisain sopimuksen  
mukaan  
Laboratorio avoimna ma-pe 7-14



**Jämsän Terveys**  
**Pihlajalinna**