Julkaisuvapaa 9.1.

Sydänliitto edellyttää sydänkuntoutuksen aseman vahvistamista Suomessa

Tällä hetkellä arviolta vain joka viides suomalainen sepelvaltimotautipotilas ohjautuu sydänkuntoutukseen. Asiaan on saatava muutos. Käypä hoito -suosituksia ollaan juuri päivittämässä, ja Sydänliiton tavoitteena on nostaa sydänkuntoutus sen ansaitsemaan asemaan uusissa hoitosuosituksissa.

Sydänkuntoutus ymmärretään yleensä pelkkänä liikunnallisena kuntoutuksena. Kuitenkin tärkeä osa kuntoutusta on opettaa potilas ymmärtämään enemmän sairaudestaan ja hoitoon sitoutumisen merkityksestä. Sydänkuntoutus on oleellinen osa seuraavan sydäntapahtuman ennaltaehkäisyä.

Sydänkuntoutus ei ole enää vain joillekin suositeltavaa lisähoitoa. Viimeaikaisten kansainvälisten hoitosuositusten mukaan jokainen sydäninfarktin sairastanut tai sepelvaltimotoimenpiteessä ollut potilas tulisi ohjata sydänkuntoutukseen.

**Sydänliiton Tulppa saa tänä vuonna digitaalisen versionsa**

Tulppa on Sydänliiton kehittämä ryhmämalli sydänkuntoutukseen. Tämän vuoden aikana Sydänliitto tulee julkaisemaan Tulpasta uuden Digi-Tulppa-version. Digi-Tulppa mahdollistaa sydänkuntoutuksen myös niille, jotka eivät halua tai pääse ryhmätapaamisiin. Tämä palvelee entistä paremmin työikäisiä potilaita kuin myös niitä, joille osallistuminen tapaamisiin on pitkien välimatkojen takia vaikeaa.

Ensimmäinen Tulppa-ryhmä kokoontui Pohjois-Karjalassa jo vuonna 1999. Hiljalleen malli on levinnyt jo 13 sairaanhoitopiirin alueelle. Viimeisimpänä alueena Tulppa-kuntoutuksen on ottanut käyttöön Pohjois-Pohjanmaa, jossa tämä kuntoutus on nyt osa potilaan hoitopolkua. Kuitenkin suuri osa suomalaisista on vielä ilman Tulppa-kuntoutuksen mahdollisuutta, esimerkiksi Etelä- ja Varsinais-Suomen alueet.

Lue lisää Tulppa-sydänkuntoutuksesta: <https://sydanliitto.fi/tulppa>

**Lisätietoja:**

Anna-Mari Hekkala, ylilääkäri, Suomen Sydänliitto  
[anna-mari.hekkala@sydanliitto.fi](mailto:anna-mari.hekkala@sydanliitto.fi)  
p. +358 50 434 4244