

# TIEDOTE TERVEYSPALVELUISTA

## TERVEYDENHOITAJA

Tavattavissa ylä-asteen tiloissa, ulko-ovi löytyy lukion puoli päästä. Voit ottaa yhteyttä puhelimitse p. **4390253, 0447390253** tai sähköpostin kautta: [paula.lammi@ras.fi](mailto:paula.lammi@ras.fi) niin voimme sopia terveystarkastusajasta tai muusta käynnistä.

## PERHESUUNNITTELUPALVELUT

Terveydenhoitajan vastaanotolle voi hakeutua jos tarvitsee ehkäisyneuvontaa. Jos haluaa aloittaa hormonaalisenehkäisyn käytön, voi ottaa yhteyttä terveydenhoitajaan koululla tai neuvolassa. Jos tarvitsee hormonaalista ehkäisyvalmistetta esim. kuukautishäiriöiden hoitoon, terveysaseman lääkärinvastaanotto hoitaa asiaa. Lääkärinvastaanotolla hoidetaan myös sukupuolitauti epäilyt.

**Pyhäjoen neuvolan puhelintunti klo 11.00 – 12.00 p. 4394567**

## PYHÄJOEN LÄÄKÄRIN ja SAIRAANHOITAJAN VASTAANOTTO

**Voit varata ajan puh. 4394560.** Aukioloajat maanantai - perjantai klo 8.00 - 15.00.

## HAMMASHOITOLA

**palveluja voi varata puh. 4394725.** Hammashoitolan löytää Pyhäjoen terveysasemalta.

**Särkypotilaat** pääsevät hoitoon 1 vuorokauden sisällä. Särkypäivystys järjestetään arkipäivisin hammashoitoloissa ja lauantaisin pääterveysaseman hammashoitolassa Raahessa. Arkisin aika varataan oman alueen hammashoitolasta klo 8-11 välillä.

**Lauantaina klo 8.30-10.00 pääterveysasemalla Raahessa alueen koko väestölle puh 439 4709.** Saapuminen terveyskeskuspäivystyksen kautta. Potilaat hoidetaan saapumisjärjestyksessä vuoronumeron mukaan

## ENSIAPU JA PÄIVYSTÄVÄ LÄÄKÄRI RAAHESSA

**Puh. 439 4511.** Ensiavussa on yksi päivystävä lääkäri, joka tutkii ja hoitaa potilaat kiireellisyysjärjestyksessä ilman ajanvarausta

## JOS SINULLA ON ONGELMIA OPISKELUSSA TAI YKSITYISELÄMÄSSÄ...

Pyhäjoen sosiaalityöntekijä / kuraattori **Johanna Luoto.**  
ajanvaraus p. 044-7390227.  
Email: [johanna.luoto@pyhajoki.fi](mailto:johanna.luoto@pyhajoki.fi).

### Raahen perheneuvola

**Käyntiosoite:** Laivurinkatu 9 D, Raahen

**Puhelin: (08) 4392900**

Ajanvarauksia otetaan vastaan ma - pe klo 12.00-13.00.

Perheneuvolaan ei tarvita lähetettä ja perheneuvontapalvelu on asiakkaalle maksutonta. Kaikki keskustelut ovat luottamuksellisia. Halutessasi voit vain soittaa ja keskustella työntekijän kanssa.

**Palvelut tarkoitettu alle 18-vuotiaille.**

Perheneuvolaan voi tulla keskustelemaan silloin, kun jokin asia omassa tai perheen elämässä huolestuttaa. Työntekijöinä toimii psykologeja, sosiaalityöntekijöitä, lääkäri.

### Mielenterveystoimisto Raahen, Pyhäjoki

**puh. 4390226, 0447390226.** Pyhäjoen psykiatrinen sairaanhoitaja on virastotalolla sosiaalitoimiston tiloissa. Palvelut on tarkoitettu 18-vuotta täyttäneille.

Käyntien yhteydessä selvitetään avuntarve ja odotukset hoidon suhteen, tämän jälkeen päätetään mahdollisesta hoidosta. Käyntien yhteydessä arvioidaan myös lääkärin vastaanoton tarve.

## Nuorisopsykiatrinen poliklinikka Oulu, Ylivieska

Poliklinikalle hakeudutaan lääkärin läheteellä.

### Toiminnan kuvaus

Nuorisopsykiatrin poliklinikalla 13-21 -vuotiailla nuorilla on mahdollisuus tutkimukseen ja arviointiin. Sisältää tavallisesti 3-7 kahdenkeskistä haastattelukäyntiä ja tarvittaessa neuvottelut nuoren vanhempien ja/tai muiden nuoren elämään liittyvien aikuisten/viranomaisten kanssa.

Tutkimuksen perusteella nuorelle voidaan suositella yksilöllisesti mietittyä hoitoa.

### Langin keskus

**Nuorten Talo** on Raahessa erityisesti alaikäisille ja nuorille tarkoitettu paikka. **Osoite:** Brahenkatu 10, Raahе.

**Mikko Qvist** puh. 044-4393784.

**Antti Raappana** puh. 044-4393786

**Nuorten Talo** on paikka, johon jokainen nuori voi halutessaan tulla. Syynä voi olla: erimielisyydet ja riidat kotona, perheväkivalta, turvattomuus, kouluvaikeudet, kaveriongelmat, päihteiden käyttö, rikokset jne. Nuorten Talo tarjoaa myös alle 25-vuotiaille päihde- ja huumeasiakkaille sekä heidän läheisilleen neuvontaa, arviointeja sekä avohoitopalveluja

### SOSIAALIPÄIVYSTYS

puh. 112

Sosiaalipäivystyksellä varmistetaan, että kiireellisiä toimenpiteitä vaativissa tilanteissa sosiaalipalvelut ovat välittömästi saatavilla. Kiireellisen avun tarpeessa voi olla hoivaa vaille jäänyt lapsi, nuori ongelmineen tai päihteiden käytön vuoksi nopeasti hoitoa tarvitseva.

## **Raahen ensi- ja turvakoti ry**

**Ympäri vuorokautinen päivystys, puh. (08) 221 202**

Fellmanninpuistokatu 11, 92100 Raahе,  
sähköposti: **toimisto@raahenensijaturvakoti.fi**

**Raahen turvakodissa:** Ensikoti, Turvakoti, Tenavatupa,  
Tapaamispaikka, Unikoulu, Tukihenkilö toimintaa.

**Turvakotiin** voi soittaa, kun tarvitsee luotettavaa kuuntelijaa. Turvakoti tarjoaa kaikkina vuorokauden aikoina turvapaikan perheväkivallan uhriksi joutuneille tai väkivallan uhasta kärsiville aikuisille ja lapsille. Turvakotiin voi tulla, jos haluaa keskustella ongelmistaan tai tarvitsee neuvontaa asioiden selvittelyssä. Yhdistyksen vapaaehtoisilla päivystäjillä ja työntekijöillä on ehdoton vaitiolovelvollisuus.

## **Lasten ja Nuorten Voimala**

[oulu@voimala.info](mailto:oulu@voimala.info) .

Työntekijät Raahessa: Riitta-Liisa Pisilä, Mirjami Siren

**Voimala on tarkoitettu psykososiaalisista ongelmista kärsiville 5-25 -vuotiaalle lapsille ja nuorille sekä heidän perheilleen ja lähiverkostoilleen.** Lasten ja Nuorten Voimala tarjoaa voimavarasuuntautunutta terapiaa ja moniammatillista perhekuntoutusta hyvinvoinnin, tasapainoisen kehityksen ja sosiaalisen selviytymisen tueksi.

Voimalaan hakeudutaan lääkärin läheteellä.