

The background features a large, light blue circular shape. Overlaid on this are the letters 'M', 'L', and 'V' in a white, sans-serif font. The 'M' is on the left, the 'L' is in the center, and the 'V' is on the right. The text is centered within the blue area.

Nuoren Lääkärin käsikirja

Opas työuran ensimetreille

Nuorten Lääkärien Yhdistyksen julkaisuja, 2024

Kirjoittajat:

Mikko Airo
Markus Hautamäki
Lauri Heiskanen
Lassi Karppi
Krista Korja
Maaret Laakso
Riku Metsälä
Katariina Seittenranta

Sisällys

Alkusanat.....	4
Kohti ensimmäistä lääkärintyötä.....	5
Miten saan toimilupani kuntoon?.....	5
Miten haen Valviran laillistusta?.....	5
Miten tilaan toimikorttini?.....	6
Mihin menisin töihin?.....	7
Miten valitsen työpaikkani?.....	7
Millaista perehdytystä minun pitäisi saada?.....	8
Millaisia oikeuksia ja velvollisuuksia lääkärintyöhön liittyy?.....	10
Tein virheen - mitä nyt?.....	11
Ammatillinen jatkokoulutus – ohjattua työssäoppimista.....	13
Mikä on YEK ja miksi se kannattaa?.....	14
Miten voin aloittaa YEKin?.....	14
Miten YEK rakentuu?.....	15
Miten voin kouluttautua erikoislääkäriksi?.....	16
Miten erikoistumaan käytännössä haetaan?.....	16
Mitä tarkoittaa osaamisperustainen erikoislääkärikoulutus?.....	20
Missä voin kouluttautua?.....	22
Miten työkokemukseni kertyy ja voinko työskennellä osa-aikaisesti?.....	23
Voinko työskennellä etänä?.....	23
Voinko edistää erikoistumistani jo ennen opinto-oikeuden saamista?.....	24
Tohtorintutkinto – tutkijan ajokortti.....	25
Täydennyskoulutus.....	26
Edunvalvonnan lyhytoppimäärä.....	27
Työskentelenkö Lääkärisopimuksen piirissä?.....	27
Mistä palkkani muodostuu?.....	27
Miten päivystyskorvaukseni määräytyvät?.....	28
Kuka on luottamusmies?.....	30
Miten voin itse ryhtyä luottamusmieheksi?.....	30
Pitäisikö minun liittyä työttömyyskassaan?.....	31
Nuori Lääkäri yksityissektorilla.....	32
Ryhtyisinkö työskentelemään yksityissektorilla?.....	32
Minustako yrittäjälääkäri?.....	32
Miten pidän itsestäni huolta?.....	34
Oman työn hallinta ja kollegatuki.....	34
Työnohjaus.....	34
Työterveyshuolto.....	35
Lääkäriliiton luottamuslääkärit.....	35

Itse tukena nuoremmille.....	36
Kesämentorointi.....	36
SYNAPSI-mentorointi.....	37
Mukaan vaikuttamaan.....	38
NLY.....	38
Lääkäriliitto.....	39
Duodecim.....	40
Yliopisto.....	42
Paikallistoiminta.....	42
Soten tekijät -yhteistyöverkosto.....	43
Loppusanat.....	44



Alkusanat

Yhtä monta urapolkua kuin Nuorta Lääkäriä

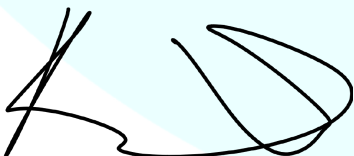
Perusopintojen aikana osa nuorista lääkäreistä piirtää selkeän kuvan unelmiensa työurasta. Osa on kuusivuotisen peruskoulutuksen myötä tunnistanut omia mieltymyksiään ja vahvuuksiaan ja niiden perusteella sulkenut pois joitain uravaihtoehtoja, mutta vaihtoehtojen määrä on edelleen suuri. Osan on heti valmistumisen jälkeen vaikea osoittaa yhtäkään mielekkäältä tuntuva urapolku, ja epävarmuus ammatinvalinnasta saattaa vaivata.

Lääkäri 2023 -tutkimuksen mukaan neljä viidestä nuoresta lääkäristä työskentelee päätoimisesti hyvinvointialueella. Nuorista lääkäreistä 14 % työskentelee työsuhteessa yksityissektorilla, 4 % yliopistossa tai valtiolla ja 4 % ammatinharjoittajana tai yrittäjänä. Toimenkuvat ja työympäristöt ovat moninaisia kullakin toimintasektorilla.

Vaikka enemmistö Suomessa työskentelevistä lääkäreistä sijoittuu sairaaloihin, terveyskeskuksiin ja yksityisille lääkäriasemille, lääkäri voi löytää paikkansa myös monenlaisista asiantuntijatehtävistä – esimerkiksi Kelasta, vakuutusyhtiöstä tai Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselta – opetus- ja tutkimustehtävistä tai vaikkapa Puolustusvoimista sotilaslääketieteen parista. Sosiaali- ja terveydenhuollon hallinto- ja johtamistehtävissä tarvitaan lääkäreitä. Lääketieteen asiantuntijoille on kysyntää myös muun muassa terveydenhuoltoalan konsulttiyrityksissä, lääketeollisuudessa ja urheiluseuroissa.

Ajattelitpa tulevasta työurastasi mitä tahansa, et taatusti ole ajatustesi kanssa yksin. Valmistumisen jälkeen on sallittua – ehkä jopa toivottavaa – tutustua erilaisiin työympäristöihin, kokeilla erilaisia työnkuvia ja etsiä itselle sopivaa paikkaa 20000-päisen kollegakuntamme joukossa. Apua etsintöihin voi hakea jatkokoulutuksen parista, nuorille lääkäreille suunnatuista mentorointiohjelmista tai vaikkapa yhdistystoiminnasta. Yhtenä matkaoppaistasi toimikoon tämä Nuoren Lääkäriin käsikirja.

Turussa 10.10.2024



Katariina Seittenranta
Varapuheenjohtaja, NLY

Kohti ensimmäistä lääkärintyötä

Miten saan toimilupani kuntoon?

Miten haen Valviran laillistusta?

Hae Valviran laillistusta välittömästi, kun yliopisto on myöntänyt sinulle tutkintotodistuksen. Tämä on erityisen tärkeää siksi, että ilman laillistusta oikeutesi toimia lääkärin tehtävissä päättyy 30 päivän kuluttua valmistumisestasi. Ammattioikeuksia koskevat päätökset ovat maksullisia. Kattavat tiedot laillistamisprosessista löytyvät [Valviran verkkosivuilta](#).

Suomessa LL-tutkinnon suorittaneet

Suomessa LL-tutkinnon suorittaneet hakevat laillistusta Valviran sähköisen asiointipalvelun kautta. Suomalaisista yliopistoista tutkintotodistus lähetetään sähköisesti Valviraan eikä ammattioikeushakemukseen tarvitse liittää mitään todistuksia. Valvira käsittelee kotimaisen tutkinnon perusteella tehdyn hakemuksen 30 päivän kuluessa. Laillistamismaksu on 160 €.

Ulkomailla LL-tutkinnon suorittaneet

Laillistusprosessi ei ole identtinen kaikilla ulkomailla LL-tutkintonsa suorittaneilla. Prosessin vaiheet riippuvat erityisesti siitä, oletko suorittanut tutkintosi EU- tai ETA-maassa vai näiden valtioiden ulkopuolella. Prosessiin sisältyy aina riittävän suomen tai ruotsin kielitaidon todistaminen (<https://valvira.fi/ammattioikeudet/riittava-kielitaito>).

Ulkomailla LL-tutkinnon suorittaneet asioivat Valviran kanssa sähköpostitse tai postilla. Hakemusten käsittely Valvirassa voi kestää useita kuukausia, ja tarkemmat tiedot käsittelyajoista kannattaa tarkistaa Valviran nettisivuilta.

EU- tai ETA-maassa suoritettu LL-tutkinto on lähtökohtaisesti osoitus itsenäiseen ammatinharjoittamisoikeuteen vaaditusta ammattipätevyydestä. Joissain EU- tai ETA-maissa ammattipätevyyteen vaaditaan tutkinnon jälkeinen harjoittelu, jonka voi kolmen vuoden määräaikaista ammatinharjoittamisoikeutta hakemalla suorittaa myös Suomessa. Ennen Valviran täyslaillistuksen hakemista harjoittelu tulee hyväksyttävä omassa opiskelumaassa. Laillistusta haetaan Valviran verkkosivuilta löytyvällä pdf-lomakkeella ja se lähetetään tarvittavine liitteineen Valviraan joko sähköpostitse tai postilla.

EU- tai ETA-valtioiden ulkopuolella suoritettu LL-tutkinto edellyttää aina Valviran suorittamaa tutkinnon arviointia, vähintään kuuden kuukauden lääkäriharjoittelua sekä

kolmiosaista kuulustelua. Kuulusteluun sisältyvät kliininen kuulustelu, suomalaisen terveydenhuollon kuulustelu sekä käytännön potilastentti, ja Tampereen yliopisto vastaa kuulusteluiden järjestämisestä. Kliiniseen kuulusteluun voi osallistua suoritettuaan puolen vuoden harjoittelun ja osoitettuaan kielitaidon (YKI3 ja B1). Jo kuulusteluvaiheessa Valvira voi myöntää rajoitetun toimintaluvan, joka voidaan myöntää tiettyyn toimipaikkaan enintään kuudeksi kuukaudeksi kerrallaan. Viimeiseen kuulusteluun eli käytännön potilastenttiin ilmoittautuvalta edellytetään vähintään YKI4- tai B2-tasoista kielitaitoa suomen tai ruotsin kielessä. Lääkäriksi laillistamista voi hakea suoritettuaan kaikki kuulustelut hyväksytysti.

Miten tilaan toimikorttini?

Toimikortin tilaaminen on tullut sinulle todennäköisesti tutuksi jo perusopintojen aikana. Myös Valviran laillistuksen jälkeen sinun on tilattava uusi ammattikortti. Vanha opintojen aikainen toimikortti lakkaa automaattisesti toimimasta ammattioikeuksien päivityttyä JulkiTerhikkiin.

Uuden ammattikortin voit tilata mistä tahansa julkisesta rekisteröintipisteestä. Digi- ja väestötietoviraston (DVV) [verkkosivuilta](#) löydät listan rekisteröintipisteistä hyvinvointialueittain sekä rekisteröintipisteiden ajanvarauspalvelun. Rekisteröintipisteeseen tarvitset mukaasi virallisen henkilöllisyystodistuksen. Ammattikortti toimitetaan sinulle postitse noin kahden viikon kuluessa. Odotusajaksi voit pyytää käyttösi varakortin, jonka voimassaoloaika on enintään kolme kuukautta.

Ammattikortin käyttöönottoa ennen sinun tulee aktivoida kortti erillisten [ohjeiden](#) mukaisesti. Aktivointitunnusluku toimitetaan sinulle postitse erillisessä kirjeessä. Ammattikortti on voimassa viisi vuotta. Kun nykyinen korttisi on voimassa enää enintään kolme kuukautta, voit uusia kortin sähköisen [OmaKortti-palvelun](#) kautta. Ammattikortti tulee uusia myös, jos nimesi on muuttunut. Jos ammattikortti katoaa, ilmoita kadonneesta kortista DVV:n [sulkupalveluun](#).

Jos olet Lääkäriliiton jäsen, voit laillistettuna lääkärinä [tilata](#) yhden kortinlukijan yksityiskäyttösi maksutta. Lukija mahdollistaa muun muassa Kelaimen hyödyntämisen. Kelain on Kelan ylläpitämä e-reseptipalvelu, jota lääkäri voi maksutta käyttää määrätessään lääkkeitä omalle lähipiirilleen ilman ansaintatarkoitusta.

Mihin menisin töihin?

Perinteisesti vastavalmistunut lääkäri suuntaa terveyskeskukseen suorittamaan pakollista yhdeksän kuukauden terveyskeskuspalvelua “pois alta”. On kuitenkin olemassa muitakin vaihtoehtoja, ja monen kohdalla perinteisestä poikkeaminen saattaa olla oiva valinta.

Aloittamalla työuran sairaalan klinikoista on osaamisvaatimukset ensimmäisille valmistumisen jälkeisille kuukausille usein maltillisemmat ja esimerkiksi konsultaatiomahdollisuudet keskimäärin paremmat. Lisäksi tällä tavalla työkokemuspisteitä saattaa kertyä erikoislääkärikoulutuksen syysshakuun enemmän kuin perusterveydenhuollosta aloittamalla (katso myös “Miten erikoistumaan käytännössä haetaan?”). Kun ensin tuetussa sairaalaympäristössä pääsee kerryttämään kokemusta itsenäisestä työskentelystä ja opettelemaan epävarmuuden sietoa, voi moni välttää uran alkuvaiheen liiallisen kuormittumisen.

Miten valitsen työpaikkani?

Ensimmäinen työpaikka jättää monesti pitkäkestoisen jäljen vastavalmistuneeseen lääkäriin – hyvässä ja pahassa. Siksi palkan lisäksi kannattaa miettiä työskentelypaikan muita olosuhteita. NLY on luonut työnhaun tueksi **Valitse viisaasti koulutuspaikkasi -tarkistuslistan**, jonka tarkoitus on auttaa sinua pohtimaan, mitä toivot työltäsi.

Hyvän työpaikan etsimisessä Koulutuspaikkakyselyn tähtitaulukot ovat erinomainen työkalu. Tärkeää on kuitenkin muistaa, että pienet työpisteet eivät vähäisen vastaajamäärän vuoksi tähtitaulukoihin pääse, vaikka olisivatkin pidettyjä työpaikkoja.

Jos kiikarissasi olevalle työpaikalle ei ole jaettu Koulutuspaikkakyselyn tähtiä, usein paras tapa edetä on kysyä kollegojen kokemuksista. Hyvä vaihtoehto on myös ottaa yhteyttä toimipaikan ylilääkäriin ja tiedustella paikan työskentelytavoista.

Yleisimpiä asioita, joista kannattaa ottaa selvää ennen töiden aloittamista:

- palkka
- työskentelypiste tai -pisteet
- työpaikan toimintamallit
- mahdollisuudet vaikuttaa omaan työhön ja työaikatauluihin
- lääkärien resurssitilanne (virkojen kokonaismäärä, kuinka monta täyttämättä)
- kuinka paljon nuoria lääkäreitä, paljonko erikoislääkäreitä ja kouluttajia
- kuinka perehdytys on järjestetty
- miten koulutukset ja ohjaukset on toteutettu
- onnistuuko palkattomien vapaiden pitäminen
- missä ja milloin työt alkavat

Töitä hakiessa kannattaa tutustua myös NLY:n laatimiin **hyvän työ-, koulutus- ja päivystyspaikan [kriteereihin](#)**.

Millaista perehdytystä minun pitäisi saada?

Perehdytys pitää usein sisällään muutakin kuin vain perinteisen perehdytyspäivän, jolloin käydään läpi esim. potilastietojärjestelmää. Hyvään perehdytykseen kuuluu useamman viikon jakso, jolloin työlista on kevyempi ja konsultaatiomahdollisuudet ovat erityisen hyvät. Perehdytyksen tarkoitus on antaa työntekijälle valmiudet tehdä työtehtävänsä tehokkaasti ja turvallisesti sekä tutustuttaa niin työpaikkaan kuin työyhteisöön.

Milloin perehdytystä tarvitaan?

Perehdytys on työturvallisuuslain nojalla kaikkien työntekijöiden oikeus riippumatta työsuhteen laadusta. Sen mukaan työnantaja on kuhunkin tilanteeseen tarpeellisilla toimenpiteillä velvollinen huolehtimaan työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä työssä. On tärkeää huomata, että tämä koskee yhtä lailla myös vuokralääkäreitä.

Perehdytys kuuluu jokaiselle työntekijälle työtehtävien vaihtuessa, toimintatapojen muuttuessa tai aina kun työntekijä kokee perehdytystä tarvitsevansa. Perehdytystä on aina oikeus pyytää, mikäli työtehtävissä syntyy epäselvyyksiä.

Mitä perehdytys sisältää?

Perehdytyksen aikana työntekijän on tarkoitus oppia tuntemaan työpaikkansa, työpaikan toimintatavat, muut työntekijät - niin lääkärikollegat kuin muut ammattilaiset - sekä oma työtehtävänsä ja siihen liittyvät odotukset. Perehdyttämishjelma on suositeltavaa laatia yksilöllisesti ottaen huomioon edellä mainitut osatekijät.

Esihenkilö on vastuussa perehdytyksen sisällöstä työnjohdon antamien ohjeiden mukaisesti. Käytännön opastuksen voi kuitenkin antaa myös joku toinen työntekijä, ja usein perehdytyksessä esille nouseviin kysymyksiin voikin osata vastata parhaiten hetken aikaa työpaikalla toiminut kollega, jolla oma perehdytysjakso on vielä tuoreessa muistissa.

Perehdyttäjän on suositeltavaa laatia perehdytystyön tueksi kattava tarkistuslista perehdytyksessä läpikäytävistä asioista. Näin tärkeimmät asiat tiloihin, tietojärjestelmiin, henkilöstöön ja työskentelykäytäntöihin liittyen tulevat varmasti käsitellyiksi. Strukturoitu perehdytys pitää usein sisällään kirjallistakin materiaalia, johon työntekijän on mahdollista palata myös perehdytysjakson päätyttyä.

Mitä voin itse tehdä?

Työntekijän tehtävänä on osallistua perehdytykseen aktiivisesti. Hyvä perehdytys ei lähtökohtaisesti vaadi työntekijältä etukäteisvalmistautumista, vaan perehdytykselle tulee olla varattuna riittävästi sekä työntekijän että perehdyttäjän työaikaa siten, että kaikki tarvittavat asiat on mahdollista käydä läpi perehdyttäjän ohjauksessa.

Tärkeintä on kysyä epäselvistä asioista suoraan ja empimättä. Kuitenkin on hyvä muistaa, ettei kukaan voi omaksua kaikkea kerralla. Uuteen työhön tai työympäristöön perehtyminen kestää usein kuukausia. Pidempikestoisella perehdytysjaksolla oman oppimisen seuraaminen on suositeltavaa.



Millaisia oikeuksia ja velvollisuuksia lääkärintyöhön liittyy?

Lääkäriin työhön liittyy sekä ammatin että virka-aseman mukanaan tuomia laissa säädettyjä oikeuksia ja velvollisuuksia, jotka ovat tulleet sinulle tutuiksi perusopinnoissa. Lääkäriin velvollisuudet kumpuavat suurimmaksi osaksi potilaan oikeuksista. Näiden lisäksi lääkäriä koskettaa monet ammattihenkilön ilmoitusvelvollisuudet. Lääkäriin toimintaa ohjaa myös ammattietiikka. Lääkäriiliitto on laatinut [eettiset ohjeet](#), joiden mukaan jokaisen ammattia harjoittavan lääkäriin tulee toimia.

Jokaisella Suomessa pysyvästi asuvalla henkilöllä on oikeus ilman syrjintää hänen terveydentilansa edellyttämään hyvään terveyden- ja sairaanhoitoon kulloinkin käytössä olevien voimavarojen rajoissa. Potilaalla on oikeus saada selvitys terveydentilastaan, hoidon merkityksestä sekä eri hoitovaihtoehdoista ja niiden vaikutuksista.

Vain laillistettu lääkäri voi päättää potilaan lääketieteellisestä tutkimuksesta, taudinmäärityksestä ja siihen liittyvästä hoidosta. Potilaan hoitoa ja tutkimuksia koskevien ratkaisujen on oltava eettisesti hyväksytyjä ja lääketieteellisesti perusteltuja, ja niistä on päätettävä yhteisymmärryksessä potilaan kanssa.

Potilaan itsemääräämisoikeus tarkoittaa viime kädessä hoitoon suostumista tai siitä kieltäytymistä. Potilas voi esittää toiveita toteutettavista tutkimuksista ja hoidoista, mutta lääkäriin ei ole velvollisuutta toimia potilaan toiveiden mukaisesti, jos se ei ole lääketieteellisesti perusteltua. Jos potilas on selkeästi ilmaissut hoitoaan koskevan tahtonsa esim. hoitotahdossaan, sitä tulee kunnioittaa.

Alaikäisen potilaan kohdalla itsemääräämisoikeus laajenee iän mukana. Tähän ei kuitenkaan ole ikärajoja, vaan ammattilaisen on arvioitava alaikäisen potilaan päätöksentekokykyä jokaisella kontaktikerralla. Potilaslain mukaan alaikäisen mielipide hoidosta pitää ottaa huomioon, kun se on hänen ikänsä ja kehitystasonsa huomioon ottaen mahdollista. Samoin vanhempien tiedonsaantioikeus vähenee samassa suhteessa.

Lääkäriin on oikeus lain määräämissä tilanteissa hoitaa potilasta tämän tahdosta riippumatta. Erityisesti akuuttitilanteissa tällaisten olosuhteiden tunnistaminen ei kuitenkaan aina ole yksinkertaista. Potilaan itsemääräämisoikeutta ei voi rajoittaa kevyin perustein. Näissä tilanteissa kokeneemmat kollegat tarjoavat tukea. Kannattaa perehtyä myös Heini Harve-Rytsälän ja Konsta Arvelinin artikkeliin Duodecim-lehdessä "[Kun potilas kieltäytyy hoidosta akuuttitilanteessa](#)".

Potilasasiakirjamerkinnot ovat merkittävässä roolissa potilaan hoidossa. Potilasasiakirjojen tehtävänä on turvata hoidon jatkuvuus. Huolellisesti laaditut asiakirjamerkinnot lisäävät sekä potilaan että lääkäriin oikeusturvaa. Siten on tärkeää kirjata potilaskertomukseen, millaiseen hoitopäätökseen on päädytty ja millä perustein.

Tein virheen - mitä nyt?

Virheiden tekeminen on **inhimillistä**. Kaikki lääkärit tekevät urallaan virheitä. Jos lääkäri väittää, ettei ole tehnyt yhtään virhettä, hän ei ole joko tehnyt töitä ollenkaan tai valehtelee (ehkä tietämättään). Vain osa virheistä johtaa jonkinlaiseen potilaalle koituvaan hoitohaittaan, mutta usein virhe seuraamusten luonteesta riippumatta järkyttää lääkäriä. Järkytys on luonnollinen reaktio ja vain osoitus tapahtuneen tahattomuudesta.

Kun huomaat tehneesi virheen tai epäilet sitä:

- Juttele kokeneemmalle kollegalle. Reflektointi kollegan kanssa voi auttaa asettamaan virheen oikeisiin mittasuhteisiin.
- Ilmoita virheestä yksikön vastuulääkärille, tee tarvittaessa HaiPro-ilmoitus.
- Jos virheestä aiheutuu potilaalle seuraamuksia, myös hänelle tulee kertoa virheestä avoimesti. Avoimuus on tärkeää, sillä suurin osa muistutuksista liittyy puutteelliseen kommunikaatioon. Nöyrällä ja empaattisella kohtaamisella saa jo paljon anteeksi.
- Potilasasiavastaava ohjaa tarvittaessa potilasta vahinkoilmoituksen tekemisessä ja informoi muista valituskanavista. Informoi potilasta tästä.

Ollessaan tyytymätön saamaansa hoitoon, potilaalla on mahdollisuus tehdä *muistutus* häntä hoitaneeseen terveydenhuoltoyksikköön, *kantelu* valvontaviranomaiselle (aluehallintovirastot, Valvira tai oikeusasiamies) tai *rikosilmoitus* poliisille.

Potilasta hoitaneelta lääkäriltä pyydetään yleensä vastine muistutukseen tai kanteluun. Ylilääkärit laativat tietyissä tapauksissa vastineita suoraan potilasasiakirjojen perusteella etkä välttämättä edes kuule, että hoitamasi potilas on tehnyt muistutuksen.

Kun saat vastinepyynnön:

- Älä provosoidu, vaan muista että potilaalla on oikeus selvittää oman hoitonsa asianmukaisuutta ja muistutus tai kantelu ei itsessään tarkoita, että virhettä olisi tapahtunut.
- Juttele yksikkösi vastuulääkärin tai muun kokeneen kollegan kanssa.
- Älä vastaa heti, vaan nuku yön yli.
- Mieti mistä muistutuksessa/kantelussa on kyse.
- Kantelu ei välttämättä koske juuri sinun toimintaasi, mutta kaikilta hoitoon osallistuneilta monesti pyydetään selvitys tapahtuneesta.
- Pysy totuudessa, älä satuile äläkä spekuloi. Muista, että potilasasiakirjamerkinnot edustavat tilanteessa ”totuutta”. Jos sinulla ei ole lisättävää potilaskertomukseen, voit viitata siihen ja todeta ettei ole asiaan lisättävää.
- Kirjoita vastine selkeästi siten, että myös maallikko ymmärtää tekstin äläkä käytä ammattislangia.
- Anna jonkun muun lukea vastine ennen kuin allekirjoitat paperin.

Potilasvakuutusjärjestelmän ansiosta potilaat lähtevät harvoin oikeusprosessiin lääkäreitä vastaan. Potilasvahingon sattuessa potilas saa korvauksen potilasvakuutuksesta, jonka

työnantaja on ottanut työntekijöilleen. Näin yksittäinen lääkäri ei potilasvahinkotilanteissa yleensä joudu korvausvastuuseen. Itsenäisen ammatinharjoittajan tulee itse vastata vakuuttamisestaan.

Potilasvakuutuskeskus arvioi, vastasiko toiminta kokeneen terveydenhuollon ammattihenkilön osaamista ja mikäli ei, olisiko vahinko vältetty, jos vaadittava ammatillinen osaaminen olisi saavutettu. Vahinko voidaan korvata, jos se on todennäköisessä syy-yhteydessä hoitoon, tutkimukseen tai niiden laiminlyöntiin. Prosessin tarkoituksena ei ole etsiä syyllisiä vaan auttaa terveydenhuoltoyksiköitä edistämään potilasturvallisuutta. Potilasvakuutuskeskuksessa ei ole rekisteriä hoitaneista ammattihenkilöistä, ainoastaan hoitopaikoista.

Varsinaisella hoitovirheellä tarkoitetaan hoitohenkilökuntaan kuuluvan ammattihenkilön selvästi virheellistä menettelyä, josta valvontaviranomaiset tai tuomioistuimet saattaisivat määrätä lääkärille jonkin seuraamuksen. Lääkärin ammattioikeuksien rajoittaminen saatikka lääkärin joutuminen syytettynä oikeusistuimen eteen on kuitenkin todella harvinaista.

Kaikista esitutkintaan ja syyteharkintaan päätyneistä jutuista kyseinen lääkäri ei edes kuule ennen syyttämättäjäätämispäätöstä. Suurin osa jutuista pysähtyy syyteharkintaan eikä syytettä nosteta. Jos joudut kuulusteluun tai saat syytteen, ole ensitilassa yhteydessä Lääkäriliiton lakimieheen! Lääkäriliitto tarjoaa neuvontaa ja tukea tällaisessa tilanteessa, muttei asianajopalveluita. Liitosta voit kuitenkin saada asiaan perehtyneiden juristien yhteystietoja. Lääkäriliitolla on oikeusturvavakuutus, joka korvaa oikeuskuluja tiettyyn rajaan saakka. Lisätietoja saat Lääkäriliitosta.

Virheen sattuessa tärkeintä on, ettet jää asian kanssa yksin. Vertaistuki on kullannarvoista, mutta suojele itseäsi sosiaalisen median raadollisuudelta äläkä keskustele tapahtuneesta julkisissa lääkäriyhmissä. Muista aina salassapitovelvollisuus. Tukeudu luotettaviin kollegoihin ja ole itsellesi armollinen.

Ammatillinen jatkokoulutus - ohjattua työssäoppimista

Peruskoulutuksen jälkeen moni lääkäri hakeutuu ammatilliseen jatkokoulutukseen. Lääkärien ammatilliseen jatkokoulutukseen lukeutuvat paitsi erikoislääkärikoulutus myös yleislääketieteen erityiskoulutus ja erikoislääkäreille suunnatut kaksivuotiset lisäkoulutusohjelmat. Kyselyjen perusteella yli 90 % nuorista lääkäreistä aikoo kouluttautua erikoislääkäriksi.

Yliopistot vastaavat ammatillisen jatkokoulutuksen opinto-oikeuksien myöntämisestä sekä koulutuksen laadusta ja kehittämisestä. Käytännössä koulutus toteutuu yliopistojen hyväksymissä sosiaali- ja terveydenhuollon toimipaikoissa kokeneempien kollegojen ohjauksessa. Nämä toimipaikat saavat valtiolta korvausta – ns. koulutus-EVO-rahaa – nuorten lääkärien kouluttamisesta.

Tietoa lääkärien ammatillisesta jatkokoulutuksesta on koottu [valtakunnallisille verkkosivuille](#). Tämän lisäksi pelkästään yleislääketieteen erikoislääkärikoulutusta koskevaa tietoa on kerätty [yleislaaketiede.fi](#)-sivustolle. Sivustoja päivitetään säännöllisesti.

Mikä on YEK ja miksi se kannattaa?

YEK eli yleislääketieteen erityiskoulutus on lääkärin ammatillinen jatkokoulutus, jonka tavoitteena on perehdyttää lääkäri perustason sosiaali- ja terveystalouteen. Potilaan kokonaishoito, hoidon porrastus, moniammatillinen yhteistyö, terveydenhuollon hallinto sekä sosiaaliturvajärjestelmä tulevat YEK-lääkärille tutuiksi. YEK perustuu EU-direktiiviin ja mahdollistaa työskentelyn myös muiden EU- ja ETA-maiden julkisessa terveydenhuollossa.

Nuoren lääkärin näkökulmasta YEK mahdollistaa ennen kaikkea ohjatun työssä oppimisen uran ensimetreillä silloinkin, kun erikoislääkärikoulutus ei tunnu ajankohtaiselta tai kun olet vasta hakemassa erikoislääkärikoulutuksen opinto-oikeutta. Tämän mahdollistaa edellä mainittu koulutus-EVO-raha, jota valtio myöntää toimipaikoille paitsi erikoistuvien lääkärin myös YEK-lääkärin kouluttamisesta.

YEK-lääkärinä työskennellessäsi sinulla on toimipaikallasi nimetty henkilökohtainen lähiohjaaja, ja työhösi tulee sisältyä säännöllisiä ohjaustapaamisia. Lisäksi pääset osallistumaan viikoittaiseen toimipaikkakoulutukseen sekä toimipaikan ulkopuolisiin koulutuksiin. **Tämän ansiosta YEK-lääkärinä suoritettavat työkaksot on useimmiten mahdollista hyväksilukea osaksi myöhempää erikoistumiskoulutusta** (katso myös "Voinko edistää erikoistumistani jo ennen opinto-oikeuden saamista?").

Suomalaisen LL-tutkinnon suorittaneilla lääkäreillä YEKin kesto on käytännössä kaksi vuotta, sillä suomalaisesta peruskoulutuksesta YEKiin hyväksilukeaan yksi vuosi kliinisiä opintoja. Muualla kuin Suomessa tai Belgiassa lääkärintutkintonsa suorittaneilla lääkäreillä YEKin kesto on kolme vuotta. Kattavat tiedot YEKistä ja sen suorittamisesta on koottu [tänne](#).

Miten voin aloittaa YEKin?

YEKiin voidaan ottaa henkilö, joka on suorittanut LL-tutkinnon Suomessa tai vastaavan tutkinnon ulkomailla ja jolla on Valviran myöntämä laillistus (eli toistaiseksi tai määräajaksi voimassa oleva oikeus harjoittaa lääkärin ammattia Suomessa). Valmistumisen ja laillistuksen saamisen jälkeen YEKin opinto-oikeutta voi hakea siitä yliopistosta, jossa LL-tutkinto on suoritettu. Ulkomailla lääkärintutkinnon suorittaneet voivat valita, missä yliopistossa YEKin suorittavat.

Käytännössä kyseessä on ilmoittautumismenettely, sillä opinto-oikeus myönnetään jokaiselle sitä Opintopolun kautta hakeneelle laillistetulle lääkärille. YEKin opinto-oikeus myönnetään kuudeksi vuodeksi.

Yliopistoissa koulutuksen laadusta ja kehittämisestä vastaa yleislääketieteen oppiaine.

Miten YEK rakentuu?

YEKin suorittaminen edellyttää

- vähintään 9 kuukautta palvelua **suorassa palvelussuhteessa** hyvinvointialueeseen tiedekunnan hyväksymässä terveyskeskuksessa.
 - Terveyskeskuksessa koulutettavan tulee työskennellä ajanvarausvastaanotolla vähintään kolmen kuukauden ajan. Lisäksi koulutettavan tulee työskennellä vähintään kolmella muulla toiminta-alueella (päivystys, lasten- tai äitiysneuvola, kouluterveydenhuolto, vuodeosasto, mielenterveystyö ja ikäihmisille kohdenneet palvelut). Päätoimista perusterveydenhuollon päivystystä ja/tai vuodeosastotoimintaa hyväksytään yhteensä korkeintaan kolme kuukautta.
- vähintään 6 kuukautta sairaalapalvelua yliopiston hyväksymässä sairaalassa.
 - Eripituisia jaksoja eri erikoisaloilla voi olla useampia.
- säännöllistä osallistumista toimipaikkakoulutukseen
- vähintään 16:tta tuntia yliopiston järjestämää teoriakoulutusta, joka perehdyttää terveydenhuollon hallintoon ja sosiaaliturvajärjestelmään.
 - Keväästä 2024 alkaen koulutus on ollut samansisältöinen kaikissa yliopistoissa. Koulutus koostuu neljän viikon mittaisesta verkkokurssista Moodle-ympäristössä (yhteensä 10 tuntia) sekä yhdestä seminaaripäivästä (6 tuntia). Ilmoittautumisohjeet yliopistoittain löytyvät [verkosta](#).
- enintään 6 kuukautta palvelua muussa yliopiston hyväksymässä yleislääkärin tehtäviin suuntautuvassa julkisen tai yksityisen terveydenhuollon laitoksessa tai yksikössä. Myös kokopäiväinen tutkimustyö hyväksytään.

YEKissä työkokemuksen kertymistä ja osaamisen kehittymistä seurataan ELSA-järjestelmän avulla (katso myös "Mikä on ELSA?").

Miten voin kouluttautua erikoislääkäriksi?

Erikoislääkärikoulutuksesta annetun [asetuksen](#) mukaan erikoistumiskoulutuksen vähimmäispituus on viisi vuotta. Käytännössä useimmilla erikoisaloilla erikoislääkäriltä vaadittavan osaamisen kerryttäminen edellyttää kuitenkin vähintään kuuden vuoden koulutusta. Käytännön koulutuksen lisäksi erikoislääkärikoulutus muodostuu teoriakoulutuksesta, toimipaikkakoulutuksesta sekä 10 opintopisteen [johtamisopinnoista](#). Valtakunnallinen kuulustelu eli erikoislääkäritentti on tällä hetkellä osa jokaisen erikoisalan koulutusta.

Asetuksen mukainen yleissääntö on, että käytännön koulutuksesta vähintään yhdeksän kuukautta tulee suorittaa terveyskeskuksessa, vähintään yksi vuosi yliopistollisessa sairaalassa ja vähintään yksi vuosi yliopistosairaalan ulkopuolella (terveyskeskuspalvelun lisäksi). Terveyskeskuspalvelua lukuun ottamatta yleissääntö ei kuitenkaan koske eräitä pienimpiä erikoisaloja, kuten neurokirurgiaa, suu- ja leukakirurgiaa, kliinistä neurofysiologiaa tai oikeuslääketiedettä. Yliopistosairaalassa työskentelyä ei puolestaan vaadita yleislääketieteen, työterveyshuollon, terveydenhuollon eikä liikuntalääketieteen aloilla. Näiden asetuksessa määriteltyjen poikkeusten lisäksi yliopistot voivat myöntää alueellisia erikoisalakohkaisia erillislupia yleissäännöstä poikkeamiseen.

Miten erikoistumaan käytännössä haetaan?

Erikoistumiskoulutuksen opinto-oikeutta haetaan osallistumalla valtakunnalliseen valintamenettelyyn. Valintamenettelyn tarkoituksena on taata opiskelijavalinnan oikeudenmukaisuus ja läpinäkyvyys, varmistaa hakijan soveltuvuus ja motivaatio alalle sekä ohjata erikoislääkärien kouluttautumista maantieteellisesti ja erikoisaloittain siten, että se vastaisi terveydenhuollon tarpeita.

Tällä hetkellä erikoislääkärikoulutuksen päähaku järjestetään elo-syyskuussa, jolloin koko lukuvuoden aloituspaikat ovat haettavissa. Syksyn haussa täyttämättä jääneet paikat avataan hakuun kevään lisähaussa, joka perinteisesti järjestetään tammi-helmikuussa. Yleislääketieteen ja työterveyshuollon koulutusohjelmilla on lisäksi mahdollisuus avata kevään hakuun lisäpaikkoja, mikäli tämä katsotaan tarpeelliseksi. Hakijan on mahdollista hakea kullakin hakukerralla vain yhteen hakukohteeseen.

Alle on koottu tiiviit ohjeet erikoistumishakuun sekä muistilista hakemukseen tarvittavista liitteistä. Lisätietoa löydät [erikoislääkärikoulutuksen verkkosivuilta](#).

Valintaperusteet

Erikoislääkärikoulutuksen valintaperusteet on koottu valtakunnallisille verkkosivuille. Tuoreen Valintaperusteet-oppaan löydät kyseiseltä sivustolta.

Valinta tapahtuu alkupisteityksen ja haastattelun perusteella. Hakijan alkupisteet lasketaan työkokemuksen ja tieteellisen kokemuksen perusteella (katso tarkemmin alla). Haastatteluihin kutsutaan tietty osuus hakijoista alkupisteityksen perusteella. Haastatteluun kutsuttavien hakijoiden määrä riippuu haussa olevien paikkojen lukumäärästä. Erikoisaloilla, joilla ei ole kilpailua, kaikki valitaan haastatteluun.

Alkupisteitykseen vaadittavien dokumenttien lisäksi jokaisen hakijan tulee laatia motivaatiokirje, jolla hakija perustelee hakeutumistaan ja motivaatiotaan kyseiselle erikoisalalle. Motivaatiokirjettä ei pisteytetä, mutta haastattelussa esitetään yksi kysymys motivaatiokirjeen sisällöstä. Hakemusliitteistä vain motivaatiokirje toimitetaan haastatteliijoille eivätkä haastattelijat saa hakijan alkupisteitä tietoonsa.

Haastattelun kysymykset kattavat neljä eri teemaa (kokemus alasta ja motivaatio perehtyä alaan, tiimityöskentely- ja vuorovaikutustaidot, erikoisalakohtaiset kysymykset sekä erityistaidot ja paineensietokyky). Hakijan on saatava jokaisesta teemaosioista vähintään puolet pisteistä tai muutoin hakijaa ei voida valita opiskelijaksi. Maksimipisteet koko haastattelusta ovat 10 pistettä, ja yhdestä kysymyksestä voi saada enimmillään yhden pisteen.

Syksystä 2024 alkaen koulutukseen on voinut tulla valituksi myös varasijalta, jos hyväksytty hakija jättää paikan vastaanottamatta ja jonossa on haastattelun hyväksytysti suorittanut hakija.

Haussa erikoislääkärikoulutukseen hyväksytty hakija saa määräaikaisen kahden vuoden opinto-oikeuden, jonka aikana hänen tulee suorittaa kuuden kuukauden koejakso. Koejakson suorittaminen on siten osa erikoislääkärikoulutuksen valintamenettelyä. Koejakson on määrä testata hakijan soveltuvuutta alalle sekä motivaatiota kehittyä alalla. Hyväksytyt koejakson jälkeen erikoistuva lääkäri saa lopullisen 10 vuoden opinto-oikeuden, jonka kestoon sisältyy myös käytetty määräaikainen opinto-oikeus. Koejakson keskeytyksestä tai siirtämisestä löytyy tietoa [täältä](#).

Alkupisteet

Työkokemus on jaettu kolmeen osa-alueeseen: terveyskeskustyö, hakukohteena olevan erikoisalan työkokemus ja työkokemus muilta erikoisaloilta. Alkupisteitä voi saada vain työkokemuksesta, jota on kerrytetty laillistettuna lääkärinä Suomessa. Vain hakuajan alkamiseen asti kertynyt työkokemus lasketaan alkupisteisiin. Kevään lisähaussa alkupisteet huomioidaan vain edeltävän syksyn päähaun alkamispäivään saakka.

Kertynyttä työkokemusta voidaan laskea ELSAn (ks. myöhemmin) [työkertymälaskurilla](#). Työkokemus osoitetaan työtodistuksin. Kaikissa työtodistuksissa tulee olla tieto keskeytyksistä ja poissaoloista tai maininta siitä, ettei niitä ole.

Tieteelliseksi kokemukseksi hyväksytään JUFO-luokitellut julkaisut (tasot 1–3). Niitä ovat eri tieteenalojen johtavat julkaisut eli kansainväliset vertaisarvioidut lehdet ja kotimaiset alan näkökulmasta keskeisimmät julkaisukanavat eli tasokkaat kotimaiset tieteelliset julkaisut. Tällaisia tasokkaita kotimaisia julkaisuja ovat esimerkiksi Duodecim ja Lääkärilehti (JUFO 1). Paikallisia julkaisukanavia, kuten yliopistojen omia sarjoja ei hyväksytä. Voit tarkistaa oman julkaisusi [Julkaisufoorumin hakupalvelusta](#). Saadakseen alkupisteet hakijan ei tarvitse olla julkaisun ensimmäinen kirjoittaja. Hakemusliitteeksi lisätään julkaistu artikkeli tai sähköpostivahvistus artikkelin hyväksymisestä julkaisuun.

Motivaatiokirje

Tarkka tehtävänanto motivaatiokirjeen kirjoittamiseen löytyy Opintopolun hakulomakkeesta. Motivaatiokirjeen tarkoituksena on saada hakija pohtimaan perusteluja hakea juuri kyseiseen yliopistoon ja kyseiselle alalle sekä omaa soveltuvuuttaan aiempien kokemuksiensa, ominaisuuksiensa ja ammatillisten tavoitteidensa puitteissa. Lisäksi motivaatiokirje toimii taustatietona haastatteluille. Kirjeen maksimipituus on 6000 merkkiä.

Erikoisalan vaihtaminen

Vaihtaessaan erikoisalaa tai yliopistoa erikoistuvan on osallistuttava uudelleen valintamenettelyyn. Hakijan vanha opinto-oikeus toisella erikoisalalla tai toisessa yliopistossa päätetään siinä vaiheessa, kun hän on suorittanut uuteen opinto-oikeuteen kuuluvan koejakson hyväksytysti, eli saanut lopullisen 10 vuoden opinto-oikeuden. Jos erikoistuva myöhemmin haluaa palata vanhalle erikoisalalleen, hänen tulee hakea opinto-oikeutta uudelleen valintamenettelyä kautta.

Kun haku on käynnissä

1. Siirry Opintopolku-portaaliin opintopolku.fi.
2. Kirjoita sivun yläreunan hakukenttään "erikoislääkäri".
3. Valitse valikosta oma erikoisalasi.
4. Valitse sivun alaosasta hakukohteesi (yliopistokaupunki).
5. Valitse "Täytä hakulomake". Tällä sivulla voit tutustua vielä myös valintaperusteisiin sekä koulutuksen tavoitteisiin ja sisältöön.
6. Lähetä hakulomake kaikkine liitteineen hakuajan päättymiseen mennessä! Listan hakulomakkeen liitteistä löydät alta. Voit esikatsella hakemustasi ennen lähettämistä. Hakuajana voit myös täydentää hakemuksesi tietoja ja liitteitä.

Muistilista hakulomakkeen liitteistä:

- Todistus itsenäisestä ammatinharjoittamisoikeudesta eli Valviran laillistamispäätös
- Ulkomailla valmistuneelta tutkintotodistus (ja sen virallinen käännös) – Suomessa suoritetusta tutkinnosta riittävät tiedot suorituspaikasta ja -ajasta
- Motivaatiokirje valitsemaasi hakukohteeseen
- Työtodistukset terveyskeskustyöstä, hakukohteena olevan erikoisalan työkokemuksesta ja muiden erikoisalojen työkokemuksesta (hakuajan alkamiseen asti). Jokaisessa työtodistuksessa tulee olla tieto keskeytyksistä ja poissaoloista tai maininta siitä, ettei niitä ole.
- (Yliopiston myöntämä tutkintotodistus suoritetusta tohtorintutkinnosta tai yliopiston opiskelutodistus, josta käy ilmi tohtorintutkinnon suoritusoikeus)
- (Tieteelliset artikkelit tai sähköpostivahvistus julkaisemiseen hyväksymisestä)

Mitä tarkoittaa osaamisperustainen erikoislääkärikoulutus?

Osaamisperustaisessa erikoistumiskoulutuksessa kussakin yksikössä työskentelemäsi aika ei määrittele valmiuksiasi toimia erikoislääkärinä, vaan koulutuksen etenemistä arvioidaan kertyneen ja osoitetun osaamisen perusteella. Suomessa siirtymä aikaperustaisesta koulutuksesta osaamisperustaisuuteen alkoi käytännössä, kun erikoislääkärikoulutus sai omat alueelliset koulutuskoordinaattorinsa vuonna 2017.

Aluekoordinaattoreiden johdolla osaamisperustaista koulutusta on määrätietoisesti rakennettu, ja elokuussa 2020 julkaistiin suomalaisen erikoislääkärikoulutuksen ensimmäinen valtakunnallinen opinto-opas, jota on sittemmin päivitetty. Nykyään jokaiselle erikoisalalle on määritelty sisältövaatimukset ja osaamistavoitteet. Myös YEKille on laadittu oma opinto-oppaansa. Voimassa oleviin opinto-oppaisiin pääset perehtymään [täällä](#).

Lääkärien ammatillisen jatkokoulutuksen valtakunnallisesta ohjauksesta vastaa sosiaali- ja terveysministeriö, jonka alaisuudessa toimii lääkärikoulutuksen asiantuntijoista koostuva erikoislääkäri- ja erikoishammaslääkärikoulutuksen sekä yleislääketieteen erityiskoulutuksen koordinaatiojaosto. NLY on edustanut nuoria lääkäreitä koordinaatiojaostossa sen perustamisesta, vuodesta 2015 lähtien.

Mitä ovat EPAt ja etapit?

Osaamisperustaisessa koulutuksessa on keskeistä, että koulutettava lääkäri asettaa ohjatusti osaamistavoitteet jokaiselle koulutusjaksolle ja että hänen osaamistaan arvioidaan systemaattisesti. Jokaisella erikoistuvalla lääkäriä tulee olla nimettynä oma lähiohjaaja, jota hän tapaa säännöllisesti koulutusjakson aikana. **Ohjaustapaaminen ei ole konsultaatiotunti**, vaan ohjaustapaamisissa käsitellään erikoisalalle ominaisia kliinisiä aiheita sekä työnhallintaan liittyviä teemoja.

EPAt (entrustable professional activity) ja etapit ovat tulleet osaksi erikoistumiskoulutusta, ja niiden tavoitteena on tukea erikoistuvan lääkärin tietojen ja taitojen arviointia käytännön työskentelyssä läpi erikoislääkärikoulutuksen. EPA on erikoisalalle keskeinen työtehtävä tai osaamiskokonaisuus (esim. geriatrisen potilaan lääkehoidon arviointi), josta valmiin erikoislääkärin tulee suoriutua itsenäisesti ja jossa hänen on kyettävä tarvittaessa ohjaamaan itseään kokemattomampaa kollegaa. Etapit on luotu erikoistuvan lääkärin kehittymistä viitoittaviksi virstanpylväiksi yleislääketieteen ja työterveyshuollon erikoistumiskoulutukseen, sillä näillä aloilla suoriutuminen yksittäisistä työtehtävistä ei sovellu kuvaamaan ammattilaisen osaamistasoa.

EPA-arviointien ja etapin määrä, sisältö ja suoritustavat vaihtelevat erikoisaloittain. Yksittäiselle EPAlle tai etapilla voi pyytää arviointia missä koulutusvaiheessa tahansa, ja erikoistuja saa palautetta osaamisensa kehittymisestä uusimalla näitä suorituksia. Tarkempiin erikoisalakohotuksiin EPA- ja etappikuvauksiin voit tutustua [täällä](#).

Mikä on ELSA?

Ammatillista jatkokoulutusta suorittavan lääkärin osaamisen karttumisen ja kertyneen työkokemuksen seurannan apuvälineeksi on kehitetty sähköinen arviointijärjestelmä ELSA. ELSA toimii paitsi alustana osaamisen arvioinnille myös työ- ja koulutustodistusten sähköisenä arkistona.

Koulutuksen alussa erikoistuva lääkäri laatii yhteistyössä erikoisalan vastuuhenkilön kanssa henkilökohtaisen koulutussuunnitelman ELSAan. Suunnitelmasta tulee käydä ilmi koulutukselle asetettavat tavoitteet sekä suunnitellut koulutuspaikat. Koulutuksen etenemistä arvioidaan seurantakeskusteluissa, joiden sisältö niin ikään dokumentoidaan ELSAan. ELSAan kirjataan kaikki koulutukseen liittyvät suoritteet ja osaamisen arvioinnit.

Käyttöoikeuden ELSAan saat opinto-oikeuden alkamisen jälkeen. ELSAan kirjaudutaan vahvaa tunnistautumista käyttäen.

Missä voin kouluttautua?

Lääkärien ammatillinen jatkokoulutus sijoittuu yliopistojen hyväksymiin koulutuspaikkoihin, jotka osallistuvat yliopistojen järjestämään arviointiin. Yliopistot ovat asettaneet koulutuspaikoille valtakunnalliset kriteerit, joiden täytyessä toimipaikalle voidaan myöntää nuorten lääkärien koulutusoikeus.

Yleiset koulutuspaikan kriteerit:

- koulutuspaikan vastuuhenkilö vastaa koulutusedellytyksistä ja koulutuksen toteutumisesta
- potilasaineisto ja tautikirjo ovat riittävän monipuolisia ja yliopistosairaalan opetusta täydentäviä
- henkilökohtainen lähikouluttaja, jonka tulee olla alan erikoislääkäri, jolla tulisi olla pedagogista koulutusta ja jonka tehtävänä on antaa säännöllistä ohjausta erikoistuvalla
- säännöllistä ja suunnitelmallista toimipaikkakoulutusta vähintään 2–5 tuntia viikossa
- mahdollisuus osallistua toimipaikan ulkopuoliseen koulutukseen
- edistymisen arviointiin tulee käyttää erikoisalalla käytössä olevaa seurantajärjestelmää (esim. lokikirja)
- erikoistuvan käytössä on tarvittavat sähköiset työvälineet mm. yliopiston sähköisten palvelujen käyttämistä ja kuulustelukirjallisuuden saatavuutta varten
- päivystävissä yksiköissä takapäivystyksen tulee olla järjestettynä

Jatkokoulutukseen sisällytettävän terveystieteiden osaston (9 kk) kriteerit:

- koulutuspaikan vastuuhenkilö nimittää jokaiselle koulutusta suorittavalle lääkärille lähiohjaajan
- **YEK: koulutettava ja henkilökohtainen lähiohjaaja suorassa työsuhteessa hyvinvointialueeseen**
- ohjausta vähintään 2 tuntia viikossa
- käytössä lokikirja
- toimipaikkakoulutusta vähintään 100 tuntia vuodessa, josta osa on moniammatillista
- mahdollisuus osallistua vähintään 10 työpäivää vuodessa toimipaikan ulkopuoliseen koulutukseen
- monipuolinen työnkuva
- YEK: mahdollisuus osallistua vaadittuun teoreettiseen koulutukseen (16 h)

YEKin pakollinen terveystieteiden osasto muodostaa siis tässä suhteessa poikkeuksen. Tämä yhdeksän kuukauden jakso tulee suorittaa suorassa palvelusuhteessa hyvinvointialueeseen eikä esimerkiksi hyvinvointialueen kokonaisulkoistetulla terveysasemalla suoritettua työskentelyjaksoa hyväksytä YEKin pakolliseksi terveystieteiden palveluksi.

Ajantasainen lista yliopistojen hyväksymistä koulutuspaikoista löytyy verkosta: <https://www.laaketieteelliset.fi/ammattillinen-jatkokoulutus/koulutuspaikat>. Kouluttautuminen tämän listan ulkopuolisissa toimipaikoissa voi myös olla mahdollista henkilökohtaisella koulutussopimuksella.

Miten työkokemukseni kertyy ja voinko työskennellä osa-aikaisesti?

Lyhin koulutukseksi hyväksyttävä työjakso on kuukausi kokoaikaista työtä (kalenterikuukausi tai 30 päivää). Työkokemuskertymää laskettaessa huomioidaan työn keskeytykset ja poissaolopäivät. Keskeytyksiksi ei lasketa vuosilomapäiviä, lomarahapäiviä, säästövapaita, päivystys- tai aktiivivapaita, saldovapaita eikä koulutusvapaita. Jokaisena koulutusvuotena sairauslomasta ja vanhempainvapaasta voidaan lukea koulutukseen yksi kuukausi, jos virkamääräys on voimassa.

Koulutus voidaan suorittaa **osittain myös osa-aikaisena työnä**. Osa-aikatyö kerryttää työkokemusta osa-aikaprosentin mukaisesti. Elokuussa 2023 voimaan tulleet opinto-oppaat linjaavat, että koulutettavan lääkärin osa-aikaprosentin tulee olla vähintään 50 %. Useampaa alle 50 %:n työajalla samalla ajanjaksolla tehtyä työjaksoa ei voi yhdistää siten, että ne muodostaisivat yhteensä 100 %:n työsuhteen.

Jos yli puolet koulutuksesta suoritetaan osa-aikaisena, tulee siitä sopia etukäteen erikoisalalan vastuuhenkilön kanssa. **YEKiin tulee sisältyä kokoaikaista työtä vähintään kolme kuukautta terveyskeskuksessa ja vähintään kolme kuukautta sairaalassa samassa toimipaikassa.**

Voinko työskennellä etänä?

Eri erikoisalojen ja työnkuvien välillä on merkittäviä eroja etätöiden mahdollisuuksissa. Erikoistuvana sairaalalääkärinä työtä ei voi juurikaan tehdä etänä, mutta poikkeuksiakin löytyy. Toimipaikasta riippumatta etätöissä tulee aina kiinnittää erityistä huomiota ohjauksen saatavuuteen, konsultaatiotukeen sekä työyhteisöön integroitumiseen. Alat, joilla etätöitä on eniten tarjolla, ovat terveydenhuolto ja työterveyshuolto. Käytännössä tänä päivänä lähes jokaisella alalla hoidetaan potilaita myös puhelimitse tai muita etäkanavia hyödyntäen.

Yleislääketieteen erikoisala on antanut erilliset [ohjeet](#) etätöiden määrästä ja sisällöstä pakollisella 9 kuukauden terveyskeskusjaksolla, YEKissä sekä yleislääketieteen erikoistumiskoulutuksessa. Ohjeistuksessa otetaan erikseen kantaa perinteisen vastaanottopainotteisen työn vaadittuun määrään sekä siihen, voiko koulutettava lääkäri työskennellä fyysisesti muualla kuin terveyskeskuksessa tai sektoritoimipaikassa (esim. hoivakoti tai koulu).

YEKissä, erikoislääkärikoulutuksen pakollisella terveyskeskusjaksolla sekä yleislääketieteen erikoistumiskoulutuksen koejaksolla sovitusta työajasta enintään 20 % voi olla muuta kuin perinteistä vastaanotto- tai sektorityötä eli esimerkiksi etävastaanottoja tai konsultointia. Suosituksena on, että työ tehdään kokonaisuudessaan fyysisesti työpaikalla, mutta erityistapauksissa myös etätyötä voidaan hyväksyä, mikäli ohjaus- ja konsultaatiokäytänteet ovat toimivat.

Yleislääketieteen erikoistumiskoulutuksessa (pakollista 9 kuukauden jaksoa sekä koejaksoa lukuun ottamatta) työajasta enintään 40 % voi olla muuta kuin perinteistä terveyskeskuslääkärin työtä ja enintään 20 % etätyötä.

Voinko edistää erikoistumistani jo ennen opinto-oikeuden saamista?

Osaamisperustaisessa koulutuksessa otetaan huomioon myös ennen opinto-oikeuden myöntämistä hankittu osaaminen. Aiempi työkokemus voidaan hyväksyä osaksi koulutusta, jos se on hankittu laillistettuna lääkärinä sekä vastaa erikoisalan koulutusvaatimuksia ja voimassa olevia yleisiä määräyksiä.

Käytännössä voit siis kerryttää erikoistumiseen vaadittavia työjaksoja jo ennen erikoistumisoikeuden saamista, kunhan saat työpaikallasi ohjausta erikoistuvan lääkärin tavoin. YEK-lääkärinä tämä yleensä toteutuu. Asia kannattaa herkästi varmistaa etukäteen erikoisalan vastuuhenkilöltä, joka viime kädessä tekee päätöksen työkokemuksen hyväksi lukemisesta. Samoja suorituksia on mahdollista hyväksyttää myös useampaan erikoistumiskoulutukseen yllä olevin ehdoin.

Tohtorintutkinto - tutkijan ajokortti

Tohtorintutkinnon suorittamiseen voi ohjata monenlaiset motiivit, joista yksikään ei ole toistaan parempi. Uuden lääketieteellisen tiedon tuottaminen ja tieteellisen tiedon lainalaisuuksien ymmärtäminen kiehtovat monia. Tieteellisestä kokemuksesta jaetaan alkupisteitä myös erikoistumiskoulutuksen valintamenettelyssä, mutta vain harvoilla aloilla erikoistumisoikeuden saaminen edellyttää julkaisuluetteloa - tohtorintutkintoa ei vaadita yhdelläkään alalla. Sen sijaan joissain erikoislääkäriviroissa tohtorintutkinto on yksi kelpoisuusvaatimuksista.

Tohtorintutkintoon vaaditaan väitöskirjan lisäksi 20-40 opintopistettä teoriaopintoja. LL-tutkinnon suoritettuaan lääkäri voi hakeutua jatko-opiskelijaksi lääketieteen tohtoriohjelmaan. Tohtoriohjelmaan voi hakea mihin tahansa lääketieteen tohtorintutkintoa tarjoavaan yliopistoon. Tohtoriopintoja voi suorittaa jo peruskoulutuksen aikana, mutta tutkinto-ohjelmaan voi tulla virallisesti hyväksytyksi vasta valmistuneena lisensoituna. Tohtoriopintojen suorittamisessa tulee ottaa huomioon, että perusopintoihin sisällytettäviä opintoja ei voi hyödyntää uudelleen jatko-opinnoissa.

Tohtorintutkinnon voi ajatella olevan kuin tutkijan ajokortti, josta valmistumisen jälkeen opiskelija on kyvykäs tekemään tutkimusta itsenäisesti. Lisää tutkimustyön aloittamisesta ja vinkkejä väitöskirjatyöhön voit lukea Duodecimin ja Suomen Lääketieteen Säätiön ylläpitämästä [Tutkijaportista](#).

Täydennyskoulutus

Täydennyskoulutus on jokaisen lääkärin oikeus ja velvollisuus. Täydennyskoulutuksen tulee olla suunnitelmallista ja tavoitteellista ja edistää lääkärin sekä hänen työyhteisönsä osaamisen kehittymistä. Duodecim on laatinut [täydennyskoulutuksen järjestäjän oppaan](#), josta jokainen lääkäri voi löytää hyödyllisiä työkaluja täydennyskoulutussuunnitelman laatimiseen ja oman osaamisen monipuoliseen kehittymiseen.

Lääkärijärjestöjen [suosituksen](#) mukaan lääkrillä tulee olla mahdollisuus osallistua työpaikan ulkopuoliseen täydennyskoulutukseen työnantajan kustannuksella vähintään kymmenen työpäivää vuodessa. Lisäksi työn tulee sisältää toimipaikkojen sisäistä koulutusta, osaamisen kehittämistä ja omatoimista opiskelua vähintään viisi tuntia viikossa. NLY on jo pitkään edistänyt käytäntöä, jossa lääkärin työajasta 20 % kohdennetaan asiantuntija- ja kehitystehtäviin.

Erikoislääkärikoulutuksessa toimipaikan ulkopuolisilla koulutuksilla kerrytetään koulutukseen vaadittavia teoriakoulutustunteja. Teoriakoulutuksen määrä vaihtelee erikoisaloittain. Erikoislääkärikoulutukseen soveltuvia koulutuksia voit selata yliopistojen ylläpitämästä [KOPI-järjestelmästä](#). Erikoistuva lääkäri voi kuitenkin työajallaan osallistua myös sellaiseen täydennyskoulutukseen, jota ei lueta osaksi erikoislääkärikoulutusta mutta joka on hänen työtehtäviensä kannalta olennaista.

NLY:n järjestämä [NuoriLääkäriPäivät-koulutustapahtuma](#) on suunnattu työuran alkuvaiheessa oleville lääkäreille. Alueelliset lääkäripäivät yliopistokaupungeissa tarjoavat monipuolisia koulutussisältöjä erityisesti yleislääketieteen ja työterveyshuollon alalla työskenteleville lääkäreille. Erikoisalayhdistykset järjestävät erikoisalakohtaisia koulutustilaisuuksia. Duodecimin ylläpitämästä [Lääkärin koulutuskalenterista](#) löytyvät lääkäreille suunnatut jatko- ja täydennyskoulutustilaisuudet, verkkokoulutukset ja webinaarit.

Työajalla tapahtuvaan omatoimiseen opiskeluun on hyödynnettävissä lukuisia verkko-oppimateriaaleja. Itsenäisen opiskelun ei tule kuitenkaan korvata koulutustilaisuuksiin osallistumista.

Edunvalvonnan lyhytoppimäärä

Työskentelenkö Lääkärisopimuksen piirissä?

Lääkärien virka- ja työehtosopimuksen ([lääkärisopimus](#)) piiriin kuuluvat käytännössä kaikki suoraan hyvinvointialueilla virassa työskentelevät lääkärit viran muodosta (vakituinen, määräaikainen tai osa-aikainen) riippumatta. Lääkärisopimus täsmentää hyvinvointialan yleistä virka- ja työehtosopimusta ([HYVTES](#)), joka määrittää keskeiset hyvinvointialueilla sovellettavat työnteon ehdot, kuten lomamääräykset. Lääkärisopimuksessa on tarkemmin sovittu lääkärien työajasta, palkkauksesta, päivystyksestä ja erilaisista suoritekorvauksista.

Tarkan tiedon sovellettavasta virkaehtosopimuksesta saat työnantajaltasi. Mikäli työskentelet yksityisellä tai ostopalvelun kautta, ei työhösi todennäköisesti sovelleta lääkärisopimusta. Tässä tapauksessa työehtosopimuksessa tulee erikseen sopia keskeisistä työsuhteen ehdoista, kuten palkkauksesta, suoritekorvauksista ja lomista. Lääkäriilitosta kannattaa herkästi pyytää apua työehtosopimuksen tarkastamiseen, jos solmit lääkärisopimuksesta poikkeavan sopimuksen (katso myös ”Nuori Lääkäri yksityissektorilla”).

Mistä palkkani muodostuu?

Lääkärisopimusta noudattavilla lääkäreillä palkka muodostuu *varsinaisesta palkasta* sekä mahdollisista varsinaiseen palkkaan kuulumattomista lisistä, palkkioista ja korvauksista, kuten suorite- ja päivystyskorvauksista. Varsinaisen palkan käsite on tärkeä ymmärtää, sillä tuntipalkka lasketaan varsinaisesta palkasta ja muun muassa päivystyskorvaukset perustuvat tuntipalkkaan.

Varsinaisen palkan osia ovat

- Peruspalkka, eli uraporraspalkka tai vastaava tehtävästä maksettava palkka
- Tehtävälisä, jota maksetaan tietyistä lisätehtävistä. Tällaisia voivat olla esimerkiksi erikoistuvien vanhimpana toimiminen tai työvuorolistojen tekeminen.
- Henkilökohtainen lisä neuvotellaan paikallisesti. Osassa työpaikkoja esimerkiksi tohtorintutkinto oikeuttaa henkilökohtaiseen lisään.
- Työkokemuslisä. Työkokemuslisää maksetaan 5 vuoden työkokemuksen (3 %) ja 10 vuoden työkokemuksen (8 %) jälkeen. Työkokemukseksi huomioidaan kaikki lääkärinä työskentely myös kandiajalta. Työkokemuslisä lasketaan uraporraspalkan ja mahdollisen tehtävälisän yhteenlasketusta summasta.
- Muut lisät (kielilisiä, syrjäseutulisiä, rekrytointilisiä, luottamusmieskorvaus, työsuojeluvaltuutetun korvaus, laajennetun toiminnan korvaus ja suoritekompensaatio)

Kun varsinainen palkka on edellä mainittujen palkanosien perusteella saatu laskettua, voidaan palkasta johtaa lääkärin tuntipalkka jakamalla kuukausipalkka kuukauden työtuntien määrällä (perusterveydenhuollon lääkäreillä 160 ja erikoissairaanhoidon lääkäreillä 163). Taulukossa 1 on kuvattu esimerkki varsinaisen palkan ja tuntipalkan määräytymisestä kuvitteellisella sisätautierikoistujalla.

Taulukko 1. Varsinainen palkka ja tuntipalkka.

Palkanosat	Esimerkki	Esimerkki, €/kk
Uraporraspalkka	Erikoistuva lääkäri, yli 3 vuoden työkokemus	4 276,20
Tehtävälisä	Erikoistuvien vanhin, paikallisesti sovittu	150,00
Henkilökohtainen lisä	Tohtori, 8 %	354,10
Työkokemuslisä	5 vuotta työssä, 3 %	132,79
Muut lisät	Ei muita lisiä	0
Varsinainen palkka yhteensä		4 913,09
Tuntipalkka (liite 3, erikoissairaanhoidon lääkärit: kuukausipalkka / 163 h)		30,14 €/h

Varsinaisen palkan lisäksi lääkärille voidaan maksaa erilaisia suoritekorvauksia, kuten lausuntopalkkioita tai perusterveydenhuollon suoritepalkkioita. Sairaalälääkäreille ei yleensä makseta erikseen eri suoritteista lausuntopalkkioita lukuun ottamatta.

Miten päivystyskorvaukseni määräytyvät?

Päivystystyö voi olla luonteeltaan työpaikkapäivystystä (aiemmin aktiivipäivystys) tai vapaamuotoista päivystystä, jolla tarkoitetaan muualla kuin päivystyspisteessä tapahtuvaa varallaoloa. Vapaamuotoisessa päivystyksessä varallaoloajalta maksettava korvaus määräytyy viikonpäivän sekä valmiusajan mukaan, ja aktiivityöajalta (mukaan lukien puhelinkonsultaatioihin kuluva aika) maksetaan vastaavan ajan työpaikkapäivystyksen korvaus.

Päivystyspisteissä voi olla paikallisesti sovitut päivystyspalkat. Jos näin ei ole, johdetaan päivystysajan korvaus lääkärin omasta tuntipalkasta päivystyskertoimia hyödyntäen. Työpaikkapäivystyksessä päivystysajalta maksetaan kertoimella 1,75-3 korotettua tuntipalkkaa (taulukko 2).

Taulukko 2. Työpaikkapäivystyksen päivystyskertoimet.

Päivystys	klo 0-8	klo 8-15	klo 15-18	klo 18-22	klo 22-24
maanantai	3	-	1,75	1,75	2,5
tiistai-torstai	2,5	-	1,75	1,75	2,5
perjantai	2,5	-	1,75	2,25	3
lauantai-sunnuntai*	3	2,25	2,25	2,25	3

*sekä muuksi päiväksi sattuvat juhlapyhät, niiden aatot klo 18 alkaen, juhannusaatto ja muuksi päiväksi kuin sunnuntaiksi sattuva jouluaatto.

Työnantaja voi antaa osan päivystysajan korvauksesta aktiivivapaana (yleensä yöpäivystyksen jälkeinen seuraava päivä), jolloin aktiivivapaan aikaista palkkaa ei makseta rahana. Huomioitavaa on myös, että maksettavaksi voi tulla viikkolepokorvauksia, mikäli joltakin viikolta lepoaika jää liian vähäiseksi (viikkolepo = 35 tunnin yhtäjaksoinen vapaa kalenteriviikon aikana).

Taulukossa 3 on laskelma kuvitteellisen sisätautierikoistujan päivystyskorvauksista, kun hän on suorittanut kuluneen kalenterikuukauden aikana työpaikkapäivystystä maksimimäärän eli viisi päivystysvuoroa, joista osa on ollut pitkiä yön ylittäviä päivystysvuoroja arkena ja osa viikonloppupäivystyksiä. Omien päivystyskorvaustesi laskemiseen voit hyödyntää NLY:n verkkosivujen jäsenalueelta löytyvää palkkalaskuria.

Taulukko 3. Kuvitteellisen sisätautierikoistujan päivystyskorvaukset.

Päivystys	Tunnit	Kerroin	Korvaus
Ma-to klo 15–22, pe 15–18	17	1,75	893,70 €
Pe 18–22, la–su 8–22	17	2,25	1 149,04 €
Ti-to 22–08	20	2,5	1 502,02 €
Ma, pe, la ja su 22–08	10	3	901,21 €
Viikkolepokorvaus	11	1	330,44 €
Aktiivivapaa	15.25	-1	- 458,12 €
Päivystyskorvaukset yhteensä			4 318,30 €

Kuka on luottamusmies?

Lääkäriliitto valvoo etuasi Lääkärisopimusta koskevissa neuvotteluissa valtakunnallisesti, mutta luottamusmiehet mahdollistavat paikallisen tason edunvalvonnan. Luottamusmies neuvottelee työnantajan kanssa paikallisista sopimuksista esimerkiksi palkkausta ja päivystyskorvauksia koskien ja valvoo sopimuksen noudattamista sekä työnantajan että työntekijän puolelta.

Luottamusmies on Julkisan koulutettujen neuvottelujärjestön eli JUKOn jäsenistön valitsema edustaja, joka auttaa työpaikalla kaikkia Lääkäriliiton jäseniä kandidaattivaiheesta alkaen. Lääkärien luottamusmieheksi on useimmiten valittu lääkäri tai hammaslääkäri. Koska lääkäriluottamusmiehet ovat JUKOn luottamusmiehiä, he voivat tarvittaessa edustaa muitakin akavalaisia ryhmiä. Oman luottamusmiehesi yhteystiedot löydät [täältä](#).

Luottamusmies on perehtynyt sopimukseen sekä työpaikan käytänteisiin ja tuntee Lääkäriliiton juristit ja muut asiantuntijat. Luottamusmies onkin tarvittaessa apunasi monissa palvelussuhteeseesi liittyvissä ongelmatilanteissa. Luottamusmiehen puoleen käännytään tavallisimmin, kun palkkaukseen tai perhevapaisiin liittyy epäselvyyksiä. Myös mikäli yhteydenotot esihenkilöön eivät ole ratkaisseet jotakin ongelmatilannetta, on hyvä pyytää neuvoa luottamusmieheltä.

Miten voin itse ryhtyä luottamusmieheksi?

Kiinnostaako sinua perehtyä tarkemmin edunvalvonnan kiemuroihin paikallisesti? Aloittelevana luottamusmiehenä sinun ei tarvitse olla raudanluja ammattilainen, vaan kiinnostus kollegojen edunvalvontaan riittää.

Luottamusmies saa käyttää säännöllistä työaikaansa tehtäviensä hoitamiseen. Lääkäriliitto järjestää vuosittain yli 20 koulutuspäivää, joihin luottamusmiehet osallistuvat paikallisella virkavapaalla. Luottamusmieskoulutus ei heikennä mahdollisuuksia osallistua muuhun toimipaikan ulkopuoliseen koulutukseen. Sopimusten ja juridiikan lisäksi koulutukset sisältävät terveydenhuollon hallintoa ja taloutta, mikä tarjoaa oivallisen mahdollisuuden hahmottaa kokonaisuutta aivan uudella tavalla.

Seuraava luottamusmiesvaali järjestetään alkuvuonna 2026, mutta monilla alueilla luottamusmiehen paikkoja on täyttämättä ja uusia luottamusmiehiä voidaan valita myös kesken kauden. Valinnasta ja koulutuksista voit tiedustella tarkemmin osoitteesta luottamusmies@laakariliitto.fi. Myös paikallinen pääluottamusmies auttaa sinua mielellään, mikäli paikallinen edunvalvonta kiinnostaa!

Pitäisikö minun liittyä työttömyyskassaan?

LL-kassa on lääkärien ja juristien yhteinen työttömyyskassa, jonka jäseneksi pääsevät kaikki palkansaaja-asemassa olevat lääkärit. LL-kassa maksaa jäsenilleen ansiopäivärahaa työttömyyden ja lomautuksen perusteella sekä työttömille tarkoitettua liikkuvuusavustusta.

Työttömyyskassan jäsen on oikeutettu ansiopäivärahaan, jos hän on ollut palkkatyössä vähintään 12 kuukauden ajan työttömyyttä tai lomautusta edeltäneen 28 kuukauden tarkastelujakson aikana ja hän on ilmoittautunut TE-toimistoon kokoaikatyötä hakevaksi työnhakijaksi. LL-kassan jäseneksi voit liittyä [täältä](#).

Myös itsenäinen ammatinharjoittaja voi halutessaan vakuuttaa itsensä työttömyyden varalta liittymällä Suomen yrittäjien työttömyyskassan tai Ammatinharjoittajien ja yrittäjien työttömyyskassan jäseneksi.

Nuori Lääkäri yksityissektorilla

Lääkäri voi toimia yksityissektorilla työsuhteisena työntekijänä, yksityisenä ammatinharjoittajana tai eri tavoin yhtiömuotoisesti. Myös ammatillista jatkokoulutusta voi suorittaa yksityissektorilla, jos toimipaikka on yliopiston hyväksymä koulutuspaikka ja työjaksolla saavutetaan koulutuksen sisältövaatimukset ja osaamistavoitteet.

Yksityissektorilla toimimisesta löydät kattavan tietopaketin [Lääkäriliiton verkkosivuilta](#). Lääkäriliitto on vuonna 2022 laatinut myös [suosituksen](#) vastavalmistuneen lääkärin siirtymisestä yksityissektorille.

Ryhtyisinkö työskentelemään yksityissektorilla?

Yksityissektorilla lääkäri voi vaikuttaa työehtoihinsa itse, sillä työehtosopimukset eivät koske suurinta osaa yksityisen työnantajan palveluksessa olevista lääkäreistä. Palkasta ja ehdoista sopiessa on tärkeää huomioida, että yksityissektorin työsopimus ei yleensä sisällä Lääkärisopimuksen tarjoamia etuja, joiden arvo on merkittävä (mm. lomarahat, sairausajan palkka, vanhempainvapaan palkka). Työsuhdetta solmiessa kannattaakin olla tarkkana ja selvittää ainakin seuraavat asiat:

- Työehdot
Työsopimuslain mukaiset vähimmäisehdot ovat huomattavasti huonommat kuin työ- tai virkaehtosopimuksen ehdot!
- Työtehtävät ja työnkuva
- Toimipaikka
- Kokonaispalkkaus ja palkkakehitys
Lääkäriliitto on antanut [palkkasuosituksia](#) työsuhteisille yksityislääkäreille.
- Työaika
- Lomat ja lomarahat
- Kilpailukiello
- Koeaika
- Irtisanomisaika

Minustako yrittäjälääkäri?

Itsenäisellä ammatinharjoittamisella tarkoitetaan sellaista toimintaa, jossa terveydenhuollon ammattihenkilö ei ole julkisessa virassa eikä muussakaan palvelussuhteessa vaan tuottaa palvelut itsenäisesti suoraan asiakkaalle – siis toimii yrittäjänä. Kaikki laillistetut lääkärit voivat ryhtyä itsenäisiksi ammatinharjoittajiksi.

Itsenäisenä ammatinharjoittajana toimimiseen sisältyy paljon [velvoitteita](#), joista lääkärin on huolehdittava itse. Useimmiten itsenäinen ammatinharjoittaja toimii vuokralaisena lääkäriaseman tiloissa, joissa hänellä on erillisen yrittäjäsopimuksen (yleensä vastaanottotoiminnan sopimus) nojalla käytettävissään tarvittavat kalusteet, laitteet ja välineet sekä avustava henkilökunta. Työsopimuksen ja yrittäjäsopimuksen eroihin voit tutustua [täällä](#).

Yrittäjälääkäri voi tarjota palvelujaan myös yhtiömuotoisesti, yleisimmin osakeyhtiön kautta. Yhtiö on juridisesti itsenäinen oikeushenkilö, jota säätelee useat lait ja säännökset. Yhtiömuotoisessa toiminnassa Lääkäriliiton ammatinharjoittajilleen ottama lakisääteinen potilasvakuutus ei ole voimassa. Yhtiömuodossa toimimisen etuihin ja haittoihin kannattaa perehtyä huolellisesti asiantuntija-apua hyödyntäen, mikäli yrittäjän urapolku vetää sinua puoleensa.

Jokainen työuraansa aloitteleva lääkäri tarvitsee kuitenkin perehdytystä työhönsä, esihenkilötukea ja mahdollisuuden konsultointiin. Siksi on suositeltavaa hankkia monipuolisesti käytännön kokemusta työsuhteessa toimien ennen kuin ryhtyy itsenäiseksi yrittäjäksi.

Miten pidän itsestäni huolta?

Tänä päivänä moni tekijä on haastamassa lääkärien työssä jaksamista. Työelämän vaatimukset ovat kasvaneet, ja resurssipulan kourissa kärvistelevillä hyvinvointialueilla kiire ja työn pakkotahtisuus uhkaavat työntekijöiden hyvinvointia. Samanaikaisesti lääkäriammattissa pääsee nauttimaan monipuolisesta työkuvasta haastavine työtehtävineen, ja oman työnsä merkityksellisyyden voi aistia päivittäin.

Itsestä huolehtiminen jää monen nuoren lääkärin hektisessä arjessa herkästi paitsioon. Vaativa työ vaatii kuitenkin vastapainonsa. Hyvinvoinnin peruspilareita ei sovi unohtaa: riittävää unta ja lepoa, monipuolista ja terveellistä ruokavaliota, säännöllistä liikuntaa ja turvallisia ihmissuhteita. Tauot ja ruokailu kuuluvat osaksi jokaista työpäivää eikä niistä pidä tinkiä. Vapaa-aikaa kannattaa viettää sellaisen tekemisen parissa, jossa pääsee nauttimaan onnistumisen kokemuksista.

Oman työn hallinta ja kollegatuki

Työuran alusta lähtien on hyvä opetella kuuntelemaan itseään ja tunnistamaan omat ammatilliset kipukohtansa. Toisilla on synnynnäinen taito rajata työtään asianmukaisesti, toiset ovat taipuvaisia ylisitoutuneisuuteen. On tärkeää huomata, että työhön liittyvien kuormitustekijöiden lisäksi työssä jaksamiseen vaikuttavat henkilökohtaisen elämän mahdolliset rasitteet. Näistä työkuormitus on kuitenkin sellainen, jota on aina mahdollista keventää.

Jokainen nuori lääkäri tarvitsee työssään kokeneempien kollegojen apua. Myös vertaisten tuki on tärkeässä roolissa. Työpaikan hyvät konsultaatiokäytänteet ja kannustava työilmapiiri tekevät työnteosta mielekästä. Mahdollisuus vaikuttaa oman työn sisältöön ja työaikatauluihin sekä joustavat vapaa- ja lomakäytännöt synnyttävät hallinnan tunnetta, joka suojaa uupumukselta.

Jos ennaltaehkäisevistä toimenpiteistä huolimatta tunnistat olevasi jaksamisesi ääri rajoilla, älä jää tuntemustesi kanssa yksin. Jos mahdollista, keskustele tilanteestasi esihenkilösi kanssa. Usein työtäsi voidaan järjestellä uudelleen, ja esimerkiksi osa-aikaisuus voi olla kaipaamasi ratkaisu – joko tilapäisesti tai pysyvämminkin. Myös työnohjaus auttaa monia.

Työnohjaus

Työnohjaus on oman työn ja työroolien tutkimista ja kehittämistä yhdessä koulutetun työnohjaajan kanssa. Työnohjauksessa voidaan pureutua sellaisiin työn elementteihin, jotka aiheuttavat erityistä kuormitusta. Työnohjaus voi auttaa ymmärtämään omaa

toimintaa sekä omia tapoja reagoida tiettyihin työtilanteisiin. Työnohjauksen tavoitteena on työntekijän hyvinvoinnin lisääntyminen. Työnohjaus voidaan toteuttaa yksilö- tai ryhmäohjauksena.

NLY näkee, että jokaisella lääkärillä tulisi olla mahdollisuus työnohjaukseen. Laissa säädetään mielenterveys-, päihde- ja riippuvuussairauksien yksiköissä - käytännössä psykiatrian aloilla - työskentelevien lääkärien ja muiden ammattilaisten työnohjauksen pakollisuudesta. Tämän lisäksi Duodecimin perusterveydenhuollon avosairaanhoidon koskevassa Hyvä käytäntö -konsensusuosituksessa todetaan, että jokaisella perusterveydenhuollossa toimivalla ammattilaisella tulisi olla mahdollisuus työnohjaukseen.

Monissa toimipaikoissa työnantaja haluaa edistää työntekijöidensä hyvinvointia mahdollistamalla työnohjaukseen osallistumisen. Usein tämä edellyttää kuitenkin ammattilaiselta aloitteellisuutta. Tavallisesti on ammattilaisen vastuulla löytää itselleen sopiva työnohjaaja, mutta tukea hakuprosessiin voi myös saada, esimerkiksi työterveyshuollosta.

Työterveyshuolto

Työterveyshuollon ensisijaisena tavoitteena on yksilön terveyden sekä työ- ja toimintakykyisyyden säilyttäminen ja edistäminen, sekä työhön liittyvien sairauksien ja tapaturmien ehkäisy. Lääkärin terveyttä uhkaavia tekijöitä ovat muun muassa työn rajaamisen vaikeus, voimakas tunnekuormitus, väkivallan uhka sekä yötyö ja pitkät työrupeamat. Lääkäriliitto on antanut suosituksen lääkärien työterveyshuollosta, johon voit tutustua [täällä](#).

Työterveyshuollon puoleen kannattaa kääntyä aina työhön liittyvissä terveyshuolissa. Jokaisella työntekijällä on oikeus työterveyshuollon lakisääteisiin palveluihin palvelussuhteen luonteesta ja kestosta riippumatta. Monin paikoin työterveyssojimus on laadittu kattamaan myös sairaanhoitoa.

Lääkäriliiton luottamuslääkärit

Lääkäriliiton luottamuslääkärit ovat kokeneita kollegoita, joiden puoleen voi kääntyä terveysongelmissa silloin, kun hoitoon hakeutuminen muuta kautta tuntuu hankalalta tai asia on erityisen luottamuksellinen. **Lääkäriliiton jäsenille luottamuslääkärien antama hoito ja neuvonta on maksutonta.** Tämä jäsenpalvelu kattaa enintään kolme hoitokontaktia.

Lääkäriliitto järjestää luottamuslääkäreille koulutusta kaksi kertaa vuodessa, ja erillinen luottamuslääkäritoimikunta kehittää luottamuslääkäritoimintaa aktiivisesti. Lääkäriliitto maksaa luottamuslääkärille korvauksen kollegan hoitamisesta. Potilaana olleen lääkärin nimi tai muut henkilökohtaiset tiedot eivät koskaan tule Lääkäriliiton tietoon.

Luottamuslääkärien antama hoito on yleensä oikeaan hoitopaikkaan ohjaamista ja hoidon aloitusta. Luottamuslääkäri voi esimerkiksi auttaa kuntoutukseen hakeutumisessa, neuvoa päihdeongelmien hoidon aloituksessa tai antaa työnohjausta hankalissa tilanteissa. Joskus hoitosuhteesta voi syntyä pitkäaikainen.

Listan luottamuslääkäreistä sekä heidän yhteystietonsa löydät Lääkäriliiton verkkosivuilta Fimnet-kirjautumisen takaa: <https://www.laakariliitto.fi/yhteystiedot/luottamuslaakarit/>.

Itse tukena nuoremmille

Monet nuoret lääkärit ohjaavat työnsä ohessa nuorempia kollegoja. Kesän alussa omalla työpaikalla saattaa aloittaa niin vastavalmistuneita lääkäreitä, kesäkandeja kuin amanuenssejakin. Nuorempien kollegojen tukeminen on kiinteä osa lääkärin ammatissa toimimista.

Kesämentorointi

Duodecimin järjestämä kesämentorointi on neljännen ja viidennen vuosikurssin kesäkandeille suunnattu valtakunnallinen mentorointiohjelma, jossa kokeneemmat kollegat ohjaavat pareittain 4-6 kandin ryhmiä. Mentoreina toimivat vapaaehtoiset valmiit lääkärit, ja lisäksi viidennen vuosikurssin kandit voivat mentoroida nelosen kandeja.

Mentorointi toteutetaan etäyhteyksin ja ryhmät tapaavat noin kahdeksan kertaa touko-elokuun aikana. Mentorointi on osallistujille maksutonta.

Kesämentorointi sai alkunsa ensimmäisenä koronavuonna 2020, jolloin Suomen Medisiinariliitto pani toiminnan alulle. Vuodesta 2021 lähtien kesämentoroinnista on vastannut Duodecim yhteistyössä Medisiinariliiton ja NLY:n kanssa. Joka vuosi kesämentorointi tarjoaa tukea useille kymmenille lääkärialuille, ja ohjelma on niittänyt osallistujilta kiitosta vuosi vuoden perään. Lisää kesämentoroinnista voit lukea Duodecimin [verkkosivuilta](#).

SYNAPSI-mentorointi

SYNAPSI-mentorointi on Vertical Oy:n järjestämä mentorointiohjelma, joka on tarkoitettu nuorille lääkärijohtajille sekä johtamis- ja kehittämistehtävistä kiinnostuneille lääkäreille. Mentorointiohjelma käynnistyi syksyllä 2023, ja NLY on alusta lähtien ollut mukana ohjelman kehittämistyössä.

SYNAPSI-mentorointi kestää lukuvuoden ja koostuu etänä toteuttavista ryhmätapaamisista sekä Helsingissä pidettävistä koulutus- ja verkostoitumistilaisuuksista. Ryhmätapaamisten pohjana on ammattimentorin luoma runko ja tuki keskusteluille.

Mentorointiohjelman mahdollistajia ovat Verticalin lisäksi Lääkärikeskus Aava sekä AstraZeneca. NLY ja Keva ovat ohjelman yhteistyökumppaneita. Mentorointi on osallistujille maksutonta. Lisää SYNAPSI-mentoroinnista voit lukea [täältä](#).

Mukaan vaikuttamaan

Vaikuttamistyöhön pääset helposti mukaan myös nuorena lääkärinä! On oleellisen tärkeää, että myös nuorten lääkäreiden ääni kuuluu päätöksenteossa ja tämän vuoksi NLY osallistuu aktiivisesti vaikuttamistyöhön julkaisemalla kannanottoja sekä nimeämällä omia ehdokkaitaan vaaleihin ja eri toimielimiin. Kuitenkin jokaisella nuorella lääkäriellä on myös itse mahdollisuus osallistua vaikuttamistyöhön - aikaisempaa kokemusta ei yleensä vaadita!

Alta löydät lyhyet esittelyt ja hakuohjeet eri toimielimiin.

NLY

Lisätietoa: <https://nly.fi/tietoa-nlysta/toimijat/>

Mikä?

Koulutusvaliokunta

Lyhyt esittely

Koulutusvaliokunta (Kova) seuraa lääkäreihin liittyvää koulutuspolitiikkaa ja ottaa kantaa muun muassa erikoislääkärikoulutukseen, koulutusmääriin ja täydennyskoulutukseen liittyviin kysymyksiin.

Miten haen?

Haku kerran vuodessa. Seuraa NLY:n kotisivuja ja viestintää!

Edunvalvontavaliokunta

Edunvalvontavaliokunta (Eva) seuraa lääkärisopimuksen neuvotteluita ja ottaa kantaa muun muassa palkkaukseen, työaikalainsäädäntöön ja päivystysmääräyksiin.

Haku kerran vuodessa. Seuraa NLY:n kotisivuja ja viestintää!

Terveyspoliittinen valiokunta

Terveyspoliittinen valiokunta (TerPo) seuraa terveystaloutta ja ottaa kantaa sote-järjestelmän muutoksiin sekä yleiseen terveystalouteen.

Haku kerran vuodessa. Seuraa NLY:n kotisivuja ja viestintää!

Hallitus

Hallitus on NLY:n valtuuskunnan valitsema yhdistyksen työrukkana. Alueellinen ja ammatillinen edustus on pyritty saamaan kattavaksi.

Haku kerran vuodessa. Seuraa NLY:n kotisivuja ja viestintää!

Mikä?

Valtuuskunta

Lyhyt esittely

Valtuuskunta kokoontuu kaksi kertaa vuodessa päättämään yhdistyksen budjetista ja toimintasuunnitelmasta sekä tilinpäätöksestä ja toimintakertomuksesta. Valtuuskunta valitsee myös yhdistyksen hallituksen. Hallitus alistaa suuret linjanvedot sekä taloudelliset päätökset valtuuskunnalle.

Miten haen?

Uusi valtuuskunta valintaan kolmen vuoden välein vaalilla, jossa äänioikeutettuja ovat NLY:n jäsenet.

NLY:n muu toiminta

NLY:ssä voit osallistua myös Koulutuspaikkakyselyn suunnitteluun, NuoriLääkäriPäivien ohjelmaryhmään, kansainvälisiin kokouksiin sekä paikallisosastojen toimintaan.

Kysy lisää yhdistyksen hallituksen jäseniltä tai toimistolta! Paikallistoiminnasta löydät lisätietoa alemmaa.

Lääkäriliitto

Lisätietoa: <https://www.laakariliitto.fi/laakariliitto/organisaatio/alueellinen-toiminta/>

Mikä?

Edunvalvontavaliokunta
(Helsinki, Turku,
Tampere, Kuopio ja
Oulu)

Lyhyt esittely

Edunvalvontavaliokunta käsittelee edunvalvontaan ja lääkärin monipuoliseen ammatinharjoittamiseen liittyviä asioita.

Miten haen?

Haku kerran kolmessa vuodessa. Seuraa Lääkäriilidon kotisivuja ja viestintää!

Professiovaliokunta
(Helsinki, Turku,
Tampere, Kuopio ja
Oulu)

Professiovaliokunta vaikuttaa perus- ja erikoistumiskoulutukseen yliopistoittain. Se käsittelee myös kollegiaalisuuteen, etiikkaan ja lääkärin hyvinvointiin liittyviä asioita.

Haku kerran kolmessa vuodessa. Seuraa Lääkäriilidon kotisivuja ja viestintää!

Mikä?

Terveyspoliittinen valiokunta (*Helsinki, Turku, Tampere, Kuopio ja Oulu*)

Lyhyt esittely

Terveyspoliittinen valiokunta ottaa kantaa alueellisiin ja kansallisiin terveyspoliittisiin ja terveydenhuoltopoliittisiin asioihin. Se tuo oman alueensa lääkärien mielipiteet mukaan liiton valtakunnalliseen terveyspoliittiseen työhön.

Miten haen?

Haku kerran kolmessa vuodessa. Seuraa Lääkäriliiton kotisivuja ja viestintää!

Hallitus

Lääkäriliiton toimintaa johtaa hallitus, joka huolehtii valtuuskunnan päätösten toimeenpanosta. Hallitus vastaa liiton taloudesta ja päättää erilaisten toimielinten kokoonpanosta. Kokouksissa käsitellään edunvalvonnan ohella mm. terveydenhuoltoa, etiikkaa ja koulutusta.

Valtuuskunta nimeää.

Valtuuskunta

Ylintä päätösvaltaa Lääkäriliitossa käyttää 60-jäseninen valtuuskunta, joka määrittelee liiton toiminnan suuntaviivat ja strategian, hyväksyy talousarvion ja valitsee liiton puheenjohtajat sekä hallituksen jäsenet.

Uusi valtuuskunta valitaan kolmen vuoden välein vaalilla, jossa äänioikeutettuja ovat Lääkäriliiton jäsenet.

Duodecim

Lisätietoa: <https://www.duodecim.fi/duodecim/luottamushenkilotoiminta/>

Mikä?

Koulutusvaliokunta ja sen alaiset työryhmät

Lyhyt esittely

Koulutusvaliokunta suunnittelee, toteuttaa ja arvioi seuran koulustoittoa. Valiokunta etsii ja nimeää jäseniä myös eri työryhmiin, jotka suunnittelevat ja toteuttavat koulutuksia ja hankkeita, kuten kesämentorointia.

Miten haen?

Seuran hallitus valitsee koulutusvaliokunnan jäsenet kolmivuotiseksi kausiksi. Eri työryhmiin voi hakea olemalla yhteydessä seuran koulutuspäällikköön.

Mikä?

Verkostovaliokunta

Lyhyt esittely

Verkostovaliokunta seuraa Duodecimin ulkopuolisten suhteiden ja yhteistyöprojektien kehittymistä ja tekee aloitteita uusien suhteiden ja hankkeiden luomiseksi.

Miten haen?

Seuran hallitus valitsee verkostovaliokunnan jäsenet kolmivuotiseksi kausiksi.

Viestintävaliokunta

Viestintävaliokunnan tehtävänä on suunnitella ja seurata seuran harjoittamaa julkaisutoimintaa ja tehdä sitä koskevia aloitteita hallitukselle. Valiokuntaan kuuluvat valtuuskunnan valitsema puheenjohtaja sekä muita hallituksen valitsemia jäseniä.

Jos olet kiinnostunut työskentelemään viestintävaliokunnassa, ota yhteyttä valiokunnan puheenjohtajaan.

Hallitus

Duodecimin hallitus vastaa seuran toiminnasta, panee täytäntöön valtuuskunnan päätökset, hoitaa seuran taloutta, jakaa seuran apurahat ja palkinnot, antaa säätiöiden pyytämät lausunnot apurahojen hakijoista, hyväksyy uudet jäsenet, ratkaisee seuran jäsenmaksusta vapauttamista koskevat asiat sekä valvoo seuran toimiston työskentelyä.

Valtuuskunta valitsee seuran hallituksen seuran jäsenistön keskuudesta kerran vuodessa. Seuraa Duodecimin kotisivuja ja viestintää!

Valtuuskunta

Valtuuskunta on Duodecimin korkein päättävä elin, joka osallistuu seuran strategian valmisteluun ja hyväksyy sen. Valtuuskunta valitsee myös seuran hallituksen puheenjohtajan ja hallituksen jäsenet sekä tekee muut seuran keskeiset luottamushenkilövalinnat. Valtuuskunta ohjaa hallituksen toimintaa vahvistamalla toimintasuunnitelman ja talousarvion.

Valtuuskunnan jäsenet valitaan kolmen vuoden välein järjestettävillä vaaleilla, joten valtuuskunnan jäsenyys vaatii valituksi tulemisen vaaleissa sekä seuran jäsenyyden.

Yliopisto

Mikä?

Erikoislääkäri- ja erikoishammaslääkärikoulutuksen alueellinen jatkokoulutustoimikunta (Helsingissä erikoislääkäri- ja erikoishammaslääkärikoulutuksen johtoryhmä)

Lyhyt esittely

Alueellinen jatkokoulutustoimikunta (AJT) vastaa ammatillisen jatkokoulutuksen kehittämisestä ja koordinoinnista kunkin yliopiston vastuualueella. Toimikunta ohjaa erikoislääkärikoulutuksen käytännön toteuttamista.

Miten haen?

AJT:ssa erikoistuvilla lääkäreillä on oma edustuksensa. Kysy lisää NLY:n paikallisosastosi puheenjohtajalta!

Erikoislääkäri- ja erikoishammaslääkärikoulutuksen alueellinen neuvottelukunta

Alueelliset neuvottelukunnat toimivat yliopistojen yhteydessä alueellisina yhteistyöeliminä erikoislääkäri- ja erikoishammaslääkärikoulutuksen sekä yleislääketieteen erityiskoulutuksen määrällisessä ja laadullisessa kehittämisessä.

Neuvottelukunnassa erikoistuvilla lääkäreillä on oma edustuksensa. Kysy lisää NLY:n paikallisosastosi puheenjohtajalta!

Paikallistoiminta

Lisäksi voit lähteä edistämään paikallisten kollegoiden hyvinvointia hyppäämällä mukaan NLY:n, Lääkäriliiton ja Duodecimin paikallistoimintaan! Tarjolla on edunvalvonnallisen toiminnan lisäksi vapaamuotoista yhteistä tekemistä, jossa voit tutustua uusiin kollegoihin eri ikä- ja uravaiheissa. Toimintaa on myös perheellisille!

Lisätietoa löydät:

NLY - <https://nly.fi/tietoa-nlysta/paikallistoiminta/>

Lääkäriliitto - <https://www.laakariliitto.fi/laakariliitto/organisaatio/alueellinen-toiminta/>

Duodecim - <https://www.duodecim.fi/jasenyys/duodecimin-yhdistysjasenet/>

Soten tekijät -yhteistyöverkosto

Soten tekijät on moniammatillinen yhteistyöverkosto, joka kerää yhteen nuoria sosiaali- ja terveydenhuollon työtapojen ja -olojen kehittämistä kiinnostuneita sote-ammattilaisia. Tervetulleita ovat kaikki, jotka ovat siirtyneet työelämään viimeisen 15 vuoden aikana ja halukkaita toimimaan itse aktiivisesti muutoksen aikaansaamiseksi.

Verkosto sai alkunsa joulukuussa 2023, kun NLY kutsui sidosryhmiensä jäseniä Lääkäritalolle keskustelemaan nuorten sote-ammattilaisten työhyvinvoinnin nykytilasta. Jatkotapaaminen järjestettiin huhtikuussa 2024, jonka jälkeen NLY ja Suomen Sairaanhoitajat aloittivat yhteistyön verkoston toiminnan suunnittelemiseksi.

Soten tekijät kokoontuu kahdesti vuodessa. Tapaamiset toteutetaan työpajatyöskentelynä ennalta sovitun aiheen äärellä. *Soten tekijät* pyrkii laatimaan ajankohtaisia kannanottoja ja konkreettisia toimenpide-ehdotuksia sote-alan toimintakulttuurin muutoksen ja sote-ammattilaisten työhyvinvoinnin edistämisen tueksi. Verkoston tavoitteina on

- madaltaa ammattiryhmien välisiä raja-aitoja tuomalla ammattilaiset saman pöydän ääreen tasavertaisina toimijoina
- tunnistaa koko sote-alaa yhdistäviä kehityskohteita toimintayksiköiden toimintatavoissa ja luoda konkreettisia ratkaisuehdotuksia
- nostaa esiin kiitosta ansaitsevia toimintamalleja
- lisätä sote-alan houkuttelevuutta tulevaisuuden työympäristönä

Loppusanat

Tämä käsikirja on syntynyt tarpeesta koota yksiin kansiin vastaukset nuoren lääkärin arjessa toistuvasti herääviin kysymyksiin. Oppaassa on haluttu huomioida ne moninaiset tavat, joilla vastavalmistunut lääkäri voi uransa aloittaa. Ensimmäisen työpaikan valintaan kannattaa panostaa. Hienoa on kuitenkin se, että jokainen lääkäri voi päättää uransa suunnasta yhä uudelleen ja uudelleen työvuosien varrella.

Jos et löytänyt oppaasta etsimääsi, kerrothan siitä meille. Mikäli haluaisit itse kirjoittaa käsikirjaan kappaleen jostakin nuorelle lääkärille tärkeästä aiheesta, ole meihin rohkeasti yhteydessä. Käsikirjaa päivitetään säännöllisin väliajoin, mutta jos huomaat oppaan sisältävän vanhentunutta tai virheellistä tietoa, ilmoitathan siitäkin meille. Käsikirjaan liittyvät yhteydenotot vastaanotamme mieluiten tämän [palautelomakkeen](#) kautta.

Tsemppiä urasi ensimetreille! <3