



Toimiva kotihoito Lappiin
-monipuoliset tuen muodot
kotona asumiseen



Verkoston työskentelystä

- 14.11.2017 klo 13-14.30 Fysioterapeutin ja toimintaterapeutin tehtävänkuvat kotikuntoutuksessa; mahdollisesti kuullaan kotikuntoutuksen toteutuksesta Lapin kunnassa
- 13.12.2017 klo 13-14.30 Rovaniemen kotikuntoutuksen esittely
- **Jatko?** Maakunnan verkosto? Alueelliset verkostot?



Helsingin terveisiä: liikkumissopimus

- <https://www.hel.fi/Helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/ikaantyneiden-palvelut/kotihoito/liikkumissopimus>
- Kyseessä ikääntyneen arkiliikkumisen suunnitelmallinen tukeminen
- Työväline, jonka avulla työntekijät kiinnittävät huomiota asiakkaiden arkiliikkumisen ja liikkumiskyvyn säilymiseen
- Sopimukseen sisällytetään niitä arkielämän osa-alueita, jotka hoitajan ja asiakkaan välisessä keskustelussa nousevat esille henkilökohtaisesta hygieniasta ja arkiaskareista omaehtoiseen harjoitteluun tai ryhmäliikuntaan

Motivaatiosta (Härkääpää, Valkonen & Järvikoski 2016)



- Motivaatiossa kaksi osaa:
 - Voima/energia
 - Toiminnan suunta (mitä tavoitellaan)
- Tavoitteen arvo kuntoutujalle
- Pystyvyyden tunne mukana
- Ympäristön tuki parantaa sitoutumista muutokseen

Miten motivoida ikäihmistä oman hyvinvoinnin ja arjen toiminnan edistämiseen ja tukemiseen?



- Virkeille ikäihmisille kuntokortti, johon merkitään liikkuminen, ulkotyöt, marjastus jne.
- Arjen yksilöllinen kuntokortti, johon postinhaku, ystävälle soitto, ristisanatehtävien tekeminen jne.
- Tavoitteet aluksi nopeasti saavutettavissa → pystyvyyden tunteen vahvistaminen →
- Konkretisointi
- Asiakaskirje
- Sopimus



Eri osapuolten sitoutuminen

- Tiedonantaminen ja perusteleminen
- Kaikilla oma tehtävä
- Yhteiset sopimukset



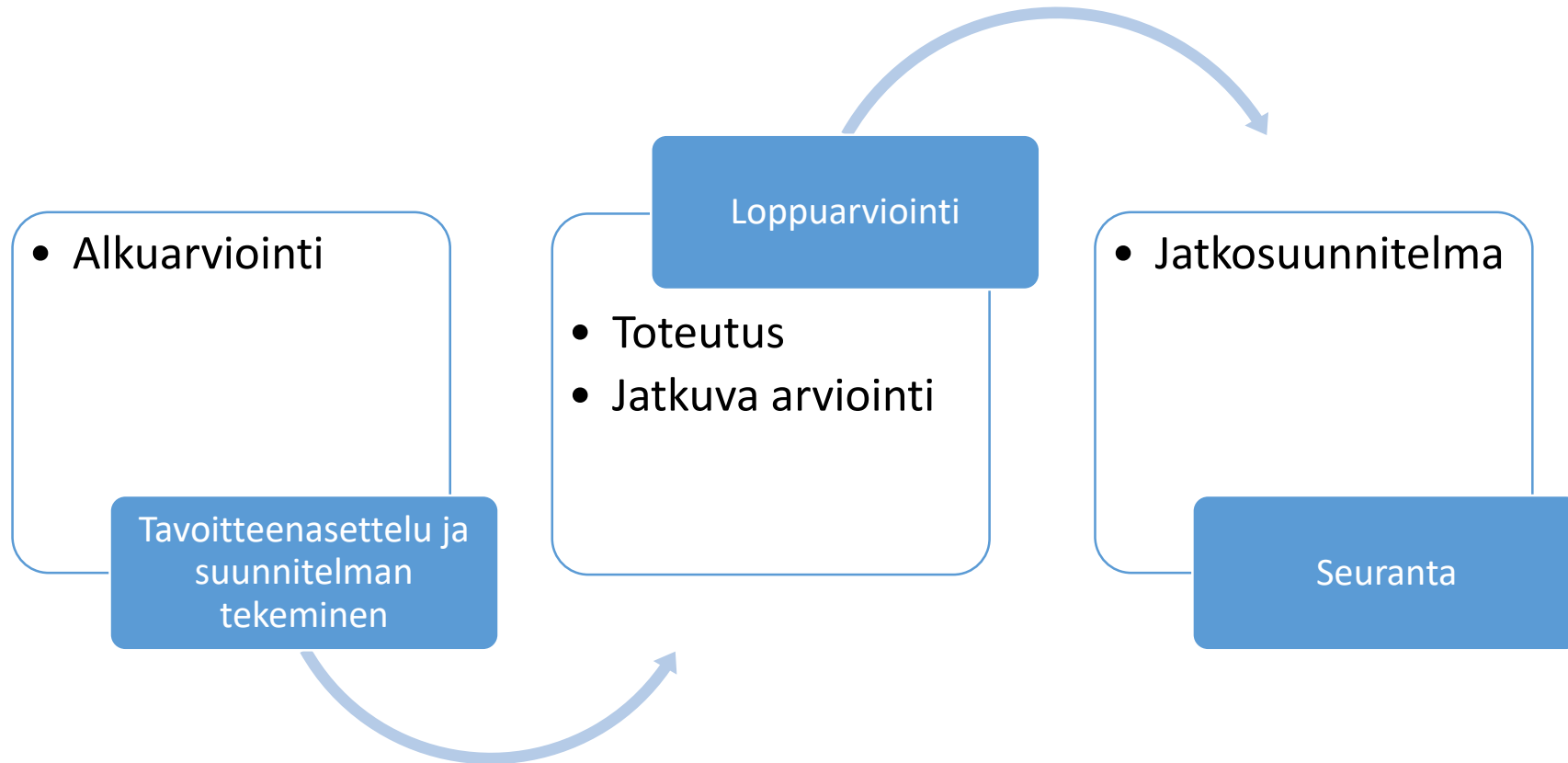
Kotikuntoutuksen määrittely?

- Kotikuntoutus on moniammatillista, tavoitteellista ja määräaikaista kotona toteuttavaa kuntoutusta, jonka tavoitteena on mahdollistaa ikäihmisen kotona asuminen ja vahvistaa omatoimista suoriutumista jokapäiväiseen elämään liittyvissä toiminnoissa. Ikäihmisen oma motivaatio kuntoutumiseen on kotikuntoutuksessa keskeistä.

Kotikuntoutuksen prosessi



Vai?





Asiakkaaksi tulo

- Kotikuntoutuksen arviokäynti jonkin yhteistyötahon yhteydenoton perusteella – ei suoraan asiakkaan tai omaisen yhteydenotosta → tällöin ohjataan ottamaan yhteys palveluohjaukseen
- **Soittoaika ikäihmisille?**
- Palveluohjaus, päiväkeskukset, terveydenhuolto avainasemassa asiakkaiden ohjaamisessa riittävän varhaisessa vaiheessa kotikuntoutukseen – tietoa myös järjestöille (muisti- ja omaisyhdistykset jne.)
- Linkitys muistipolkuun
- **Kaikki kotihoidon asiakkaat ovat kotikuntoutuksen asiakkaita → Kaikille jatkuvan kotihoidon piiriin kuuluville asiakkaille on tehty arviointi kotikuntoutuksen tarpeesta ja sen pohjalta suunnitelma toimintakyvyn ylläpitämisestä tai edistämisestä (vai arkitoiminnan vahvistamisesta?)**
- Kiinnitettävä huomiota (verkostossa nostettuja):
 - Omaishoitajat ja –hoidettavat
 - Muistisairautta sairastavat
 - Toiminta- tai liikkumiskyky alentunut tai vaarassa alentua
 - Päivätoiminnan asiakkaat
 - Intervalliasiakkaat



Riskitekijöistä uudessa laatusuosituksessa

SUOSITUS 3

Kuntien ja jatkossa myös maakuntien⁵ palveluvalikoimaan sisältyy kohdennettuja toimenpiteitä riskiryhmille. Riskiin vaikuttamalla voidaan estää tai vähentää palvelujen tarvetta. Riskitekijöitä, jotka ennakoivat toimintakyvyn heikkenemistä ovat:

- alttius kaatumisille ym. tapaturmille ja luunmurtumat,
- ulkona liikkumisen väheneminen ja liikkumisen ongelmat, tasapaino-ongelmat ja lihasvoimien väheneminen,
- ravitsemustilan poikkeamat, laihtuminen,
- hauraus-raihnaus -oireyhtymään viittaavat merkit (HRO), kuten lihaskato, laihuus ja hidas liikkuminen,
- muistin heikkeneminen, muistihäiriöt,
- mielialan lasku, mielenterveyshäiriöt kuten masennus,
- runsas päihteiden käyttö,
- koettu yksinäisyys,
- runsas sosiaali- ja terveyspalvelujen käyttö ja erilaiset siirtymät, esimerkiksi

sairaa-lasta kotiutumistilanteet,
- pienituloisuus,
- puolison/elämäntoverin menettäminen, leskeytyminen,
- kaltoinkohtelu, perhe- tai läheisväkivalta tai sen uhka.



Kuvakaappaus:

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017-2019, s. 16

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3960-8>

Lapin mallin ”riskiryhmien” määrittely laatusuosituksen ja verkostokeskustelun pohjalta?

Alkuarviointi



- Kuntoutustyöntekijä tekee alkuarvioinnin sovittuja arviointimenetelmiä käyttäen
- Havainnointi ja haastattelu
- **SPPB? Bergin tasapainotesti? TUG?**
- **Käden puristusvoiman mittari? Kokeiluun jossakin kunnassa?**
- COPM (tt)
- MoCA?
- **Elämänlaatumittari? Piloteissa kokeillaan:**
 - **MIKE** (www.muistimike.fi)
 - **QoL-AD**
 - **WHOQOL-BREF**
- Kotihoidossa käytössä RAI (esim. RAI-HC tai RAI Screener)

Tavoitteenasettelu ja suunnitelma



- Tavoite asiakkaan oma ja konkreettinen
- Jos COPM tehty, toimii pohjana tavoitteenasettelulle
- Ft:n/tt:n (ja omahoitajan, jos on kh:n asiakas) tehtävänä auttaa asiakasta löytämään tavoite omasta arjestaan, kuntoutustyöntekijä pilkkoo tavoitteen harjoiteltaviin osiin – **GAS?**
- **1-2 tavoitetta**
- Asiakassuunnitelmassa huomioidaan aina kuntoutumisen edistäminen
- Tehdään **kuntoutumis-/liikkumis-/vastaava sopimus** asiakkaan kanssa
- **Kuntoutumiskiekko?** apuna tehtävien jakamisessa (asiakas – omainen – ammattilainen)

Toteutus 1: **varhaisvaiheen vai ennalta-ehkäisevä kotikuntoutus**



- Asiakkaat, joilla ei ole kotihoitoa
- Yhteydenotto jonkin yhteistyötahon kautta, ei suoraan asiakkaalta?
- **Asiakkaan oma halu toimintakyvyn edistämiseen huomioitava**
- Arvioinnin perusteella pääsääntöisesti ohjausta omatoimiseen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn ylläpitämiseen, järjestöjen tai liikuntatoimen ryhmätoimintoihin
- **Tarvittaessa kuntouttavalle arviointijaksolle? Kuka päättää, mitkä kriteerit?**
- Seuranta!

Toteutus 2: kuntouttava arviointijakso/ tehostettu kotikuntoutus



- **Kuntouttava arviointijakso:** kotihoidon uudet asiakkaat tai asiakkaalla kotihoidon käyntejä **vähän (1-2 viikossa?)** → tavoitteena ettei asiakas tulisi kotihoitoon tai avuntarve pienenesi jakson aikana
 - **Tehostettu kotikuntoutus:** kotihoidon asiakkaat, joiden toimintakyvyssä tapahtunut äkillisesti iso muutos (esim. leikkaus, aivotapahtuma, toimintakyvyn äkillinen aleneminen) → tavoitteena toimintakyvyn mahdollisuuksien etsiminen ja palauttaminen
- * * * * *
- Määräaikaista, kesto n. **4 viikkoa arviointijakso, 2-12 viikkoa tehostettu kotikuntoutus??**
 - Intensiivistä ja monitoimijaista: asiakas, kuntoutustyöntekijät, hoitajat, omaiset tai läheiset, mahdollisesti 3. sektori, tarpeen mukaan sos.tt jne...
 - 1. kuntoutustyöntekijän käynti työparin kanssa
 - Kokonaisvaltainen arviointi: arjen toiminnan lisäksi mm. ravitsemus, sosiaalinen ulottuvuus jne...
 - Jakson aikana asiakkaan toimintakykyä ja osallistumista arkeen edistetään vahvasti
 - Tärkeää yhtenäiset toimintakäytännöt ja hyvä tiedonkulku
 - Hyödynnetään teknologiaa

Toteutus 3: kuntoutumista edistävä kotihoito



- Arjessa aktivointi – arkikuntoutus – kuntoutumista edistävä kotihoito?
Kommentteja, mikä käsite käyttöön?
- Jokaisella käynnillä edistetään asiakkaan kuntoutumista ja tavoitteiden saavuttamista – toteutus on kaikkien vastuulla! Esim. haavanhoito?
- Osaamista kotihoidon työntekijöille
- Kotikäynnille varattava aikaa
- Joka käynniltä kirjataan ylös toteutuminen – jos ei ole toteutunut jollakin käynnillä, kirjataan peruste
- Omahoitajan rooli tavoitteenasettelussa ja motivoinnissa
- Omaisilla ja läheisillä oma tehtävä

Loppuarviointi ja jatkosuunnitelma



- Samat mittarit käytössä kuin alkuarvioinnissa
- Konkreettisten tavoitteiden saavuttamisen arviointi



Seuranta

- Kaikille seurantakäynti kuntoutumisjakson jälkeen
- Tärkeä myös asiakkaan motivaation kannalta
- **Mikä on sopiva ajanjakso kuntoutumisjakson jälkeen?**
- Ennaltaehkäisevä kotikuntoutus: 1 kk ja 3 kk
- Kuntouttava arviointijakso 1 kk

Kiitos!

stm.fi  #IKIOMAT

stm.fi/hankkeet/koti-ja-omaishoito

Outi Sassali-Riipi [outi.sassali-riipi\(a\)poskelappi.fi](mailto:outi.sassali-riipi@poskelappi.fi) 040 143 9737



SOSIAALI- JA
TERVEYSMINISTERIÖ



MUKANA
HALLITUKSEN
KÄRKIHANKKEESSA



Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Lapin toimintayksikkö



Toimiva kotihoito Lappiin
– Monipuoliset tuen muodot kotona asumiseen -hanke



LAPIN SAIRAANHOITOPIIRI
LAPPI BUOHCCEDIKSUNBIIRE



LÄNSI-POHJAN
SAIRAANHOITOPIIRI