

Toimintakyky

Toimiva kotihoito Lappiin
10.4.2018, 19.4.2018

Mitä toimintakyky on?

- Mitä ajatuksia toimintakyky käsite herättää?

Mitä toimintakyky on?

- Toimintakyky tarkoittaa ihmisen fyysisiä, psykykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista – työstä, opiskelusta, vapaa-ajasta ja harrastuksista, itsestä ja toisista huolehtimista – siinä ympäristössä, jossa hän elää

Toimintakyvyn ulottuvuudet

- Toimintakyky on moniulotteinen käsite, jota jäsennetään lukuisin eri tavoin
- Usein käytetty tapa on jakaa toimintakyky seuraaviin ulottuvuuksiin (osa-alueisiin):
 - fyysinen toimintakyky
 - psyykkinen toimintakyky
 - kognitiivinen toimintakyky (usein luetaan kuuluvaksi psyykkiseen ulottuvuuteen)
 - sosiaalinen toimintakyky

Toimintakyvyn ulottuvuudet



- Toimintakyvyn ulottuvuudet kytkeytyvät monin tavoin niin toisiinsa kuin ympäristön tarjoamiin edellytyksiin ja vaatimukseen sekä yksilön terveyteen ja muihin henkilökohtaisiin ominaisuuksiin
- Yksi toimintakyky – useita ulottuvuuksia

Fyysinen toimintakyky

- Fyysisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen fyysisiä edellytyksiä selviytyä niistä tehtävistä, jotka hänen arjessaan ovat tärkeitä.
- Fyysinen toimintakyky ilmenee esimerkiksi kykynä liikkua ja liikuttaa itseään.

Fyysinen toimintakyky

- Fyysisen toimintakyvyn kannalta tärkeitä elimistön fysiologisia ominaisuuksia ovat esimerkiksi:
 - lihasvoima- ja kestävyys
 - kestävyyskunto
 - nivelten liikkuvuus
 - kehon asennon ja liikkeiden hallinta
 - sekä näitä koordinoiva keskushermoston toiminta

Fyysinen toimintakyky

- Myös aistitoiminnot, näkö ja kuulo, usein luetaan kuuluvaksi fyysisen toimintakyvyn alueelle.
- Fyysiseen toimintakykyyn liittyvät läheisesti myös käsitteet fyysinen kunto, fyysinen suorituskyky ja terveyskunto.

Psyykkinen toimintakyky

- Psyykkisessä toimintakyvyssä kyse on ihmisen voimavaroista, joiden avulla hän kykenee selviytymään arjen haasteista ja kriisitilanteista.
- Psyykkinen toimintakyky liittyy elämänhallintaan, mielenterveyteen ja psyykkiseen hyvinvointiin ja se kattaa tuntemiseen ja ajatteluun liittyviä toimintoja

Kognitiivinen toimintakyky

- Kognitiivinen toimintakyky on tiedonkäsittelyn eri osa-alueiden yhteistoimintaa, joka mahdollistaa ihmisen suoriutumisen arjessa ja sen vaatimuksissa.
- Kognitiiviset toiminnot ovat tiedon vastaanottoon, käsittelyyn, säilyttämiseen ja käyttöön liittyviä psyykkisiä toimintoja

Kognitiivinen toimintakyky AMMATTIOPISTO LAPPIA Aikuiskoulutus

- Kognitiivinen toimintakyky käsittää muun muassa:
 - muistin
 - oppimisen
 - keskittymisen
 - tarkkaavuuden
 - hahmottamisen
 - orientaation
 - tiedon käsittelyn
 - ongelmien ratkaisun
 - toiminnanohjauksen
 - kielellisen toiminnan

Sosiaalinen toimintakyky



- Sosiaalinen toimintakyky sisältää kaksi ulottuvuutta:
 - ihminen vuorovaikutussuhteissaan
 - ihminen aktiivisena toimijana, osallistujana yhteisöissä ja yhteiskunnassa

Sosiaalinen toimintakyky



- Sosiaalinen toimintakyky muodostuu yksilön ja sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön tai yhteiskunnan välisessä vuorovaikutuksessa niiden tarjoamien mahdollisuuksien ja rajojen puitteissa.
- Se ilmenee esimerkiksi vuorovaikutustilanteissa, rooleista suoriutumisena, sosiaalisena aktiivisuutena ja osallistumisena sekä yhteisyyden ja osallisuuden kokemuksina.

Toimintakyvyn tasot

- Kehon rakenteet ja toiminnot
 - Anatomiset rakenteet
 - Elinjärjestelmän fysiologiset ja psyykkiset toiminnot
- Suoritukset ja osallistuminen
 - Henkilön itse toteuttamia toimia ja osallisuutta elämän eri tilanteisiin

Toimintakyky arjessa

- Miten toimintakyky ja sen eri ulottuvuudet näkyvät asiakkaiden/potilaiden/kuntoutujien arjessa?

Toimintakyvyn arviointi

- Toimintakyvyn käsite liittyy laajasti ihmisen hyvinvointiin
- Se voidaan määrittää joko:
 - voimavaralähtöisesti eli jäljellä olevan toimintakyvyn tasona tai
 - todettuina toiminnan vajeina

Toimintakyvyn arviointi

- Toimintakyvyn arvioinnissa on tärkeää huomioida, etteivät toimintakyky ja avuntarve ole pysyviä tiloja, vaan ne muuttuvat eri tekijöiden vaikutuksesta
- Toimintakyky voi heikentyä tilapäisesti esimerkiksi akuutin sairauden tai kriisin, kuten läheisen menettämisen takia
- Toimintakyky voi parantua tavoitteellisen hoidon, kuntoutuksen tai palvelukokonaisuuden avulla

Toimintakyvyn arviointi

- Miten arvioit asiakkaan/potilaan/kuntoutujan toimintakykyä?

Kirjaaminen

- Miksi, mitä ja miten kirjataan?
- Tarkoitus tuottaa tietoa hoidosta ja toimimntakyvystä
- Ei vain suoritettujen hoitotoimenpiteiden kirjaamista
- Potilas/asiakas/kuntoutujalähtöisyys kirjaamisessa