

Muistisairaankin arki kaipaa vastuun ottajaa

Varsinais-Suomen Muistiyhdistys käynnistä neljä vuotta sitten Turvallisesti kotona -hankkeen. Sen lähtökohta on muistisairautta sairastava ihminen ja turvallinen arki. Neljän hankevuoden aikana keskeiseksi kysymykseksi on noussut se, kuka on vastuussa muistisairaankin ihmisen arjen turvallisuudesta?

Muistisairaudet ja kotona asuminen

Kansallinen tavoite on, että ikääntyneet voisivat asua kotona ja saada sinne tarvitsemansa palvelut. Kotona asuminen on ensisijainen asumismuoto erilaisten tukimuotojen turvin. Muistin ja muiden kognitiivisten valmiuksien ja taitojen heikkeneminen muodostuu riskitekijäksi, jos muutoksia ei ole ennakoitu elinympäristössä riittävän ajoissa. Ikääntyneiden kotona asumisen turvallisuusratkaisuja ei ole aina huomioitu riittävästi suhteessa kotona asuvien toimintakykyyn, eikä tarjolla ole ratkaisuja kaikkien tarpeisiin.

Suomessa elää yli 190 000 ihmistä, jotka sairastavat etenevää muistisairautta. Luvun ennustetaan kasvavan niin, että vuonna 2060 sairastuneita on yli kaksinkertainen määrä nykyiseen verrattuna (1). Muistisairaankin ihmisen avuntarve, läheisen hoitovastuu ja palveluiden laadulliset ja määrälliset vaatimukset lisääntyvät sairauden edetessä. Samalla riski erilaisille turvallisuushaasteille, kuten tapaturmille, kaltoinkohtelulle ja omaishoitajan kuormittumiselle kasvaa. (2).

Tietoa ja asennetta turvallisuuden puolesta

Ammattihenkilöiden ja vapaaehtoistoimijoiden muodostamalla verkostolla on suuri merkitys kodin turvallisuuden edistämiseksi. Ulkopuolinen henkilö näkee arjen riskitekijät eri tavalla kuin asukas itse tai hänen kanssaan asuva läheinen ja pystyy asettamaan niille oikeat mittasuhteet. Hankkeen aikana tehdyissä hanketyöntekijöiden, palotarkastajan ja kotihoidon yhteisillä kotikäynneillä kodin turvallisuuden tarkastelu todettiin keskeiseksi kotihoidon tehtäväksi. Vastuunjaon täytyy kuitenkin olla selvä ja kaikkien tiedossa.

Jotta kodin turvallisuus voidaan taata myös silloin, kun ihmisen kognitio on heikentynyt, ympäröivien ihmisten tulee kantaa vastuuta riskien tunnistamisesta ja ennaltaehkäisystä. Tämän pohjalta hankkeen toimenpiteet suunnattiin laajasti eri kohderyhmille. Muistisairautta sairastaville ihmisille, kotihoidon työntekijöille, vapaaehtoisille toimijoille, pelastusalan ammattilaisille ja muistisairaiden ihmisten läheisille vietiin tietoa niin kodin turvallisuudesta kuin muistisairauden oireista. Pääteemoja ovat olleet paloturvallisuus, eksymiset ja kodin tapaturmat muistiperheissä. Tämän lisäksi nostettiin riskien ennaltaehkäisyn ja tulevaisuuteen varautuminen myös terveiden ikäihmisten tavoitteeksi.

Hankeessa kerätyn tiedon levittämisen tueksi tuotimme yhteistyössä Tapaturmien ehkäisyverkoston (3) kanssa muistiperheille suunnatun oppaan ”Turvallisia vuosia muistiperheille” (4), jonka avulla kodin turvallisuutta voi tarkastella ja parantaa. Oppaan lisämateriaaliksi työstettiin kaksi opasvideota (5, 6). Turvavälineiden hankkimisen kynnystä madaltamaan koottiin turvavälinelaukku, johon on koottu tärkeimpiä kodin turvallisuuden välineitä sekä tarkemmat tiedot välineistä ja niiden käytöstä. Laukkuun voi tutustua Muistiyhdistyksen tilaisuuksissa ja ammattihenkilöt voivat myös lainata laukun yhdistykseltä.

Oman näköisen elämän ja turvallisen asumisen tukeminen

Kuten alussa todettiin, arjen turvallisuus on toimintakyvyn, ympäristön ja toimintatapojen summa. Muistisairaus haurastuttaa toimintakykyä ja muuttaa toimintatapoja. Edellä mainituista muutoksista johtuen, ei voida olettaa, että muistisairas henkilö ottaa yksin vastuuta arjen turvallisuuteen liittyvistä alati muuttuvista tekijöistä.

Muistisairaana henkilön itsemääräämisoikeuden kunnioittamiseen tulee aina pyrkiä. Se on kuitenkin käytännössä yksilöllistä harkintaa ja eri vaihtoehtojen punnitsemista vaativa tehtävä, jonka vaikeus näkyy ratkaisujen äärimmäisyytenä. Tarvittavat turvavälineet jätetään hankkimatta tulipalon riskistä huolimatta, jos ihminen ei niitä halua. Toisaalta ihmisen vapaata liikkumista rajoitetaan lukitsemalla tämä asuntoonsa eksymisen pelossa ja samalla poistetaan mahdollisuus poistua asunnosta tulipalon aikana. Elääkö muistisairas ihminen turvatonta arkea, sillä haluamme kunnioittaa hänen itsemääräämisoikeuttaan vai koska emme onnistu siinä?

Muistisairaana asumista koskevissa ratkaisuissa voidaan hyödyntää useiden ammattiryhmien näkemystä. Osaamisen ja kokemusten jakaminen läheisten, palotarkastajien, sairaanhoitajien ja laitevalmistajien kanssa on laajentanut eri osapuolien näkemyksiä siitä, miten muistisairaana ihmisen arjen turvallisuutta voidaan parantaa ja auttaa häntä toimimaan omassa asumisympäristössään. Parhaimmillaan yhteistyö on jatkuvaa, moniammatillista vuoropuhelua muistisairaana ihmisen oman näköisen elämän tukemiseksi.

Tietoa tulevaisuuden asumisen turvaksi

Hankeaikana on tavoitettu tuhansia ihmisiä. Tiedon määrä kodin riskitekijöistä ja ennaltaehkäisystä on lisääntynyt. Suurin osa kertoo, että heillä on halua ja mahdollisuus vaikuttaa omaan tai läheisensä kodin turvallisuuteen. Ratkaisevassa asemassa ovat henkilön asenne ja taloudellinen tilanne. Mitä varhaisemmassa vaiheessa turvallisuutta parantavia apuvälineitä hankitaan, sitä paremmin niitä opitaan käyttämään ja suhtautuminen niihin on myönteisempää. Apuvälineiden hankintaa saatetaan pitkittää, jos näkemys omasta ikääntymisestä ei ole realistinen tai hankintapäätöstä ei haluta tehdä esimerkiksi välineiden hinnan vuoksi.

Yksinasuvien muistisairautta sairastavien ihmisten turvattomuus heijastuu kotihoidon lisäksi myös taloyhtiön isännöintiin, huoltoon ja naapureihin. Vuonna 2020 hanke jatkaa toimintaansa STEAn myöntämän jatkoavustuksen turvin. Painopisteenä on vaikuttaa taloyhtiöihin ja muistisairautta sairastavan lähiverkostoon.

Muistijärjestöjen rakenne ja toiminta

Muistiliitto ry on valtakunnallinen kansanterveys-, potilas- ja omaisjärjestö, jonka toiminnan tarkoituksena on edistää kohderyhmänsä elämänlaatua ja hyvinvointia yhdessä muistiyhdistysten ja maakunnallisten Muistiluotsi-asiantuntija ja tukikeskusten kanssa. Muistiluotsikeskuksia on yhteensä 18 ja ne muodostavat valtakunnallisen verkoston, jota Muistiliitto koordinoi. Muistiluotsikeskukset toimivat tiiviissä yhteistyössä oman alueensa muistiyhdistysten kanssa ja niissä toteutetaan esimerkiksi muistineuvontaa, vertaistukiryhmiä, MuistiKaVeRi-toimintaa ja ammattilaisverkostoja. Muistiluotsien toimintaa tukee STEA Veikkauksen tuotoilla ja se on asiakkaille maksutonta. Lähin Muistiluotsi löytyy täältä: www.muistiluotsi.fi

Muistiyhdistyksiä on Suomessa yhteensä 43. Osassa on palkattuja työntekijöitä ja osa toimii vapaaehtoisvoimin. Varsinais-Suomessa on kaksi yhdistystä: Salon Muistiyhdistys ja Varsinais-Suomen Muistiyhdistys. Niissä on monipuolista toimintaa ja toteutettu useita kehittämishankkeita, joista Turvallisesti kotona-hanke on yksi esimerkki. Lisätietoja toiminnasta ja kehittämishankkeista löytyy täältä: www.muistiturku.fi ja www.muistisalo.fi

Kirjoittajat:

Hanne Mansala, toimintaterapeutti AMK, järjestöjohtaja Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry

Kaisa Karvonen, toimintaterapeutti AMK, hanketyöntekijä Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry

Outi Korpelainen, th TtM, aluesuunnittelija Varsinais-Suomen ja Satakunnan Muistiluotsi

Lähteet:

1. Muistisairaudet 2017. Muistiliitto. Luettavissa: <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet>
2. Turvallinen elämä ikääntyneille - toimintaohjelman päivitys. Julkaisusarja: Sisäministeriön julkaisu 6/2018. Sisäinen turvallisuus. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-324-182-4>
3. Iäkkään läheisillä tärkeä rooli tapaturmien ehkäisyssä 2020. www.kotitapaturma.fi Luettavissa: <https://www.kotitapaturma.fi/ikaryhmatietoa/iakkaat/>
4. Mansala H, Karvonen K, Arkkila-Hakala E, Hölsömäki H. 2019. Turvallisia vuosia muistiperheille. Luettavissa: www.muistiturku.fi/fi/muisti-ja-muistisairaudet/arjen-turvallisuus/
5. Paloturvallisuus ja muistisairaudet. 2019. Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry ja Varsinais-Suomen Pelastuslaitos. YouTube video, julkaistu 23.1.2020. Katsottavissa: www.youtube.com/watch?v=N07XntTYpyM
6. Eksyinkö? Muistisairaana ihmisen eksyminen ja katoaminen. 2019. Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry. YouTube video, julkaistu 23.1.2020. Katsottavissa: www.youtube.com/watch?v=ZyttovDbVyo