

Muistisairaahan arki kaipaa vastuun ottajaa

Varsinais-Suomen Muistiyhdistys käynnisti neljä vuotta sitten Turvallisesti kotona -hankkeen. Sen lähtökohta on muistisairas ihminen ja hänen turvallinen arkensa. Hankkeen keskeiseksi kysymykseksi on noussut se, kuka on vastuussa muistisairaahan ihmisen arjen turvallisuudesta?

Kansallinen tavoite on, että ikääntyneet voivat asua kotona ja saada sinne tarvitsemansa palvelut, ensisijaista on asua kotona. Muistin ja muiden kognitiivisten valmiuksien ja taitojen heikkeneminen muodostuu riskitekijäksi, jos muutoksia ei ole ennakoitu elinympäristössä riittävän ajoissa. Turvallisuusratkaisuja ei ole aina huomioitu riittävästi ikääntyneen toimintakykyyn nähden.

Suomessa elää yli 190 000 ihmistä, jotka sairastavat etenevää muistisairautta. Luvun ennustetaan kaksinkertaistuvan vuoteen 2060 (1). Muistisairaahan avun tarve, läheisen hoitovastuu ja palveluiden vaatimukset lisääntyvät, kun sairaus etenee. Samalla riski tapaturmilta, kaltoinkohtelulta ja omaishoitajan kuormittumiselle kasvaa. (2).

Tietoa ja asennetta turvallisuuden puolesta

Ammattihenkilöiden ja vapaaehtoistyötoimijoiden muodostamalla verkostolla on kodin turvallisuuden edistämisessä suuri merkitys. Ulkopuolinen henkilö näkee arjen riskitekijät eri tavalla kuin asukas ja pystyy asettamaan asioille oikeat mittasuhteet. Hankkeen aikana hanketyöntekijöiden, palotarkastajan ja kotihoidon yhteisillä kotikäynneillä kodin turvallisuuden tarkastelu todettiin kotihoidon keskeiseksi tehtäväksi. Vastuunjaon täytyy kuitenkin olla selvä ja kaikkien tiedossa.



Ympäristöön ihmisten tukea tarvitaan palovaroittimen huollossa.
Kuva: Heidi-Mari Mäntylä.

Jotta kodin turvallisuus voidaan taata myös silloin, kun ihmisen kognitio on heikentynyt, ympäristöön ihmisten tulee kantaa vastuuta riskien tunnistamisesta ja ennaltaehkäisystä. Tämän pohjalta hankkeen toimenpiteet suunnattiin laajasti eri kohderyhmille. Tietoa kodin turvallisuudesta ja muistisairaahan ohjeista ja oireista vietiin niin kotihoidon työntekijöille, pelastusalan ammattilaisille kuin muistisairaille ja heidän läheisilleen. Pääteemoja ovat olleet palotur-

vallisuus, eksymiset ja kodin tapaturmat muistiperheissä. Riskien ennaltaehkäisy nostettiin myös terveiden ikäihmisten tavoitteeksi.

Hankkeessa kerätyn tiedon levittämisen tueksi tuotettiin yhteistyössä Tapaturmien ehkäisyverkoston (3) kansa muistiperheille suunnattu opas ”*Turvallisia vuosia muistiperheille*” (4), jonka avulla kodin turvallisuutta voi tarkastella ja parantaa. Oppaan lisämateriaaliksi työstettiin kaksi opasvideota (5, 6). Turvavälineiden hankkimisen kynnystä madaltamaan koottiin turvavälinealukku, johon on koottu tärkeimpiä kodin turvallisuuden välineitä sekä tarkemmat tiedot välineistä ja niiden käytöstä. Laukkun voi tutustua Muistiyhdistyksen tilaisuuksissa ja ammattihenkilöt voivat myös lainata laukun yhdistykseltä.

Oman näköistä ja turvallista elämää

Arjen turvallisuus on toimintakykyyn, ympäristön ja toimintatapojen summa. Muistisairaus haurastuttaa toimintakykyä ja muuttaa toimintatapoja. Ei voida olettaa, että muistisairas henkilö ottaa yksin vastuuta arjen turvallisuuteen liittyvistä alati muuttuvista tekijöistä.

Muistisairaan ihmisen itsemääräämiskyvön kunnioittamiseen tulee aina

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-asiantuntijia ja tukikeskusten kanssa. Muistiluotsikeskuksia on yhteensä 18 ja ne muodostavat valtakunnallisen verkoston. Muistiluotsikeskukset järjestävät esimerkiksi muistineuvontaa, vertaistukiryhmiä, MuistiKaVeRi-Hoimintaa ja ammattilaisverkostoja. Muistiluotsien toimintaa tukee STEA Veikkauksen tuotoilla ja se on asiakkaille maksutonta.

LÄHIN MUISTILUOTSIN
LÖYTYY TÄÄLTÄ:
www.muistiluotsi.fi

LISÄTIETOJA TOIMINNASTA JA
KEHITTÄMISHANKKEISTA LÖYTYY OSOITTEISTA
www.muistiturku.fi ja www.muistisalo.fi

pyrkä. Se on kuitenkin käytännössä yksilöllistä harkintaa ja eri vaihtoehtojen punnitsemista vaativa tehtävä, jonka vaikeus näkyy ratkaisujen äärimmäisyydenä. Tarvitut turvavälineet jätetään hankkimatta tulipalon riskistä huolimatta, jos ihminen ei niitä halua. Toisaalta ihmisen vapaata liikkumista rajoitetaan lukitsemalla tämä asuntoon eksymisen pelossa ja samalla poistetaan mahdollisuus poistua asunnosta tulipalon aikana. Eläkö muistisairas ihminen turvatonta arkea, sillä haluamme kunnioittaa hänen itsemääräämisoikeuttaan vai koska emme onnistu siinä?

Muistisairaahan asumista koskevia ratkaisuja voidaan hyödyntää useiden ammattiryhmien näkemystä. Osaamisen ja kokemusten jakaminen läheisten, palotarkastajien, sairaanhoitajien ja laitevalmistajien kanssa on laajentanut eri osapuolien näkemyksiä siitä, miten muistisairaahan ihmisen arjen turvallisuutta voidaan parantaa ja auttaa häntä toimimaan omassa asumisympäristössään. Parhaimmillaan yhteistyö on jatkuvaa, moniammatillista vuoropuhelua muistisairaahan 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 mahdolli-



Päivittäiset rutinit voivat jatkua, kun turvallisuudesta on huolehdittu.
Kuva: Heikki-Maria Mäntylä.

suus 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 piikittää, jos näkemys omasta ikääntymisestä ei ole realistinen tai hankintapäätöstä ei haluta tehdä esimerkiksi välineiden hinnan vuoksi.

Yksinasuvien muistisairautta sairastavien ihmisten turvattuun heijastuu kotihoidon lisäksi myös taloyhtiön isän-



Turvallisuutta edistävii apuvälineitä on runsaasti saatavilla.
Kuva: Kaia Karvonen.

nöimintään, huoltoon ja naapureihin. Vuonna 2020 hanke jatkaa toimintaansa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEAn myöntämän jatkavastuun turvin. Painopisteenä on vaikuttaa taloyhtiöihin ja muistisairautta sairastavan lähi-
verkostoon. ●

LÄHTEET:

1. Muistiliitto 2017. Muistiliitto. Luetavoissa: www.muistiliitto.fi//muistisairaudet
2. Turvallinen elämä kotona -toimintasuunnitelma. Julkaisija: Sitomattomien julkaisu 6/2018. Sisäinen turvallisuus. Luetavoissa: um.fi/URL/EN/9795/52424-924
3. Ikäihän läheisiä tuki -toimintasuunnitelma. Julkaisija: Sitomattomien julkaisu 2/2020. www.kotipaloturma.fi/ www.kotipaloturma.fi/karymatteja/ikakoti/
4. Mansala H, Karvonen K, Akkila-Jakola E, Haksilahti H. 2019. Turvallisia vuosia muistiperheille. Luetavoissa: www.muistiturku.fi//muistiperheita/raen-huolto/
5. Paloturvallisuus ja muistisairaudet. 2019. Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry ja Varsinais-Suomen Paloturvallisuus. YouTube video, julkaisu 23.1.2020. Katsoavoissa: www.youtube.com/watch?v=4072Zm7YtY4
6. Etkynyt? Muistisairaahan ihmisen ekyminen ja katsoaminen. 2019. Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry. YouTube video, julkaisu 23.1.2020. Katsoavoissa: www.youtube.com/watch?v=Zym04b11y0



HANNE MANSALA
toimintaterapeutti AMK, pääjohtaja
Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry



KAISA KARVONEN
toimintaterapeutti AMK, hanketyöntekijä
Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry



OUTI KORPELAINEIN
tili, kielisuunnittelija Varsinais-Suomen ja Satokannan Muistiliiton