

# Seniorarbete Vanhustyö

3 • 2011

TEEMA: Mielekästä elämää

## Korjausneuvojat kotona-asumisen tukena

Mielekästä elämää  
pitkäaikaishoidossa



## Mielekäs elämä – monta mallia!

**M**itä olemme arvioimaan mielekkään elämän sisältöjä? Ei voi mennä toisen ihmisen mielen sisään, ei määritellä yhtä ja ainoaa hyvää tai hyväksyttävää. Olisi kuitenkin hyvä ymmärtää, että monin tavoin on mahdollista kokea mielekästä elämää.

Olemme vastikään tiiviisti seuranneet puolueiden vaalikamppailua. Ennen sitä tässä Vanhustyö-lehdessäkin selvitettiin puolueiden kantoja ikäihmisten asioihin. Ystäviä on ollut ja vanhusten hyvinvointi kaikille tärkeää. Vaan totuuden hetki koittaa kohta. Ensin katsotaan, miten lähtee etenemään vanhuspalvelulain valmistelu ja millaisia ovat hallitusohjelman linjaukset.

Tuntuu ehkä vähän kaukaiselta. Tavallisen ikäihmisen mielekäs elämä taitaa olla aika etäällä päättäjien jakarandajakkaroilta ja ministeriautojen pehmeiltä penkeiltä. Varmaankin, mutta edustajiemme tekemät päätökset vaikuttavat paljon vanhusten elämään. Hyvät lait ohjaavat kuntien toimintaa. Juuri sitä, josta niin paljon riippuu apua ja hoivaa tarvitsevan ihmisen arki.

Mielekästä tuskin on sellainen elämä, jossa et itse voi oikein millään tavoin vaikuttaa päiväsi kulkuun. Tällaisesta kerrotaan kauhuesimerkkinä vuoteessaan päivät pitkätkä liikkumattomana, märissä vaipoissa, lääketokkurassa lojuva vanhus. Onko heitä, kuinka paljon, missä, miksi, miksi ei hoideta toisin? Näihin kysymyksiin on saatava vastaukset, jotta tilanne voidaan mahdollisuuksien mukaan korjata. On kuitenkin myös tunnustettava, että elämän loppuvaihe on raskas sekä sitä itse kokevalle että läheisille.

Luonnos vanhuspalvelulaiksi on valmistunut. Työ lakiesityksen tekemiseksi jatkuu. Voidaan olla eri mieltä siitä, onko lakiluonnos riittävän kattava ja säätelekö se oikei-

ta asioita tai onko kaikkea ylipäätään mahdollista pykälän säädellä. Lakiluonnoksessa on kuitenkin sanottu julki yksi erittäin oleellinen asia: palvelut on toteutettava siten, että iäkkäällä henkilöllä on mahdollisuus elää arvokasta elämää. Jonkun mielestä tämä on kovin arkinen ja kömpelö ilmaus. Itse kuitenkin pidän sitä eettisesti erittäin tärkeänä lähtökohtana. Ihminen on yksilö ja hänen elämänsä on hänelle itselleen arvokas loppuun asti. Välinpitämättömyyttä, ylenkatsetta ja tarpeettoman tuskan aiheuttamista ei saa sallia.

Mielekkäässä elämässä on mahdollisuuksia ja myös iloa sekä hyvinolontunnetta. Ajatellaanpa tyyppillistä omaishoitotilannetta. Iäkäs puoliso hoitaa toista iäkästä, usein muistisairasta. Läheisen koko persoona tuntuu vuosien mittaan muuttuneen. Puoliso ei käyttäydykään enää kuin ennen. Aikuisesta tulee vaippoja käyttävä, avuton olento. Halutaan elää yhdessä – tätä tulee palveluiden ja vapaaehtoistoiminnan voida tukea. Ja mahdollisuuksia kyllä on – siitä on tietoa ja kokemuksia.

Mielekäs elämä on myös sitä, että on ystäviä ja tuttuja, joiden kanssa tavataan ja harrastetaan yhdessä. Eri puolilla maata kokoontuu valtava määrä kerhoja, opintopiirejä, toimintaryhmiä ja epävirallisia porukoita. Kaikilla niillä on suuri merkitys iäkkäiden hyvinvoinnille – niin henkiseen kuin fyysisellekin. Tälle toiminnalle tarvitaan myös taloudellista tukea, mutta suhteessa saavutettuun hyötyyn nähdessä varsin vähän. Vanhustyön keskusliitonkin omissa tutkimuksissa on todettu kerho- ja ryhmätoiminnan vaikuttavan jopa lääkkeiden ja terveyspalveluiden käyttöä vähentävästi.

Tehdään mielekäs elämä mahdolliseksi kaikissa elämäntilanteissa! ●

## Mielekästä elämää pitkäaikaishoidossa

Vanhustyön keskusliiton geriatrisen kuntoutuksen hankkeessa 2000-luvulla tehdyissä tutkimuksissa selvitettiin ikääntyneen elämänlaadun eri ulottuvuuksia.

Ympäristöllä on tärkeä merkitys ikääntyneen elämänlaadulle sairaanakin. Miten tämän päivän tehostetussa palveluasumisessa toteutuu mielekkään elämän mahdollisuudet? Helsingin Kontulan monipuolisessa vanhustenkeskuksessa tilat ovat miltei uuden karheat, ne valmistuivat noin puolitoista vuotta sitten. Entinen vanhainkoti on vain muisto uuden rakennuskompleksin vierellä, sillä vanha rakennus on purettu.



## Pirkkalassa tehdään yhdessä

Pirkkalan kunnan vanhusten palvelut sai vuonna 2007 testamenttilahjoituksen, joka oli suuruudeltaan 185 000 euroa. Testamentin antajan tahtona oli tukea Pirkkalassa sijaitsevan vanhustyön keskuksen Pirkankoivun asukkaiden hyvinvointia. Testamenttivaroin rahoitettu Mielekäs Elämä -kehittämishanke käynnistyi syksyllä 2008 ja jatkuu vuoden 2012 loppuun saakka. Projektin tarkoituksena ja tavoitteena on ollut organisoida ja edistää vanhusten viriketoimintaa, geriatrista kuntoutusta ja sosiokulttuurista vanhustyötä Pirkankoivussa.

## Aistivirikeprojekti – iloa ja mielekkyyttä kaikille

Helsingin Käpylässä sijaitsevassa Heseva-kodissa huomattiin taannoin, että muistisairauksiin liittyvää aistivirikeaineistoa ei ole tarpeeksi myynnissä tai ne eivät vastaa asukkaiden tarpeita. Asukkaat ovat hyvin erilaisia ja jokainen tarvitsee eri tavalla ohjausta ja tukea. Syntyi koko talon yhteinen aistivirikeprojekti. Se on osoittanut, miten monella eri tavalla asukkaan aisteja herätellä ja aktivoida.



# Yhteistyöllä turvaa ikäihmisten arkeen

Harvaan asuttu ja harmaantuva Pudasjärvi etsii sektorirajat ylittäviä ratkaisuja ikäihmisten palveluihin. Yhteistyötä tehdään esimerkiksi Itellan postinjakajien ja kyläkaupparyittäjien kanssa. Pudasjärvellä Pohjois-Pohjanmaalla pitkät välimatkat aiheuttavat päänvaivaa vanhushpalvelujen tuottajille. Pitäjän pituus rajalta toiselle on yhteensä 170 kilometriä. Noin puolet kaupungin 9000 asukkaasta asuu keskustassa. Loput asuvat tasaisesti sivukylillä.

– Tarjoamme edelleen kotihoidon palveluja koko pitäjän alueella. Palvelua saa arkisin ja myös viikonlopuiksi henkilökohtaisesti räätälöitynä, kotihoidon palveluesimies Tuula Tolkkinen Pudasjärveltä kertoo.



## Lehden sisältö

- Mielekäs elämä – monta mallia! Pirkko Karjalainen
- Yhdessä tekien – elämää vuosiin, vuosia elämään Kysy & vastaa Leena Valkonen
- Korjausneuvonta 20 vuotta Leena Valkonen
- Mielekästä elämää pitkäaikaishoidossa Leena Valkonen
- Pirkkalassa tehdään yhdessä Tuula Jutila
- Tutustumiskäynnillä Gambiassa: Vanhuus on jokaisen tulevaisuutta Päivi Helakallio
- Keskustelualoitteita: Ihminen – markkinatuote? Eva Stockmann
- Muistipotilaan parhaat hoitokäytännöt S.Hakala, R.Suhonen, J.Koskenniemi & H.Leono-Kilpi
- Aistivirikeprojekti – iloa ja mielekkyyttä kaikille Herttakaisa Kettunen
- Epilepsian ja Alzheimerin taudin yhteyttä tutkitaan Sari Tervonen
- Ystäväpiiri-toiminnasta vastavuoroista iloa ja hyvinvointia Minna Partanen
- Aineettoman pääoman rooli vanhustyössä Niina Koskela
- Ikäinstituutti tiedottaa
- Sulon suihkeet Sulo Aho
- Lapin eksotiikan arkipäivää. Monikulttuurisuus vanhustyön haasteena. Ritva Savela
- Kauneimmat iltalaulut – Laulusta lämpöä ja valoa Elli Koivuranta
- Yhteistyöllä turvaa ikäihmisen arkeen Hanna Moilanen
- Muistoista voimaa omaishoitoon Leonie Hohenthal-Antin
- Sotien jäljet vaikuttavat yhä veteraanien elämässä Herttakaisa Kettunen
- Vanhustyön johtajat: Uutuuden viehätystä ja uuden oppimista Marttilassa Maria Borg
- Vanhustyön keskusliiton hankkeet esillä kansainvälisesti
- Teknologia on hyvä renki, mutta huono isäntä Marika Nordlund
- Keskusliitto tiedottaa
- Ajan virrassa
- Ett meningsfullt liv – många modeller? Pirkko Karjalainen
- Meningsfullt liv i långtidsvård Leena Valkonen
- Mielekkään toiminnan merkitys Antti Karisto