

**OMAI SYHTEISTYÖN
KEHITTÄMISEN TUEKSI
nro 3**



**OMAI SYHTEISTYÖTÄ
LYHYTAIKAISHOIDOSSA**



Omaisena
edelleen ry

OMAISENA EDELLEEN RY on valtakunnallinen yhdistys, joka on perustettu vuonna 2005. Yhdistys edistää omaisten ja läheisten asemaa tilanteissa, joissa hoitoa tarvitseva pitkäaikaissairas, iäkäs tai vammainen henkilö on muuttanut tai siirtymässä kodin ulkopuoliseen hoitoon. Myös lyhytaikaishoitojaksojen aloittaminen haastaa omaishoito-perheen.

Yhdistys toimii yli ikä-, diagnoosi-, potilas- ja vammaraajojen omaisyhteistyön edistämiseksi erilaisissa muutostilanteissa. Yhdistyksen valtakunnallisessa hanketyössä on järjestetty säännöllisesti myös lyhytaikaishoitoon liittyviä kehittämistyöpajoja, joissa niin omaiset kuin heitä kohtaava ammattihenkilöstö ovat yhdessä työstäneet käytäntöjä lyhytaikaishoidon kehittämiseksi. Tähän oppaaseen on koottu keskeisiä havaintoja ja löytöjä näistä omaisyhteistyön kehittämisen tilanteista.

Yhteystiedot:

Omaisena edelleen ry

Toimisto puh. 0207 411 140

puh. 0207 411 141

www.omaaisenaedelleen.fi

©Omaisena edelleen ry

OMAISYHTEISTYÖTÄ LYHYTAIKAISHOIDOSSA

Julkaisija: Omaisena edelleen ry

Teksti: Tuija Kotiranta

Kuvat ja taitto: Erja Laikio

Painopaikka: Printhaus Pori Oy, Pori 2019

ISBN 978-952-69379-0-8 (nid.)

ISBN 978-952-68135-9-2 (PDF)

OMAISYHTEISTYÖTÄ LYHYTAIKAISHOIDOSSA

SISÄLLYSLUETTELO	3
OMAISENA EDELLEEN RY OMAISYHTEISTYÖN KEHITTÄJÄNÄ	4
LYHYTAIKAISHOITOJAKSOJEN ALOITTAMINEN	
HAASTAA OMAISHOITOPERHEEN	5
LYHYTAIKAISHOITOJAKSOT – HENGÄHDYSTAUKOJA OMAISHOITAJILLE	6
LYHYTAIKAISET HOITOJAKSOT OMAISHOIDON TUKENA	8
LYHYTAIKAISET HOITOJAKSOT SOPEUTTAVAT TULEVAAN	8
OMAISYHTEISTYÖ LYHYTAIKAISHOIDOSSA	9
OMAISYHTEISTYÖN KEHITTÄMISEN HAASTEITA LYHYTAIKAISHOIDOSSA	10
MUISTILISTA OMAISYHTEISTYÖN KEHITTÄMISEN TUEKSI LYHYTAIKAISHOIDOSSA	11

OMAISENA EDELLEEN RY

OMAISSYHTEISTYÖN KEHITTÄJÄNÄ

Omaisten huoli läheistensä kodin ulkopuolisesta hoidosta ja laadusta johti Omaisena edelleen ry:n perustamiseen vuonna 2005. Yhdistys toimii yli ikä-, diagnoosi-, potilas- ja vammaraajojen laajalti yhteistyötä tehden.

Omaisten ja ammattihenkilöstön välinen yhteistyö erilaisissa hoitoympäristöissä, palveluasumisessa tai kotihoitossa vaikuttaa keskeisesti kokemukseen hoitotilanteesta. Omaisyhteistyö tukee hoitoa tarvitsevan henkilön sekä hänen omaistensa ja lähipiirinsä hyvinvointia muutostilanteessa.

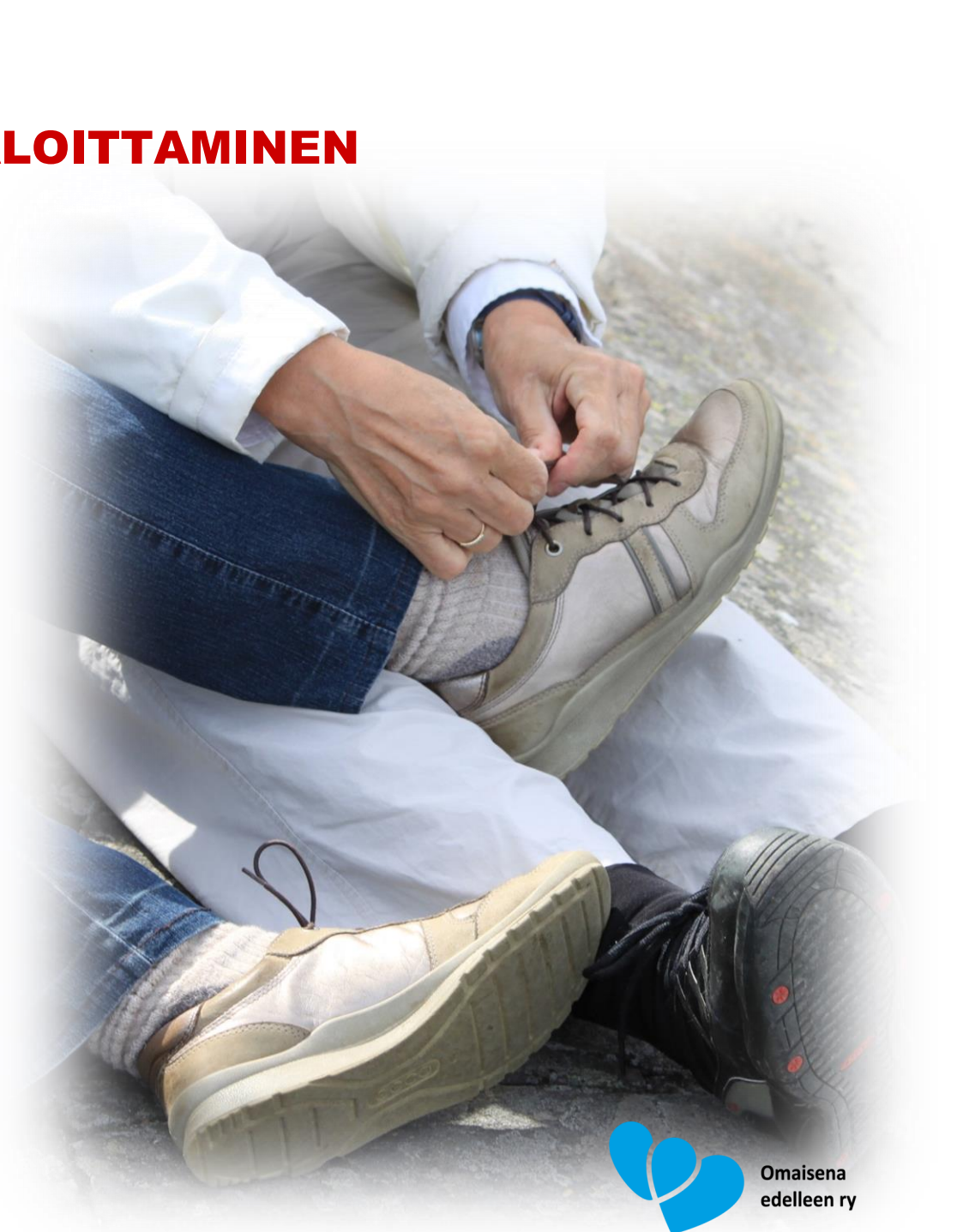


LYHYTAIKAISHOITOJAKSOJEN ALOITTAMINEN

HAASTAA OMAISHOITOPERHEEN

Hoitovastuun kantajaksi voi joutua yllättäen esimerkiksi äkillisen tapaturman tai vammautumisen jälkeen. Yleistä on myös omaishoidon tilanteeseen ajautuminen vähitellen pitkäaikaisen sairauden oireiden lisääntyessä. Myös erityistä hoitoa ja hoivaa tarvitsevien lasten ja nuorten vanhemmat ovat omaishoidon tilanteissa. Keski-ikäisten työssäkäyvien merkitys ikääntyvien vanhempiensa auttajina ja kotona asumisen tukena lisääntyy jatkuvasti.

Erilaisissa omaishoidon tilanteissa lyhytaikaishoitajaksot ovat tarpeellinen tuki omaishoitajan voimavarojen vahvistamiseksi. Toisaalta lyhytaikaishoidon aloittaminen edellyttää omaishoitoperheeltä sopeutumista uuteen tilanteeseen ja hoitoympäristöön. Muutostilanteet, huoli ja hoivaamisen aiheuttama uupumus välittyvät myös omaisten ja ammattihenkilöstön kohtaamisiin lyhytaikaishoitajaksolla. Luotamuksellisen hoitosuhteen rakentaminen ja omaisyhteistyön kehittäminen on tärkeää lyhytaikaishoidossa.



LYHYTAIKAISHOITOJAKSOT – HENGÄHDYSTAUKOJA OMAISHOITAJILLE

Lyhytaikaishoitojaksot ovat omaishoitoperheiden tueksi suunnattuja hoitojaksoja, joiden tavoitteena on lisätä omaishoitajan voimavaroja ja ehkäistä uupumusta.

Omaishoitoperheillä on tarvetta kotihoitoa täydentäville lyhytaikaisille hoitojaksoille. Näistä käytetään myös nimityksiä: tilapäishoito, intervallihoitojaksot, vuoro-
hoito, jaksottaishoito, jaksohoito. Omaishoitajien uupumusta tulee ehkäistä ennalta ja rohkaista säännöllisiin taukoihin hoitovastuusta alusta alkaen. Lyhytaikaishoitojaksot tai mahdollisuus lyhempään sijaishoitoon ovat siten merkittävä tuki puolisolle tai erityistä hoitoa tarvitsevien lasten ja nuorten vanhemmille. Lyhytaikaishoitojaksot vahvistavat omaishoitajan jaksamista ja tarjoavat tärkeitä hengähdystaukoja ja mahdollisuuden lepoon. Monissa kunnissa hoidettavalle on tarjolla myös paikkoja perhehoidosta tai kotiin on mahdollista saada sijaishoitaja omaishoitajan päivää tauottamaan.

Vaikka halu auttaa ja tukea hoidettavaa on vahva, se voi toisinaan ylittää omat voimavarat. Ulkopuolista tukea on joskus yllättävän vaikea vastaanottaa, vaikka avulle olisi tarvetta. Lyhytaikaisestäkin hoitovastuusta irrottautuminen koetaan usein aluksi vaikeana. Omaishoitaja saattaa lykätä hoitojaksoja esimerkiksi hoidettavan vastustuksen vuoksi tai luopua niistä kokonaan. Usein tarvitaan perheen ulkopuolisen tahon rohkaisua ja kannustusta, jotta hoitojaksoja hyödynnetään.



Omaishoitoperheet turvautuvat lyhytaikaishoitajaksoihin melko myöhäisessä vaiheessa. Tällöin väsymys ennättää kasaantua kuormittavaksi. Pitkäkestoinen uupumus puolestaan vaikuttaa merkittävästi omaishoitajan hyvinvointiin ja kokemuksiin arjesta. Lyhytaikaishoitajaksot tarjoavat omaishoitajalle konkreettisen mahdollisuuden hoitovastuusta aiheutuneen uupumuksen tai univajeen korjaamiseen. Omaishoitajan tulee lyhytaikaishoidon tilanteissa olla hoitotyön ammattihenkilöstön erityisen tuen ja huomion kohteena.

Monet omaishoitotilanteen läpikäyneet ovat todenneet, että ennakolta käyty keskustelu hoitovaihtoehtoista jo hoito- ja palvelusuunnitelmaa laadittaessa on tukenut omaa jaksamista. Omaishoitajan mieltä on huojentanut tieto siitä, ettei yli voimien tarvitse jaksaa ja apua on saatavilla. Omaishoitajan omassa terveydentilassa voi tapahtua äkillisiä muutoksia, jolloin kodin ulkopuolisiin hoitojärjestelyihin joudutaan turvautumaan yllättäen.



LYHYTAIKAISET HOITOJAKSOT OMAISHOIDON TUKENA

Salinin väitöstutkimuksessa¹(2008) haastatellut omaishoitajat kuvasivat lyhytaikaishoitajaksoja kuntoutus-, lepäämis- tai säilöjaksoina riippuen siitä, millaisiksi he arvioivat hoidettavan voinnin kotiin palattua. Omaishoitajat kertoivat esimerkiksi hoidettavan kunnon heikentyneen tai edistyneen näiden hoitojaksojen aikana. Tämä kuvaa hyvin niitä kokemuksia, joista omaiset yleisimminkin kertovat lyhytaikaishoittoon liittyvissä vertaiskokemuksissaan.

Lyhytaikaishoitajaksoilta odotetaan paljon ja usein niihin valmistautuminen on omaishoitoperheessä oma prosessinsa. Omaishoitaja joutuu usein työstämään asiaa hoidettavan kanssa, jolle kodin ulkopuoliseen hoitoon lähteminen on epämieluisaa. Tämä puolestaan voi lisätä omaishoitajan kokemaa syyllisyyden tunnetta muuttuneessa tilanteessa. Omaishoitoperhettä kohtaavan työntekijän on tärkeä kannustaa omaishoitajaa kaikesta huolimatta käyttämään kodin ulkopuolisia hoitojaksoja, jotta tilapäinen lepääminen olisi mahdollista.

LYHYTAIKAISET HOITOJAKSOT SOPEUTTAVAT TULEVAAN

Omaishoitajien mukaan lyhytaikaishoidon mahdollistamat tauot hoitovastuusta auttavat keskeisellä tavalla voimavarojen kokoamisessa. Monet omaishoitajat ovat kuvanneet näiden hoitojaksojen myös valmentaneen perhettä tulevaan muutokseen, mahdollisesti edessä olevaan lopulliseen muuttoon kodin ulkopuoliseen hoitoon.

Lyhytaikaishoitajaksojen on todettu sopeuttavan hoidettavan perhettä ja läheisiä ajatukseen tulevasta elämänmuutoksesta ja tukevan sen perhekohtaisessa työstämisessä. Myönteiset kokemukset hälventävät perheen ennakkoluuloja ja pelkoja palvelu- ja hoitokotiin siirtymistä kohtaan. Hoitojaksojen ensisijainen tarkoitus on vapauttaa omaishoitaja tilapäisesti hoitovastuustaan. Lyhytaikaishoittoa tarjoavissa hoitoyksiköissä tulee huomioida näiden jaksojen laajempi merkitys omaishoitoperheen ja läheisten elämässä.



¹Salin, Sirpa, 2008. Lyhytaikaisen laitoshoidon reaali malli vanhuksen kotihoidon osana.

OMAISYHTEISTYÖ LYHYTAIKAISHOIDOSSA

Luottamuksen rakentamista

Omaisten ja läheisten huomioiminen osana hoidon ja hoivan kokonaisuutta tukee luottamuksen rakentamista. Luottamuksellinen hoitosuhde lisää hoitoa tarvitsevan ja hänen läheistensä hyvinvointia muutostilanteissa. Myönteiset kokemukset yhteistyöstä ja vuorovaikutuksesta vahvistavat luottamusta hoitoon ja hoivaan. Kokemus kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta vahvistavat osallisuutta uudessa hoitoympäristössä: voimme vaikuttaa lyhytaikais-hoitojaksojen sisältöön ja toiveemme otetaan huomioon.

Huolenaiheiden kuulemista

Lyhytaikaishoitoa tarjoavassa hoitoyksikössä on hyvä pohtia etukäteen millaisia mahdollisuuksia hoitoa tarvitsevalle ja hänen lähipiirillään on tuoda mahdolliset hoitoon liittyvät toiveet ja huolenaiheet käsiteltäväksi. Millaisiin ajankohtiin tai tilanteisiin yhteisiä keskusteluja voidaan sovittaa? Henkilökunnan on hyvä alusta asti rohkaista omaisia ottamaan yhteyttä havaitsemistaan hoitoon liittyvistä epäkohdista tai muista huolenaiheista.

Turvallisuuden vahvistamista

Toimivat tiedottamisen ja omaisyhteistyön käytännöt lyhytaikaishoidossa vahvistavat turvallisuuden tunnetta ja kokemusta hyvästä hoidosta. Yhdessä sovitut tiedottamisen tavat tukevat hoitoa tarvitsevan ja hänen läheistensä hyvinvointia ja selviytymistä kuormittavaksi koetussa muutostilanteessa. Lyhytaikaishoidon yksiköissä tiedottamisen tapoja on syytä tarkastella erityisesti omaishoitajan näkökulmasta. Toimintatapojen tulee varmistaa omaishoitajan mahdollisuus hoitovastuusta irtaantumiseen ja lepoon.



OMAISSYHTEISTYÖN KEHITTÄMISEN HAASTEITA LYHYTAIKAISHOIDOSSA

Monissa hoitoyksiköissä on tarvetta lyhytaikaishoitojaksojen sisällölliselle kehittämiselle. Omaisena edelleen ry:n valtakunnallisessa hanketyössä on järjestetty lyhytaikaishoitoon liittyviä kehittämistyöpajoja, joissa niin omaiset kuin heitä kohtaava ammattihenkilöstö ovat yhdessä työstäneet käytäntöjä lyhytaikaishoidon kehittämiseksi. Näistä työpajoista kerätyn palautteen mukaisesti omaisyhteistyön kehittämisen haasteet lyhytaikaishoidossa liittyvät omaisten ja ammattihenkilöstön mukaan esimerkiksi ensitapaamiseen, tulo- ja lähtötilanteisiin, hoitokäsitteiden selventämiseen sekä tiedottamiseen käytäntöihin.

Omaisyhteistyön kehittämisen haasteita lyhytaikaishoidossa:

- ensitapaaminen ja yleensäkin lyhytaikaishoitojaksojen alkuvaihe
- mielikuva, joka syntyy ensikohtaamisessa säilyy pitkään
- tulo- ja lähtötilanne, hoitoneuvottelut
- hoitokäsitteiden selventäminen (esim. kuntouttava työote)
- omahoitaja –käytännöt
- hoidettavaan liittyvän tiedon siirtyminen uusille työntekijöille (esim. kesälomakuukaudet)
- hoitojakson sisältö ja käytännöt ristiriidassa kotona annettavan hoidon kanssa, merkittäviä eroja kotihoidon ja lyhytaikaishoitojakson toteutuksessa
- epäluottamus hoitoon, johtuen aiemmista hoitojaksokokemuksista
- hoito- ja palvelusuunnitelma ei ole ajan tasalla
- hoidettavan arjen elävöittäminen hoitojaksolla
- hoidettavan yksinäisyys, turvattomuus hoitojakson aikana
- omaishoitoperheen antamaa palautetta hoitojaksosta ei kerätä tai käsitellä
- lyhytaikaishoitojaksoa varten tarjottu paikka ei palvele hoidettavan tarpeita
- lääkärin tavoittaminen, palvelut lyhytaikaishoitojaksolla



MUISTILISTA OMAISYHTEISTYÖN KEHITTÄMISEN TUEKSI LYHYTAIKAISHOIDOSSA

Hoitoyksikölle:

- Riittävästi tietoa lyhytaikaishoitajakson merkityksestä omaishoitoperheelle
- Tutustumismahdollisuus ennakkoon lyhytaikaishoidon yksikköön
- Lyhytaikaishoidosta tiedottava esite omaishoitoperheelle
- Mitä mukaan hoitajaksoille –esite
 - ajantasainen lääkelista, lääkkeet, hoitotarvikkeet, vaatetus
 - muut henkilökohtaiset tavarat
- Mahdollisuus antaa palautetta hoitajaksojen aikana ja jälkeen

Omaishoitoperhettä kohtaavalle työntekijälle:

- Sovi hoitajakson tavoitteista yhteisesti
 - selvennä mitä tarkoittaa esimerkiksi kuntouttava työote
- Huomioi omaishoitoperheen omat hoitokäytännöt ja asiantuntijuus hoidon toteutuksessa
 - ruokailutilanteet
 - ulkoilu
 - liikkuminen
 - muu hyvinvoinnin tuki hoitajaksojen aikana
- Rohkaise omaishoitajaa hoitovastuusta irrottautumiseen hoitajaksojen ajaksi
- Sovi tiedottamisen käytännöistä hoitajakson aikana
 - missä tilanteessa osastolta otetaan yhteyttä omaishoitajaan
 - jakson tavoitteena varmistaa omaishoitajan lepo, nukkuminen
 - hoidettavan puhelimen käyttö, omat soitot omaishoitajalle
- Reagoi mahdollisimman pian omaisten kysymyksiin ja huolenaiheisiin tai kerro milloin asiaan voidaan palata



Lyhytaikaishoitajaksot ovat omaishoitoperheelle merkittävä tuki hoidon ja hoivan kokonaisuudessa. Lyhytaikaishoitajaksot vapauttavat omaishoitajan tilapäisesti hoitovastuusta ja mahdollistavat hengähdystaukoja vaativan arjen keskelle. Omaishoitoperheiden kokemukset hoitojaksoista vaihtelevat. Omaisyhteistyön kehittämisen haasteet lyhytaikaishoidon tilanteissa liittyvät omaisten mukaan usein ensitapaamiseen, hoitojaksolle tulo- ja lähtötilanteisiin sekä tiedottamisen käytäntöihin. Lyhytaikaishoitajaksoiden sisällöllistä kehittämistä tarvitaan edelleen.



www.omaaisenaedelleen.fi



Omaisena
edelleen ry