

Krista Nurmi ja Päivi Raitanen

TORSTAI-PLAKKARIN KEHITTÄMISTYÖ
JA
OMAISHOITAJIEN KÄYTTÄMÄT PALVELUT RAUMALLA

Vanhustyön koulutusohjelma

2016

TORSTAI-PLAKKARIN KEHITTÄMISTYÖ JA OMAISHOITAJIEN KÄYTTÄMÄT PALVELUT

Nurmi, Krista ja Raitanen, Päivi
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Vanhustyön koulutusohjelma
Lokakuu 2016
Ohjaaja: Huhtala, Minna
Sivumäärä: 43
Liitteitä: 5

Asiasanat: omaishoitaja, omaishoidon tuki, päivätoiminta, tukipalvelut

Tämä opinnäytetyö on jatkoa Silja Lehtisaloon opinnäytetyöhön, jonka pohjalta Raamalla aloitettiin avoin päivätoimintakokeilu omaishoidettaville, Torstai-Plakkar. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ja arvioida aloitettua Torstai-Plakkar-toimintaa sekä tukea omaishoitajan jaksamista ja hyvinvointia. Kysyimme omaishoitajilta lisäksi muista Rauman Kaupungin omaishoitajille suunnatuista palveluista.

Opinnäytetyömme on laadullinen kysely- ja haastattelututkimus, jossa on myös toimintatutkimuksen piirteitä. Lähetimme 215 Rauman Kaupungin omaishoitajalle puolistrukturoidun kyselylomakkeen, joista palautui 84. Näin ollen vastausprosentiksi tuli 39 prosenttia. Haastattelimme kahta päivätoiminnan työntekijää, jotka ovat ohjanneet Torstai-Plakkaria. Omaishoitajien kyselylomakkeet tulkittiin Tixel-ohjelman avulla. Tekemissämme haastatteluissa työntekijöiden vastauksia verrattiin toisiinsa.

Kyselyyn vastaajista Torstai-Plakkarin toimintaa oli käyttänyt vain muutama omaishoitaja. Suurin este palvelun käyttämiselle oli omaishoidettavan vastustus. Muita syitä olivat mm. tiedon puute palvelusta, kuljetusongelma ja huono ajankohta. Torstai-Plakkaria käyttäneet olivat kokeneet palvelun hyväksi. Omaishoitajille suunnatuista muista palveluista eniten oli käytetty ateriapalvelua, lyhytaikaishoitoa, vertaistukiryhmiä, pyykkipalvelua, omaishoitajan vapaapäiviä ja päivätoimintaa. Työntekijöiden haastatteluissa saimme tietoa Torstai-Plakkar toiminnasta ja mahdollisista parannusehdotuksista.

Mahdollisena jatkotutkimuksen aiheena voisi olla miten omaishoitajat saisivat tietoa Torstai-Plakkarista tai muista heidän hyvinvointiaan edistävästä tukipalveluista.

DEVELOPMENTAL WORK FOR TORSTAI-PLAKKAR AND WHAT SERVICES CAREGIVERS USE IN RAUMA

Nurmi, Krista and Raitanen, Päivi

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in bachelor of elderly care

October 2016

Supervisor: Huhtala, Minna

Number of pages: 42

Appendices: 5

Keywords: Caregiver, support for informal care, daycare for elderly, support services

This thesis is continuing to Silja Lehtisalo's thesis, which started open daycare experiment for caring for close relatives, Torstai-Plakkar. Aim of this thesis is develop and evaluate Torstai-Plakkar and support caregivers coping and welfare. We also asked for caregivers support services at Rauma, what they need.

The thesis was qualitative questionnaire and interview study, which also had characteristic of action research. We send semi-structural questionnaire to 215 caregivers at Rauma, we got back 84 questionnaire. Response rate was 39. We interviewed two employer of daycare for elderly, which worked with Torstai-Plakkar. Questionnaires of caregivers interpret with Tixel program. Answers of interviews compared to each others.

Only few caregivers who had answered questionnaire had used Torstai-Plakkar. Excuse of using Torstai-Plakkar was resist of caregivers person, that they care. Other excuses was lack of this service, problems with transport and bad moment. Those who had used Torstai-Plakkar, had experience of good service. Caregivers told us at questionnaires, other services that they used, which were meal service, short term treatment, peer support groups, laundry service, caregivers service for holiday and daycare for elderly. Interviews of employed we gave information of Torstai-Plakkar and how they develop it.

Further study of this thesis could be how caregivers get better information of Torstai-Plakkar and other services that increase their welfare.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	7
3	KÄSITTEET JA TEORIAOSUUS	8
3.1	Aikaisemmat tutkimukset	8
3.2	Päivätoiminta	11
3.3	Rauman kaupungin strategia.....	12
3.4	Omaishoitaja ja omaishoitajuus	13
3.4.1	Omaishoitajien vaikutus yhteiskunnallisesti	15
3.4.2	Omaishoidon tuki	16
3.4.3	Omaishoitajille suunnatut tukipalvelut Raumalla	16
4	TUTKIMUSMENETELMÄT	17
4.1	Haastattelututkimus.....	18
4.2	Kyselytutkimus	19
4.3	Toiminnan kehittämistutkimus	20
4.4	Tutkimusetiikka	21
4.5	Tutkimuksen luotettavuus	23
5	OPINNÄYTETYÖN PROSESSI.....	24
6	OMAISHOITAJILLE SUUNNATTUJEN KYSELYLOMAKKEIDEN TULOKSIA	25
6.1	Omaishoitajien taustatietoja.....	26
6.2	Torstai-Plakkaria koskevat kysymykset	29
6.2.1	Toimintaan osallistuneet ja syitä miksei ole osallistunut	29
6.2.2	Tiedon saanti Torstai-Plakkarista.....	30
6.2.3	Kokemukset Torstai-Plakkarista	31
6.2.4	Torstai-Plakkarin tarpeellisuus.....	32
6.2.5	Kehittämistoiveet ja avoimet mielipiteet.....	33
7	TORSTAI-PLAKKARIN TYÖNTEKIJÖIDEN HAASTATTELUJEN TULOKSET	34
7.1	Toiminnan sisältö.....	34
7.2	Tiedon saanti toiminnasta	34
7.3	Etukäteistieto Torstai-Plakkariin osallistujasta.....	34
7.4	Palaute omaishoitajilta	35
7.5	Toiminnan kehittämis ehdotuksia	35
7.5.1	Resurssit jatkossa?.....	35
7.5.2	Torstai-Plakkarin maksuttomuus.....	35

7.5.3 Torstai-Plakkarin suunnitelmallisuus	36
7.5.4 Torstai-Plakkariin osallistujan tiedon katseluoikeus	36
7.6 Lisäkoulutuksen tarve	36
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	37
9 KEHITTÄMIS- JA JATKOTUTKIMUSEHDOTUKSET	41
LÄHTEET	44
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Rauman Kaupunki ylläpitää Mansikkapaikan Ikäkeskuksen toimintaa, jonka palvelut kuuluvat sosiaalitoimen alaisuuteen. Ikäkeskus sisältää ehkäisevän työn palveluja, joita ovat ikäneuvonta, terveystapaamiset, ehkäisevät kotikäynnit, päivätoiminta, SAS-sijoitustoiminta, omaishoito ja lyhytaikaishoito.

Ikäkeskuksen päivätoiminnan palveluvastaava Silja Lehtisalo oli tehnyt opinnäytetyön ”Rauman kaupungin omaishoidon tukipalveluiden asiakaslähtöinen kehittämisarviointi”. Hänen opinnäytetyönsä perusteella Raumalla aloitettiin avoimen toiminnan kokeilu Torstai-Plakkar syksyllä 2015. Torstai-Plakkarin toiminta ei ole erillistä palvelua, vaan se on integroitu muuhun päivätoimintaan.

Avoimen päivätoiminnan kokeilu lähti tarpeesta saada omaishoidettaville paikka, johon he voivat tulla lyhytaikaiseen hoitoon omaishoitajan äkillisen tarpeen vuoksi. Tämä opinnäytetyö jatkaa kyseisestä aiheesta ja arvioi Torstai-Plakkarin kokeilua sekä jatkoa. Kysyimme myös, mitä palveluja omaishoitajat käyttävät ja toivoimme omaishoitajien saavan lisää tietoa tuen muodoista.

Opinnäytetyön kyselylomakkeita lähetettiin omaishoitajille suuri määrä, joten oli helpompi tehdä tutkimus kahdestaan. Olemme jakaneet teoriaosuuden kirjoittamista siten, että Päivi on kirjoittanut aikaisemmista tutkimuksista, Rauman kaupungin strategiasta, omaishoitajaan liittyvistä käsitteistä ja toiminnan kehittämistutkimuksesta. Krista on määritellyt käsitteet päivätoiminta sekä haastattelu- ja kyselytutkimus. Muut osiot olemme koonneet yhdessä.

Avointa päivätoimintaa Raumalla on tarkoitus jatkaa kokeiluna joulukuun 2016 loppuun saakka. Kyselymme vastausten perusteella voimme antaa Rauman Kaupungin Ikäkeskukselle palautetta Torstai-Plakkarin toiminnasta sekä omaishoitajien käyttö-

mistä palveluista. Opinnäytetyöntekijät tulevat kertomaan tutkimustuloksista ikäkeskuksen toimijoille tutkimuksen valmistuttua.

Opinnäytetyön tekeminen kahdestaan on antoisaa ja mielekästäkin. Saimme paljon vastauksia kyselyihin. Jaoimme teoriaosuutta keskenään ja kirjoitimme niitä asioita omaan tahtiin kesän aikana. Yhdessä tulkitsimme tuloksia, teimme johdannon ja tiivistelmän.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämä opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ja arvioida aloitettua Torstai-Plakkar toimintaa. Samalla kysymme omaishoitajilta muista Rauman Kaupungin omaishoitajille suunnatuista palveluista, miten he ovat käyttäneet niitä ja onko heillä tietoa niistä.

Opinnäytetyö on jatkoa Silja Lehtisaloon tekemään opinnäytetyöhön Rauman kaupungin omaishoidon tukipalveluiden asiakaslähtöinen kehittämisarviointi. Aineiston perusteella omaishoidon tukipalvelut koettiin toimiviksi Raumalla. Kehittämistarpeina nousi esiin seurantaan, palveluohjauksen jatkuvuuteen ja palveluiden tiedottamiseen liittyen. Lyhytaikaishoidon sisältö ei vastannut omaishoitajien odotuksia. Omaishoitajat myös kaipasivat lisää vaihtoehtoja läheistensä hoitoon lakisääteisten vapaiden toteuttamiseksi. Opinnäytetyössä tuli ilmi, että kaivattaisiin avointa päivätoimintaa omaishoidettaville. (Lehtisalo 2015, 93.)

Lehtisaloon opinnäytetyön pohjalta Rauman kaupungissa aloitettiin kerran viikossa, torstaisin, avoin päivätoimintaryhmä omaishoidettaville jo olemassa olevan päivätoimintaryhmään integroituna Kaunisjärven vanhainkodissa. Tämä opinnäytetyön tarkoitus on kehittää ja arvioida aloitettua Torstai-Plakkar toimintaa. Samalla kysymme omaishoitajilta muista omaishoitajille suunnatuista palveluista, miten he ovat käyttäneet niitä ja onko heillä tietoa niistä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on ottaa omaishoitajien mielipiteet huomioon kehitettäessä omaishoitajien palveluja Raumalla. Tavoitteena on saada tietoa millaisia palveluita he tarvitsevat ja miten palveluista tiedotetaan heille. Opinnäytetyö tukee omaishoitajien jaksamista ja hyvinvointia kehittämällä heille suunnattuja palveluita.

Opinnäytetyössämme haetaan vastausta seuraaviin kysymyksiin:

1. Torstai-Plakkarin toiminnan tarpeellisuus ja kokemukset sen käytöstä?
2. Miten aloitettua toimintaa voidaan kehittää?
3. Mitä omaishoitajat tietävät heille suunnatuista palveluista Raumalla?

3 KÄSITTEET JA TEORIAOSUUS

Opinnäytetyömme tarkoitus on tukea omaishoitajan jaksamista ja hyvinvointia. Omaishoitajan tietoisuus palveluista lisää heidän kotona selviytymistään hoidettavan kanssa. Keskeisissä käsitteissä olemme tarkastelleet omaishoitajan roolia, yhteiskunnallista vaikutusta ja heidän saamaa omaishoidontukea ja muita heille tarkoitettuja palveluita Rauman kaupungissa.

Aikaisempia tutkimuksia omaishoitajan hyvinvoinnista on paljon. Olemme mietti-neet, miten omaishoitajat voisivat saada enemmän tietoa palveluista ja miten heidän tietoisuuttaan voisi lisätä. Omaishoitajien hyvinvointia ei ole tutkittu siltä kannalta, miten päivätoiminnan eri muodot hyödyntävät omaishoitajaa ja –hoidettavaa. Erilais-ten päivätoiminnan muotojen arviointia ei ole myöskään tutkittu.

3.1 Aikaisemmat tutkimukset

Omaishoitajan hyvinvointia on tutkittu opinnäytetöinä runsaasti aikaisemmin ja niis-sä on tullut esiin, että omaishoitajien tukeminen on tärkeää (Järvinen Tiina & Ome-

nainen Leena 2015,38-41; Messala Soile 2015,15-17; Ahoniemi Tiina ja Flodström Elina 2014, 30-32). Taina Lindemanin opinnäytetyössä tuli omaishoitajille suunnatussa kyselyssä esiin toive säännöllisimmistä tapaamisista. Kaivattiin myös tietoa enemmän omaishoitajan kuntoutuksesta sekä jaksamiseen vaikuttavista palveluista. (Lindeman 2016, 48-50.) Omaishoidon kehittäminen, omaishoitajan jaksaminen ja siihen kohdennettavia resursseja tulee lisätä myös Sipilän hallituksen mukaan (Matti-la 2015, 181-182). Tässä opinnäytetyössä viitatuista aikaisemmista tutkimuksista on myös koottu taulukko helpottamaan näiden tutkimusten luotettavuutta ja kattavuutta kertomalla tutkimusten keskeiset tulokset (Liite 1).

Sari Kehusmaan väitöskirjan mukaan hoidon menoja voidaan hillitä kehittämällä omaisen jaksamista tukemalla kotona tapahtuvaa hoivatyötä mahdollisimman pitkään. Hoitajan jaksamiseen tulee puuttua ja kohdentaa oikeat palvelut yksilöllisesti niitä tarvitseville. (Kehusmaa 2014, 83-84.) Kelan omaishoitotutkimuksen mukaan kunnissa on vaihtelua, miten omaishoitajuutta tuetaan rahallisesti ja mitä palveluja kunta antaa heille. Omaishoitajuus tulee mahdollisesti edelleen lisääntymään samalla, kun halukkuus omaishoitajuuteen on vähenemässä. Omaishoitajuus todetaan lisääntyvän, jos palveluja osataan kohdentaa oikein ja tukea omaishoitajia. (Matti-la 2015,185-194.)

Omaishoitajien jaksamista ja hyvinvointia tukevia palveluita tulisi enemmän tarjota omaishoitajille. Schumann on opinnäytetyössään tutkinut säännöllisten terveystarkastusten tarvetta omaishoitajien jaksamiseen. Tulosten perusteella omaishoitajat toivoivat työterveyshuollon tapaista säännöllistä palvelua itselleen. Omaishoitajuus on täysipäiväistä työtä. (Schumann 2016, 43-44.) Päivi Ylisuvanto on kehittänyt oppaan omaishoitajan hyvinvointitapaamista varten, joka on otettu käyttöön Oulunkaaren kuntayhtymässä. Omaishoitajien terveystapaamiset on aloitettu vasta keväällä 2016, ja niihin ollaan oltu tyytyväisiä. Omaishoitajat ovat kokeneet, että heidän työtään arvostetaan ja että sitä tuetaan paremmin tapaamisten myötä. Myös hyvinvointitapaamisia tekevät työntekijät ovat olleet tyytyväisiä opinnäytetyöstä saatuun oppaaseen. (Ylisuvanto 2016, 26-27.) Suomen hallituksen ohjelman mukaan sekä kansallisen omaishoidon kehittämisohjelman mukaan tulee kehittää omaishoitajien säännöllisiä terveystarkastuksia, joissa otettaisiin terveyden lisäksi huomioon myös muu omaishoitajan hyvinvointi ja jaksaminen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015)

Repola on todennut opinnäytetyössään, että omaishoitajille tarjottavien tukimuotojen tulisi olla houkuttelevampia ja monipuolisempia, jotta niiden käyttö lisääntyisi. Hän on tehnyt Lohjan kunnalle kehittämissuhteita opinnäytetyönsä pohjalta, miten saada tukipalvelut monipuolisemmaksi ja houkuttelevammaksi. Tämä vaatii yhteistyötä, tiedottamisen lisäämistä, yksilöllisten tarpeiden arvioimista ja tuen kohtaamista. (Repola 2016, 60-66.)

Heidi Rinne on vuonna 2010 opinnäytetyössään tutkinut mitä omaishoitajat tietävät omaishoitoa koskevista asioista ja mistä he haluavat lisätietoa. Kyselyssä kävi ilmi, että he toivovat lisää tietoa sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista ja oman hyvinvoinnin ja jaksamisen ylläpitämisestä. Rinteen mukaan jatkossa voitaisiin selvittää omaishoitajien lakisääteisten vapaapäivien pitämättömyyteen johtavia syitä ja sitä, miten kuntien sosiaalityöntekijät voisivat informoida omaishoitajia paremmin heille suunnatuista palveluista ja tukitoimista. (Rinne 2010,21-23.)

Tokion yliopistossa tehdyn tutkimuksen mukaan hoitajien tulisi arvioida ja rohkaista omaishoitajien palvelujen käyttöä tarjoamalla heille riittävästi apua heidän omien tarpeidensa mukaan. Tutkimuksen mukaan omaishoitajat käyttävät vaihtelevia menetelmiä rohkaistakseen sukulaisiaan käyttämään palveluja antaen heidän itse päättää mitä palveluja käyttävät. He suostuttelevat ja osin pakottavat käyttämään palveluja, kuten esim. vanhusten päivätoimintaa, jotta omaishoitajat itse saisivat hengähdystauon hoitamisesta. (Yukari, Yamamoto-Mitani, Okamoto, Fukahori, Ko & Tanaka 2013, 2675-2682.)

Opinnäytetyössämme kartoitamme, mitä muita palveluja omaishoitajat käyttävät Torstai-Plakkarin lisäksi. Raumalla on melko kattavasti käytössä palveluseteli ja niitä tarjoavia yrityksiä onkin monelta alalta. Elina Kela on tutkinut palvelusetelin merkitystä omaishoitajana jaksamiseen. Hän toteaa opinnäytetyössään, että suurin osa omaishoitajista oli tyytyväisiä ostamiensa palveluiden tuottajiin. Lähes kaikki omaishoitajat kokivat tutkimuksessa palveluiden auttaneen heidän jaksamista omaishoitajana. Omaishoitajat toivat esiin, että toivoisivat enemmän kotiin tarjottavia hyvinvointipalveluja ja arkea helpottavia palveluita. (Kela 2016, 37-39.)

Tarja Mikkola ja Sari Vatto ovat tutkineet, miten päivätoiminta tukee ikääntyvän kotona selviytymistä ja kotihoitoa. Päiväkeskustoiminta koettiin hyväksi asiakas-sosiaalisille suhteille. Viriketoiminta ja liikunta olivat myös tärkeää ja auttoi kotona selviytymistä. Päivätoiminta tuki kotihoitoa ja lisäsi yhteistyötä eri toimijoiden kesken. (Mikkola & Vatto 2014, 30-34.)

Kansallisen omaishoidon kehittämissuunnitelman mukaan omaishoitajien asema ja tuki eivät saa riippua kunnasta, jossa hän asuu. Omaishoitoa tarvitsee ohjata enemmän kansallisella tasolla, mutta Suomessa taloudellinen laskusuhdanne saattaa vaikuttaa näihin ehdotuksiin. Toisaalta omaishoidon kehittämisellä hillittäisiin muiden hoitomuotojen kasvua. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014, 11-12.)

3.2 Päivätoiminta

Päivätoiminnan tavoitteena on tarjota virikkeitä, liikuntaa ja sosiaalista kanssakäymistä ikäihmisille. Päivätoiminnalla parannetaan vanhuksen osallistumismahdollisuuksia ja ehkäistään yksinäisyyttä. Kuntien järjestämän päivätoiminnan lisäksi myös järjestöt ja seurakunnat järjestävät ikäihmisille harrastus- ja virkistystoimintaa sekä tarjoavat mahdollisuuksia vertaistukeen. (Sosiaali- ja Terveysministeriö 2008, 19.)

Päivätoiminnan tarkoituksena on tukea asiakkaan kotona asumista ja ylläpitää omaisuus- ja toimintaa, sekä tarjota omaishoitajalle mahdollisuus vapaapäivään. Päivätoimintaa järjestetään arkipäivisin kaupungin omana toimintana sosiaalitoimen yksiköissä sekä ostopalveluna. Päivätoimintaan kuuluu kuljetus, aamupala, lounas, iltapäiväkahvi, vapaata toimintaa ja mahdollisuus saunapalveluun. (Rauman kaupungin www-sivut 2016b)

Kunnan on tarvittaessa järjestettävä omaishoitajalle hyvinvointi- ja terveystarkastuksia sekä hänen hyvinvointiaan ja hoitotehtäväänsä tukevia sosiaali- ja terveystarvikkeita. (Laki omaishoidontuesta 2.12.2005/937, 3a§)

Ikääntyneelle väestölle on asetettava palvelurakennetavoitteet ja niitä on seurattava huomioiden iäkkäiden säännöllisesti käyttämien palveluiden lisäksi muita palvelutar-

peiden kannalta keskeisimpiä palveluita. Muita kuin säännöllisesti käytettäviä palveluita ovat esim. hyvinvointia edistävät palvelut, tilapäinen kotihoito, fysioterapia, toimintaterapia, apuvälinepalvelut kuntoutumista edistävä päivätoiminta ja lyhytaikaishoito sekä perhehoito. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014, 38.)

Hoitoa ja huolenpitoa tarvitsevien iäkkäiden omaishoitajat ja läheisauttajat ovat tärkeä voimavara. Heidän pitäminen toimintakykyisenä hyödyttää kaikkia. Omaishoitajien yksilölliset voimavarat vaihtelevat ja vaikuttavat näin oman tuen tarpeeseen. Vaikuttavimmaksi tuen muodoksi on osoittautunut arvioitujen tarpeiden mukaan suunniteltu yksilöllinen tuen ja palvelujen kokonaisuus. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014, 42.)

Koti- ja omaishoitoa voidaan tukea myös järjestämällä kuntouttavaa päivätoimintaa ja lyhytaikaista ympärivuorokautista hoitoa asiakkaiden toimintakyvyn ylläpitämiseksi ja hoitavan omaisen vapaan mahdollistamiseksi (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 27).

Päivätoiminta on tärkeäksi koettu sosiaalinen etuus omaishoitajalle sekä hoidettavalle ja selkeästi auttaa jaksamista ja kotona pärjäämistä pidempään. Monessa kunnassa järjestetään päivätoimintaa, mutta kohtaako avun tarvitsija ja palvelujärjestelmä? Asiaa kannattaa kehittää ja arvioida suunnitelmallisesti palveluiden käyttäjän tarpeen mukaan. Näin saadaan suurin hyöty sekä palvelujen järjestäjän, että käyttäjän puolesta.

3.3 Rauman kaupungin strategia

Rauman kaupungin ikääntymispoliittisen strategian ja palvelurakenteen kehittämissuunnitelman mukaan vanhuspalvelujen tärkein tavoite on oikeus arvokkaaseen vanhuuteen ja hyvään kohteluun riippumatta asuinpaikasta, hoidon tai palvelujen tarpeesta. Strategian mukaan Raumalla ikäihmisen ensisijainen hoitomuoto olisi kotihoito, ennaltaehkäisevä työ sekä kuntouttava työote. (www.kunnat.net.)

Omaishoidon asiat on tällä hetkellä keskitetty kahdelle palveluvastaavalle. Omaistaan hoitavan työtä tuetaan järjestämällä vapaata sekä maksamalla hoitopalkkiota. Hoitopalkkio kohdennetaan sellaisten henkilöiden hoitamiseen, joiden hoito on vaativaa ja hoitajaa sitovaa ja hoidon vaihtoehtona olisi sijoitus laitoshoidon tai vastaava hoitoyhteisö. Raumalla omaishoidon tuen voi halutessaan saada rahana tai palvelusetelienä. (Rauman kaupungin www-sivut 2016b.) Raumalla on käytössä palveluseteli, joka tukee asiakkaiden kotona selviytymistä. Palveluseteli on vaihtoehto kaupungin järjestämille palveluille, esim. kotihoidossa, omaishoidossa ja vammais- palvelussa. (Rauman kaupungin www-sivut 2016c.)

3.4 Omaishoitaja ja omaishoitajuus

Omaishoitajalla tarkoitetaan omaishoitolain mukaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön omaista tai läheistä, joka on tehnyt omaishoitosopimuksen läheisensä hoidosta kunnan kanssa. Omaishoitaja saa kunnalta omaishoidon tukea, joka muodostuu palveluista, hoitopalkkiosta tai vapaasta. (Laki omaishoidon tuesta 937/2005, 2§)

Omaishoitaja voi olla puoliso, isä tai äiti, sisar tai veli, lapsi, muu sukulainen tai ystävä tai naapuri. Omaishoitajuus vaihtelee, myös avun tarve vaihtelee; omaishoidettavalla voi olla fyysisiä vaivoja, tai vain valvontaa ja ohjausta vaativaa avun tarvetta. (Omaishoitajat ja läheiset ry 2015, 6-7.)

Omaishoitajien ikä puolisoita hoitajina on aiempaa korkeampi, yli 85-vuotiaiden osuus on kasvanut suhteessa 50-74-vuotiaisiin. Omaishoitajia arvioidaan olevan 300 000, mutta kunnan kanssa sopimuksen omaishoitajuudesta on tehnyt 40 000. Korkea ikä on myös haaste ohjaus- ja neuvontapalvelujen kehittämiseen. (Helin & von Bonsdorff 2013:436.)

Vuonna 2015 omaishoidon tukea Suomessa sai 44 000 omaishoitajaa. Arvioiden mukaan hoidettavista yli 40 prosenttia olisi ilman omaishoitajaa laitoshoidossa tai muussa hoidon piirissä. Vain 13 prosenttia omaishoitajista on tehnyt omaishoitosopimuksen kuntien kanssa. Syitä, miksei omaishoidon tukea haeta, voi johtua kuntien

taloudellisesta tilanteesta ja omaishoidon tuen määrärahasidonnaisuudesta. Osa omaishoitajista ei tiedä mahdollisuudesta saada kyseistä etuutta tai ei halua hakea sitä. (Viitanen 2016:8-9.)

Tässä opinnäytetyössä omaishoitajalla tarkoitetaan sellaista henkilöä, joka hoitaa vanhustaan kotona ja saa virallisesti omaishoidon tukea Rauman kaupungilta. Kaikki tutkimukseen osallistuneet omaishoitajat hoitavat vanhusväestöön kuuluvaa, yli 65-vuotiasta omaistaan joko omassa kotonaan tai vanhuksen kotona. Omaishoitaja voi asua samassa taloudessa omaishoidettavan kanssa tai omassa kotonaan. Asumisesta tai omaishoidettavan avun tarpeesta ei tutkimuksessa kysytty, eikä sillä ole tässä merkitystä.

Omaishoitajuus muodostuu vähitellen tai äkillisesti. Omaishoitajalla on monta roolia; auttajan ja hoitajan rooli ja samalla myös roolit puolisona, vanhempana tai lapsena. Omaishoitajalla on työnään omaishoidettavan auttaminen, kannustaminen, palvelujen selvittäminen ja hakeminen. Suuri osa kodin töistä siirtyy usein omaishoitajalle. (Nissi-Onnela & Kaivolainen 2011, 53-59.)

Omaishoitajuus on vaativaa, sitovaa ja raskasta niin henkisesti kuin fyysisesti. Omaishoitajan on tärkeää huolehtia omasta hyvinvoinnistaan, että jaksaa toimia vastuullisessa tehtävässään omaishoitajana. Kun omat voimat tuntuvat loppuvan, on hyvä hakea apua ja tukea mahdollisimman pian. (Muistiliiton www-sivut 2016.) Omaishoitajalla tarvitsee olla tietoa, taitoa ja tahtoa onnistuakseen omaisensa hoidossa. Omaishoitajien saama tuki tulee olla oikea-aikaista ja suunnitelmallista, jotta omaishoitaja jaksaa paremmin. (Juntunen & Salminen 2014, 69-74.)

Omaishoitajan voi olla haastavaa järjestää itselleen omaa aikaa, koska hoidettava ei pärjää yksin, tilapäistä hoitoapua ei ole tai sitä on vaikea pyytää tai vastaanottaa (Malmi & Nissi-Onnela 2011, 76-77). Omaishoitajan tarpeet jäävät usein taustalle ja omaishoidettava on etusijalla. Kuitenkin omaishoitajan itsestään huolehtiminen on myös hoidettavan etu. Jaksakseen omaishoitajana olisi hyvä välillä tarkastella omaa selviytymistään ja tarpeitaan. Tässä voi auttaa myös läheinen tai ammattilainen nähdessään omaishoitotilanteen. (Järnstedt, Kaivolainen, Laakso & Salanko-Vuorela 2009, 132-135.)

3.4.1 Omaishoitajien vaikutus yhteiskunnallisesti

Suomen väestö ikääntyy ja tulevat vanhusikäluokat elävät pidempään. Suurten ikäluokkien hoidon järjestäminen nostaa hoitomenoja ja luo paineita julkisten palveluiden rahoituksen kestäväydelle. Kasvavaan hoidon tarpeeseen pyritään vastaamaan ensisijaisesti lisäämällä kotiin annettavaa hoitoa. Omaisten ja läheisten antama apu vaikuttaa myös tarvittavien palvelujen määrään. (Kehusmaa 2014, 12-13.)

Vanhuspalvelulain (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista) tarkoituksena on tukea ikääntyneen väestön hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista. Laki antaa mahdollisuuden vaikuttaa omiin elinoloihinsa ja palveluiden saatavuuteen, sisältöön ja toteuttamistapaan. Vanhuspalvelulaki velvoittaa kuntia turvaamaan sosiaali- ja terveystalvveluja, sisältäen mm. omaishoidon tuen. (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista 980/2012, 1§)

Kansallisella omaishoidon kehittämishjelmalla on tavoitteena omaishoitajien aseman vahvistaminen, kuntien välisen yhdenvertaisuuden parantaminen ja omaishoitajien jaksamisen tukeminen. Tavoitteena on myös yksilöllinen neuvonta ja palvelujen tarjonnan monipuolisuus ja saumattoman yhteistyön parantaminen. (Sosiaali- ja terveystalvvelministeriö 2014, 1-32.)

Kehusmaa on tutkimuksessaan saanut selville, että omaishoito kattaa merkittävän osan ikääntyneiden hoivan ja hoidon tarpeesta Suomessa. Omaisen hoitotyöhönsä saama tuki vaikuttaa omaishoitajaksi ryhtymiseen ja siinä jaksamiseen. Kehusmaan mukaan omaishoitoon tarvitaan tutkimusta siitä, miten omaisia voidaan tukea hoivatyössään, miten annetaan oikea-aikaista tukea ja missä vaiheessa omaishoitajien jaksamisongelmiin tulee puuttua. Kehusmaan mukaan tulisi myös lisätä tukipalvelutarjontaa. Omaishoitajien tuen tarpeet vaihtelevat, kaikki eivät löydä sopivaa palvelumuotoa esim. lakisääteisten vapaapäivien pitämiseen. (Kehusmaa 2014, 83-86.)

Omaishoidon hoitotyön laskennallinen arvo on 1,7 miljardia euroa ja omaishoidon tuen kustannukset ovat 450 miljoonaa euroa. Omaishoidon tuki vähentää julkisien

palvelujen menoja vuosittain arviolta 1,3 miljardia euroa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014, 3.)

Omaishoitajien tukeminen ja heidän arjessa auttaminen on yhteiskunnallisestikin tärkeää. Omaishoitajien jaksamisen ja hyvinvoinnin tukeminen pidentää raskaimpien hoitojen tarvetta mahdollisimman kauas tulevaisuuteen, jos palvelut ovat oikein ajoitettuja ja palvelutarve on sopiva asiakkaalle.

3.4.2 Omaishoidon tuki

Omaishoidon tuki on lakisääteistä palvelua, joka muodostuu hoidettavalle annettavista palveluista sekä omaishoitajalle annettavasta hoitopalkkiosta (Laki omaishoidon tuesta 937/2005, 2§). Omaishoidon tuki maksetaan Raumalla kunnan talousarviossa annetun määrärahan puitteissa ja kohdennetaan eniten hoitoa ja huolenpitoa tarvitseville. Omaishoitaja voi saada tukea joko rahana tai palvelusetelinä. Omaishoidon tuki, joka on verollista tuloa, maksetaan omaishoitajalle hoidettavan avun tarpeen mukaan ja hoitopalkkioluokkia on viisi. Palvelusetelit myönnetään hoidettavalle ja se on verotonta tuloa. (Rauman kaupungin www-sivut 2016b)

Omaishoidon tuen palvelusetelillä voi ostaa hoiva-, ateria-, siivous-, pyykki- tai saattajapalvelua, lyhytaikaista hoitoa, eli intervallihoitoa sekä sosiaalista kanssakäymistä edistävää palvelua. Raumalla on melko paljon yksityisiä palveluntuottajia, jotka palveluseteliyrittäjinä tarjoavat em. palveluita. (Rauman kaupungin www-sivut 2016c)

3.4.3 Omaishoitajille suunnatut tukipalvelut Raumalla

Omaishoitajan jaksamista ja omaishoidon resursseja luvataan lisätä pääministeri Juha Sipilän hallituksen ohjelmassa. Omaishoito on merkittävä palvelumuoto kunnissa. Kelan tutkimusosasto on tehnyt tutkimuksen omaishoidosta vastaaville työntekijöille vuosina 2013-2014. Tutkimuksessa on ollut mukana kahdeksan erikokoista kuntaa. Omaishoito vaihtelee kunnittain, hoitopalkkioissa ja palveluissa on suuriakin eroja.

Tutkimuksessa tuli ilmi, että on tarkkailtava sekä hoidettavan että hoitajan terveyttä ja puututtava ajoissa mahdollisiin ongelmiin. (Mattila 2015, 181-196.)

Tutkimuksen mukaan eniten lisäämisen tarvetta oli kotiin annettavasta sijaishoidosta. Eräässä kunnassa tarjottiin omaishoitajille ilmaiseksi kunnan palveluksessa olevia sijaishoitajia, jotka olivat kunnan palveluksessa olevia hoitajia. Ehkäiseviin kotikäynteihin 75-vuotiaille resursseja löytyi vain muutamissa kunnissa. Kotisairaanhoidtoa oli saatavissa kaikissa kunnissa, mutta kaikissa kunnissa ei ollut kotipalvelua. Kunnan järjestämä päivätoiminta tarjoaa omaishoitajalle mahdollisuuden lyhytaikaiseen lepoon. Myös perhehoitoa haluttaisiin hyödyntää vapaapäivien järjestämiseen. Omaishoidon edelleen kasvaessa tulisi kehittää tasavertaista palvelujärjestelmää asuinkunnasta riippumatta. Olisi myös suotavaa, että omaishoidon tukemiseen saataisiin enemmän resursseja. (Mattila 2015, 181-196.)

Raumalla kotona asuville tarjotaan hoivaa ja huolenpitoa tukevia palveluita melko kattavasti. Palveluihin kuuluvat ateriapalvelu, turvapuhelinpalvelu, kauppapalvelu, pyykkipalvelu, saunapalvelu, päivätoiminta, viriketoiminta ja lyhytaikaishoito. Omaishoitajalle tarjotaan näiden lisäksi omaishoidon kotiin menevää sairaanhoitajaa, vertaistukiryhmiä ja omaishoitajan terveystapaamisia. (Rauman kaupungin www-sivut 2016a)

4 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tutkimusmenetelmä opinnäytetyössämme on laadullinen kysely- ja haastattelututkimus. Se on samalla toiminnan kehittämistyö ja siten siinä on myös toimintatutkimuksen piirteitä. Omaishoitajille suunnattu kyselylomake on kvantitatiivista tutkimusta ja työntekijöiden haastattelu on kvalitatiivista tutkimusta. Erilaisia menetelmiä käytetään tutkimuksissa toisiaan täydentävinä, joka lisää tutkimuksen luotettavuutta. Voidaan yhdistellä erilaisia menetelmiä ja lähestymistapoja. Kvantitatiivista ja kvalitatiivista lähestymistapaa käytettäessä puhutaan metodisesta triangulaatiosta, joka tar-

koittaa useamman kuin yhden tutkimusmenetelmän tai aineistonkeruumenetelmän käyttöä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 75.)

Tutkimuksessa käytetään metodeina sekä haastatteluja että kyselyjä. Vastausten tulee olla luotettavia ja oikein tulkittuja. Etukäteen tulee miettiä tarkkaan, millaisia asioita tutkitaan ja miten asiasta kysytään. Kysymykset eivät saa olla johdattelevia tai kohdennettu täysin väärälle kohdejoukolle. Kyselyihin vastaaminen tulee olla myös maksutonta, ja tässä opinnäytetyössä omaishoidon palveluvastaavat postittivat valmiiksi maksetun vastauskirjekuoren kyselylomakkeen mukana omaishoitajalle. (Mäkinen 2006, 92-93.) Tässä opinnäytetyössä käytettiin sekä haastattelua että kyselyä tutkimusmenetelmänä. Kyselylomake muotoiltiin selkeäksi vastata, myös kyselyn pituuteen kiinnitettiin huomiota. Haastattelukysymykset laadittiin avoimiksi ja mahdollisimman selkeiksi haastatteluun osallistuvalla.

4.1 Haastattelututkimus

Haastattelu on ainutlaatuinen tiedonkeruumenetelmä, koska siinä ollaan suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Tästä voi olla sekä etuja että haittoja. Yleensä suurimpana etuna pidetään joustavuutta aineistoa kerätessä. Haastattellessamme Torstai-Plakkarin työntekijöitä, käytimme strukturoitua lomakehaastattelua. Haastattelu tapahtuu lomakehaastattelussa lomaketta apuna käyttäen. Kysymysten ja väitteiden muoto ja esittämismuoto lomakkeessa on täysin määrätty. Mietimme kysymykset etukäteen ja kysymysten laadinnassa huomioimme omaishoitajien kyselyssä käytettyjä asioita. Joitain asioita kysyimme molemmilta, sekä omaishoitajilta että työntekijöiltä, esim. missä on tiedotettu Torstai-Plakkarista ja millaista palautetta on saatu. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 199- 203.)

Valmiit tutkimustekstin koosteet kiinnittyvät tutkimuksen taustalla olevaan teoreettiseen keskusteluun ja tehtävän tulkintaan. Tässä opinnäytetyössä on käytetty aikaisempien tutkimusten avulla saatua tietoa. Haastateltaville tehdyt kysymykset ovat aivan erinäköisiä kuin itse tutkimuskysymykset. Emme etukäteen esittäneet haastateltaville tutkimuksen kysymyksiä emmekä saaneet haastateltavilta suoraan tutki-

muksen tuloksia. Haastattelukysymysten ja tutkimuskysymysten lisäksi tarvitaan vielä analyttisiä kysymyksiä, jotka tehdään kootulle aineistolle, jotta tutkimus antaisi vastauksia tutkijaa kiinnostaviin kysymyksiin. Tutkimus käynnistyy tietyllä tavalla uudestaan, kun tutkija alkaa tutustua aineistoonsa. Tässä opinnäytetyössä on käytetty myös muita laadullisia tai määrällisiä aineistotyyppisiä (Liite 1). (Ruusuvoori, Nikander & Hyvärinen 2010, 9-11.)

Käytimme opinnäytetyössämme yksilöhaastattelumenetelmää, koska ajattelimme saavamme lisää tietoa ja vahvistusta toiminnasta. Haastattelut toteutettiin päivätoiminnan tilassa, jossa ei siihen aikaan ollut häiriötekijöitä. Toinen meistä opinnäytetyöntekijöistä haastatteli ja toinen kirjasi vastaukset paperille. Haastattelun jälkeen kävimme heti vastaukset läpi, onko olennainen kirjattu muistiin. Kun haastattelimme kahta työntekijää erikseen, voimme vertailla heidän vastauksiaan toisiinsa ja miettiä, ovatko he kokeneet Torstai-Plakkarin toiminnan samalla tavalla. Kummankin vastaajan tulee yksilöinä miettiä vastauksia yhtä paljon eikä toinen vastaaja samaan aikaan voi johdatella asioita. Toisaalta, samaan aikaan tehty haastattelu olisi voinut olla hedelmällistä sillä tavalla, että olisi tullut oivalluksia ja ideoita yhdessä. Nyt molemmat saivat esittää rauhassa omat mielipiteet, parannusehdotukset ja huomiot toiminnasta.

4.2 Kyselytutkimus

Kysely on yksi tapa kerätä aineistoa. Se on survey- tutkimuksen keskeisin menetelmä. Englanninkielinen termi survey tarkoittaa senkaltaisia kyselyä, haastattelun ja havainnoinnin muotoja, joissa aineisto kerätään standardoidusti eli asia kysytään kaikilta vastaajilta täsmälleen samalla tavalla ja joissa kohdehenkilöt muodostavat näytteen tietystä perusjoukosta. Kyselylomakkeiden kysymykset jaoteltiin siten, että ensin kysyttiin omaishoitajan taustatietoja, kuten ikä, sukupuoli ja omaishoitajana toimimisen kestosta ja mitä palveluja omaishoitajat ovat käyttäneet. Torstai-Plakkaria koskevia kysymyksiä on loput kysymysvaihtoehdot. Viimeinen kysymys on avoin ja siinä voi kertoa kehittämistoiveita ja mielipiteitä Torstai-Plakkarin toimintaan.

Käytimme opinnäytetyössämme postikyselyä, jossa kyselylomake lähetetään tutkittavalle ja he täyttävät sen itse sekä postittavat lomakkeen takaisin tutkijalle. Lomakkeen mukana lähetetään palautuskuori, jonka postimaksu on maksettu. Etuutena kyseisessä kyselyssä on nopeus ja vaivaton aineiston saanti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 188- 1191.) Tämän opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Rauman Kaupungin Ikäkeskus, joka omalta osaltaan hyväksyi tiedonhankintamenetelmänä postitettavan kyselyn omaishoidon tuen asiakkaille. Olemme hankkineet aikaisempaa tietoa tutkittavasta aiheesta luotettavista lähteistä ja olemme olleet huolellisia lähteiden käytössä noudattaen hyvää tutkimuseettistä näkökulmaa.

Käytimme omaishoitajien kyselylomakkeiden tulkinassa Excelin toimintaympäristöön tehtyä Tixel –ohjelmaa. Syötimme kyselyiden tulokset havaintomatriisiin Tixel –ohjelmaa varten. Havaintomatriisin avulla voidaan tarkastella helposti suurtakin määrää vastauksia nopeasti. Tixel soveltuu hyvin kyselyihin, joissa on kvalitatiivisia tai kvantitatiivisia vastauksia. Vastausvaihtoehdot sekä vastaukset syötetään tietyllä tavalla ohjelmaan ja oikein käytettynä ohjelma antaa paljon tietoa mm. taulukoiden muodossa. Kyselylomakkeen viimeinen kysymys oli avoin, käsitelimme erikseen ja luettelimme kaikki annetut vastaukset

4.3 Toiminnan kehittämistutkimus

Kehittämistutkimus alkaa perehtymisellä tutkittavaan ilmiöön ja siihen, mitä on siitä asiasta aikaisemmin jo tutkittu tai kirjoitettu. Perehdyimme omaishoidon asioihin geronomikoulutukseen liittyvän harjoittelun aikana. Kenttätyövaiheen aikana käynnistetään asian dokumentointi ja havainnointi. Kenttätyön aikana syntyy aineisto, johon opinnäytetyö perustuu. Kehittämistutkimuksessa tutkija voi osallistua jollain lailla ilmiön toimintaan, täten voi ymmärtää paremmin syvällisesti tutkittavaa asiaa. Kehittämistutkimus sisältää asiaan perehtymistä, luovaa ajattelua, arviointia ja sitouttamista. Organisaatiot tarvitsevat uusia, ulkopuolelta tulevia ideoita ja oivalluksia. Harjoittelumme aikana emme keränneet omaishoidon asioista aineistoa opinnäytetyömme varten, vaan muodostimme käsityksen itsellemme Rauman kaupungin omais-

hoidon palveluista. Mahdollisiin uusiin asioihin sitouttamiseen tarvitaan juuri kehittämistutkimuksen tekijöitä. (Kananen 2012, 47-51.)

Toimintatutkimuksella pyritään ratkaisemaan käytännön ongelmia ja saamaan aikaan muutosta ja luoda uutta tietoa ja ymmärrystä. Toimintatutkimus on myös kehittävää työntutkimusta, joka on käytäntöön suuntautuvaa ja pyrkii saamaan parannusta tämän hetkiseen toimintaan. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2009, 58.) Tieteellisen tutkimuksen tavoitteena on tuottaa uutta tietoa, johon yhdistetään aikaisempaa tietoa toiminnan kehittämisessä. Työelämä hyötyy tutkimuksista, jotka kuvaavat aiemman tiedon uudenlaista käyttämistä tai tiedon uudenlaista yhdistelyä. (Vilka 2015, 33.)

Toimintatutkimus voi olla osa reflektointia prosessia. Yhteistyöllä ja osallistuvalla lähestymistavalla tunnistetaan mahdolliset ongelmat, ehdotetaan ja tutkitaan muutoksia sekä arvioidaan seurauksia. Jos halutaan vaikuttaa käytäntöön, toiminnallinen tutkimus on yksi tutkimuksellinen lähestymistapa. (Taylor & Martindale 2014, 164-165.) Toimintatutkimus sopii erinomaisesti tutkimukselliseen kehittämistyöhön, jonka kohteena voi olla ihmiselämään liittyvä ilmiö. Toimintatutkimus soveltuu hyvin sosiaalisten ja työkäytänteiden sekä työmenetelmien kehittämistyöhön. Tutkimuksella pyritään aikaansaamaan uusia näkökulmia ja näkemään uusia tapoja ratkaista ongelmia, joka täydentyy käytännön toiminnan ja teoreettisen tutkimuksen vuorovaikutuksella. (Ojasalo ym. 2009, 58-60.)

Tämä opinnäytetyö on toiminnan kehittämistutkimusta siten, että me tutkimme jo käyttöön otettua palvelua, Torstai-Plakkaria. Tarkoituksena on palvelun parantaminen omaishoitajien ja työntekijöiden mielipiteiden pohjalta.

4.4 Tutkimusetiikka

Tutkimusetiikka tarkoittaa yleisesti sovittuja pelisääntöjä tutkimuskohteeseen, rahoitajiin, toimeksiantajiin ja suureen yleisöön. Hyvä tieteellinen käytäntö sisältää yhteisesti hyväksytyjä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä. Hyvä tieteellinen käytäntö tarkoittaa sitä, että tutkija on perustanut tiedonhankintansa oman alan tieteelliseen

kirjallisuuteen ja muihin asianmukaisiin lähteisiin. Tutkijan tulee osoittaa tutkimuksellaan tutkimusmenetelmien, tiedonhankinnan ja tutkimustulosten hallintaa. Tutkijan on noudatettava rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä ja tutkimustulosten esittämisessä. (Vilka 2015, 41-42; Kankkunen, Vehviläinen-Julkunen 2013, 211-212.)

Tutkimuksen tulee olla johdonmukainen, joka tarkoittaa esim. sitä, millaisia lähteitä käyttää. Laadullisen tutkimuksen tekijän on myös tiedettävä mitä tekee. Tutkimuksen tulee olla myös eettisesti kestävä, joka on myös tutkimuksen luotettavuuden toinen puoli. Eettisyys tarkoittaa myös koko tutkimuksen aikaista laatua. On huolehdittava siitä, että tutkimussuunnitelma on laadukas, tutkimusasetelma on sopiva ja raportointi on laadukkaasti ja monipuolisesti tehty. Tutkimuksen eettisyys liittyy tutkimuksen luotettavuuteen ja arviointiin. Tutkijan tulee olla siis eettisesti sitoutunut tekemäänsä tutkimukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 126-127.)

Tutkimuksen aikana tiedon tallentaminen ja käyttö ovat myös eettinen asia. Tutkija kerää tietoa tutkittavasta kohteesta erilaisista lähteistä, esim. tutkittavista, tutkimustiedosta, haastatteluiden avulla, virallisista lähteistä jne. Tieto voi olla arkaluonteista ja aina tarvitsee kunnioittaa tutkimukseen osallistuvien yksityisyyttä, mielipiteitä, arvoja ja uskomuksia. Käytettävästä tiedosta tarvitsee suojata osallistujien tunnettaisuus ja anonymiteetti. (Mckie 2014, 240-241.)

Tässä opinnäytetyössä emme saaneet missään vaiheessa tietoon omaishoitajien tai –hoidettavien henkilöllisyyttä, koska omaishoidon palveluvastaavat postittivat kyselylomakkeet kaikille Rauman seudulla omaishoidon tukea saaville henkilöille. Kyselylomakkeissa ei kysytty henkilöllisyyttä. Tutkimuksen taustakysymyksinä kysyttiin vain omaishoitajan ikää ja kuinka monta vuotta on toiminut omaishoitajana, saako omaishoidon tuen rahana tai palveluseteleinä; näistä tiedoista ei saada selville henkilöllisyyttä eikä voida yhdistää vastauksia tiettyihin henkilöihin. Opinnäytetyön aikana saadut vastauslomakkeet hävitettiin asianmukaisesti tarvittavien tietojen käyttämisen jälkeen.

Opinnäytetyömme tutkimuslupaan on myös kirjattu eettisiä perusteita, joita tarkkana olemme noudattaneet (Liite 2). Tutkimusluvan mukaan tutkijan tulee sitoutua nou-

dattamaan henkilötietolain määräyksiä käsitellessään ja suojatessaan tietoja. Yksittäisten henkilöiden tutkimustiedot hävitetään henkilötietolain mukaan. Tässä opinnäytetyössä emme saaneet vastaajien henkilötietoja missään vaiheessa. Tutkimusraportissa ei ole yksilöitävissä tutkimuksen piiriin tai otantaan kuulunutta henkilöä. Tutkimus on ollut vapaaehtoinen ja eikä sitonut vastaajaa mihinkään (Liite 3).

4.5 Tutkimuksen luotettavuus

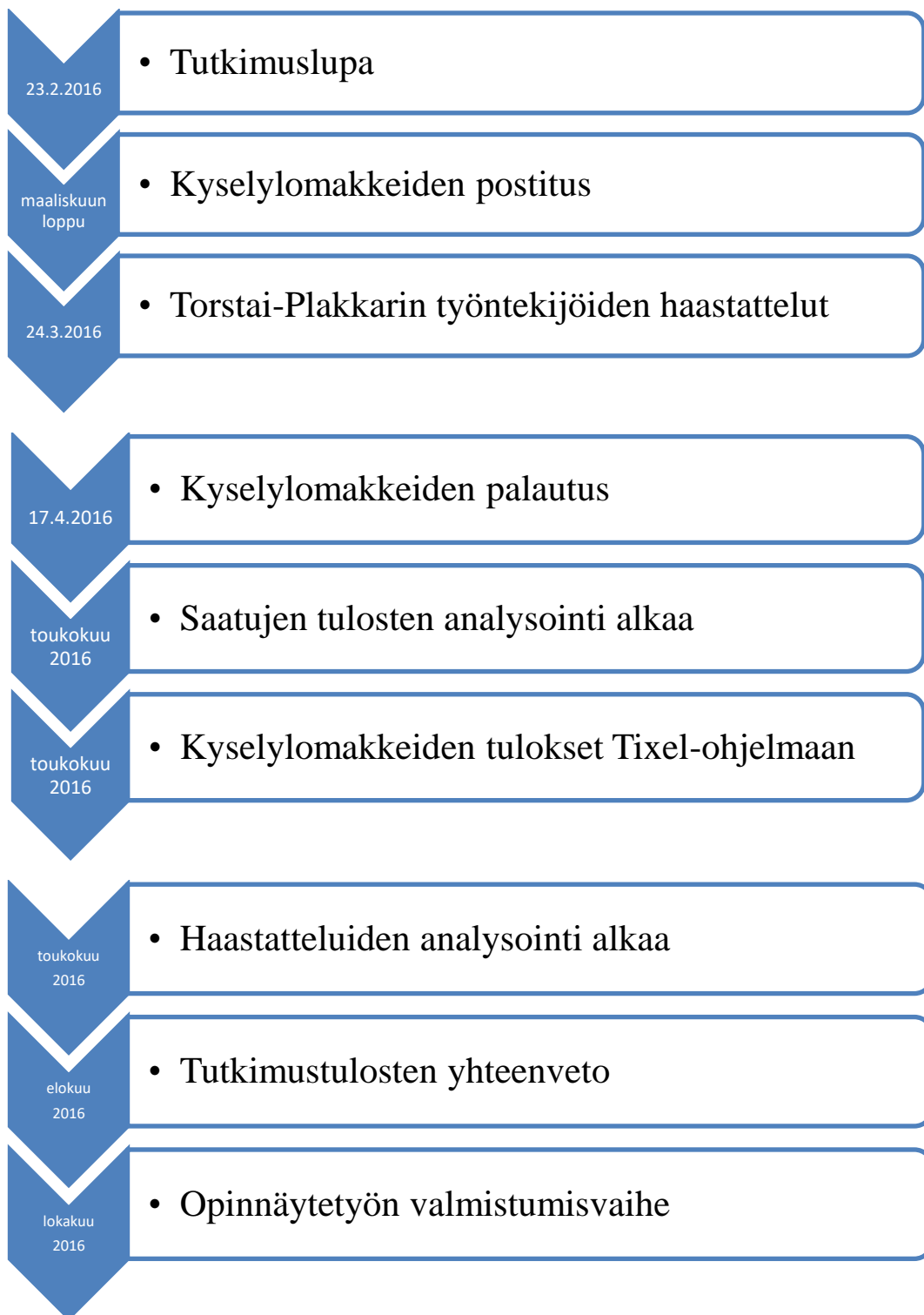
Opinnäytetyön tulosten ja johtopäätösten tulisi olla oikeita, uskottavia ja luotettavia. Luotettavuus mittaa työnlaatua. Opinnäytetyön laadun luotettavuus muodostuu kahdesta eri käsitteestä reliabiliteetista ja validiteetista. (Kananen 2012, 161-165.)

Tutkimuksen reliabelius tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta. Validius puolestaan tarkoittaa mittarin tai tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata. Mittarit ja menetelmät eivät aina vastaa sitä mitä tutkija kuvittelee tutkivansa. (Hirsjärvi ym. 2007, 226.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuus tarkoittaa selostusta, jossa kerrotaan tutkimuksen kaikista vaiheista seikkaperäisesti. Haastattelu- ja havainnointitutkimuksessa tulee kertoa aineiston hankkimisen olosuhteet ja paikat. Kerrotaan myös mahdolliset virhemahdollisuudet. Tutkijan on myös kerrottava tarkkaan millä perusteella tai miksi hän tulkitsee tulokset tietynlaiseksi. Tämän tutkimuksen validiutta voidaan tarkentaa käyttämällä erilaisia tutkimusmenetelmiä. (Hirsjärvi ym. 2007, 226-228.) Tässä opinnäytetyössä on selostettu tarkkaan tutkimuksen kulku ja johtopäätökset. Luotettavuutta lisää myös se, että tutkittavia asioita on kysytty sekä palveluiden käyttäjiltä (omaishoitajat) että palvelun antajalta (toiminnan ohjaajilta).

5 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI

Opinnäytetyön prosessikuvaus



Aiheen opinnäytetyöhön saimme päivätoiminnan palveluvastaavalta, jonka opinnäytetyön kehittämistarpeen mukaan aloitettiin Torstai-Plakkar. Tämä opinnäytetyö arvioi aloitettua palvelua. Opinnäytetyömme alkoi tutkimusluvan saatuumme (Liite 2) Rauman kaupungilta.

Saatekirjeen avulla (Liite 3) toivoimme saavamme omaishoitajat innostettua vastaamaan kyselyyn. Puolistrukturoidut kyselylomakkeet (Liite 4) postitettiin maaliskuun lopulla 219 Rauman Kaupungin omaishoitajalle. Nämä omaishoitajat hoitavat vanhusväestöön kuuluvia, yli 65-vuotiaita omaisiaan ja saavat omaishoidon tukea. Ikäkeskuksen palvelupäällikön toiveesta kyselyt postitettiin kaikille omaishoitotukea saaville omaishoitajille. Ikäkeskuksen omaishoidon palveluvastaavat postittivat kyselyt omaishoitajille, joten missään vaiheessa opinnäytetyötä emme olleet tekemisissä suoraan omaishoitajiin ja näin ollen emme saaneet mitään muuta tietoa kuin kyselyiden kautta.

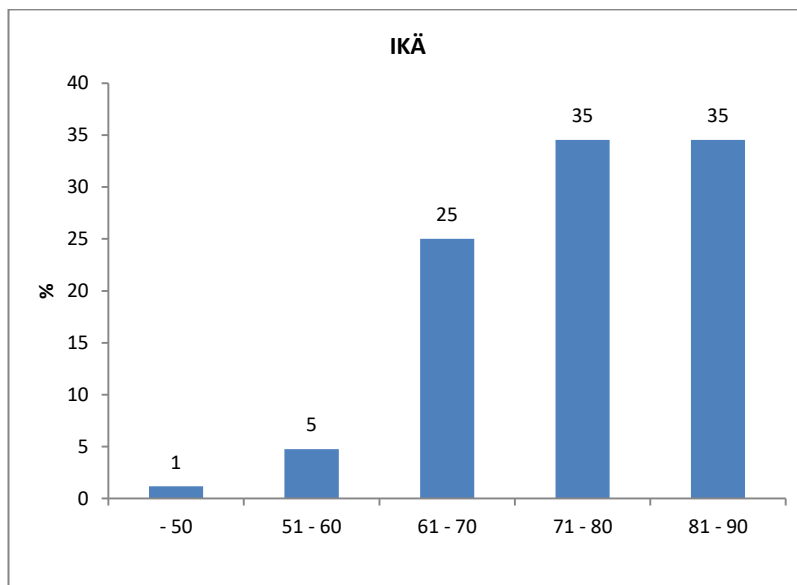
Haastattelimme kahta Ikäkeskuksen päivätoiminnan työntekijää, jotka olivat osallistuneet Torstai-Plakkarin toimintaan päivätoiminnan ohessa. Kyselylomakkeita palautui huhtikuun aikana 84, vastausprosentiksi tuli 39. Aloimme analysoida saamiamme tutkimustuloksia toukokuussa, syötimme vastaukset Tixel-ohjemaan ja vertailimme kahta työntekijän haastattelua toisiinsa. Näistä tuloksista teimme yhteenvedon opinnäytetyöhomme. Näin ollen opinnäytetyön valmistumisajankohdaksi tuli lokakuu 2016.

6 OMAISHOITAJILLE SUUNNATTUJEN KYSELYLOMAKKEIDEN TULOKSIA

Kyselylomakkeita postitettiin omaishoitajille 219, joista palautui 84. Vastausprosentiksi tuli 39 prosenttia.

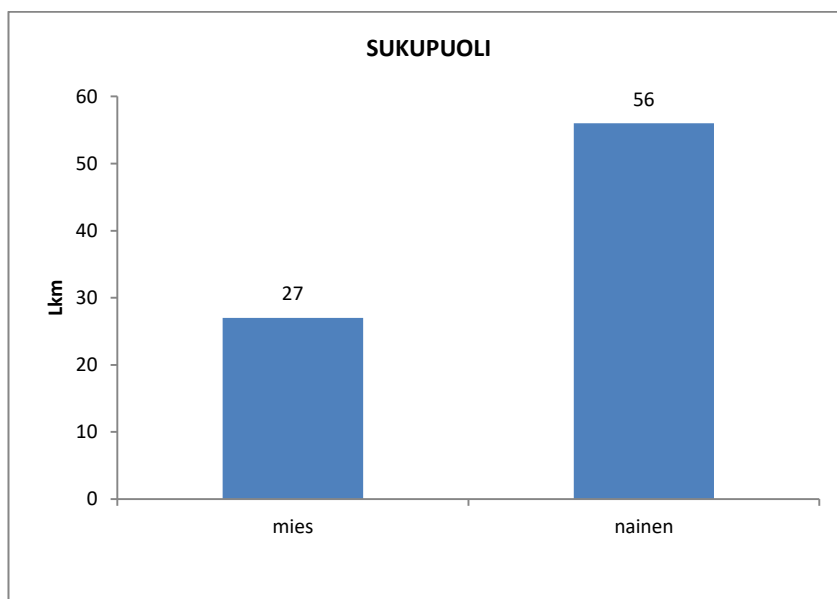
6.1 Omaishoitajien taustatietoja

Taulukko 1. Omaishoitajan ikä



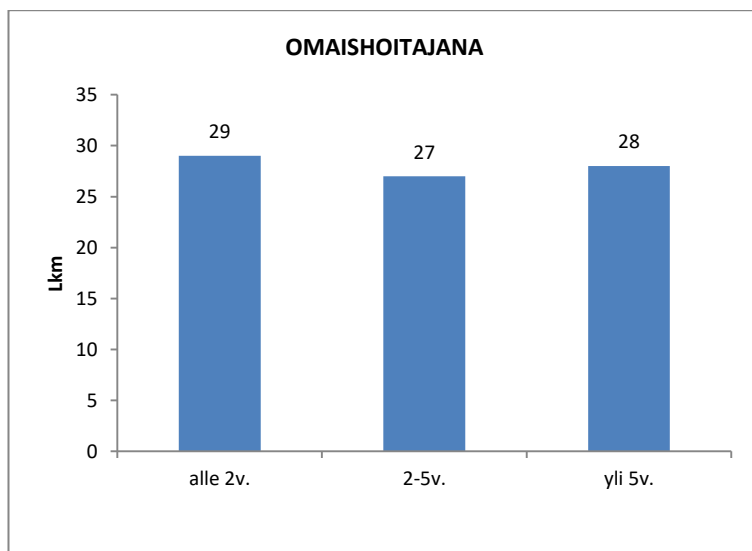
Omaishoitajien keski-ikä oli 75 vuotta. Nuorin vastaajista oli 47-vuotias ja vanhin oli 90-vuotias. Vastaajista vain yksi oli alle 50-vuotias. 51-60-vuotiaita oli viisi, 61-70-vuotiaita oli 25. 71-80-vuotiaita oli 35 ja 81-90-vuotiaita oli 35 (Taulukko 1). Vastaajista suurin osa oli 71-90-vuotiaita. Omaishoitajat ovat melko iäkkäitä tämän kyselyn mukaan.

Taulukko 2. Omaishoitajan sukupuoli



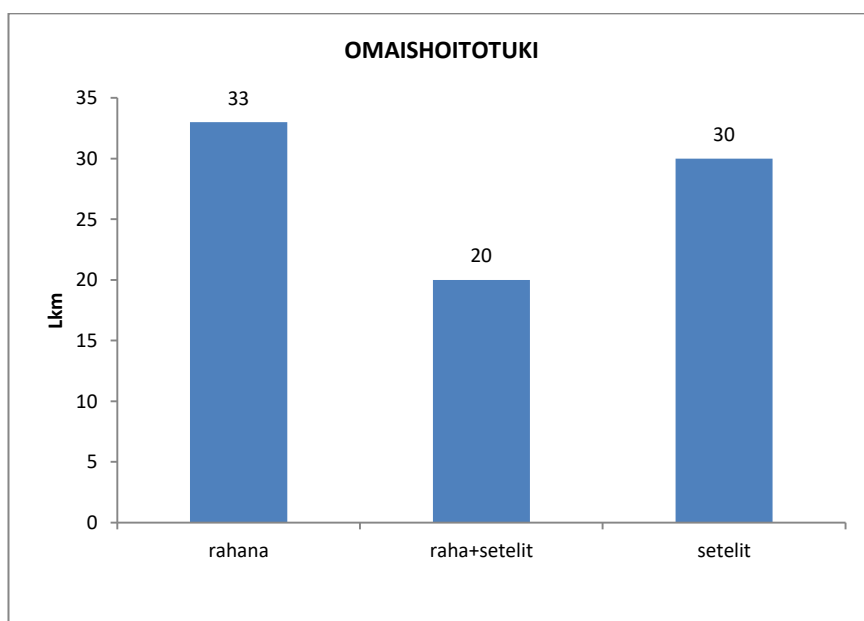
Vastaajista miehiä oli 27 ja naisia 56. Miehiä oli 33% ja naisia 67% vastaajista (Taulukko 2). Kyselyn mukaan naiset ovat omaishoitajina useammin kuin miehet ja naiset voivat ehkä olla aktiivisempia vastaamaan erilaisiin kyselyihin.

Taulukko 3. Omaishoitajana toimiminen vuosina



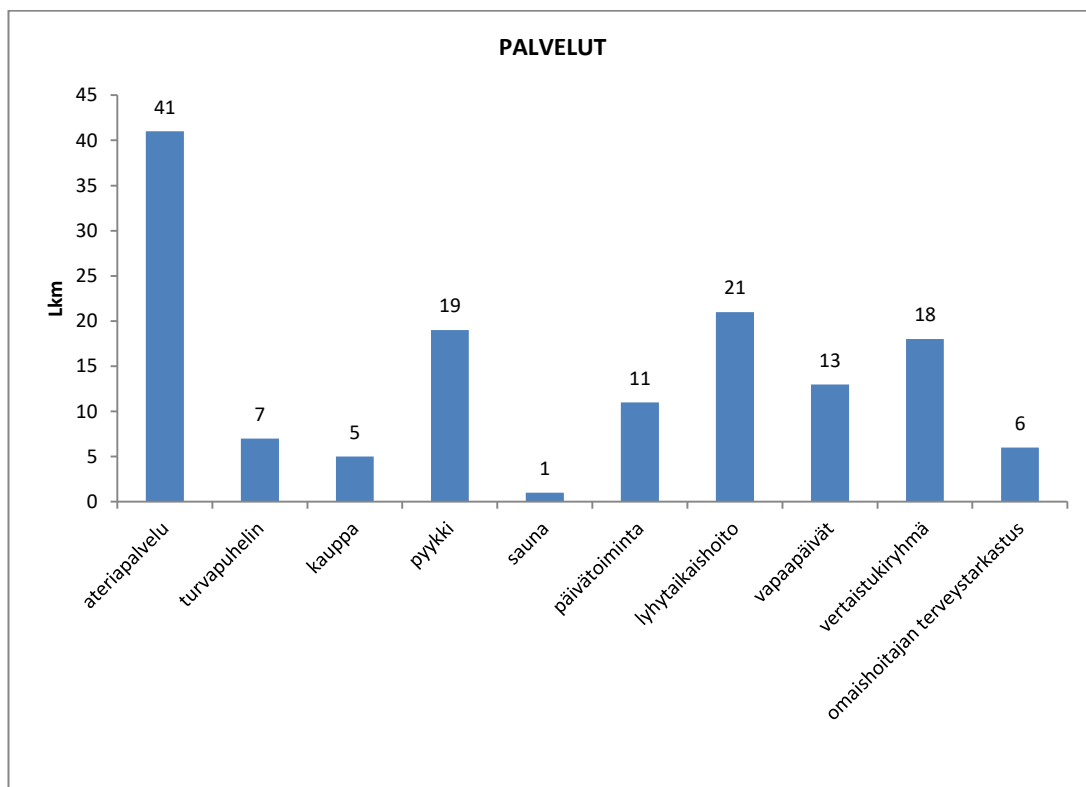
Kyselyssämme kysyttiin, kuinka kauan on toiminut omaishoitajana. Vastausvaihtoehtoina olivat alle kaksi vuotta, 2-5 vuotta ja yli viisi vuotta. Kaikkia vastausvaihtoehtoja käytettiin, mutta eniten vastauksia kyselyyn tuli alle kaksi vuotta omaishoitajana toimineilta (Taulukko 3).

Taulukko 4. Omaishoitotuen vaihtoehdot



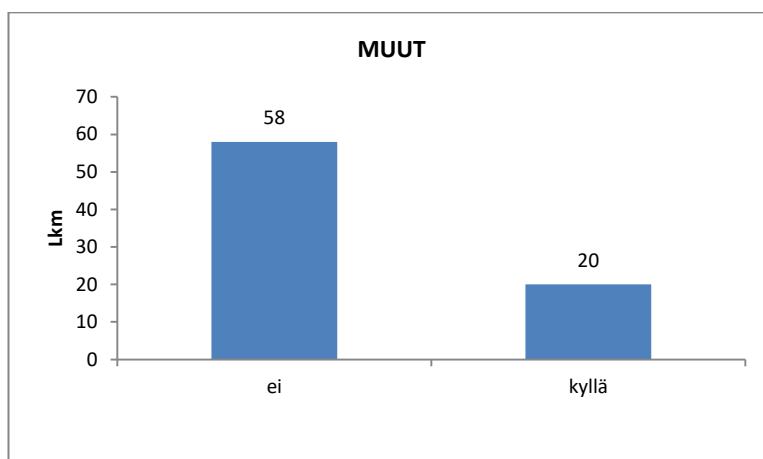
Omaishoidon tukea voi saada rahana tai palveluseteläinä tai rahana sekä palveluseteläinä. Vastausten perusteella kaikkia vaihtoehtoja käytetään, mutta eniten otetaan omaishoitajan avuksi rahaa. Kyselyyn vastanneet omaishoitajat saivat omaishoitotukea pelkästään rahana 33 henkilöä, pelkästään palveluseteläinä 30 henkilöä ja rahana sekä seteläinä 20 henkilöä (Taulukko 4).

Taulukko 5. Palvelujen käyttö



Omaishoitajat ovat eniten palveluista käyttäneet ateriapalvelua (n=41), pyykkipalvelua (N=19), lyhytaikaishoitoa eli intervallihoitoa (n=21) ja vertaistukiryhmiä (n=18). Seuraavaksi eniten käytetty on vapaapäivät (n=13), päivätoiminta (n=11), turvapuuhelin (n=7), Omaishoitajan terveystarkastukset (n=6), kauppa (n=5) ja sauna (n=1). (Taulukko 5)

Taulukko 6. Muiden palveluiden käyttö.

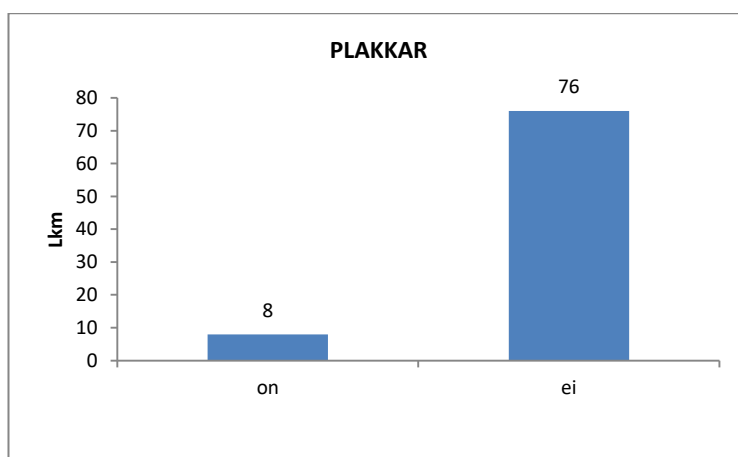


Kysymyksessä kuusi kysyttiin, onko käyttänyt muita omaishoitajille suunnattuja palveluja, joita emme erikseen muussa kohdassa kysyneet. Suurin osa vastaajista (n=58) ei ollut käyttänyt muita palveluja. 20 vastaajaa oli käyttänyt muita palveluja, joita olivat mm. siivouspalvelut, kylvetyspalvelu (onko sama kuin kyselyssämme ollut saunapalvelu), kotiin menevän sairaanhoitajan palvelut (omaishoidon sairaanhoitaja), pihatyöt, ovet-koulutus (ovet omaishoitajan arkeen), omaishoitajan yhdistystoiminta ja avustajakeskus. (Taulukko 6)

6.2 Torstai-Plakkaria koskevat kysymykset

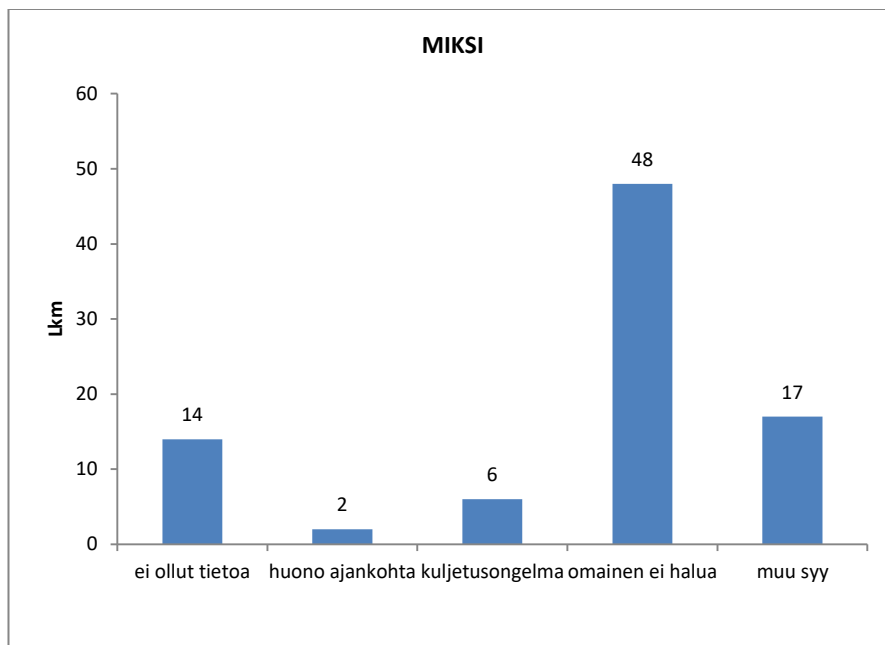
6.2.1 Toimintaan osallistuneet ja syitä miksei ole osallistunut

Taulukko 7. Torstai-Plakkariin osallistuminen.



Torstai-Plakkarin toimintaan oli vastaajien hoidettavia osallistunut vain kahdeksan. (Taulukko 7)

Taulukko 8. Syitä miksei ole osallistuttu Torstai-Plakkariin



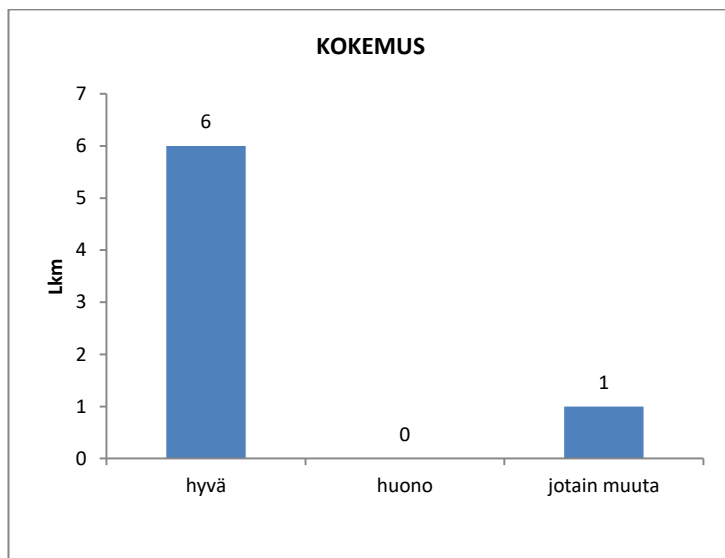
Suurin este vastaajien mukaan Torstai-Plakkariin osallistumiseen on ollut, että omainen ei halua (n=48). 14 vastaajaa kertoi, ettei palvelusta ollut tietoa. Muut syyt (n=17) toimintaan osallistumiseen olivat mm. omaishoitajan kolmivuorotyö, omalaisuus, hoidettavan huono kunto, ei ole ollut tarvetta toimintaan vielä, jatkuvat pissaongelmat, käy jo muuna päivänä päiväkeskuksen toiminnassa, intervallin käyttö, tauti niin alkuvaiheessa, ei saa lähtemään pois kotoa, korkea ikä, puheongelma aivoinfarktin vuoksi, puhekyvytön ja haasteellinen käyttäytyminen, kuljetusongelma (n=6) ja huono ajankohta (n=2). (Taulukko 8)

6.2.2 Tiedon saanti Torstai-Plakkarista

Kysyttiin myös, mistä omaishoitajat ovat saaneet tietoa Torstai-Plakkarista. Kysymys oli avoin, eli vastaaja sai kirjoittaa vaihtoehdon itse. Vastaajat olivat saaneet tietoa Torstai-Plakkarista vertaistukiryhmästä, kotiin tulleesta tiedotteesta, omaishoitovastaavalta, päivätoiminnan vastaavalta, omaishoitajien infon yhteydestä ja tämän opinäytetyön saatekirjeestä.

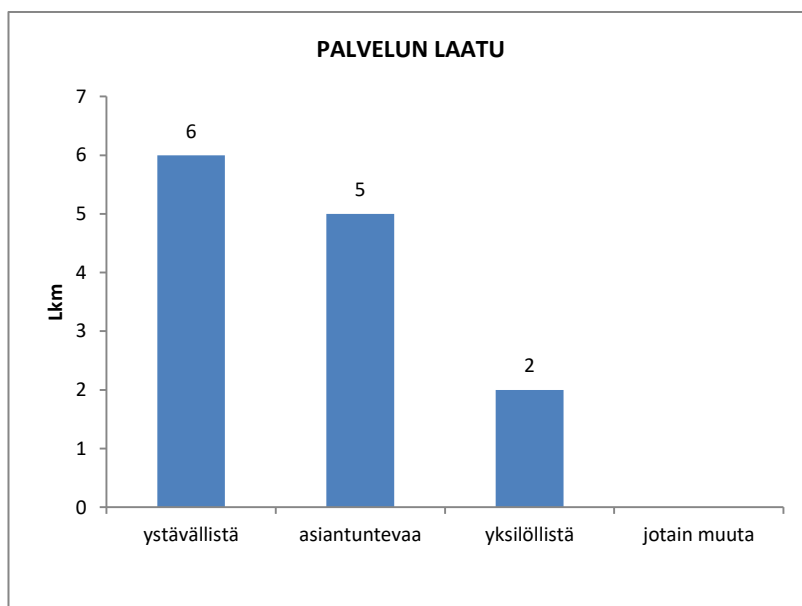
6.2.3 Kokemukset Torstai-Plakkarista

Taulukko 9. Omaisen kokemus Torstai-Plakkarin toiminnasta



Kyselylomakkeessa kysyttiin omaisen kokemuksesta Torstai-Plakkarin toiminnasta. Vastausvaihtoehtoina olivat hyvä, huono ja jotain muuta, mitä? Kahdeksan oli käyttänyt kyseistä palvelua, kuusi vastaajaa kertoi palvelun olleen hyvää. Yhdessä lomakkeessa oli lisähuomiona vielä, että ”omaisen palaa kotiin vireänä”. Yksi vastaaja oli kirjoittanut, että ”ei tiedä kokemuksesta, koska omaishoidettavalla on afasia”. (Taulukko 9)

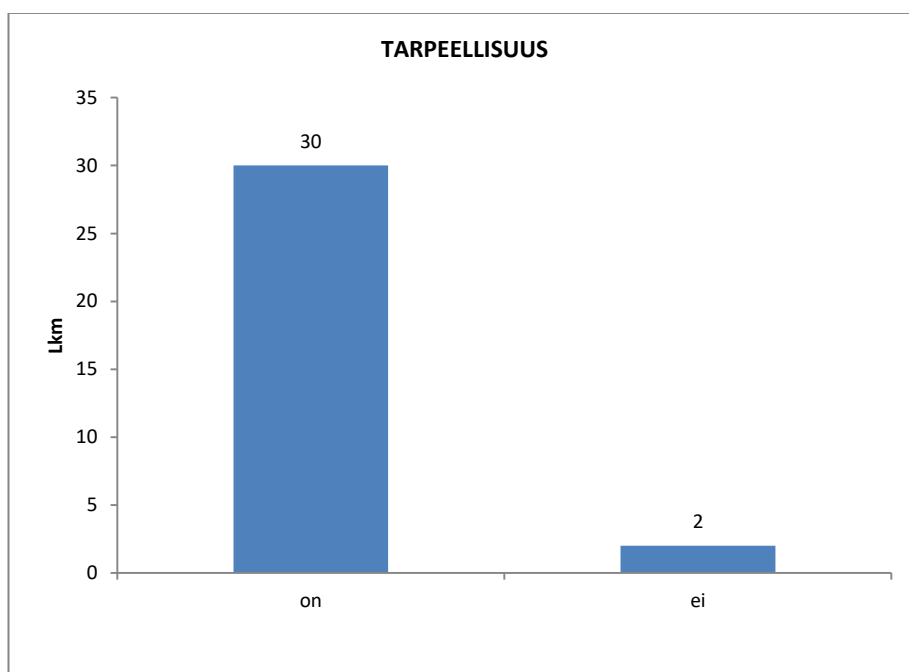
Taulukko 10. Työntekijöiden antaman palvelun laatu



Omaishoitajilta kysyttiin työntekijöiden antaman palvelun laadusta. Vastausvaihtoehdot olivat valmiina ja vastaaja voi halutessaan valikoida monta vaihtoehtoa. Työntekijöiden antama palvelu päivän aikana koettiin ystävälliseksi (n=6), asiantuntevaksi (n=5) ja yksilölliseksi (n=2). Kukaan ei ollut vastannut jotain muuta vaihtoehtoa – kohtaan. (Taulukko 10)

6.2.4 Torstai-Plakkarin tarpeellisuus

Taulukko 11. Torstai-Plakkarin tarpeellisuus



Torstai-Plakkarin koki tarpeelliseksi 30 vastaajaa ja kaksi ei tarpeelliseksi (Taulukko 11). Vaikka Torstai-Plakkaria oli käyttänyt vain kahdeksan, silti muutkin kokivat palvelun tarpeelliseksi. Vastaajista noin 36 prosenttia koki palvelun tarpeelliseksi, vaikka kaikki eivät olleet käyttäneet kyseistä palvelua.

6.2.5 Kehittämistoiveet ja avoimet mielipiteet

Kyselylomakkeen viimeinen kysymys oli avoin, jossa voi kertoa vapaasti kehittämistoiveita tai mielipiteitä Torstai-Plakkarista. Muutamassa lomakkeessa oli kirjoitettu jotain. Tässä suorat lainaukset kyselylomakkeiden vastauksista:

”Varmaan hyvä toiminta jos omaisen kunto sallii” (kyselylomake 16).

”Olemme lappilaisia” (kyselylomake 20).

”Isommat tilat olisivat tarpeen?! (kyselylomake 40)

”Hoidettava ei halua kodin ulkopuolelle, ongelma on siinä. Poika käy auttamassa tarvittaessa, välillä paljonkin. Palveluseteli auttaa, pesula- ja ruokapalvelussa. Torstai-Plakkar tuntuu hyvältä palvelulta. Vapaapäivien pito ei oikein onnistu. Omaishoitajille tarkoitetut infot ovat olleet hyviä. Myös kirjeitse ilmoitettu. (kyselylomake 52).”

”Ei ole koskaan oltu, kun ei ole tiedetty (kyselylomake 58).

”Henkilöt, jotka tapasimme, olivat naisia yhtä miestä lukuun ottamatta. Toivomus on, että mukana on myös useita miehiä, jotka ovat halukkaita juttelemaan ja vaikkapa laulemaan. Puutyö vaikutti kiinnostavalta. Ulkopuolisia henkilöitä avaamaan ja alustamaan keskusteluja, esim. Raumasta; historia, satama, teollisuus, koululaitokset ym. (kyselylomake 71).”

Kysyimme omaishoitajan taustakysymyksiä kyselylomakkeessa siitä syystä, että voisimme ristiintaulukoida tuloksia Tixel-ohjelman avulla ja saada mahdollisia syy-yhteyksiä miksi ja ketkä käyttävät esim. Torstai-Plakkaria. Tämän tutkimuksen tuloksista ei saatu selkeästi esille, käyttävätkö esim. Torstai-Plakkaria enemmän naiset tai miehet, kauemmin omaishoitajana toimineet henkilöt tai mitä omaishoidon tukea he käyttävät. Jos tällaista tietoa olisi tullut, olisi ikäkeskuksen toimijat voineet hyödyntää tietoa esim. Torstai-Plakkar toiminnasta tiedottaessa.

7 TORSTAI-PLAKKARIN TYÖNTEKIJÖIDEN HAASTATTELUIJEN TULOKSET

Haastattelimme kahta ikäkeskuksen päivätoiminnan työntekijää, jotka toimivat Torstai-Plakkarin vetäjinä. Molemmat henkilöt ovat toimineet päivätoiminnassa muutamia vuosia. Toinen heistä on koulutukseltaan artonomi ja toinen on kuntohoitaja. Haastattelutilanteessa molemmat vastasivat kysymyksiin lyhyesti ja ytimekkäästi. Haastattelimme molempia Torstai-Plakkarin työntekijöitä erikseen päivätoiminnan rauhallisessa tilassa ennen toiminnan alkua. Häiriötekijöitä ei tullut kummankaan haastattelun aikana. Toinen meistä opinnäytetyöntekijöistä haastatteli ja toinen kirjasi vastaukset ylös. Haastattelun jälkeen välittömästi kokosimme asiat yhteen epäselvyyksien välttämiseksi.

Kysyttäessä työntekijöiden kokemuksia Torstai-Plakkarin toiminnasta molemmat haastateltavat kertoivat, että Torstai-Plakkarin osallistujamäärä on ollut pieni. Toimintaan osallistuneet ovat olleet erityyppistä apua tarvitsevia henkilöitä. Osallistuvista henkilöistä ei ollut mitään tietoa etukäteen.

7.1 Toiminnan sisältö

Toiminnan vetäjät kertoivat Torstai-Plakkar toiminnassa olleen konsertteja, puutöitä, jumppaa, askartelua, leivontaa, laulua, pelejä ja paljon keskustelua. Toinen ohjaajista kertoi, että joskus päivän aihe mietitään etukäteen.

7.2 Tiedon saanti toiminnasta

Vetäjien mukaan osallistujat olivat saaneet tietoa Torstai-Plakkarista vertaistuen ryhmistä, omaishoitajilta ja puhelinringistä tuttavien kesken.

7.3 Etukäteistieto Torstai-Plakkariin osallistujasta

Kysyttäessä ohjaajilta ovatko he saaneet riittävästi tietoa osallistujista etukäteen, toinen ohjaaja ei kaivannut etukäteistietoa, kun taas toinen olisi kaivannut. Päivätoimin-

taan tuovat omaiset kertoivat päivän aikana tarvittavista tiedoista vaihtelevasti ja hoidettava saatettiin pikaisesti paikalle. Omaisten yhteystiedot koettiin tarpeelliseksi.

7.4 Palaute omaishoitajilta

Palaute omaishoitajilta on ollut hyvää. Erityistä kiitosta on tullut yhden asiakkaan puolesta sekä kiitollisuutta palvelusta.

7.5 Toiminnan kehittämisehdotuksia

Ohjaajilta kysyttiin Torstai-Plakkarin toiminnan kehittämisehdotuksia. Molemmilla haastateltavilla oli selkeitä mielipiteitä ja ehdotuksia toiminnan jatkoon.

7.5.1 Resurssit jatkossa?

Molempia haastateltavia mietitytti osallistujien pieni määrä. Torstai-Plakkariin osallistuvia varten olisi mielekästä toiminnan kannalta olla oma ryhmä, mutta ei ole mahdollista muutaman henkilön takia. Työntekijämäärän lisääminen olisi tuolloin tarpeen jos osallistujia tulisi lisää.

7.5.2 Torstai-Plakkarin maksuttomuus

Tällä hetkellä Torstai-Plakkar on osallistujalle maksuton. Nyt ongelmana on yhteinen kahviaika päivätoiminnan kanssa. Muut päivätoiminnan asiakkaat maksavat palvelusta, johon kuuluu kahvi sekä päiväruokailu. Torstai-Plakkarin asiakas maksaa itse päiväruokailunsa, jos haluaa osallistua siihen. Päiväruokailu on selkeästi eri tiloissa ja luo tauon toiminnalle. Aamupalaan, johon kuuluu mm. kahvi, tarjoillaan päivätoiminnan tiloissa ja tällä hetkellä Torstai-Plakkarin asiakkaille ei ole määritelty kahvin hintaa ja se ei kuulu maksuttomaan Torstai-Plakkarin toimintaan.

Haastatellut toiminnan vetäjät kokivat kyseisen tilanteen haastavana ja vaikeana toteuttaa oikeudenmukaisesti. Toinen ohjaajista toi esille voisiko Torstai-Plakkarista olla pieni nimellinen maksu, joka kattaisi kahvin. Haastatellut Torstai-Plakkarin vetäjät toivoivat jatkossa selkeitä sääntöjä tähän asiaan.

7.5.3 Torstai-Plakkarin suunnitelmallisuus

Torstai-Plakkarin suunnitelmallisuus myös mietitytti työntekijöitä. Muihin päivätoimintaryhmiin kuuluu erilaisia asioita ja palvelu on selkeää. Haastateltavat työntekijät pohtivat tarvittaisiinko jakoa, mihin ryhmään asiakas kuuluu. Torstai-Plakkarin osallistujat voisivat olla erillinen ryhmä, joka mahdollisesti selkeyttäisi palvelua sekä ohjaajan että asiakkaan kannalta.

7.5.4 Torstai-Plakkariin osallistujan tiedon katseluoikeus

Tällä hetkellä ohjaajilla ei ole oikeutta katsoa Torstai-Plakkariin osallistuvan tietoja Rauman kaupungin käyttämästä tietokannasta, joka auttaisi ohjaajia ongelmatilanteissa. Päivätoiminnan asiakkaista on oikeus katsoa osallistuvien tietoja vasta, kun asiakkaalle on tehty virallinen sopimus toimintaan osallistumisesta. Torstai-Plakkariin osallistujasta ei ole tehty virallista sopimusta lainkaan. Toinen haastatelluista ohjaajista kaipasi terveydellisten tietojen tarkistamista varsinkin ongelmatilanteissa.

7.6 Lisäkoulutuksen tarve

Torstai-Plakkarin toimintaan liittyvää lisäkoulutusta kumpikaan ohjaajista ei kokenut sitä tarvitsevana.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyössämme haettiin vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Torstai-Plakkarin toiminnan tarpeellisuus ja kokemukset sen käytöstä?
2. Miten aloitettua toimintaa voidaan kehittää?
3. Mitä omaishoitajat tietävät heille suunnatuista palveluista Raumalla?

Opinnäytetyömme jokaiseen tutkimuskysymykseen saimme vastauksia, joita kykenimme analysoimaan ja miettimään kehittämideoita. Epäonnistuimme viimeisessä tutkimuskysymyksessä, kun kysyimme omaishoitajilta mitä palveluita he olivat käyttäneet. Meidän oli tarkoitus kysyä, mistä palveluista heillä oli tietoa. Tutkimustulosten mukaan voimme nyt vaan todeta sen, mitä palveluita he ovat käyttäneet, ei sitä, mitä he tietävät.

Kotona pyritään pärjäämään mahdollisimman pitkään, vaikka kunto heikkenee. Omaishoitaja tarvitsee enemmän tukea ja tietoa palveluvastaavalta säännöllisesti. Kehusmaan mukaan omaishoitajaa tulee tukea oikea-aikaisesti ja seurata omaishoitajan jaksamista ja mahdollisia ongelmia. Tällä hetkellä Rauman omaishoidossa ei kyetä arvioimaan tuen tarvetta kuin kerran vuodessa, jos sitäkään. Kaikki omaishoitajat eivät ole aktiivisia ottamaan yhteyttä eivätkä pyydä apua. Palveluiden ja omaishoidon tarpeiden kohtaamiseen tarvitaan säännöllistä arviointia. Muuten kotona saattaa olla kaksi hoidettavaa. Pia Lindemanin opinnäytetyössä tuli omaishoitajilta toive säännöllisempiin tapaamisiin, esimerkiksi infopäivät tai kahvittelun merkeissä omaishoidon yksiköissä. Tutkimuksen mukaan seurantakäynnit voivat auttaa omaishoitajaa jaksamaan.

Tämän opinnäytetyön kyselyyn vastanneiden omaishoitajien keski-ikä oli 75 vuotta eli melko korkea. Vaikuttaako omaishoitajien korkea ikä Torstai-Plakkarin ja muiden palveluiden käyttöön? Ikä vaikuttaa hoitajan jaksamiseen, mitä sitten kun hoitaja itse sairastuu? Tämä sukupolvi on tyytynyt vähään eikä turhista valita.

Naiset toimivat omaishoitajina useammin, myös meidän opinnäytetyössämme kyselyyn vastaajista 67% oli naisia, miehiä 33%. Voi olla, että naiset vastaavat aktiivisemmin erilaisiin kyselyihin ja tutkimuksiin. Pohdimme, olisivatko tulokset erilaisia, jos opinnäytetyö olisi kohdistettu vain omaishoitajana toimiville miehille. Naisilla on

hoivavietti useammin. Hoidettavan sairauden edetessä avioliitto voi muuttua hoitosuhteeksi. Naiset elävät usein pidempään ja jaksavatkin ehkä hoitaa puolisoaan kauemmin. Omaishoitajuus muuttaa rooleja kotona ja ehkä naiset sopeutuvat paremmin hoivatakseen puolisoa?

Torstai-Plakkaria oli käyttänyt vastaajista vain kahdeksan. Suurin este osallistumiseen oli, ettei omaishoidettava halunnut. Omaishoitajaa tulisi rohkaista ja tukea enemmän käyttämään palveluja, kuten Takai ym. tutkimuksessaan toteavat. Palvelun tarpeen arvioinnissa tulisi enemmän tarjota ja tukea käyttämään palveluja, jotta omaishoitaja jaksaa kauemmin hoitaa. Vastustus on yleistä uutta, tuntematonta palvelua kohtaan. Omaishoitajaa voisi kannustaa kokeilemaan palvelua edes kerran, koska se ei sido mihinkään pitemmäksi aikaa.

Kokemukset Torstai-Plakkarin toiminnasta oli pelkästään hyvää. Työntekijöiden antaman palvelun laatu oli ystävällistä, asiantuntevaa ja yksilöllistä. Vastaajista 30 koki palvelun tarpeelliseksi, vaikka kaikki eivät palvelua olleet käyttäneetkään. 36 prosenttia vastaajista koki siis palvelun tarpeelliseksi. Myös haastatellut työntekijät kertoivat saaneensa hyvää palautetta. Erityistä kiitosta he olivat saaneet yhdeltä palvelun käyttäjältä.

Tiedotusta Torstai-Plakkarista tulee myös lisätä. Vastaajista 14 ei ollut palvelusta ollenkaan tietoa. Vastaajat kertoivat saaneensa palvelusta tietoa vertaistukiryhmästä, kotiin tulleesta tiedotteesta, omaishoitovastaavalta, päivätoiminnan vastaavalta, omaishoitajien infosta ja tämän opinnäytetyön saatekirjeestä. Työntekijät kertoivat haastattelussa, että osallistujat olivat saaneet tietoa vertaistuenryhmistä, toisilta omaishoitajilta ja ”puhelinringistä” tuttavien kesken. Muistimme mukaan Torstai-Plakkaria oli mainostettu lyhytaikaishoidon ja palvelutorin yhteydessä sekä paikallislehdessä. Omaishoitajien infotilaisuuksissa on myös palvelusta kerrottu. Kuitenkaan tiedotus ei ole tavoittanut kaikkia omaishoitajia. Miten saada tietoa palvelusta laajemmin omaishoitajille? Tällä hetkellä Torstai-Plakkar on kokeilussa vuoden loppuun. Käyttäjien vähyden vuoksi toimintaa tulee mainostaa aktiivisemmin, jotta toiminta jatkuisi.

Torstai-Plakkarin kehittämideoita saimme kyselyissä sekä haastatteluissa. Eräs vastaaja toivoi toimintaan mukaan enemmän miehiä. Toivottiin myös ulkopuolisia henkilöitä alustamaan keskusteluja, esimerkiksi Rauman historiasta, satamasta, teollisuudesta ja koululaitoksista. Lappilaisten huomiointia kaivattiin myös, välimatka osallistuakseen Torstai-Plakkariin on pitkä.

Haastatteluissa pohditutti Torstai-Plakkarilaisten kahvihetki. Tällä hetkellä kahvi ei kuulu Torstai-Plakkarin käyttäjille. Muulle päivätoiminnan ryhmälle kahvi kuuluu palvelun hintaan. Työntekijät kokivat tilanteen haastavana ja vaikeana toteuttaa oikeudenmukaisesti. Torstai-Plakkar on tällä hetkellä maksuton, kun taas päivätoiminnasta menee maksu.

Työntekijöiden haastatteluissa esille tuli myös, että toiminnan tulisi olla suunnitelmallisempaa ja ehkä Torstai-Plakkar toimisi omana ryhmänään. Tosin tällä hetkellä käyttäjämäärä on niin pieni, ettei omaa ryhmää voi toteuttaa. Ongelmatilanteissa helpottaisi, jos työntekijällä olisi oikeus katsoa Torstai-Plakkarin käyttäjän terveystietoja. Päivätoimintaan osallistuvalla tehdään virallinen sopimus toimintaan osallistumisesta, jossa sovitaan myös terveystietoihin kirjaamisesta. Torstai-Plakkariin osallistuvasta ei tehdä virallista sopimusta eikä näin ollen sovita muitakaan asioita samaan tapaan kuin päivätoiminnan asiakkaan kanssa.

Palveluiden käyttöön opinnäytetyömme mukaan ei vaikuttanut se, miten kauan on toiminut omaishoitajana tai miten omaishoidontuen vastaanotti, omaishoitajan sukupuolikaan ei vaikuttanut asiaan. Ristiintaulukointi Tixel-ohjelmalla ei tuottanut tähän asiaan tulosta. Omaishoidon tukea saa rahana sekä palvelusetelinä. Opinnäytetyömme mukaan omaishoitajat saivat omaishoidon tukea pelkästään rahana (33 vastaajaa), pelkästään palvelusetelinä (30 vastaajaa) ja rahana sekä seteleinä 20 vastaajaa. Kokemuksemme mukaan omaishoitajaa auttaa eniten kotiin tulevat palvelut joita he voivat ostaa palvelusetleillä. Elina Kela on todennut opinnäytetyössään saman asian. Raumalla omaishoidon palveluvastaavat suosittelevat mieluummin palvelusetelin käyttöä, koska rahallisesta korvauksesta menee veroa. Palvelusetleillä saa enemmän vastinetta jaksamiseen erilaisilla palveluilla.

Omaishoitajat kertoivat mitä palveluja he ovat käyttäneet. Eniten he olivat käyttäneet ateriapalvelua, pyykkipalvelua, lyhytaikaishoitoa eli intervallihoidoa ja vertaistukiryhmiä. Vastausten mukaan vähiten oli käytetty saunapalvelua, kauppapalvelua ja omaishoitajan terveystarkastuksia. Mietimme syitä miksei ole käytetty palveluita, jotka suoraan vaikuttavat omaishoitajan jaksamiseen ja hyvinvointiin kuten omaishoitajan terveystarkastukset, vapaapäivät ja päivätoiminta? Elina Kelan opinnäytetyön mukaan omaishoitajat toivoivat enemmän kotiin annettavia palveluita, henkistä tukea ja apua. Kysyttäessä muiden palveluiden käyttöä vain muutama kertoi käyttäneensä kotiin menevän sairaanhoitajan palveluja. Rauman ikäkeskuksella on tällä hetkellä yksi sairaanhoitaja, joka tarvittaessa hoitaa kotona omaishoidettavaa. Onko niin, ettei kaikista palvelumuodoista tiedetä ja tiedoteta? Maija Repola totesi tutkimuksessaan myös, että omaishoidon palveluvastaavan tuen ja yhteistyön lisääminen olisi tärkeää ja voisi lisätä erilaisten tukimuotojen käyttöä.

Omaishoitajan terveystarkastusta oli käyttänyt vain kuusi vastaajaa. Mietimme miksi. Päivi Ylisuvannon mukaan hyvinvointitapaamiset ovat tärkeitä ja niiden avulla omaishoitaja saa arvostusta ja tukea niiden kautta. Kelly Schumann on opinnäytetyössään tutkinut säännöllisten terveystarkastusten tarvetta. Hänen tutkimusten tulosten perusteella omaishoitajat toivovat työterveyshuollon tapaista säännöllistä palvelua. Kansallisen omaishoidon kehittämisohjelman mukaan tulee omaishoitajien terveystarkastuksia kehittää. Miten saada omaishoitajille suunnattuja terveystarkastuksia markkinoitua paremmin? Voisivatko muut ikäkeskuksen työntekijät auttaa palveluiden tarjoamisessa? Omaishoidon tuen arviointikäynnit/ yhteydenotot tulisi järjestää tarpeeksi usein, jotta kyettäisiin tarjoamaan oikeita palveluita oikeaan aikaan. Myös omaishoitajan pärjäämisestä kyseleminen lisäisi heille arvostuksen tunnetta. Hyvä palvelujen suunnittelu ja ajoitus on tärkeää ja ehkäisee omaishoitajan kuormittumista, kertoo Kelan omaishoitohankkeen ensimmäiset tulokset vuodelta 2014 (Juntunen & Salminen 2014, 74).

9 KEHITTÄMIS- JA JATKOTUTKIMUSEHDOTUKSET

Rauman kaupungin omaishoito toimii hyvin ja vertaillen muiden kuntien tarjontaa palveluista, Raumalla on melko paljon omaishoitajalle suunnattuja palveluja. Tämän opinnäytetyön pohjalta saimme monia ajatuksia miten omaishoitoa voisi edelleen kehittää ja parantaa yhteistyötä.

Torstai-Plakkarin toiminta koettiin hyväksi ja tarpeelliseksi, käyttäjät kokivat palvelun olleen ystävällistä, asiantuntevaa ja yksilöllistä. Monet omaishoitajat kertoivat palvelun käyttämättä jättämiselle suurimmaksi syyksi sen, ettei omaishoidettava halua. Kyselyn vastaukset eivät kerro, onko mielipide hoitajan vai hoidettavan. Auttaisiko Torstai-Plakkarista tehty esite valokuvineen saamaan positiivisempaa kuvaa toiminnasta? Esite voisi myös hälventää ennakkoluuloja palvelusta. Torstai-Plakkarista tehdyn esitteen voisi vaikka jakaa jo ensitapaamisella.

Merkittävää kyselyiden vastauksissa oli myös se, ettei Torstai-Plakkarista tiedetty. Tiedotusta Torstai-Plakkarista tulisi lisätä ja miettiä oikeita kanavia, jotka tavoittavat omaishoitajat. Torstai-Plakkarin esitettä voisi jakaa ja antaa kaikissa omaishoitajuu-teen liittyvissä tilanteissa. Jos yhteydenottoja omaishoitajiin lisätään, tulee myös mainostaa tätäkin palvelua enemmän suullisesti ja kirjallisesti.

Torstai-Plakkarin toiminnan suunnitelmallisuuteen ja sisältöön tuli ideoita sekä omaishoitajilta että työntekijöiltä. Työntekijät toivoivat toiminnan suunnitelmallisuutta, mahdollisesti selkeämpää eroa päivätoiminnan ryhmään. Mainonnan ja tiedottamisen avulla saataisiin lisää Torstai-Plakkariin käyttäjiä, jotta voitaisiin erottaa ryhmät toisistaan. Toinen ohjaajista sanoi, että joskus suunnitellaan etukäteen aihe päivän toimintaa varten. Omaishoitajilta tuli toive, että olisi esim. ulkopuolisia henkilöitä alustamassa päivää vaikka Rauman satamasta, kaupungista, koululaitoksista ym.

Torstai-Plakkarin toimintaan osallistuvasta ei tällä hetkellä tehdä virallista sopimusta, koska se on maksutonta palvelua. Näin ollen työntekijät eivät saa katsoa osallistujan terveys- tai käyntitietoja ongelmatilanteissakaan. Kuitenkin palvelun käyttäjät ovat monien palvelujen piirissä, esim. intervallihoido, kotihoito ja turvapuhelinpalvelu. Monista muista palveluista on kirjattu terveystietoihin, ja niistä saa hyvää tietoa mi-

ten asiakas pärjää kotona tai mitä toimintaan vaikuttavia terveydellisiä ongelmia asiakkaalla on. Tärkeää on myös se, miten asiakkaan kanssa muut tahot toimivat ja mitkä tilanteet mahdollisesti tuottavat ongelmia. Työntekijät ovat kuitenkin kaikista toimintaan osallistuvista vastuussa sen toiminnan ajan.

Torstai-Plakkarin työntekijät kokivat haasteelliseksi toiminnan maksuttomuuden, koska päivätoiminta on maksullista ja siihen kuuluu aamupala ja kahvi. Torstai-Plakkarin osallistujalle kahvi ei kuulu palveluun. Ehdotamme, että palvelusta voisi mennä pieni maksu, jolloin tehtäisiin myös osallistuvista virallinen sopimus, joka mahdollistaisi tietojen katsomisen. Toisaalta maksuttomuus on nyt ollut tietynlainen houkutin palvelun käyttämiselle. Toimintaa on kuitenkin käytännössä ollut vaikeaa toteuttaa tällä tavalla.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kehittää omaishoitajan jaksamista ja hyvinvointia. Omaishoitajien kyselyiden vastausten mukaan omaishoitajat olivat käyttäneet hyvin vähän omaishoitajan terveystarkastuksia, vapaapäiviä ja kotiin menevän sairaanhoitajan palveluja. Nämä kaikki edellä mainitut palvelut parantavat omaishoitajan jaksamista. Onko omaishoitajilla riittävästi tietoa näistä palveluista vai onko joku muu syy palveluiden käyttämättömyydelle? Tällä hetkellä omaishoitosopimuksen teon jälkeen seuraava yhteydenotto voi olla pitkänkin ajan päästä. Omaishoitajan tarpeet mahdollisesti muuttuvat nopeastikin ja tiedon määrä ensimmäisellä tapaamisella on suuri.

Kehittämisehdotuksena voisi olla se, että omaishoitajaan otettaisiin säännöllisesti yhteys esim. kahden kuukauden kuluttua. Keskusteltaisiin miten omaishoitajalla menee ja tarvitaanko palveluista enemmän tietoa, ehdotettaisiin tarvittaessa uutta kotikäyntiä tai Ikäkeskuksessa tapaamista tarpeen mukaan. Omaishoidon palveluvastaavilla on resurssit vähissä, yhteydenoton voisi jakaa muille Ikäkeskuksen toimijoille.

Opinnäytetyössämme käytettyjen lähteiden mukaan terveystarkastukset koettiin tarpeelliseksi ja ne nousivat monessa kohtaa esiin. Toivottiin työterveyshuollon kaltaista palvelua, sillä ovathan omaishoitajat tavallaan töissä omissa kodeissaan. Ehdotammekin, että omaishoitajan terveystarkastus voisi olla melko pian virallisen omaishoitosopimuksen alettua, kuitenkin vuoden sisällä. Omaishoitaja veisi tarkas-

tuksen ajaksi omaishoidettavan Torstai-Plakkariin. Myös vapaapäiviä käytettiin kyselyn mukaan vain vähän. Torstai-Plakkar ei vähennä omaishoitajalle kuuluvia vapaapäiviä. Tiedon puute voi olla tässäkin syynä.

LÄHTEET

Ahoniemi, T. & Flodström, E. 2014. Omaishoitajien kokemuksia jaksamisestaan ja saamastaan tuesta. AMK-opinnäytetyö. Tampereen ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014120518741>

Finlex 2005. Laki omaishoidon tuesta. 2.12.2005/937. Viitattu 16.5.2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050937>

Finlex 2012. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista. 28.12.2012/980. Viitattu 28.5.2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>

Helin, S. & von Bonsdorff, M. 2013. Palvelujärjestelmä terveyden, toimintakyvyn ja selviytymisen edistäjänä. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Juntunen, K. & Salminen, A-L. 2014. Mikä omaishoitajaa kuormittaa? Omaishoitajien jaksaminen ja tuen tarve COPE-indeksillä mitattuna. Nettiartikkelissa Tillman, P., Kalliomaa-Puha, L. & Mikkola, H. (toim.) Rakas mutta raskas työ. Kelan omaishoitohankkeen ensimmäisiä tuloksia. Viitattu 30.9.2016. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/144109>

Järnstedt, P., Kaivolainen, M., Laakso, T. & Salanko-Vuorela, M. 2009. Omaisen hoitajana. Helsinki: Kirjapaja.

Järvinen, T. & Omenainen, L. 2015. Omaishoitajien hyvinvointi: Lyhytaikaisjaksojen vaikutus omaishoitajien hyvinvointiin. AMK-opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201505076643>

Kananen, J. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Tampereen Yliopistopaino Oy.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kehusmaa, S. 2014. Hoidon menoja hillitsemässä. heikkokuntoisten kotona asuvien ikäihmisten palvelujen käyttö, omaishoito ja kuntoutus. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 131. Kelan tutkimusosasto. Helsinki 2014. Viitattu 8.8.2016. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/135650/Tutkimuksia131.pdf?sequence=4>

Kela, E. 2016. Palvelusetelien merkitys omaishoitajana jaksamiseen. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201604234887>

Kunnat.net. Rauman kaupungin ikääntymispoliittinen strategia ja palvelurakenteen kehittämishohjelma vuoteen 2012. Viitattu 4.6.2016. http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/sosiaalipalvelut/ikaantyneet/ikaantymispoliittiset-strategiat/Documents/0085_rauma.pdf

Lehtisalo, S. 2015. Rauman kaupungin omaishoidon tukipalveluiden asiakaslähtöinen kehittämisarviointi. Ylempi AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 25.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2015092214779>

Lindeman, T. 2016. Omaishoidon ensikäynnin asiakaskokemus. Ylempi AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.10.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201603213394>

Malmi, M. & Nissi-Onnela, S. Omaishoitajan ja omaishoitoperheen tuen tarpeet. Teoksessa Kaivolainen, M., Kotiranta, T., Mäkinen, E., Pruhonen, M. & Salankovuorela, M. (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. 2011. Helsinki: Duodecim.

Mattila, Y. 2015. Omaishoidon toteutus kunnan työntekijöiden näkökulmasta. Gerontologia 3, 181-196.

Mckie, A. Ethics in healthcare research. Teoksessa Taylor, R. (toim.) The essentials of nursing and healthcare research. 2014. London: SAGE Publications Ltd.

Mikkola, T. & Vatto, S. Päivätoiminta ikääntyvien kotona selviytymisen ja kotihoiton tukena. AMK-opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014111715812>

Messala, S. 2015. Omaishoitajien jaksaminen ja heidän tukemisensa Petäjäveden kunnassa. AMK-opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.4.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201504204551>

Muistiliitto. Omaishoitajuus. Viitattu 17.6.2016. <http://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/koko-perheen-sairaus/omaishoitajuus/>

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Tammi.

Nissi-Onnela, S. & Kaivolainen, M. Omaishoitajuus liittyy yhteen monia rooleja. Teoksessa Kaivolainen, M., Kotiranta, T., Mäkinen, E., Pruhonen, M. & Salankovuorela, M. (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. 2011. Helsinki: Duodecim.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2009. Kehittämistyön menetelmät. Uudella osaamisella liiketoimintaan. Helsinki: WSOYpro.

Omaishoitajat ja läheiset ry. Minäkö omaishoitaja? Ensiopas omaishoitajuudesta. 2015. Viitattu 23.5.2016. http://www.omaishoitajat.fi/sites/omaishoitaja.asiakas.fi/files/Ensiopas_netiversio_0.pdf

Rauman kaupungin www-sivut. 2016a. Ikäihmisten palveluopas. Viitattu 4.6.2016. http://www.rauma.fi/sites/default/files/atoms/files/ikaihmissen_palveluopas_2016_2.pdf

Rauman kaupungin www-sivut. 2016b. Omaishoitajien palveluopas. Viitattu 1.6.2016. http://www.rauma.fi/sites/default/files/atoms/files/omaishoitajien_palveluopas_2016_0.pdf

Rauman kaupungin www-sivut. 2016c. Kotihoidon, omaishoidon ja henkilökohtaisen avun palveluseteli. Viitattu 16.8.2016. <http://www.rauma.fi/palvelut/kotihoidon-omaishoidon-ja-henkilokohtaisen-avun-palveluseteli>

Repola, M. 2016. Omaishoitajien tukimuotojen kehittämisen lähtökohdat. Ylempi AMK- opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201504204551>

Rinne, H. 2010. Rauman seudun omaishoitajien tiedon tarve. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 22.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2010122118804>

Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen M. 2010. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

Schumann, K. 2016. Säännöllisten terveystarkastusten tarve omaishoitajien jaksamisen tukemiseen. AMK-opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015. Kuntainfo: Omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastusten toteuttaminen. Viitattu 18.8.2016. http://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/genomforande-av-undersokningar-av-narstaende-och-valmaende-och-halsa

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2014. Kansallisen omaishoidon kehittämisohjelma. Työryhmän loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2014:2. Viitattu 10.6.2016. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116146/URN_ISBN_978-952-00-3483-2.pdf?sequence=1

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2014. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. Viitattu 17.8.2016. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70280/URN_ISBN_978-952-00-3467-2.pdf?sequence=1

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Viitattu 17.8.2016. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/73379/Julk_2008_3_ikaihmisset_verkko.pdf?sequence=1

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2006. Sosiaalihuolto Suomessa. Viitattu 17.8.2016. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70027/Es200611.pdf?sequence=1>

Takai, Y., Yamamoto-Mitani, N., Okamoto, Y., Fukahori, H., Ko, A. & Tanaka, M. 2013. Family caregiver strategies to encourage older relatives with dementia to use social services. Viitattu 8.8.2016. Saatavissa: <https://web-a-ebSCOhost-com.lillukka.samk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=e17d1f9a-d0d2-4775-aeae-d9b95a05d818%40sessionmgr4008&hid=4107>

Taylor, R. & Martindale, S. Teoksessa Taylor, R. (toim.) The essentials of nursing and healthcare research. 2014. London: SAGE Publications Ltd.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Viitanen, J. 2016. Omaishoidon monet kasvot. Lähellä-lehti 2,8-9. Viitattu 4.6.2016. <http://www.digipaper.fi/lahella/128724/>

Vilkkä, H. Tutki ja kehitä. 2015. Jyväskylä : PS-Kustannus.

Ylisuvanto, P. 2016. Omaishoitajan hyvinvointitapaaminen Oulunkaaren kuntayhtymässä. Ylempi AMK-opinnäytetyö. Lapin ammattikorkeakoulu. Viitattu 22.5.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2016053111051>

Tekijä/vuosi/nimi	Tutkimuksen tarkoitus	Aineiston keruu	Keskeiset tulokset
Kela Elina 2016. Palvelusetelin merkitys omaishoitajana jaksamiseen. Satakunnan ammattikorkeakoulu, vanhustyö.	Tarkoituksena oli selvittää omaishoitajien kokemuksia palveluseleiden käyttämisestä, palveluseleilyrittäjien toiminnasta ja palvelusetelin käytön tuomista vaikutuksista omaishoitajana jaksamiseen.	Kvalitatiivinen tutkimus. Kyselylomake lähetettiin yli 65-vuotiaiden omaishoitajille (n=37), jotka käyttivät palveluseleitä osittain tai kokonaan. Vastausprosentti oli 86,5.	Omaishoitajat olivat tyytyväisiä ostamiensa palveluiden tuottajiin. Palvelusetelit olivat auttaneet omaishoitajia jaksamaan paremmin. Omaishoitajat toivoivat enemmän kotiin annettavia palveluja, henkistä tukea, apua ja kuuntelijaa.
Lindeman, Taina 2016. Omaishoidon ensikäynnin asiakaskokemus. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Kuntoutus (YAMK) koulutusohjelma.	Tarkoituksena oli selvittää omaishoidon ensikäyntiin liittyä asiakaskokemus Kouvolassa. Haluttiin saada tietoa uusien omaishoitajien jaksamisesta, tuen tarpeista ja kehittämisehdotuksista.	Kehittävä työn tutkimus. Kysely lähetettiin uusille omaishoitajille, joiden sopimus oli tehty tammi-kuuhuu 2015-kuuhuu 2015 välisenä aikana (n=91). Vastausprosentiksi tuli noin 53,8.	Suurin osa omaishoitajista oli tyytyväisiä kotikäyntiin, palveluohjaajaan ja saadun tiedon määrään. Kyselyssä tuli toive säännöllisemmistä tapaamisista. Omaishoitajat toivoivat myös tietoa heille suunnatusta kuntoutuksesta sekä jaksamista tukevista palveluista.

<p>Repola Maija 2016. Omaishoitajien tukimuotojen kehittämisen lähtökohdat. Laurea-ammattikorkeakoulu, terveyden edistämisen koulutusohjelma. (YAMK)</p>	<p>Tarkoituksena oli tuottaa omaishoitajien tukimuotojen kehittämissuunnitelma kehittämistyöhön Lohjalla.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimus. Teemahaastattelu ja Delfoi-menetelmä. Teemahaastateltiin neljää omaishoitajaa ja 11 asiantuntijaa Lohjan kunnan työntekijöistä.</p>	<p>Tukimuotojen tulisi olla monipuolisempia ja houkuttelevampia, jotta saataisiin enemmän käyttäjiä. Kehittämissuunnitelman lähtökohdiksi tulivat: käyttäjäryhmän laajentaminen, tukimuotojen käytön mahdollistaminen, tukimuotojen käyttöä tukevat toiminnot ja yhteistyö.</p>
<p>Schumann Kelly 2016. Säännöllisten terveystarkastusten tarve omaishoitajien jaksamisen tukemiseen. Laurea-ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma.</p>	<p>Tavoitteena selvittää omaishoitajien tarvetta säännöllisille terveystarkastuksille Hiidenseudulla.</p>	<p>Kvantitatiivinen ja kvalitatiivinen tutkimus, puolistrukturoitu kyselylomake lähetettiin Hiidenseudun omaishoitajille (n=70). Vastausprosentti oli 35.</p>	<p>Omaishoitajat kokivat säännöllisten terveystarkastusten olevan heille tarpeellisia. Jatkotutkimuksena voisi terveystarkastuskartoituksen lähettää sähköisenä tai lomakkeena. Terveystarkastukset voisivat jatkossa kohdentua myös niille omaishoitajille, jotka eivät saa omaishoidon tukea.</p>
<p>Ylisuvanto Päivi 2016. Omaishoitajien hyvinvointitapaaminen Oulunkaaren kuntayhtymässä. Lapin ammattikorkeakoulu, Terveyden edistämisen (YAMK).</p>	<p>Tavoitteena kehittää opas kuntayhtymän työntekijälle hyvinvointitapaamisia varten sekä haastattelulomake omaishoitajaa varten.</p>	<p>Projektityö.</p>	<p>Omaishoitajat ovat kokeneet hyvinvointitapaamiset tärkeiksi, heitä tuetaan ja arvostetaan. Työntekijät ovat kokeneet oppaan toimivaksi ja tarkoituksenmukaiseksi.</p>

<p>Järvinen Tiina ja Omenainen Leena 2015</p> <p>Omaishoitajien hyvinvointi: Lyhytaikaisjaksojen vaikutus omaishoitajien hyvinvointiin. Seinäjoen AMK, vanhustyö.</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää lyhytaikaishoitojaksojen vaikutusta omaishoitajien hyvinvointiin. Tarkoituksena kehittää lyhytaikaishoitojaksoja paremmin omaishoitajia palvelevaksi.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimus. Teemahaastatteltiin 8 omaishoitajaa.</p>	<p>Omaishoitajilla on tarve vuorovaikutukseen ja tiedonsaantiin. Lyhytaikaishoitopaikkojen henkilökunnalta odotettiin tasa-vertaista ja arvostavaa kohtaamista ja tiedonsaantia. Jatkossa lyhytaikaishoitojaksojen yksilöllinen sisällön suunnittelu ja tavoitteellisuus, joka vaikuttaa oleellisesti myös omaishoitajan hyvinvointiin ja jaksamiseen.</p>
<p>Lehtisalo Silja 2015</p> <p>Rauman Kaupungin omaishoidon tukipalveluiden asiakaslähtöinen kehittämisarviointi. Satakunnan AMK, terveyden edistäminen (YAMK).</p>	<p>Tarkoituksena oli toteuttaa omaishoidon tukipalveluiden käyttäjälähtöinen kehittämisarviointi.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimus. Teemahaastattelu, 10 omaishoitajaa. Lisäksi työyhteisöpajan vetäjien kanssa tehty yhteistyö arviointikysymysten laatimisessa.</p>	<p>Tukipalvelut koettiin hyvin toimiviksi. Kehittämistarpeita toivottiin seurantaan, palveluohjauksen jatkuvuuteen ja palveluiden tiedottamiseen. Omaishoitajien odotukset omaishoidon sisältöihin eivät vastanneet todellisuutta ja omaishoitajat kaipaivat enemmän vaihtoehtoja läheistensä hoitoon.</p>

<p>Messala Soile 2015 Omaishoitajien jak- saminen ja heidän tu- kemisensa Petäjäve- den kunnassa. Jyväskylän AMK, hoitotyö.</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää omaishoitajien jaksamista ja kuinka heitä voidaan tukea. Tarkoituksena tuottaa tietoa, jota voidaan hyödyntää omaishoidon palvelujen kehittämisessä ja mahdollisesti laajentamisessa.</p>	<p>Kvantitatiivinen kyselytutkimus. Kohdejoukkona kaikki Petäjäveden omaishoitajat (n=33). Vastausprosentti oli 67.</p>	<p>Toivottiin lisää rahallista korvausta, yhteisiä retkiä omaishoitajalle ja hoidettavalle sekä omaishoitajille, jolloin hoidettava olisi tilapäishoidossa. Toivottiin myös siivousapua ja fysioterapiaa ja enemmän vapaa-aikaa omaishoitajalle. Jatkossa voitaisiin selvittää, miten kuntien työntekijät voisivat paremmin informoida omaishoitajia palveluista ja tukitoimista.</p>
<p>Ahoniemi Tiina ja Flodström Elina 2014 Omaishoitajien kokemuksia jaksamisesta ja saamistaan tuesta. Tampereen AMK, hoitotyö.</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää omaishoitajien kokemuksia jaksamisesta ja heidän saamistaan tuesta. Tarkoituksena oli selvittää mitä tarkoittaa omaishoito, millaista tukea omaishoitajat saavat ja miten he kokevat jaksamisensa.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimus. Teemahaastateltiin neljää omaishoitajaa.</p>	<p>Omaishoito on tarpeellinen, mutta voimia vievää. Ilman tukitoimia ei pärjää. Henkinen rasittavuus koettiin vaativampana. Jatkotutkimuksena voisi selvittää hoidettavien kokemuksia omaishoidosta ja omaishoitajien kokemuksia jaksamisestaan.</p>

<p>Kehusmaa Sari 2014</p> <p>Hoidon menoja hillitsemässä. heikkokuntoisten kotona asuvien ikäihmisten palvelujen käyttö, omaishoito ja kuntoutus. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia.</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää mitkä tekijät olivat yhteydessä ikäihmisten palvelujen käyttöön ja menoihin.</p>	<p>Aineisto kerättiin Kelan ikääntyneiden kuntoutuksen vaikutavuustutkimuksen (IKÄ-hanke 2002-2007) yhteydessä ja sitä täydennettiin THL:n Hoitoilmoitusrekisterin tiedoilla terveyspalvelujen käytöstä ja Kelan etuusrekisterien tiedoilla.</p>	<p>Omaishoito laskee merkittävästi hoidon menoja. terveyspalvelujen käyttöä ja menoja on mahdollista vähentää panostamalla vanhusten sosiaalipalveluihin. Työnjakoa vanhus-ten pitkäaikaishoidon ja terveydenhuollon välillä tulee tarkastella uudelleen.</p>
<p>Mikkola Tarja & Vatto Sari 2014.</p> <p>Päivätoiminta ikääntyvien kotona selviytymisen ja kotihoidon tukena. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu, vanhustyö.</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää päiväkeskusten nykytilaa ja miten päivätoiminta tukee kotihoitoa sekä päiväkeskusasiakasta.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimus, teemahaastattelu. Ryhmähaastatteltiin 19 päiväkeskusasiakasta, 4-6 henkilön ryhmissä. Sekä lähetettiin sähköpostilla kysely 4 kotihoidon tiimivastaavalle.</p>	<p>Päivätoiminnan positiivinen vaikutus sosiaalisiin suhteisiin. Viriketoiminta ja liikunta koettiin asiakkaan kotona selviytymistä parantavaksi tekijäksi. Tiimivastaavien mielestä päivätoiminta koettiin tiimivastaavien mielestä kotihoitoa tukevaksi. Yhteistyö eri toimijoiden kesken koettiin myös tärkeäksi.</p>

<p>Takai Yukari, Yamamoto-Mitani Noriko, Okamoto Yuko, Fukahori Hiroki, Ko Ayako & Tanaka Makoto 2013. Family caregiver strategies to encourage older relatives with dementia to use social services. University of Tokyo, Japan. Division of Health Sciences and Nursing, Graduate school of Medicine.</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää strategioita, joita japanilaiset omaishoitajat käyttävät rohkaistakseen dementia sairastavaa sukulaisiaan käyttämään päivätoimintaa ja saadaakseen itse hengähdystaukoja.</p>	<p>Laadullinen tutkimus. Haastateltiin 16 dementiaa sairastavan omaishoitajaa puolistrukturoidun kyselylomakkeen avulla.</p>	<p>Hoitajien tulisi arvioida omaishoitajien yrityksiä rohkaista käyttämään palveluja ja tarjota heille riittävästi apua heidän tarpeidensa mukaan.</p>
<p>Rinne Heidi 2010 Rauman Seudun omaishoitajien tiedon tarve. Satakunnan AMK, hoitotyö.</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää tietävätkö omaishoitajat tarpeeksi omaishoitoa koskevista asioista ja mistä he toivoisivat lisätietoa. Tavoitteena oli tuottaa tietoa, jota voisi hyödyntää Soteekin palveluissa ja mahdollisesti sen laajentamisessa.</p>	<p>Kvantitatiivinen kyselytutkimus. Kysely lähetettiin Rauman seudun yli 65v. omaishoitajille (n=165). Vastausprosentti oli 48.</p>	<p>Omaishoitajat halusivat lisää tietoa sos. ja terveydenhuollon palveluista ja oman hyvinvoinnin ja jaksamisen ylläpitämisestä. Jatkotutkimuksena tulisi selvittää omaishoitajien vapaapäivien pitämättömyyden syitä ja työntekijöiden parempi informointi omaishoitajien palveluista ja tukitoimista.</p>

RAUMAN KAUPUNKI
Sosiaali- ja terveysvirasto
vs. sosiaali- ja terveysjohtaja

PÄÄTÖSPÖYTÄKIRJA
23.2.2016

19/2016

Muut asiat
/0//0

Opinnäyte-/tutkimuslupahakemus

Tutkimuslupa myönnetään seuraavin ehdoin:

- tutkija sitoutuu tietojen käsittelyssä ja suojaamisessa noudattamaan henkilötietolain määräyksiä
- tutkimuksessa mahdollisesti syntyvät yksittäisten henkilöiden tietoja koskevat tutkimusrekisterit hävitetään tai arkistoidaan henkilötietolaissa edellytetyllä tavalla
- tutkimusraportista ei ole yksilöitävissä tutkimuksen piiriin tai otantaan kuulunutta henkilöä
- mahdollisesti tarvittaessa suostumusasiakirjassa tulee ilmetä ao henkilön lupa käyttää häntä koskevia tietoja, tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus ja henkilöiden mahdollisuus keskeyttää osallistuminen tutkimukseen heti niin halutessa.


Opinnäytetyö/tutkimus:
Torstai-Plakkarin kehittämistyö, kysely omaishoitajille ja vetäjille

Hakija: Päivi Raitanen
Pihapolku 4
26410 Kaaro

Päätös Hyväksyn tutkimuslupa-anomuksen.

Liitteet Hakemus

Päätöksen
allekirjoitus


Anita Mattila
vs. sosiaali- ja terveysjohtaja

Pöytäkirja nähtävillä 2.3.2016

Tiedoksi Hakija, yhteyshenkilö

Tiedoksianto
asianosaiselle

Tämä päätös on
[x] lähetetty tiedoksi mainituille

Tämä päätös on
[] annettu tiedoksi mainituille

Päiväys 23.2.2016

Tiedoksiantaja

Terttu Grönvall

Otto-oikeus

Päätös voidaan panna täytäntöön, ellei siihen käytetä kuntalain mukaista otto-oikeutta.

Oikaisuvaatimus-
ohjeet

Saatekirje omaishoitajille

Hyvä omaishoitaja!

Rauman Kaupungin Ikäkeskus haluaa olla mukana kartoittamassa Teidän omaishoitajien jaksamista ja hyvinvointia. Teette hyvin arvokasta työtä ja haluamme kysyä Teidän mielipidettä omaishoitajille suunnatuista palveluista ja marraskuussa 2015 aloitetusta maksuttomasta Torstai-Plakkarista.

Opiskelemme Satakunnan Ammattikorkeakoulussa Geronomiksi, joka on vanhus-työn ammattitutkinto ja tämä kysely on osa meidän opinnäytetyömme. Vastausten perusteella Rauman Kaupungin Ikäkeskus voi kehittää omaishoitopalveluja.

Lähetämme Teille ohessa kyselylomakkeen, jonka pyydämme ystävällisesti palauttamaan oheisessa palautuskuoressa. Palautuskuoren postimaksu on maksettu puolestanne. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti, eli henkilötietonne tai yksittäiset vastaukset eivät tule esiin missään vaiheessa tutkimuksen aikana. Kyselylomakkeet hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Pyydämme Teitä ystävällisesti vastaamaan kyselyyn...mennessä. Jokainen palautunut kyselylomake on tärkeä tutkimuksellemme ja auttaa omaishoidon kehittämistyössä. Kyselyyn vastaaminen on kuitenkin vapaaehtoista ja vastaaminen ei sido Teitä mihinkään.

Ystävällisin terveisin,

Päivi Raitanen
sairaanhoitaja, geronomiopiskelija
puh. 0440 959499

Krista Nurmi
lähihoitaja, geronomiopiskelija
puh. 050 5433584

Kysely omaishoitajille

Omaishoitajan taustatiedot:

1. Ikä _____ vuotta

2. Sukupuoli
 - Mies
 - Nainen

3. Kuinka kauan olette toimineet omaishoitajana?
 - alle 2 vuotta
 - 2-5 vuotta
 - yli 5 vuotta

4. Saatteko omaishoitotukenne
 - kokonaan rahana
 - kokonaan palveluseleinä
 - sekä rahana että palveluseleinä

5. Mitä palveluja olette käyttäneet viimeksi kuluneen puolen vuoden aikana?
 - Ateriapalvelu
 - Turvaphelinpalvelu
 - Kauppapalvelu
 - Pyykkipalvelu
 - Saunapalvelu
 - Päivätoiminta
 - Lyhytaikaishoito
 - 3 vapaapäivää/kk omaishoitajalle

6. Oletteko osallistuneet muuhun omaishoitajille suunnattuun toimintaan Raumalla?
 - Ei
 - Kyllä, mihin? _____

7. Onko omaisesi osallistunut maksuttomaan Torstai-Plakkarin toimintaan torstaisin klo 8.30-15.30 välisenä aikana?

- on
- ei

8. Jos vastasitte ei, niin miksi?

- ei ole ollut tietoa toiminnasta
- huono ajankohta
- kuljetusongelma
- omainen ei halua
- muu syy, mikä? _____

Jos olette osallistuneet Torstai-Plakkarin toimintaan, niin vastatkaa ystävällisesti seuraaviin kysymyksiin:

9. Mistä saitte tietoa Torstai-Plakkarin toiminnasta? _____

10. Omaisesi kokemus Torstai-Plakkarista?

- hyvä
- huono
- ei osaa sanoa

11. Työntekijöiden antama palvelu päivän aikana oli

- ystävällistä
- asiantuntevaa
- yksilöllistä
- jotain muuta, mitä? _____

12. Onko Torstai-Plakkar tarpeellinen toimintamuoto?

- on
- ei

13. Onko teillä kehittämistoiveita Torstai-Plakkarin parantamiseen? Voitte kirjoittaa mielipiteenne paperin toiselle puolelle....

KIITOS VASTAUKSISTANNE!!!

Haastattelukysymykset toiminnan vetäjille

1. Kuinka kauan olet toiminut päivätoiminnassa?
2. Mikä koulutus sinulla on?
3. Millainen kokemus sinulla on Torstai-Plakkarin toiminnasta? Mitä eroa muihin ryhmiin?
4. Mitä ohjelmaa torstai päivissä on ollut?
5. Millainen kokemus sinulla on, mistä osallistujat ovat saaneet tietoa Torstai-Plakkarista?
6. Oletko saanut etukäteen riittävästi tietoa Torstai-Plakkariin osallistujasta?
7. Millaista palautetta omaishoitajilta on tullut toiminnasta?
8. Onko sinulla kehittämis ehdotuksia toiminnan jatkoon?