

Mielenterveys- ja päihdeosasto E7

Potilaskansio



Hei!

Olemme tehneet sinulle potilaskansion, jonka avulla haluamme helpottaa sopeutumistasi osastolle ja tuoda sinulle tietoa osastosta, sen käytänteistä ja sairaalaympäristöstä. Kansion lopussa on muutamia hyödyllisiä internetosoitteita, joita sinä ja läheisesi voitte hyödyntää omahoidon tukena.

Jos sinulle herää kysymyksiä kansioon tai hoitoosi liittyen pyydä hoitajia keskustelemaan kanssasi. Osastohoito voi olla hämmentävä kokemus ja toivomme että olet avoin tuntemuksistasi ja toiveistasi hoitoon liittyen.

Osasto E7:n esittely

Psykiatristen ja päihdepotilaiden osastohoito toteutetaan Kainuun keskussairaалassa mielenterveys- ja päihdeosastolla, joka sijaitsee Kainuun keskussairaalan seitsemännessä kerroksessa. Osastoon kuuluu kolme erillistä solua: A-akuutti, B-kuntoutus ja C-vaativa kuntoutus. Osastoilla on yhteensä 30 potilaspaikkaa.

Saapuessasi osastolle sinulle nimetään 1–3 omahoitajaa, heillä on tärkeä rooli hoitosi suunnittelussa, hoitoosi liittyvien asioiden informoinnista muille tapauskohtaisen työryhmän jäsenille, hoitokokousten järjestämisessä sekä heidän kanssaan käyt omahoitajakeskusteluita osastohoitosi aikana. Osastolle saapuessasi lääkäri pyrkii tapamaan sinut mahdollisimman pian. Osaston lääkäri on paikalla arkisin ma-to, muina aikoina voimme konsultoida päivystävää lääkäriä.

Osaston toiminta perustuu hoitokokoustyöskentelyyn, johon osallistuvat potilas, hänen perheensä sekä tapauskohtaiset avohoidon ja osaston työntekijät. Hoitokokouksissa suunnitellaan yksilöllisesti potilaan ja hänen lähiverkostonsa kanssa tarpeenmukainen psykiatrinen hoito ja tuki, jonka toteuttamista jatkaa sama tapauskohtainen työryhmä osastohoidon jälkeen.

Osastolla on potilaiden käytettävissä pyykinpesukoneet ja kuivausrumpu, jotka mahdollistavat omien vaatteiden käytön osastolla. Potilas huoneissa on oma vessa, suihku ja tv. Osastolla on myös mahdollista saunoa. Seitsemännessä kerroksessa on kuntoutuskatu, joka on yhteinen yleislääketieteenosaston kanssa. Sieltä on mahdollista potilasrannekkeella/kelakortilla lainata tablettitietokoneita, kuntoilla tai viettää aikaa parvekkeella. Sairaалassa on myös 3. kerroksessa potilaskäyttöön suunniteltu kuntosali ja iWall liikuntapeliseinä. Syksyllä 2022 sairaalan ympäristöön on valmistunut monin tavoin hyödynnettävä esteetön terveyst metsä, jossa on laavu ja nuotiopaikka.

Osaston päivärytmi

Aamupala: 8–8:30

Aamuryhmä: 9:00 (vain B- ja C-soluissa)

Lounas: 12:00

Päiväkahvit: 14:00

Iltapala: 19:30

Hiljaisuus: 22:00-06:00

Henkilökunta

Osastolla työskentelee lääkäreitä, sairaanhoitajia, lähihoitajia, mielenterveyshoitajia, toiminnallisen kuntoutuksen ohjaaja, laitoshuoltajia ja sosiaaliohjaaja. Tapauskohtaiseen työryhmään kuuluu myös ravitsemusterapeutti, fysioterapeutti, sekä avohoidon palveluiden työntekijät. Potilailla on mahdollisuus tarvittaessa tavata sairaalapastoria.

Ryhmät

Osastohoitoon kuuluu erilaiset ryhmät. Aamuisin kokoonnutaan yhteiseen aamuryhmään (B ja C – soluissa), jossa käydään läpi päivän ohjelmaa, aikatauluja sekä päivänlehti. Arkisin osastolla on toiminnallisen kuntoutuksen ryhmät, joissa voidaan muun muassa ulkoilla, laittaa ruokaa tai käydä asioilla. Osaston viikko-ohjelma löytyy käytävällä olevasta ilmoitustaululta, jossa myös ryhmien aikataulut.

Osastohoidon aikana voi omien voimavarojen ja hoitosuunnitelman mukaan osallistua myös ryhmätalon toimintaan ja siellä järjestettäviin ryhmiin. Lisätietoja ryhmätalosta saat hoitajilta.

Kahvila

Omaiset voivat ruokailla sairaalan alueella olevassa kahvila Tähdessä tai Lounasravintolassa Koivussa.

Kahvila Tähti sijaitsee sairaalan pääaulassa, kahvila on arkisin auki 8:00-15:30. Kahvilasta voi ostaa aamupuuron (8-10:00) ja keittolounaan (10:30-13:30).

Lounasravintola koivu sijaitsee sairaalan 4. kerroksessa ja lounas on tarjolla arkisin 10:30-13:30.

Osaston käytänteet:

- Osastolla käytäydytään hyvien tapojen mukaisesti, toiset huomioon ottaen ja kunnioittaen toisten koskemattomuutta. Toisille puhutaan asiallisesti ketään loukkaamatta.
- Ulkopuolisille ei saa puhua toisista potilaista eikä heidän hoitoonsa liittyvistä asioista.
- Omien lääkkeiden tai päihteiden tuominen osastolle ei ole sallittua.
- Päihtyneenä tuleminen osastolle ei ole suotavaa. Mikäli olet vapaaehtoisessa hoidossa, päihtyneenä tuleminen osastolle voi johtaa uloskirjoitukseen.
- Henkilökunnalla on oikeus tarkastaa (Mielenterveyslaki, 4a 22§) hoitoon määrätty potilas sekä hänen tavaransa, jos herää epäily siitä, että kyseisellä henkilöllä on mukanaan esimerkiksi päihteitä, aseita tai teräaseita.
 - Osaston viikko-ohjelma on osaston käytävällä. Siitä näet mm. ruokailujen ja eri ryhmien ajankohdat. Ryhmiin osallistuminen on osa osastohoitoa. Aamuryhmissä tiedotetaan tarkemmin päivän muista ryhmistä ja tapahtumista.
 - Lomille lähtemisestä, vapaakuluista ja asioinneista sovitaan hoitokokouksissa yhdessä lääkärin kanssa tai omahoitajakeskusteluissa.
 - Osaston ulkopuolelle voi poistua lähtökohtaisesti vasta aamuryhmän jälkeen. Poikkeavista lähtemisistä voidaan sopia erikseen yhdessä henkilökunnan kanssa.
 - Vapaakulkuoikeudet sovitaan lääkärin kanssa. Mielenterveyslain perusteella vapaakulkuoikeuksiasi voidaan rajoittaa.
 - Tupakointi on sallittua vain osaston tupakkahuoneessa ja ulkona erikseen merkityillä paikoilla. Osaston tupakointihuone on suljettu klo 23–06 välisenä aikana.
 - Toisten potilaiden huoneeseen meneminen ei ole sallittua.
 - Vierailuaika osastolla on klo 9–19. Poikkeavista vierailuajoista on sovittava erikseen henkilökunnan kanssa.
 - Kaupanteko, rahan tai kännykän lainaaminen toisilta ei ole sallittua. Omaisille tai viranomaisille voi soittaa osaston kännykällä hoitajalta lainaamalla.
 - Kännyköiden, läppäreiden sekä muiden elektronisten laitteiden tuominen osastolle on jokaisen omalla vastuulla. Henkilökunnan ja toisten potilaiden kuvaaminen sekä muu dokumentointi (äänien tallennus) on kiellettyä, mikäli he eivät anna siihen suostumustaan.
 - Osastolla on potilastietokone. Tietokone on käytettävissä klo 06–22 välisenä aikana.
 - Arvotavaroitasi voit säilyttää oman huoneesi lukollisessa kaapissa
 - Hiljaisuus osastolla on klo 22–06 välisenä aikana.
 - Hygienia- sekä vastuusyistä potilaiden elintarvikkeita ei voida säilyttää osastokeittiön jääkaapissa.

Omahoidon tueksi:

- www.mielenterveystalo.fi
Tarjoaa tietoa mielenterveydestä, omahoito-ohjelmia, erilaisia mittareita.
- www.paihdelinkki.fi
Tarjoaa tietoa ja tukea päihteistä ja riippuvuuksista.
- www.riku.fi
Rikosuhripäivystyksen sivut tarjoavat tietoa ja tukea rikoksen uhriksi joutuneelle, chat ja puhelinpalvelut sekä juristin puhelinneuvonta.
- www.mieli.fi
Tietoa mielenterveydestä, kursseja, 24 h vuorokaudessa päivystävä kriisipuhelin.
- www.sekasin247.fi
Anonyymi valtakunnallinen keskustelu alusta 12–29-vuotiaille
- www.nasuomi.org
Nimettömät narkomaanit ry
- www.aasuomi.fi
Anonyymit alkoholistit

Yhteystiedot:

Sotkamontie 13, uusi sairaala
87300 Kajaani

A-solu (akuutti): puh. 0447970229

B-solu (kuntoutus): puh. 0447970426

C-solu (vaativa kuntoutus): puh. 0447970590



