

**MUISTISAIRAAN KOHTAAMINEN
OPAS RATAPUISTON HENKILÖKUNNALLE**

Kivilompolo Saga
Opinnäytetyö

Hoitotyön koulutus
Sairaanhoitaja (AMK)

2025

Hoitotyön koulutus
Sairaanhoitaja (AMK)

Tekijä	Saga Kivilompolo	Vuosi	2025
Ohjaaja(t)	Eija Kehus		
Toimeksiantaja	Pohde (Ratapuiston palvelukoti)		
Työn nimi	Muistisairaankohtaaminen opas Ratapuiston henkilökunnalle		
Sivumäärä	26 + 14		

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä opas Ratapuiston palvelukodin henkilökunnalle muistisairaankohtaamisesta. Tavoitteena opinnäytetyössä oli vahvistaa Ratapuiston henkilökunnan osaamista muistisairaankohtaamisessa. Opinnäytetyön keskeisenä tuloksena on se, että tuodaan työpaikalle uusia tietoja muistisairaankohtaamisesta.

Opinnäytetyössä kerrotaan muistisairauksista, muistisairaankohtaamisesta ja kuinka heidän kanssaan tulisi työskennellä. Keskeisimpiä käsitteitä opinnäytetyössä olivat kohtaaminen, muistisairaus, tunteet ja heidän tarpeensa. Opinnäytetyössä tulee esille erilaisia tapoja kohdata muistisairas.

Opinnäytetyön tulosta voidaan hyödyntää tulevaisuudessa työpaikalla, jossa se on kaikkien saatavilla. Opinnäytetyöstä tehtiin opas Canva –alustalla. Opas tulee olemaan Ratapuiston henkilökunnalle aina saatavilla.

Avainsanat Kohtaaminen, muistisairaus, tunteet ja tarpeet

Muita tietoja Työhön liittyy toimeksiantajalle toimitettu opas

Degree Programme in Nursing and Health Care
Bachelor of Health Care

Author	Saga Kivilompolo	Year	2025
Supervisor	Eija Kehus		
Commissioned by	Wellbeing services county of Northern Ostrobothnia, Pohde		
Title	Encountering patients with dementia – A guide for Ratapuisto employees		
Number of pages	26+14		

The purpose of this thesis was to figure out how to meet dementia patients and how to work with them. The goal was to provide the commissioner employees information about how to work with dementia patients.

The aim of this thesis is to discuss treatment of patients who suffer from dementia and how to best encounter them. The theoretical framework of this study addresses the topics of dementia, encountering people with dementia, and working with people with dementia in a health care setting.

This thesis utilizes a wide range of sources, based on which a practical guide has been compiled for the staff of Ratapuisto. The purpose of the guide is to support and develop the staff's competence in encountering and interacting with people with memory disorders.

This thesis and the guide created in the process can potentially be used in the future by anyone in contact with people with dementia. The guide in this thesis was made by Canva working tool. The guide was submitted to the commissioner and will be available for the Ratapuisto nursing home staff.

Keywords encountering, dementia, feelings and needs

Special remarks The thesis includes a guide submitted to the commissioner.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	YLEISIMMÄT MUISTISAIRAUDET	7
2.1	Muistisairaahan hoito	8
2.2	Muistisairaahan ehkäisy.....	10
3	MUISTISAIRAAN KOHTAAMINEN	12
3.1	Muistisairaahan kohtaaminen	12
3.2	Muistisairaahan hoito keskiössä	14
4	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ	17
4.1	Toiminnallinen opinnäytetyö lähestymistapana.....	17
4.2	Toimeksiantajan kuvaus	18
4.3	Tarkoitus ja tavoitteet.....	18
4.4	Opinnäytetyön eteneminen.....	19
5	EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	21
6	POHDINTA	23
6.1	Opinnäytetyön työstäminen	23
6.2	Oma kehitys.....	23
	LÄHTEET	25
	LIITTEET	27

1 JOHDANTO

Muistisairautta sairastaa Suomessa 150 000 ihmistä ja joka vuosi 23 000 ihmistä saa muistisairausdiagnoosin. Tulevaisuudessa nämä luvut tulevat ainakin kaksinkertaistumaan, sillä nykyinen väestö ikääntyy kovaa vauhtia. Väestöstä jopa joka kolmas yli 65 -vuotiaista on ilmoittanut kärsivänsä jonkinlaisista muistioireista, vaikka heillä ei ole muistisairautta. (Käypä hoito: Muistisairaudet 2023.)

Opinnäytetyö keskittyy muistisairaahan ihmisen kohtaamiseen. Tärkeää olisi, että sosiaali -ja terveysalan ammattilaiset kohtaavat muistisairaahan ja heidän läheisensä arvostavasti sekä ottavat huomioon sairauden myötä tulevat muutokset arjessa ja muussa elämässä. (Muistisairaahan hoito 2019.)

Muistisairas henkilö tulee kohdata ihmisenä. Kohtaamisessa tärkeintä on luottaminen, arvostaminen ja toisen ihmisen kunnioitus. Hoitohenkilökunnan on hyvä osata vastata muistisairaahan tarpeisiin ja edistää heidän hyvinvointiaan. Hoitohenkilökunnan tulee osata myös ottaa huomioon muistisairaahan kognitiivisia muutoksia. (Hallikainen ym. 2019.)

Muistisairauden ehkäisykeinoja ovat terveellisten elämäntapojen noudattaminen, liikunta ja aivojen terveydestä huolehtiminen. Muistisairauden riskitekijöihin tulisi puuttua ajoissa, jotta voidaan ennaltaehkäistä mahdollisimman pitkälle muistisairauden eteneminen. Riskitekijöitä ovat muun muassa: korkea verenpaine, tupakointi, liikunnan puute ja ylipaino. (Käypä hoito: Muistisairaudet. 2023.)

Muistisairauteen liittyviä tutkimuksia on runsaasti, mutta ne ovat olleet melko lyhyitä ja kohdistuneet vain yhteen riskitekijään. Kun useita tutkimuksia yhdistetään, vaikuttaa siltä, että verenpaineen alentaminen hoidon aikana ehkäisee kognitiivista heikentymistä ja muistisairautta. (Käypä hoito: Muistisairaudet. 2023.)

Aihe on yhteiskunnallisesti merkittävä ja tärkeä kaikille sosiaali -ja terveysalalla työskenteleville. Opinnäytetyössä tuodaan esiin, kuinka muistisairas tulisi kohdata ja mitä kaikkea muuta muistisairaana elämään kuuluu.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä opas Ratapuiston palvelukodin henkilökunnalle muistisairaana kohtaamisesta. Tavoitteena on vahvistaa Ratapuiston henkilökunnan osaamista muistisairaana kohtaamisessa. Opinnäytetyöstä hyötyvät hoitohenkilökunnan lisäksi muistisairaana itse, sillä se edistää parempaa kohtelua ja huomioimista.

Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Ratapuiston palvelukodin kanssa Ylivieskassa. Opinnäytetyö tehdään toiminnallisena opinnäytetyönä ja työpaikalle tulee opas muistisairaana kohtaamisesta. Opas tehdään Canva -alustalla työpaikalle ja tulostetaan paperiversiona yleisiin tiloihin kaikille luettavaksi.

2 YLEISIMMÄT MUISTISAIRAUDET

Tässä osiossa käydään läpi yleisimpiä muistisairauksia. Muisti itsessään on monimutkainen aivojen toiminta, joka perustuu hermoverkkojen laajaan yhteistoimintaan. Muistioireiden yleisiä syitä ovat ohimenevät, pysyvät jälkitilat ja etenevät sairaudet. Ohimeneviä muistioireita voi esiintyä aivoverenkiertohäiriöissä. Pysyviä muistioireita puolestaan esiintyy aivovammojen yhteydessä. Etenevissä muistioireissa sairauksina esiintyy usein asteittain kehittyvää Alzheimerin tautia. (Käypä hoito. Muistisairaudet 2023.)

Yleisin muistisairaus on Alzheimerin tauti, jota sairastaa ainakin 70 prosenttia muistisairaista. Alzheimerin tauti on harvinainen alle 65 -vuotiailla, mutta yli 85 -vuotiailla tautia esiintyy 15-20 prosentilla. (Terveyskirjasto, 2024.) Alzheimerin esiintyvyys lisääntyy iän myötä. Alzheimerin tauti on hitaasti ja tasaisesti etenevä muistisairaus. (Käypä hoito. Muistisairaudet 2023.)

Alzheimerin taudin merkittävin oire on muistin heikkeneminen. Taudin alkuvaiheessa ilmenee vaikeuksia oppia uutta ja lähimuisti alkaa heikentyä. Alzheimerin taudin oireita voidaan lievittää lääkehoidolla. (Terveyskirjasto, 2024.) Alzheimerin tautiin liittyy aivoalueiden, niiden välisten yhteyksien ja hermoratojen valikoitunut vaurioituminen. (Käypä hoito. Muistisairaudet 2023.)

Toinen yleinen muistisairaus on aivoverenkiertosairauden aiheuttama muistisairaus. Aivoverenkiertosairauden oireena on muistin ja tiedonkäsittelyn heikkeneminen. Verisuoniperäistä kognitiivista heikentymää aiheuttavia aivoverenkiertosairauksia ovat muun muassa: pienien aivoverisuonten tauti, suurien kaula - ja aivoverisuonten tauti, aivoverenvuodot ja perinnölliset sairaudet. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

Otsa-ohimolohkorappeuma on jatkuvasti lisääntyvä muistisairauden muoto, jota esiintyy etenkin nuoremmilla, työikäisillä 45-65 -vuotiailla. Tyypillistä tälle muistisairauden muodolle on se, että ihmisellä ensin muuttuu persoona ja käytös, jota ei ehkä ensin itse huomaa. Otsa-ohimolohkorappeuma on perinnöllinen, joka on yksi syy siihen, että sitä on vaikea diagnosoida. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

Lewynkappaletauti on yksi harvinaisimmista ja vaikeimmista muistisairauksista tunnistaa. Sitä esiintyy noin 1-2 % yli 65 -vuotiaista ja 5 % yli 75 -vuotiaista. Lewynkappaletaudissa aivoihin muodostuu lewyn kappaleita, joista tauti on saanut nimensä. Oireita Lewynkappale taudissa on harhojen näkeminen, sekavuus ja päiväaikaan tapahtuva aaltoileva väsymys. Muistin heikkeneminen tapahtuu vasta sairauden myöhemmässä vaiheessa. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

2.1 Muistisairaahan hoito

Muistisairaahan saatuaan diagnoosin sairaudestaan, hänelle laaditaan kuntoutussuunnitelma, jonka tarkoituksena on tukea hänen arkeaan ja toimintakykyä. Muistisairaiden henkilöiden kanssa voidaan sairauden alussa laatia myös hoitosuunnitelma ja hoidonrajauksia tulevaisuutta varten. Näin heillä on oikeus päättää omasta hoidostaan. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

Muistisairaahan hoito perustuu osaamiseen, tutkittuun tietoon ja kerättyyn tietoon. Muistisairaahan hoidon tavoitteena on muistisairaahan ja hänen läheisensä tukeminen. Muistisairautta sairastavan sairauden hidastaminen ja toimintakyvyn ylläpitäminen. Muistisairaahan arkeen kuuluu huolenpito, arvostus, voimavaralähtöinen toiminta ja yhteisöllinen toiminta. (Hallikainen, Mönkäre & Nukari 2017.)

Muistisairaita kohtaan on paljon ennakkoluuloja. Ihmiset saattavat jopa ajatella, että muistisairaille voisi puhua mitä sattuu tai kohdella huonosti, koska he eivät muista tai ymmärrä mitään. Asia ei kuitenkaan ole niin. Muistisairaille on vaikeuksia muistaa ja joskus ovat täysin muistamattomia, mutta silti heitä tulee kunnioittaa aina niin kuin muitakin ihmisiä. Muistisairas voi kokea oman tilansa itselleen haastavana, mikä taas saa aikaan erilaisia reaktioita kuten kehossa. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

Muistisairas saattaa kokea, että häntä väheksytään tai ei oteta tosissaan, koska hänellä on muistisairaus. Muistisairaus ei suoraan tarkoita, että olisi täysin

muistamaton. Monilla muistisairailta kaukomuisti toimii aivan hyvin, mutta lähimuisti ei. Muistisairaahan hoidossa on ensisijaisen tärkeää toimia hänen omien voimavarojensa mukaan. Muistisairas voi pelätä uusia tilanteita tai ihmisiä, siksi olisi tärkeää, että aina toimittaisiin rauhallisesti ja kerrottaisiin mitä seuraavaksi tapahtuu. Muistisairaahan hoidossa on tärkeää, että hän saisi itse vaikuttaa omiin asioihinsa. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

Hoitotyössä korostetaan sitä, että pitäisi työskennellä voimavaralähtöisesti. Silloin ihminen on parhaimmillaan. Muistisairaiden kanssa työskennellessä heidän voimavarojaan on vanhojen asioiden muistelu, sillä he muistavat sen kuin eilisen. Muistisairas voi kokea olevansa arvokas, kun kertoo menneestä elämästään. (Hohenthal-Antin 2013.)

Luovassa muistelutyössä voidaan muistisairaiden kanssa esim. Maalata, kirjoittaa tai laulaa. Tutkimusten myötä on ymmärretty, että muistisairaiden hoidossa toimii erinomaisesti ei-lääketieteelliset menetelmät. Taiteen on havaittu muistisairaiden kohdalla parantavan elämänlaatua, auttaa itseilmaisussa, tuo iloa, tulee sosiaalisia vuorovaikutuksia ja käytöshäiriöt vähenevät. (Hohenthal-Antin 2013.)

Muistelun avulla voidaan korostaa yksilöllisyyttä ja oppia tuntemaan toinen paremmin. Muistelu on arvostavaa kohtaamista korostavaa vuorovaikutusta toisen ihmisen kanssa. Muistelun avulla ikääntynyt ihminen kokee olevansa arvokas ja hänen asioitaan kuunnellaan. Ikääntyneen ihmisen muistelu vahvistaa hänen asemaansa ja voimaantumista. (Tohmola, Matilainen ja Miettinen 2025.)

Erilaisia muistelutyössä käytettäviä menetelmiä ovat esimerkiksi kuvat, äänet, esineet, musiikki, tuoksut, tekstiilit ja liike. Ikääntyneen kanssa voidaan katsella kuva-albumeista kuvia menneiltä ajoilta ja muistella niitä. Musiikin avulla voidaan kuunnella iäkkään lempikappaleita hänen nuoruudestaan tai nykyhetkestä. Tuoksuttelemalla erilaisia asioita voidaan herätellä muistoja metsäretkiltä tai muista elämän seikkailuista. (Tohmola, Matilainen ja Miettinen 2025.)

Muistisairaahan henkilön kanssa työskennellessä voi käyttää kommunikaatiossa esimerkiksi laulamista. Muistisairaalla henkilöllä saattaa säilyä musiikin käyttö pidempään kuin kommunikaatiokyky. Erilaiset aktiviteetit voivat edistää

muistisairaahan henkilön suoriutumista päivittäisistä toiminnoista. Erilaisia kognitiivista kykyä edistäviä harjoituksia voidaan muistisairaahan henkilön kanssa harjoittaa. Heidän kanssaan voidaan käydä läpi keskustelukortteja, joiden avulla voidaan keskustella erilaisista aiheista tai muistella asioita. (Hotus: Muistisairaahan henkilön päivittäistoiminnoista suoriutumisen tukeminen -Lääkkeettömät menetelmät hoitotyössä. 2020)

2.2 Muistisairauden ehkäisy

Muistisairauden ehkäisyyn on useita erilaisia tapoja, joista vahvaa näyttöä on saanut Finger –tutkimus, jossa pyrittiin vaikuttamaan muistisairauden riskitekijöihin samanaikaisesti. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

Finger –tutkimuksessa selvitettiin, voiko monipuolisella elämäntavalla ehkäistä muistisairauksia. Tutkimus antoi selvää näyttöä koko maailmassa, että monipuoliset elämäntavat parantavat ikääntyneiden toimintakykyä ja ehkäisevät muistisairauden syntymistä. Elämäntapamuutos ilmeni ikääntyneillä useilla kognitiivisen toiminnan tasolla, kuten tiedonkäsittely, toiminnanohjaus ja erilaiset muistitehtävät. Tutkimuksessa käytettiin myös interventiota, johon kuului hyvät ruokailutottumukset, liikunta, erilaiset muistiharjoitukset ja sydän sairauksien seuranta tiheämmin kahden vuoden ajan. (Ngandu, Lehtisalo & Hemiö 2023.)

Oikeaan aikaan tehdyllä ennaltaehkäisyllä voidaan muistisairaahan elämänlaatua parantaa ja turvata toimintakykyinen ja itsenäinen elämä. Kun muistisairautta aletaan hoitamaan oikein ajoissa ja lääkehoito on kohdallaan niin ne tutkitusti siirtävät toimintakyvyn heikkenemistä. Tärkeää kuitenkin tässä on se, että ihminen menisi ajossa hoitoihin ja saataisiin asia vireille. Ihmisten tulisi tietää enemmän muistisairauksista, niiden ongelmista ja ehkäisystä. (Virjonen 2013.)

Ikääntyneiden kanssa voidaan käyttää lääkkeettömiä hoitomenetelmiä. Lääkkeettömiä hoitomenetelmiä ovat esimerkiksi erilaiset kognitiivisen psykologian ja psykofyysisen fysioterapian keinot. Näitä ovat esimerkiksi kehon ja mielen harjoitukset ja rentoutumiskeinot sekä musiikkiterapiat. Parhaiten näiden vaikutus saataisiin käyttämällä niihin tarkoitettua huonetta kuten aistihuonetta. (Tohmola, Matilainen & Miettinen 2025.)

Lääkkeetöntä hoitoa on passiivista ja aktiivista. Passiiviseen hoitoon kuuluu esimerkiksi asentohoito, musiikki, mieli askareiden tekeminen ja kylmä -ja lämpöhoidot. Aktiiviseen hoitoon kuuluu rentoutuminen, tietoisien läsnäolon harjoitukset ja erilaiset asento –ja liikehoidot. (Tohmola, Matilainen & Miettinen 2025.)

Muistisairaus etenee hiljalleen eikä sitä voi hidastaa. Muistia voidaan tukea erilaisilla menetelmillä kuten ristikoilla, askartelulla, muistelulla ja juttelemalla. Muistisairaiden kanssa tulisi tehdä heille mielekkäitä juttuja, sillä se tukee heidän toimintakykyään. Muistisairauden loppuvaiheessa usein ihminen ei enää pysty juuri ilmaisemaan itseään, vaan puhe on muuttunut mutinaksi tai ei tuota puhetta ollenkaan. Myös ilmeet ja eleet vähenevät. Muistisairailla voi esiintyä myös käytösoireita, joka osin voi johtua siitä, että he eivät osaa enää ilmaista itseään, eikä kukaan tunnu heitä ymmärtävän. (Kivipelto, Ngandu & Immonen 2019.)

3 MUISTISAIRAAN KOHTAAMINEN

3.1 Muistisairaahan kohtaaminen

Muistisairas ihminen on tärkeää kohdata ihmisenä eikä hänen sairautenaan. Jokaisella on oikeus tulla kohdatuksi arvokkaana ja ainutlaatuisena ihmisenä. Usein kuitenkin tulee tilanteita, jossa ajatellaan, että muistisairas ei muista mitään, koska hän on muistisairas. Asia ei kuitenkaan ole niin, sillä hekin muistavat tapahtumia aiemmin eletystä elämästä sekä joitakin kohtia nykyhetkestä. (Hallikainen Mönkäre & Nukari 2017.)

Muistisairasta tulee hoitaa yhtä kunnioitettavasti kuin ketä tahansa muutakin. Heitä ei saisi aliarvioida, väheksyä, nolata tai muistutella muistamattomuudesta. Sairauden edetessä muistisairaahan kyky vastavuoroisuuteen ja toisen huomioon ottamiseen heikkenee. On tärkeää pitää yllä muistisairaahan toimintakykyä tekemällä hänelle mielekkäitä asioita ja toimimalla rauhallisesti. Muistisairas voi häkeltä siitä, jos hoitaja äkkiä vain piipahtaa luona tai vessassa käydään niin nopeaa, että muistisairas ei sitä ehdi tajuta. (Ngandu, Lehtisalo & Hemiö 2023.)

Tärkeää olisi muistisairaahan kohtaamisessa muistaa se, että olisi rauhallinen ja katsoisi silmiin. Muistisairaahan kanssa voi käyttää mahdollisimman paljon ilmeitä ja eleitä, sillä ne he ymmärtävät vielä hyvin. Muistisairas tulisi kannustaa tekemään asioita siten, miten hän on ennenkin tehnyt. Muistisairaalla voi olla yllättäviäkin taitoja jäljellä. Ole hänelle läsnä ja kuuntele ja ymmärrä mitä muistisairaalla on sinulle sanottavana. (Muistiliitto. Muistisairaahan kohtaaminen.)

Muistisairaahan kanssa työskennellessä on hyvä miettiä sitä, että, miltä sinusta tuntuisi, jos sinulla on vaikeuksia kommunikaatiossa. Muistisairaalle on annettava aikaa ilmaista itseään ja löytää sanoja. Kun puhut muistisairaalle, käytä lyhyitä ja selkeitä lauseita. Näin he ymmärtävät sinua paremmin ja sinä heitä. Jos muistisairas ei ymmärrä mitä hänelle puhut, voit kokeilla jotain muuta tapaa ilmaista asian. (Alzheimers Society. 2021.)

Hoitotyön kulmakivenä toimii kohtaaminen. Kohtaaminen on hoitajien jokapäiväinen työ ja se luo perustan sille, millaisena hoitajana häntä pidetään.

Hoitaja tietää kohtaamisen arvon, johon hänen ammattimainen osaamisensa perustuu. Sen muodostavat yksilöllisyys, ihmisarvon kunnioitus, itsemäärääminen, turvallisuus, jatkuvuus ja terveys. Hoitajan ihmissläheinen kohtaaminen on se, miten meidän tulisi kaikki kohdata. Ihmissläheiseen kohtaamiseen kuuluu voinnin kysyminen, kuunteleminen, ymmärtäminen, rauhallisuus, lohduttaminen ja myötäeläminen potilaan tilanteessa. (Asiakkaan eettinen kohtaaminen 2013.)

Hoitotyössä kohdataan useita erilaisia potilaita. Osa potilaista ovat vaatimattomia ja kilttejä ja osa on taas hyvin hoitovastaisia ja saattavat sanoa ilkeästi. Hoitajana tulisi kohdata kaikki ihmiset sellaisina kuin he ovat. Hoitajat eivät voi tietää mitä joku käy elämässään läpi, joka voi selittää esimerkiksi huonon käytöksen tai kiroamisen. (Asiakkaan eettinen kohtaaminen 2013.)

Hoitaja voi kehittää omia taitojaan kohdata ihmisiä. Hoitajan tulisi olla tietoinen omasta arvotietoisuudestaan ja tarvittaessa syventää sitä. Arvotietoisuus muodostuu arvoista, kokemuksesta, tiedosta ja vakaumuksesta. Hoitajan on hyvä käydä läpi omia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan kohtaamiseen liittyen. Hoitajan tulisi olla viitseliäs sen suhteen, että kehittäisi itseään kohtaamaan paremmin. Tärkeää on tiedostaa ne arvot, asenteet ja motiivit, jotka selittävät toimintaamme ja näkyvät erilaisissa kohtaamisissa. (Asiakkaan eettinen kohtaaminen 2013.)

Erään tutkimuksen mukaan hoitajien mielestä asiakkaiden tarpeisiin vastaaminen, kohtaamisen ja kunnioituksen jakaminen vahvasti työilmapiiriä. Kohtaaminen koettiin positiiviseksi voimavaraksi. Kunnioituksen jakaminen tarkoittaa toisen arvostavaa kohtaamista. Jokaista työntekijää arvostettiin panoksestaan. Hoitajat pitivät tärkeänä sitä, että asiakkaat saivat asianmukaista hoitoa, kuten psykososiaalisten tarpeiden huomioon ottamista. Työntekijät voivat luottaa toisiinsa, kun työilmapiiri on kunnioittava kaikkia kohtaan. (Asiakkaan eettinen kohtaaminen 2013.)

Muistisairaahan kohtaaminen on tuttu aihe jo monelle ja tästä on tehty erilaisia oppaita. Oppaissa korostuu samat asiat kuten tässä opinnäytetyössä. Tärkeintä

on olla läsnä muistisairaalle ja tehdä heille mielekkäitä asioita. Tärkeää on kuunnella heitä ja olla tukena. Muistisairauden alkuaikoina muistisairas vielä mielellään puhuu ja osallistuu, mutta sairauden edetessä alkaa kognitiiviset toiminnot heikentyä, eikä ihminen välttämättä enää niin herkästi ala tekemään asioita. (Hallikainen Mönkäre & Nukari 2017.)

Muistista ja sen terveydestä puhuttaessa yksilöt voivat elämänsä aikana sijoittua erilaisiin kohtiin muistijatkumossa. Jatkumossa luokitellaan muistin terveydentila viiteen eri osaan. Joskus ihminen kuitenkin pysyy koko elämän alussa, eli hyvän muistin omaavana henkilönä. Muistisairauden alkuvaiheessa oleva ihminen ei välttämättä ole kiinnostunut erilaisista palveluista vaan hän pyrkii löytämään ratkaisuja oman elämänsä tarpeisiin. Näitä tarpeita voi olla esimerkiksi seurakunnassa toimiminen, siivouspalvelu helpottamaan arkea tai joku tekninen kurssi voisi tuoda haastetta ja opettelua. (Virjonen 2013.)

3.2 Muistisairaahan hoito keskiössä

Muistisairas kokee monenlaisia tunteita, kun hänelle tulee muistisairaudesta diagnoosi. Hänellä pyörii paljon kysymyksiä liittyen omaan itseensä, kuten tunteisiin, rakkauteen, minuuteen, turvallisuuteen, sairauteen ja ymmärrykseen. Alla oleva taulukko selventää muistisairaahan mietteitä (Taulukko 1). Muistisairas miettii muun muassa näitä kysymyksiä:

Minuus ja itsenäisyys	Häviääkö minuus, olenko minä minä, kun en enää muista tai käsitä asioita samalla tavalla kuin ennen?
	Menetätkö ihmisarvoni ja halveksitaanko minua, kun en enää osaa edes yksinkertaisia asioita?
	Voinko päättää omaa elämäni koskevista asioista?
	Saanko tehdä omia valintoja? Valvooko joku etujani?
Rakkaus ja ilo	Rakastavatko läheiseni minua, kun minä en enää muista heitä?
	Unohdetaanko minut?
	Jääkö yksin, kun en enää tunne ketään?
	Voinko iloita tai nauttia mistään?
Turvallisuus	Kuka huolehtii minusta ja hoitaa asioitani, kun en muista ja osaa enää huolehtia itsestäni?
	Olenko turvassa?
	Saanko apua?
Häpeä sairaudesta	Voinko olla muiden seurassa?
	Voinko liikkua siellä missä ennenkin?
	Suostuvatko läheiseni liikkumaan kanssani muiden ihmisten joukossa, kun en enää osaa toimia normaalisti?
	Häpeävätkö läheiseni minua?
Ymmärretyksi tuleminen	Miten tulen ymmärretyksi, kun en enää osaa sanoa mitä haluan?
	Kuinka kerron, mitä haluan ja toivon?
	Kiinnostavatko toiveeni ja sekavat ajatukseni ketään?

Taulukon lähde Oppiportti: Muistisairaahan hoito 2019

Tärkeää on muistaa muistisairaahan hoidossa, että muistisairaskin on ihminen ja hänellä on tarpeet kuten meillä kaikilla muillakin. Muistisairaalla on itsemääräämisoikeus eikä sitä saa käyttää väärin vain siksi, että hänellä on muistisairaus. (Suomen lääkäriliitto. Lääkärin etiikka. 2021.)

Muistisairaahan kanssa työskennellessä on tärkeää ottaa huomioon hänen toimintakykynsä heikkeneminen sekä taito ilmaista itseään on heikentynyt. Voimavaroja voi hyödyntää muun muassa askartelemalla, musiikkia kuuntelemalla, näytelmiä katsomalla tai vaikkapa laulamalla. (Hohenthal-Antin 2013.)

Muistisairauden alkuvaiheilla olisi hyvä, että muistisairas saisi itse vaikuttaa tulevaan. Kuten siihen, miten häntä hoidetaan, kun hän on palveluasumisen yksikössä täysin dementoituneena. Sekä kuinka häntä hoidetaan elämän loppuvaiheilla. Häntä tulee hoitaa hänen toiveitaan kunnioittaen ja elämäntilanteen mukaisesti. Kaikista inhimillisintä olisi saada toteuttaa potilaan saattohoito hänen omassa ympäristössään eli siellä missä hän asunut ja elänyt. (Virjonen 2013.)

Muistisairaiden kanssa työskennellessä on tärkeää mennä heidän tahtiinsa. Tärkeää on olla läsnä ja kuunnella heitä. Muistisairaat ymmärtävät kehon kieltä hyvin, vaikka muuten puheen ymmärtäminen olisi vaikeaa. He tunnistavat kehon kielestä, kuinka heitä kohdellaan. Kohtaamistilanteessa ei ole kyse siitä mitä teet vai miten teet. (Hohenthal-Antin 2013.)

Hoitotyössä tulee vastaan usein haastavia vuorovaikutustilanteita, ja yksi vaikeimmista vuorovaikutustilanteista on muistihoitotyö. Hoitohenkilökunnan on osattava luoda ilmapiiristä rauhallinen ja luottavainen, jossa kohtaaminen tapahtuu tasavertaisesti. Muistisairaat tulee kohdata yksilökeskeisesti ja arvostavasti. Muistisairaudet heikentävät kognitiota, kuten muistia, tiedonkäsittelyä ja ajatustoimintaa. Muistisairaana ihmisen käytöksessä voi ilmetä muutoksia. Käyttäytymismuutoksia ovat esimerkiksi vaeltelu, hoitokielteisyys, huutelu, masentuneisuus ja henkisenä pahana olona. Ympäristöllä on suuri vaikutus siihen, miten muistisairas kokee oman tilansa. Asianmukaisella kohtelulla voidaan lievittää muistisairaana oireita ja edistää samalla hänen arkeaan ja elämänlaatua. (Tohmola, Malinen & Miettinen 2025)

4 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö lähestymistapana

Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa työelämään tuotos, josta on hyötyä opiskelijalle ja työyhteisölle. (Opinnäytetyön menestystarina. Savonia. 2025.) Opinnäytetyön aihe nousee helposti esiin työelämästä. Tässä opinnäytetyössä nousi esiin muistisairaahan kohtaaminen opiskelijan havainnoista harjoitteluissa. Opinnäytetyöstä käytiin keskustelua, että mitä siihen haluttaisiin. Esille nousi yhteistyökumppanin kanssa muistisairaudet ja muistisairaahan kohtaaminen.

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on ohjata opiskelijaa itsenäiseen, vastuulliseen ja suunnitelmalliseen työskentelyyn. Onnistunut opinnäytetyöprosessi luo opiskelijalle myönteisen oppimiskokemuksen. Opiskelija tuottamaa tulosta voidaan hyödyntää työelämässä. (Opinnäytetyön menestystarina. Savonia. 2025.)

Opiskelijan on tarkoitus oppia sinnikkyyttä ja määrätietoisuutta opinnäytetyötä tehdessä. Aikataulut ja suunnitelmallisuus auttavat pitkälle opinnäytetyönprosessin kanssa. Opiskelijan tulee oppia toimimaan erilaisten vastoinkäymisien tai odottelun kanssa. Työelämän yhteistyökumppanin kanssa joskus voi vastaukset viivästyä tai prosessi ei etene syystä tai toisesta. Opinnäytetyönprosessin tarkoituksena on kehittää opiskelijan ammatillista osaamista ja kehittää itseään. (Opinnäytetyön menestystarina. Savonia. 2025.)

Opiskelija on oppinut työtä tehdessä, että sinnikkyys ja määrätietoisuus ovat tärkeät työkalut elämään. Opiskelija on oppinut, että opinnäytetyöprosessi vaatii aikaa ja laaja kirjallinen tuotos. Opiskelija on oppinut, että kaikki ei tapahdu hetkessä vaan muutoksia voi tulla ihmisten elämään ja silloin asiat voivat hidastua.

4.2 Toimeksiantajan kuvaus

Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Ratapuiston palvelukodin kanssa. Ratapuisto on 32 –paikkainen palvelukoti Ylivieskassa. Asukkaat ovat monisairaita ja eri kuntoisia. Palvelukoti on tehostetun palveluasumisen yksikkö, jossa apua on saatavilla ympärivuorokautisesti. (Pohde. Ikäihmisten palveluasuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen. 2024.)

Palveluasumisen yksikkö on ikääntyneitä varten, kun he eivät pärjää kotona yksin ja tarvitsevat toisen apua arkeen. Palvelutalossa asukkailla on omat huoneet ja vessat. Palvelukodissa saa hoitoa ja kuntoutusta oman lähtötasonsa mukaisesti. (Pohde. Ikäihmisten palveluasuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen. 2024.)

Yksikössä on noin 25 hoitajaa töissä. Toiminnallista toimintatapaa käytetään opinnäytetyössä siten, että teorian pohjalta kirjoitetaan aiheesta ja tuodaan uusinta tietoa esille. Ratapuiston henkilökunnalle tehdään opinnäytetyöstä ohjekirja.

4.3 Tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyön tavoitteena on tehdä Ratapuiston palvelukodin työntekijöille ohjekirja muistisairaana kohtaamisesta. Tarkoituksena on tuoda uusinta tietoa muistisairaana kohtaamisesta ja heidän kanssaan työskentelystä.

Opinnäytetyön kohderyhmänä on palvelukodin hoitohenkilökunta, jotka työskentelevät muistisairaiden kanssa. Ohjekirjassa tulee esille, miten muistisairas tulisi kohdata sekä erilaisia muistisairauksia. Ohjekirjassa kerrotaan toimintatapoja muistisairaiden kanssa työskentelyyn. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa ohjekirja, joka tulee hoitohenkilökunnan käyttöön.

Kohderyhmä on valittu sen perusteella, että opinnäytetyö tehdään Ratapuiston palvelukodille. Opinnäytetyöstä tehdään ohjekirja, joka tulee hoitohenkilöstön yhteisiin tiloihin, jossa kaikki voivat sitä lukea. Pohde eli Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue pidättää oikeudet päivittää ja muokata ohjekirjaa.

4.4 Opinnäytetyön eteneminen

Aineistona toimii Muistisairaahan hoito –kirja, Muistisairaahan hoidon hyvät käytännöt -kirja, Muistellaan: Luovat menetelmät muistisairaahan hoidossa -kirjaa, Muistin ongelmat -kirjaa sekä eri lähteitä. Tämä opinnäytetyö tulee työpaikalle oppaaksi muistisairaahan kohtaamisesta. Aineisto kerätään suurimmaksi osaksi lukemalla Muistisairaahan hoito –kirjaa sekä muita kirjallisuuden lähteitä. Opinnäytetyötä kirjoittaessa on tullut esiin monia eri asioita liittyen muistisairauteen ja sen etenemiseen. Opinnäytetyössä on kerrottu muistisairauksista, sen etenemisestä, ehkäisystä, loppuvaiheesta ja kuinka heidät tulisi kohdata.

Opinnäytetyö on toteutettu toiminnallisen opinnäytetyön mallin mukaan, johon kuuluu tavoitteiden määrittely, suunnittelu ja toteutus. Opinnäytetyöprosessi rakentuu erilaisista vaiheista, joissa yhdistyy toiminnan kehitys ja kirjoittaminen asiantuntijaksi. (Kostamo, Airaksinen & Vilkkä 2022.)

Suunnitteluvaiheessa on määriteltävä aihe, kohderyhmä ja tietoperusta. Tämän jälkeen suunnitellaan opinnäytetyön sekä siihen liittyviä tekstejä. (Kostamo, Airaksinen & Vilkkä 2022.) Suunnitelmavaiheessa on otettu yhteyttä toimeksiantajaan, jonka kanssa käytiin läpi toiveita. Toiveina esitettiin, että tulisi tietoa niin muistisairauksista kuin kohtaamisestakin. Suunnitelmavaiheen lopussa allekirjoitimme opinnäytetyösopimuksen toimeksiantajan ja ohjaava opettajan kanssa.

Toteutusvaihe on alkanut heti suunnitteluvaiheen jälkeen. Toteutusvaiheessa kerätään lisätietoa opinnäytetyöhön. Tiedonhakuun käytettiin muun muassa näitä hakusanoja: muistisairaudet, muistisairaahan kohtaaminen, lääkkeettömät menetelmät muistisairaahan kanssa työskennellessä ja muistisairaahan hoitaminen.

Toteutusvaiheessa tuotettiin ohjekirjaa Canva-nettisivulla. Canva-nettisivu valikoitui siksi, koska se on helppokäyttöinen. Canvalla ohjekirjasta saa mieleisen näköisen ja sitä on helppo muokata.

Kun opas oli valmis, kysyttiin yhteistyötaholta mielipidettä ja mahdollisia korjaus ehdotuksia. Vastaava sairaanhoitaja piti opasta hyvänä ja kertoi, että sitä voidaan käyttää jatkossa myös opiskelijoiden perehdytyksessä.

Viimeistelyvaiheessa opiskelija tekee esiarvioinnissa ja kielenhuollossa ilmenneet korjaukset ja palauttaa työn. Opiskelija valmistautuu esittämään työnsä opinnäytetyöseminaarissa. Opiskelijalle tulee myös opponoitava opinnäytetyö, jota hänen täytyy arvioida. Opiskelija tekee myös kypsyysnäytteen, joka kuuluu kaikille AMK:ssa opiskeleville opinnäytetyötä tekeville. Kypsyysnäyte varmistaa opiskelijan osaamisen valmistuvalle alalle. (Lapin AMK. Opinnäytetyön viimeistelyvaihe.)

5 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyö eettisyys tarkoittaa sitä, että opiskelija on tietoinen siitä mitä hänen opinnäytetyönsä sisältää. Suomessa kaikessa ammattikorkeakoulun toiminnassa käytetään hallintolain esteellisyysäännöksiä (ammattikorkeakoululaki 21§ 1mom.) Säännökset koskevat yksittäisen työntekijän sekä hallintoelinten jäsenten toimintaa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Opinnäytetyön eettiset ohjeet. 2025.)

Opiskelijan opinnäytetyössä eettisyys näkyy siten, että opiskelija on käyttänyt aikaa erilaisia lähteitä etsien sekä aiheeseen huolella tutustuen. Opiskelija on tietoinen siitä, että hänen opinnäytetyönsä on julkinen asiakirja. Opinnäytetyön aihe on opettanut opiskelijalle paljon uutta tietoa aiheesta. Opinnäytetyössä on käytetty uusia ja laadukkaita lähteitä. Opinnäytetyön tietojen haku prosessi on ollut pitkä ja sitä varten on käytetty aikaa. Opinnäytetyö ei ole vaatinut rahallisia resursseja. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Opinnäytetyön eettiset ohjeet. 2025.)

Opinnäytetyö toteutetaan toiminnallisena opinnäytetyönä Ratapuiston palvelukotiin Ylivieskassa. Opinnäytetyön oppaasta tulee olemaan hyötyä Ratapuiston palvelukodille. Tekijällä on ollut opinnäytetyön aikana oikeus laadukkaaseen opinnäytetyöprosessiin. Opinnäytetyön tekijä on tietoinen siitä, että hänen työnsä käy plagiaatintunnistusjärjestelmän läpi. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Opinnäytetyön eettiset ohjeet. 2025.)

Opinnäytetyö on luotettava tiedonlähde muistisairaahan kohtaamisesta, sillä siihen on käytetty useita erilaisia luotettavia lähteitä. Lähteinä on käytetty muun muassa näitä: Muistisairaahan hoito, muistisairaahan hoidon hyvät käytännöt, muistellaan, muistin ongelmat ja toiminnallinen opinnäytetyö kirjoja.

Tietokantoina on käytetty Käypä hoito –suosituksia, terveysporttia ja erilaisia terveys –ja sosiaali-alan tietokantoja. Lähteet ovat tuoreita ja luotettavia, sillä ne perustuvat tutkittuun tietoon. Tärkeänä osana hoitotyötä on osata hyödyntää

omaa tietoaan näyttöön perusten ja siten olla kykenevä perustelemaan omaa toimintaansa.

Opinnäytetyö on hyväksytty toimeksiantajan osalta. Opinnäytetyössä ei ole käsitelty henkilötietoja. Opinnäytetyössä sopimukset ovat kunnossa. Opiskelija on laatinut sopimuksen toimeksiantajan ja ohjaavan tahon kanssa. Toimeksiantajana toimii Pohde eli Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue.

Sopimuksessa on käyty läpi kaikki aikataulut, aihe, kustannukset sekä käyttöoikeudet. Opiskelija on saanut opinnäytetyönprosessin aikana tarvittavaa tukea ohjaajalta sekä yhteistyötaholta. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Opinnäytetyön eettiset ohjeet. 2025.)

6 POHDINTA

6.1 Opinnäytetyön työstäminen

Opinnäytetyössä keskityttiin paljon muistisairaahan kohtaamiseen ja tuotiin esille eri muistisairauksia. Opinnäytetyön aihe ja päämäärä tulevat selkeästi esille ja sitä on helppo lukea. Opinnäytetyöstä on hyötyä hoitohenkilökunnalle. Henkilökunta saa uusinta tietoa muistisairaahan kohtaamisesta sekä voivat kehittää omaa osaamistaan. Opinnäytetyö on hyödyllinen lähihoitajille ja sairaanhoitajille, jotka työskentelevät muistisairaiden kanssa.

Opinnäytetyön aihetta voi tutkia lisää ja jatkossa tulee uusia keinoja muistisairaiden kohtaamiselle. Opinnäytetyöstä on hyötyä hoitotyöhön siten, että siinä kerrotaan muistisairaahan kohtaamisesta. Opas on kaikille luettavissa ja jokainen voi käyttää sitä työssään.

Opinnäytetyötä tehdessä korostui hyvin vahvasti se, että hoitajilla on suuri merkitys siinä, kuinka sairaus alkaa etenemään ja kuinka heitä hoidamme elämän loppuun saakka. Hoitaja työskentelee hyvin moniammatillisessa yhteisössä, joka paikassa missä hän työskentelee. Vaaditaan usean ammattiryhmän mielipiteet ja osaaminen, jotta voidaan palvella ja auttaa asiakkaita heille parhaalla tavalla.

6.2 Oma kehitys

Opinnäytetyö on ollut hyvin opettavainen ja saa miettimään miten kohdataan muistisairas. Opinnäytetyön kirjoittaminen on kasvattanut opiskelijan tietoa ja taitoa kohdata muistisairaat ihmiset kuten kuuluukin. Työstä on varmasti hyötyä myös useammalle hoitotyön henkilölle.

Opinnäytetyön yksi tärkeimmistä opetuksista on ollut se, kuinka meidän ihmisten tulisi olla enemmän läsnä toisillemme. Olisi tärkeää, että meidän ympärillämme, olisi ihmisiä, jotka pitävät huolta ja seuraa, kun sitä tarvitsemme. Ihmisen vanhetessa voi ilmetä erilaisia vaivoja tai ongelmia toimintakyvyssä. Silloin

ihminen tarvitsee eniten tukea ja apua, jotta vaikeista ajoista selvitään. Ihmiset tulisi kohdata aina ihmisenä iästä, sukupuolesta, sairaudesta tai ulkonäöstä riippumatta. Ollaan ihmisiä ihmisille.

Muistisairaana kanssa voi muistella mennyttä aikaa, joka saa heillä usein tunteet pintaan. He tykkäävät puhua siitä, kuinka asiat ennen tehtiin ja miten kaikki piti tehdä itse. Nykyään asiat ovat klikkauksien päässä meistä. Ikäihmisten kanssa työskennellessä usein nousee esille arvostus heitä kohtaan. Heistä suurin osa on kokenut sodan ja evakon. Niistäkin selvitty niukalla elintasolla.

Opinnäytetyönprosessin tuloksena saatiin tehtyä opas yhteistyötaholle, josta ovat mielissään. Opinnäytetyöprosessi oli pitkä, mutta antoisa. Yhteistyö sujui hyvin ja kaikki olivat tyytyväisiä. Muistisairaana kohtaamisen opasta yhteistyötaho voi käyttää miten itse haluaa.

LÄHTEET

Airaksinen, T. & Vilkka, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi. Viitattu 3.4.2024.

Alzheimer's Society. 2021. About dementia symptoms and diagnosis. How to communicate dementia. Viitattu 5.10.2024. <https://www.alzheimers.org.uk/about-dementia/symptoms-and-diagnosis/symptoms/how-to-communicate-dementia>.

Arene. 2025. Opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 18.2.2025.

Duodecim. 2023. Muistisairaudet. Alzheimerin tauti. Käypä hoito -suositus. Viitattu 5.10.2023. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50044#s11>.

Duodecim. 2023. Muistisairaudet. Muistisairauksien riskitekijät ja ehkäisyn mahdollisuudet. Käypä hoito -suositus. Viitattu 18.2.2025. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50044#s7>.

Haho, A. 2013. Asiakkaan eettinen kohtaaminen. Viesti-lehti 3/2012, 6–7. Viitattu 12.12.2024. <https://asiakas.kotisivukone.com/files/ssks.kotisivukone.com/tiedostot/Viesti-lehti/viesti32013.pdf>.

Hallikainen, M. & Rönkäre, O. 2022. Muistisairaahan tukeminen – ohjeita läheisille. Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 11.5.2024. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00899>.

Hallikainen, M., Mönkäre, R. & Nukari, T. 2017. Muistisairaahan hoidon hyvät käytännöt, 37–43. Helsinki: Duodecim. Viitattu 1.12.2023.

Hohenthal-Antin, L. 2013. Muistellaan – luovat menetelmät muistisairaiden tukena, 51–87. PS-Kustannus. Viitattu 14.5.2024.

Hotus. 2020. Muistisairaahan henkilön päivittäistoiminnoista suoriutumisen tukeminen – lääkkeettömät menetelmät hoitotyössä. Viitattu 21.3.2025. <https://hotus.fi/wp-content/uploads/2020/03/hoitosuosituksen-lyhennelma-muistinsairas-2020.pdf>.

Kivipelto, M., Ngandu, T. & Immonen, A. 2019. Muistisairaahan hoito, 113–199. Viitattu 2.1.2024.

Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkka, H. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi. Opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön, 20–25. Helsinki: Art House Oy.

Lapin AMK. 2025. Opinnäytetyön viimeistelyvaihe. Viitattu 21.3.2025. <https://lapinamk.fi/opiskelijalle/opintojen-sisalto/opinnaytetyo-2/opinnaytetyon-viimeistelyvaihe/>.

Muistiliitto. 2024. Muistisairaahan kohtaaminen. Viitattu 22.3.2024. <https://muistiliitto.fi/muistisairaus-ja-arki/muistisairaahan-kohtaaminen/>.

Pelo, M. 2016. Näin kohtaat muistisairaana – yhdeksän tärkeää neuvoa. Yle Uutiset 11.4.2016. Viitattu 14.9.2023. <https://yle.fi/aihe/a/20-167618>.

Suomen Lääkäriliitto. 2021. Lääkärin etiikka. Muistisairaana potilaana hoito. Viitattu 25.3.2024. <https://julkaisut.laakariliitto.fi/laakaran-etiikka/mielenterveys-paihde-ja-muistisairaana-potilaat/muistisairaana-potilaana-hoito/>.

Terveyskirjasto. 2024. Alzheimerin tauti 10.12.2024. Viitattu 12.2.2025. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00699>.

Tohmola, A., Matilainen, I. & Miettinen, T. 2025. Gerontologinen hoitotyö, 22, 50, 218–220. Viitattu 24.3.2025.

Turunen, E., Pekonen, E. & Elo, S. 2025. Opinnäytetyön menestystarina, 7–25. Savonia 1/2025. Viitattu 19.2.2025.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2024. Opinnäytetyön eettiset ohjeet. Viitattu 18.8.2024.

<https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Opinn%C3%A4ytety%C3%B6prosessin%20eettiset%20suositukset%20muistilistat%20opiskelijalle%20ja%20ohjaajalle.pdf>.

Valkeinen, P-R., Yli-Hietanen, I., Salo, V. & Heikkilä, A. 2018. Muistisairaana onnistunut kohtaaminen. Verkkojulkaisu. Karelia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 25.9.2024. <https://ikanyt.karelia.fi/2018/10/17/muistisairaana-potilaana-onnistunut-kohtaaminen/>.

Virjonen, K. 2013. Muistin ongelmat. Toimiva palvelukokonaisuus ehkäisystä hoitoon, 66–84. Viitattu 31.10.2024.

LIITTEET

Opinnäytetyö 2025
Sairaanhoitaja AMK
Saga Kivilompolo

Muistisairaahan kohtaamisen opas Ratapuiston henkilökunnalle



SISÄLLYSLUETTELO

Alkusanat	1
Muistisairaudet	2
Muistisairaahan hoito	6
Kohtaaminen	8
Lähteet	12

Alkusanat

Sitten kun en tunnista kasvojasi,

Ja nimesi tuntuu vieraalta.

Sitten kun katson sinua silmiin,

Ja yritän muistaa mitä minulle merkitset.

Pysy silti vierelläni.

Minä olen sinut ehkä unohtanut,

Mutta rakastan sinua silti.

Sitten kun olen unohtanut lasteni nimet,

Enkä muista että olisin äiti.

Sitten kun katson hiljaa tyhjyyteen,

Ja etsin jotain tuttua kämmenten viivoista.

Pysy silti vierelläni.

Anna anteeksi, että olen unohtanut

- Maria Vakkuri



Yleisin muistisairaus on Alzheimerin tauti, jota sairastaa ainakin 70 prosenttia muistisairaista. Alzheimerin tauti on harvinainen alle 65 -vuotiailla, mutta yli 85 -vuotiailla tautia esiintyy 15-20 prosentilla. Alzheimerin esiintyvyys lisääntyy iän myötä. Alzheimerin tauti on hitaasti ja tasaisesti etenevä muistisairaus.

Alzheimerin taudissa merkittävin oire on muistin heikkeneminen. Taudin alkuvaiheessa on vaikeuksia oppia uutta ja lähimuisti alkaa heikentyä. Alzheimerin taudin oireita voidaan lievittää lääkehoidolla. Alzheimerin tautiin liittyy aivoalueiden, niiden välisten yhteyksien ja hermoratojen valikoitunut vaurioituminen.



Toinen yleinen muistisairaus on aivoverenkiertosairauden aiheuttama muistisairaus. Aivoverenkiertosairauden oireena on muistin ja tiedonkäsittelyn heikkeneminen. Verisuoniperäistä kognitiivista heikentymää aiheuttavia aivoverenkiertosairauksia ovat muun muassa: pienien aivoverisuonten tauti, suurien kaula -ja aivoverisuonten tauti, aivoverenvuodot ja perinnölliset sairaudet.

Otsa-ohimolohkorappeuma on jatkuvasti lisääntyvä muistisairauden muoto, jota esiintyy etenkin nuoremmilla, työikäisillä 45-65 -vuotiailla. Tyypillistä tälle muistisairauden muodolle on se, että ihmisellä ensin muuttuu persoona ja käytös, jota ei ehkä ensin itse huomaa. Otsa-ohimolohkorappeuma on perinnöllinen, joka on yksi syy siihen, että sitä on vaikea diagnosoida.



3



Lewynkappaletauti on yksi harvinaisimmista ja vaikeimmista muistisairauksista tunnistaa. Sitä esiintyy noin 1-2 % yli 65 -vuotiaista ja 5 % yli 75 -vuotiaista. Lewynkappaletaudissa aivoihin muodostuu lewyn kappaleita, joista tauti on saanut nimensä. Oireita Lewynkappale taudissa on harhojen näkeminen, sekavuus ja päiväaikaan tapahtuva aaltoileva väsymys. Muistin heikkeneminen tapahtuu vasta sairauden myöhemmässä vaiheessa.



Muistisaira mietteitä

Minuus ja itsenäisyys	➤	Häviääkö minuus, olenko minä minä, kun en enää muista tai käsitä samalla tavalla kuin ennen
Rakkaus ja ilo	➤	Rakastavatko läheiseni minua, kun minä en enää muista heitä?
Turvallisuus	➤	Olenko turvassa? Saanko apua?
Häpeä sairaudesta	➤	Voinko olla muiden seurassa? Häpeävätkö läheiset minua?
Ymmärretyksi tuleminen	➤	Miten tulen ymmärretyksi, kun en enää osaa sanoa mitä haluan?

Muistisairaahan hoito

Muistisairaahan henkilön sairauden hidastaminen ja toimintakyvyn ylläpitäminen kuuluvat muistisairaahan hoitoon. Muistisairaahan arkeen kuuluu huolenpito, arvostus, voimavaralähtöinen toiminta ja yhteisöllinen toiminta.

Muistisairautta sairastavilla henkilöillä on muistamiseen liittyviä haasteita, ja joskus he saattavat unohtaa asioita. Muistisairaudesta huolimatta he ansaitsevat täysin samanlaisen kunnioituksen kuten muutkin. Muistisairas henkilö voi kokea oman tilansa itselleen haastavana, mikä taas saa aikaan erilaisia reaktioita kehossa.

Muistisairaahan hoito

Luovassa muistelutyössä voidaan muistisairaiden kanssa esim. Maalata, kirjoittaa tai laulaa. Tutkimusten myötä on ymmärretty, että muistisairaiden hoidossa toimii erinomaisesti ei-lääketieteelliset menetelmät. Taiteen on havaittu muistisairaiden henkilöiden kohdalla parantavan elämänlaatua, auttaa itseilmaisussa, tuo iloa, tulee sosiaalisia vuorovaikutuksia ja käytöshäiriöt vähenevät.

Muistisairaahan henkilön kanssa työskennellessä voi käyttää kommunikaatiossa esimerkiksi laulamista. Muistisairaalla henkilöllä saattaa säilyä musiikin käyttö pidempään kuin kommunikaatiokyky.

Erilaiset aktiviteetit voivat edistää muistisairaahan henkilön suoriutumista päivittäisistä toiminnoista. Erilaisia kognitiivista kykyä edistäviä harjoitteita voidaan muistisairaahan henkilön kanssa harjoittaa. Heidän kanssaan voidaan käydä läpi keskustelukortteja, joiden avulla voidaan keskustella erilaisista aiheista tai muistella asioita.

Kohtaaminen

Muistisairas olisi tärkeää kohdata arvokkaana ja ainutlaatuisena ihmisenä. Jokaisella heistä on oikeus tulla kohdatuksi ihmisenä eli subjektina eikä objektina. Usein kuitenkin tulee tilanteita, jossa ajatellaan, että muistisairas ei muista mitään, koska hän on muistisairas. Asia ei kuitenkaan ole niin, sillä hekin muistavat tapahtumia aiemmin eletystä elämästä sekä joitakin kohtia nykyhetkestä.

Muistisairasta tulee hoitaa yhtä kunnioitettavasti kuin ketä tahansa muutakin. Heitä ei saisi aliarvioida, väheksyä, nolata tai muistutella muistamattomuudesta.

Sairauden edetessä muistisairaahan kyky vastavuoroisuuteen ja toisen huomioon ottamiseen heikkenee. On tärkeää pitää yllä muistisairaahan toimintakykyä tekemällä hänelle mielekkäitä asioita ja toimimalla rauhallisesti. Muistisairas voi häkeltä siinä, jos hoitaja äkkiä vain piipahtaa luona tai vessassa käydään niin nopeaa, että muistisairas ei sitä ehdi tajuta.

Tärkeää olisi muistisairaahan kohtaamisessa muistaa se, että olisi rauhallinen ja katsoisi silmiin. Muistisairaahan kanssa voi käyttää mahdollisimman paljon ilmeitä ja eleitä, sillä ne he ymmärtävät vielä hyvin. Muistisairas tulisi kannustaa tekemään asioita siten, miten hän on ennenkin tehnyt. Muistisairaalla voi olla yllättäviäkin taitoja jäljellä. Ole hänelle läsnä ja kuuntele ja ymmärrä mitä muistisairaalla on sinulle sanottavana.

Muistisairaahan kanssa työskennellessä on hyvä miettiä sitä, että, miltä sinusta tuntuisi, jos sinulla on vaikeuksia kommunikaatiossa. Muistisairaalle on annettava aikaa ilmaista itseään ja löytää sanoja. Kun puhut muistisairaalle, käytä lyhyitä ja selkeitä lauseita. Näin he ymmärtävät sinua paremmin ja sinä heitä. Jos muistisairas ei ymmärrä mitä hänelle puhut, voit kokeilla jotain muuta tapaa ilmaista asian.



Hoitotyön kulmakivenä toimii kohtaaminen. Kohtaaminen on hoitajien jokapäiväinen työ ja se luo perustan sille, millaisena hoitajana häntä pidetään. Hoitaja tietää kohtaamisen arvoperustan, johon hänen ammatillinen osaamisensa perustuu. Arvoperustalla tarkoitetaan hoitotyössä ihmisarvon kunnioitusta.

Arvoperustan muodostavat yksilöllisyys, ihmisarvon kunnioitus, itsemäärääminen, turvallisuus, jatkuvuus ja terveys. Hoitajan ihmissläheinen kohtaaminen on se, miten meidän tulisi kaikki kohdata. Ihmissläheiseen kohtamiseen kuuluu voinnin kysyminen, kuunteleminen, ymmärtäminen, rauhallisuus, lohduttaminen ja myötäeläminen potilaan tilanteessa.

Hoitotyössä kohdataan useita erilaisia potilaita. Osa potilaista ovat vaatimattomia ja osa suhtautuu hoitoon vastentahtoisesti tai jopa arvostelet hoitoa. Hoitajana tulisi kohdata kaikki ihmiset sellaisina kuin he ovat. Hoitajat eivät voi tietää mitä joku käy elämässään läpi, joka voi selittää esimerkiksi huonon käytöksen tai kiroamisen.

Kurkkaa QR -koodien kautta erilaisia hoitosuosituksia ja hoitomenetelmiä!



Hotus: Muistisairaahan henkilön päivittäistoiminnoista suoriutumisen tukeminen - Lääkkeettömät menetelmät hoitotyössä

Muistisairaahan kohtaaminen -muistiliitto



Kaksi tapaa kohdata -video

Lähteet

Alzheimers Society. 20.12. 2021. Viitattu 5.10.2024.

Duodecim, käypä hoito. 2023. Muistisairaudet. Alzheimerin tauti. Viitattu 5.10.2023.

Terveyskirjasto. Alzheimerin tauti. 10.12.2024. Viitattu 12.2.2025.

Tohmola, A., Malinen, I. & Miettinen, T. 2025. Gerontologinen hoitotyö. Viitattu 24.3.2025

Hallikainen, M., Mönkäre, R. & Nukari, T. 2017. Muistisairaanhoidon hyvät käytännöt. Helsinki: Duodecim. Viitattu 1.12.2023.

Hohenthal-Antin, L. 2013. Muistellaan, luovat menetelmät muistisairaiden tukena. PS-Kustannus. Viitattu 14.5.2024.

Kivipelto, M. Ngandu, T. Immonen, A. 2019. Muistisairaanhoidon. Helsinki: Duodecim. Viitattu 2.1.2024.

Muistiliitto. Muistisairaanhoidon kohtaaminen. Viitattu 22.3.2024.

Pelo, Mira. 2016. Näin kohtaat muistisairaanhoidon yhdeksän tärkeää neuvoa. Yle -uutiset 11.04.2016. Viitattu 14.9.2023.

Suomen lääkäriliitto. 2021. Lääkärin etiikka. Muistisairaanhoidon potilaan hoito. Viitattu 25.3.2024.

Valkeinen P-R, Yli-Hietanen I, Salo V & Heikkilä A. 2018. Muistisairaanhoidon onnistunut kohtaaminen. Verkkojulkaisu. Karelia ammattikorkeakoulu. Viitattu 25.9.2024.