

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU  
Vanhustyön koulutusohjelma

Katrin Tukia

VOIMIA JAKSAMISEEN  
PALVELUOPAS IKÄÄNTYVIEN OMAISHOITAJILLE

Opinnäytetyö 2012

## TIIVISTELMÄ

### KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

#### Vanhustyön koulutusohjelma

TUKIA KATRIN	Voimia jaksamiseen, Palveluopas ikääntyvien omaishoitajille
Opinnäytetyö	33 sivua + 16 liitesivua
Työn ohjaaja	Yliopettaja, FT Sari Ranta Lehtori, THM Merja Laitoniemi
Toimeksiantaja	Loviisan senioripalvelukeskus
Maaliskuu 2012	
Avainsanat	omaishoito, omaishoitaja, omaishoidon tuki, palveluopas

Suomalainen väestö ikääntyy ja hoidon sekä hoivan palvelujen tarve kasvaa. Ympäri- vuorokautisia hoivapaikkoja ei riitä kaikille niitä tarvitseville, ja omaishoitoon täytyy panostaa yhä enemmän tulevaisuudessa. Sosiaalipolitiikan ja koko yhteiskunnan tämän hetken keskeisiä kysymyksiä ovat omaishoitajien tukeminen ja arvon antaminen heidän työlleen.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa palveluopas omaishoitajille. Palveluoppaan tarkoitus on tarjota tietoa Loviisan kaupungin tarjoamista palveluista ja omaishoitoon liittyvistä asioista. Jotta omaishoitajat jaksavat paremmin hoitaa vanhusta, on myös tärkeää pitää huolta omaishoitajien kunnosta ja jaksamisesta. Omaishoitajat tarvitsevat monipuolista tietoa ja käytännön tukea. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa selkokielineen palveluopas Loviisan kaupungin omaishoitajille. Opasta voivat hyödyntää myös muut omaiset, ystäväpiiri, hoidettavat ja vanhustyön alan ammattilaiset.

Opinnäytetyö koostu kahdesta osiosta, omaishoitoa käsittelevästä teoriaosuudesta ja palveluoppaasta. Teoriaosuudessa käsitellään omaishoitajuutta ja kuvataan palveluoppaan valmistumisprosessi. Palveluoppaaseen on koottu tietoa omaishoitajille kunnassa tarjolla olevista sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista ja etuuksista. Opinnäytetyön yhteistyökumppanina on toiminut Loviisan senioripalvelukeskus ja valmis opas on senioripalvelukeskuksen käytettävissä.

## ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Elderly Care

TUKIA, KATRIN

Bachelor's Thesis

Supervisor

Commissioned by

March 2012

Keywords

Strength Endurance, a Service Guide for older carers

33 pages + 16 pages of appendices

Sari Ranta, PhD, Principal Lecturer

Merja Laitoniemi, MNsc, Senior Lecturer

Loviisa Senior Citizens Service Center

informal care, support for informal care, the service care

The Finnish population is aging. The care and treatment services need to grow. There are not enough places for those who need them. Family members need to invest more time in the future. The most important questions in our Social Policy and the whole of society at the moment are how to support family members and value their work.

The purpose of this project was to provide a service guide for caregivers. The service guide will provide information about Loviisa and its services for care-related issues. In order for family caregivers have the strength to take care of the elderly, it is also important to pay attention to the condition and well-being of caregivers. They need more information and practical support. The purpose of this thesis was to produce a guide for the town of Loviisa. Other relatives, friends and elderly care professionals can also take advantage of this guide.

This thesis consists of two parts, dealing with family care theory and the service manual. The theoretical part deals with caring and a service manual that describes the graduation process. The service guide contains information for caregivers about the available health and social care services and benefits. The thesis partner` is Loviisa senior service center and the service guide is available to senior citizens at the service center.

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO	5
2	OMAISHOITAJUUS	6
	2.1 Omaishoidon historiaa ja nykypäivä	6
	2.2 Omaishoitaja	9
	2.3 Omaishoidon tuki	11
	2.4 Palveluopas	13
3	OMAISHOITAJUUS LOVIISASSA	15
	3.1 Omaishoidon tilanne	15
	3.2 Hoidon ja tuen määrittely	16
4	PALVELUOPPAAN TAUSTA JA TAVOITTEET	19
5	PROJEKTIN SUUNNITTELU	20
	5.1 Aikataulu	20
	5.2 Resurssit ja kustannukset	21
	5.3 Riskit	21
6	PALVELUOPPAAN TOTEUTUS	21
	6.1 Palveluoppaan luonnostelu	21
	6.2 Palveluoppaan kehittäminen	23
	6.3 Palveluoppaan viimeistely	24
	6.4 Palveluoppaan arviointi	24
7	OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ARVIOINTI JA POHDINTA	25
	LÄHTEET	28
	LIITTEET	

Liite 1. Voimia jaksamiseen, Palveluopas ikääntyvien omaishoitajille

## 1 JOHDANTO

Suomalainen väestö ikääntyy, mikä lisää hoidon tarvetta. Vuonna 2010 väestöstä lähes 17 % oli yli 65-vuotiaita. Tilastokeskuksen ennusteiden mukaan vuonna 2030 yli 65-vuotiaiden osuus väestöstä on jo yli 26 %. Yksin asuvien vanhusten määrää pidetään eräänä keskeisenä palvelutarpeen osoittimena. Jo pienet ja ohimenevätkin muutokset ikääntyneiden toimintakyvyssä saattavat aiheuttaa kotihoidon tarvetta, jos kotona ei ole auttajaa. (Vaarama & Noro 2005.)

Väestön ikääntymisen vuoksi ympärivuorokautisia hoivapaikkoja ei riitä kaikille niitä tarvitseville ja koti- ja omaishoitoon täytyy panostaa yhä enemmän tulevaisuudessa. Tavoitteena on ollut jo pitkään se, että kalliiden laitoshoitopaikkojen määrää vähennetään ja tuetaan esimerkiksi tehostettua palveluasumista tai mahdollisimman pitkään jatkuvaa asumista kotona. (Mäkitalo, Hautala, Narikka & Tuukkanen 2010, 5.)

Suomalaisessa yhteiskunnassa omaishoitajuutta on pidetty luonnollisena velvollisuutena ja siksi omaishoitajien työ on jäänyt vaille ansaitsemaansa tukea, arvostusta ja apua. Vasta viime vuosina omaishoitoon on kiinnitetty enemmän huomiota. Omaishoitajien tukeminen ja arvon antaminen heidän työlleen ovat sosiaalipolitiikan ja koko yhteiskunnan tämän hetken keskeisiä kysymyksiä. (Omaishoidon tuki 2005, 9.)

Suomessa on noin 3000 000 henkilöä, jotka hoitavat päivittäin kodeissaan ikääntyneitä, vammaista tai sairasta läheistään. Kuitenkin suuri osa omaisista hoitaa läheisiään ilman omaishoidon tukea, vaikka hoidon sitovuus ja tarve on suurta. (Salanko- Vuorela, Purhonen, Järnstedt & Korhonen 2006, 25). Omaishoitajat ja Läheiset- Liiton ry selvityksen mukaan omaishoidon tuen piirissä on vain vajaa kymmenen prosenttia henkilöistä, jotka vastaavat kodeissa perheenjäsenten päivittäisestä selviytymisestä. Jos omaishoitajat jäävät ilman riittävästi tukea, tulee se kustautumaan omaishoitajien uupumuksena ja kuntien kasvavina menoina. (Salanko- Vuorela ym. 2006,194).

Opinnäytetyön aihe nousi esille omaishoidon opintojakson aikana. Hain tietoa omaishoitajuuden tukemisesta Loviisan seudulla opintojakson aikana ja yllätyksekseni havaitsin, että Loviisan kunnan omaishoitajista löytyi vain vähän tietoja. Otin yhteyttä Loviisan senioripalvelukeskukseen ja kerroin havainnoistani. Keskusteluissa nousi esille myös tarve parantaa omaishoitajien tiedon saantia käytettävissä olevista palve-

luista. Keskustelut senioripalvelukeskuksen henkilökunnan kanssa johtivat ajatukseen tehdä Loviisan kaupungin tarjoamista palveluista ja omaishoitoon liittyvistä asioista palveluopas omaishoitajille opinnäytetyönä.

Loviisan seudun kuntien kuntaliitosten myötä omaishoitajien määrä ja tarve on kasvanut oleellisesti ja uudesta kuntarakenteesta johtuen on ilmennyt tarve omaishoitajille suunnatusta alueellisesta palveluoppaasta. Opas on suunnattu omaishoidon tuen piirissä oleville sekä omaishoitajille, jotka eivät syystä tai toisesta hae tai saa minkäänlaista tukea pitkäaikaissairaana tai vammaisen omaisen tai läheisen hoitamiseen. Jotta omaishoitaja jaksaisi vaativaa työtään ja huomaisi huolehtia myös omasta terveydestään, hän tarvitsee monenlaista tietoa ja käytännön tukea. Palveluoppaassa kerrotaan tietoa omaishoidosta, omaishoidon tuesta ja tuen hakemisesta, hoidon ja tuen tarpeen määrittelystä sekä tuen myöntämisedellytyksistä, omaishoitajien vapaapäivistä ja kotihoidon tukipalveluista.

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa selkokielineen palveluopas Loviisan kaupungin omaishoitajille. Opasta voivat hyödyntää myös muut omaiset, ystäväpiiri, hoidettavat ja vanhustyön alan ammattilaiset.

Opinnäytetyössä on käsitelty lyhyesti myös omaishoitajuutta Virossa. Virolainen käytäntö oli minulle jo ennestään osittain tuttu henkilökohtaisen taustani vuoksi.

## 2 OMAISHOITAJUUS

### 2.1 Omaishoidon historiaa ja nykypäivä

Omaishoidosta on viime vuosina tullut Suomessa ja muuallakin maailmassa merkittävä sosiaalipoliittinen ja kansantaloudellinen kysymys. Ikäihmisten määrä lisääntyy ja sen takia palvelujärjestelmiä on yritetty muokata vastamaan paremmin väestön ikääntymishaasteeseen. Sosiaali- ja terveydenhuoltoon on rakennettu erilaisia taloudellisesti kilpailukykyisiä hoivaratkaisuja, josta juuri omaishoito on herättänyt eniten myönteisiä odotuksia. (Saarenheimo & Pietilä 2006, 68.)

Suomessa omaisilla oli vuoteen 1970 saakka laissa säädetty omaisten huolenpitoa koskeva hoitovelvoite. Tällainen tilanne on edelleen mm. Baltian maissa, esimerkiksi Virossa. Virossa asuu vuonna 2012 n. 1 364 000 asukasta (Rahvastik 2012), joista

Vaarmaan (2012) mukaan n. 15 400 hoitaa lähiomaista tai sukulaista. Hoitajista vain murto-osa saa ”omaishoidon” tukea valtiolta tai kunnalta, koska Virossa ei ole vielä laissa määritelty, mitä tarkoittaa omaishoito ja omaishoitaja. Ei voida kuitenkaan sanoa, että Virossa ei olisi tehty mitään omaishoitajuuden eteen. Kunnissa on omaishoitajien vertaistukiryhmiä ja hoitajille järjestetään koulutusta ja tukiryhmät tekevät yhteistyötä Suomen omaishoitajat ja Läheiset -liiton kanssa. Koska Virossa käytännössä on omaishoitoa ja toimintaan liittyy paljon ongelmia, Kenkin (2011) mukaan myös Virossa voitaisiin harkita lakia omaishoidosta.

Suomessa huolenpitoa omaisista oli säädetty vaivaishuoltoasetuksessa (1879), köyhäinhuoltolaissa (1922) ja huoltoapulaissa (1956), jotka määrittivät päävastuun kantajiksi omaiset ja perheen. Velvollisuus huolehtia isovanhemmista ja vanhemmista poistettiin laista vuonna 1970 ja 1977 vuonna poistettiin laista aviopuolisoiden keskinäinen huolehtimisvelvollisuus. Ennen 1970-lukua kunnalla ei ollut laissa määriteltyä vastuuta huolehtia kuntalaisista ja vasta 1970 luvulla kunnasta tuli lainsäädännöllisesti kuntalaisten laillinen huoltaja. Nykyään kunnan huolehtimisvelvollisuus on esitetty myös perustuslaissa. (Salanko-Vuorela ym. 2006, 25).

Suomi oli lähes ensimmäisiä Euroopan maita, jossa alettiin tukea omaisten hoitamista myös taloudellisesti. Siihen vaikuttivat ikärakenteen nopea muuttuminen vanhuspainotteiseksi ja lähestyvä lama 1980-luvun alussa. Salanko-Vuorelan ym. (2006,25) mukaan Suomessa arvioidaan olevan omaistaan päivittäin kotona hoitavia noin 300 000 henkilöä. Arviolta joka kolmas omaishoitaja vastaa runsaan, ympärivuorokautisesti sitovan hoidon antamisesta läheiselleen. Kuitenkin suuri osa omaisista hoitaa läheisiään ilman omaishoidon tukea, vaikka hoidon sitovuus ja tarve on suuri. Omaishoidon tuen piirissä on vain vajaa kymmenen prosenttia henkilöistä, jotka pääsääntöisesti vastaavat kodeissa perheenjäsenten päivittäisestä selviytymisestä. Jos omaishoitajat jäävät ilman riittävää tukea, tulee se kustautumaan omaishoitajien uupumuksena ja kuntien kasvavina menoina. (Salanko-Vuorela ym. 2006,194). Pietilän ja Saarenheimon (2003, 8) mukaan Suomessa käynnissä olevien omaishoidon tutkimus- ja kehittämishankkeiden suuri määrä kertoo siitä, että omaishoidon monipuolisesta tukemisesta on tullut olennainen osa nykyistä vanhustenhuoltoa. Omaishoidon tukemisella edistetään omaishoitajien jaksamista hoitotyössä sekä siirretään hoidettavan laitoshoidon alkamista myöhäisemmäksi ja samalla myös säästetään yhteiskunnan varoja.

Suomessa omaishoito on ollut pitkään näkymättömän vastuun kantamista. Vasta kahden viimeksi kuluneen vuosikymmenen aikana omaishoidon arkea on tehty selkeämmin näkyväksi. (Purhonen, Nissi-Onnela & Malmi 2011, 12.)

Purhosen ym. (2011, 12) mukaan omaishoito koskettaa meistä monia jossain vaiheessa elämäämme ja se on olennainen osa elämäämme. Ketkä ovat omaishoitajia? Siihen kysymyksen on vastannut hyvin omaishoitajien tukitoiminnan uranuurtaja Yhdysvalloissa, Rosalyn Carter.

*”Maailmassa on vain neljänlaisia ihmisiä:  
heitä, jotka ovat olleet omaishoitajia,  
heitä, jotka ovat omaishoitajia,  
heitä, joista tulee omaishoitajia ja  
heitä, jotka tarvitsevat omaishoitajia”.*  
Rosalynn Carter

Ulla Halonen (2011, 15) kuvaa omaishoitoa seuraavasti:

*”Niinko mää sanoin ku sää tulit, että emmä tiedä ollaanko me mitään tyypillisiä omaishoitajia, koska minusta tyypillinen on semmosta, että joku on jossakin vuoteenomana, ja toinen hoitaa sitä ja näin suunnilleen.”*

Ihmisten mielikuva omaishoidosta ja omaishoitajasta on Halosen (2011,15) mielestä kuitenkin laajempi ja sitä kuvaa hyvin Saarenheimon (2005, 7) määritelmä, jonka mukaan omaishoidolla tarkoitetaan perheen ja suvun piirissä annettua huolenpitoa. Halosen (2011, 15) mukaan tutkijat ovat yhtä mieltä omaishoidon käsitteestä, jonka mukaan joku perheenjäsen tarjoaa ensisijaisesti hoivaa heikentyneelle vanhemmalle ihmiselle.

Sosiaalihuoltolaissa omaishoidolla tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotiloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla (Laki omaishoidon tuesta 2005/937).

Omaishoitotilanne voi kehittyä hitaasti tai vähitellen ja usein omaishoitotilanne vain syntyy pikkuhiljaa elämän varrella. Omaisen auttaa arjen toiminnoissa kunnes huomaa, että läheinen ei enää selviydykään ilman apua. Hoidettava tarvitsee yhä enemmän omaisten apua ja huolenpitoa selviytyäkseen jokapäiväisestä elämästään. Joskus omaishoitotilanne voi syntyä myös äkillisesti sairauden tai vammautumisen seurauksena, esimerkiksi silloin kuin aviomies tai vaimo sairastuu äkillisesti. ( Purhonen ym.



2011,12.) Silloin kun iäkäs puoliso sairastuu vakavasti, muutokset alkavat näkyä nopeasti perheen arkielämässä. Tuttu ja turvallinen elämänrytmi muuttuu muutenkin kuin velvollisuuksien ja kotitöiden osalta. Parempikuntoista puolisoa askarruttavat käytännölliset asiat, omaisen hoitamiseen liittyvät ongelmat sekä totutun elämäntavan muuttuminen ja huoli tulevaisuudesta. (Saarenheimo & Pietilä 2005, 31)

Omaishoitotilanne muuttaa arjen normaalia kulkua ja perheen elämää. Omaishoitajalle on tyypillistä, että sosiaaliset suhteet jäävät vähemmälle, ystäväpiiri kapenee, enää ei ennätä harrastamaan, vapaa-aika sekä yönen määrä vähenee. Varsinkin omaishoitajuuden alkuvaiheessa on hyvin tärkeää, että kaikki mahdollinen apu ja tuki lähipiiristä ja yhteiskunnan taholta olisi saatavissa. Pietilä ja Saarenheimon (2003, 32) tutkimuksen mukaan omaishoitajat, jotka olivat saaneet apua, ohjausta ja tukea, olivat tyytyväisiä saamansa apuun. Saadut palvelut olivat helpottaneet omaishoitajien tilannetta ja auttaneet jaksamisessa ja he toivovat jatkossakin saavansa vastaavia tukipalveluita.

Purhosen ja Rajalan (1997, 41) kirjassa Omaishoitaja arjen ristiaallokossa Eeva Tamminen kuvailee osuvasti omaishoitajan työn fyysiset ja psyykkiset puolet:

*Elämä Käsissä*

*”Omaishoitajan työ on henkisesti ja fyysisesti raskasta. Se voi kestää vuosikausia. Omaishoitajan päivät ovat tavallista arkea. Jaksamisen tae on positiivinen elämäkatsomus ja riittävät yhteiskunnan tukitoiminnot. Omaishoitajan täytyy luottaa hoidettavaansa ja antaa hänen pärjätä omin avuin, jos se suinkin on mahdollista. Pitäisi elää tavallista elämää hoidettava rinnalla unohtamatta itseään. Jokaisella on oikeus omaan elämään parhaalla mahdollisella tavalla.”*

## 2.2 Omaishoitaja

Omaishoittoa on ollut aina, mutta omaishoitaja- käsite on tullut kielenkäyttöön vasta 1990- luvulla. Kun ihmisten elinikä on kasvanut ja terveys parantunut, on pitänyt miettiä, kuka hoitaa ikääntyneitä ja miten palvelut riittävät kaikille apua tarvitseville. (Purhonen ym. 2011, 12.)

Siihen, että omainen ryhtyy omaishoitajaksi, vaikuttavat monet syyt: hoidettava on usein läheinen ja kyseessä on hoitajalle ja hoidettavalle tärkeä ihmissuhde. Useimmat vanhuksat haluavat asua kotonaan silloinkin, kun oma toimintakyky on huonontunut. Omaishoitajan antama hoito varmistaa sen, että hoidettava henkilö voi elää omassa kodissaan mahdollisimman pitkään. Omaishoitajat kokevat, että kotona asuvan läheisen elämänlaatu säilyy parempana ja hän on tyytyväisempi asuessaan tutussa ympäristössä kuin muualla hoidettaessa. (Purhonen 2011,18.)

Gothoni (1991, 71) mukaan omaishoitajista on aika usein aviopuoliso, mikäli hän on elossa. Seuraavaksi tulevat samassa ruokakunnassa tai hyvin lähellä asuvat tyttäret sen jälkeen vastuuta ottavat miniät ja pojat. Naapurit ja ystävät ovat valmiita auttamaan vaan satunnaisesti, mutta he ovat valmiita kannustamaan ja tilapäisesti antamaan pientä apua. Stakesin tekemään selvityksen mukaan miesten osuus omaishoitajina on kasvamassa ja hoitajista vuonna 2004 joka neljäs oli miehiä. Enemmistö omaishoitajista on työikäisiä, joka neljäs on iältään 65 - 74-vuotias ja 75 vuotta täyttäneitä omaishoitajia on noin 15 %. (Omaishoidon tuki 2005, 16.)

Gothonin (1991, 27) tutkimuksessa on esitetty Stone ym. käyttämä luokittelu, jossa omaishoitajat on luokiteltu neljän eri ryhmään hoitovastuun määrän ja jakautumisen perusteella: 1) ensisijainen omaishoitaja, joka on ottanut tai jolla on kaikki vastuu hoitamisesta; 2) ensisijainen omaishoitaja, jolla on muita epävirallisia auttajia; 3) ensisijainen omaishoitaja, jolla on sekä epävirallisia että virallisia auttajia; 4) toissijainen omaishoitaja, jolla ei ole päävastuuta, mutta joka osallistuu säännöllisesti auttamiseen.

Omaishoitajan arki ei ole helppoa, vaikka hoidettavana onkin monesti itselle rakas ja läheinen ihminen. Usein hoitaja joutuu antaman itsestään paljon enemmän kuin jaksaisi tai pystyisi. Vasta viime vuosina omaishoitajat ovat alkaneet saada ansaitsemaansa tukea, apua ja arvostusta. Lahtisen (2008, 4) mukaan omaishoitajat ovat korvaamattomia voimavaroja yhteiskunnalle. Väestön vanheneminen merkitsee lisääntyvää hoidon tarvetta ja laitoshoidon on yhteiskunnalle ja myös asiakkaalle kallista. Monet vanhuksien omaiset haluaisivat hoitaa läheisensä kotona hoidettavalle tutussa ympäristössä, jos omaishoittoa tuettaisiin enemmän. Tutkimuksissa on tullut esille, että omaishoitajat kaipaavat monenlaista tukea. Enemmistö omaishoitajista haluaisi nykyistä laajalaisempaa omaishoidon tukea, ja erityisesti vapaapäiviä toivottiin. Omaishoitajien vertaistukiryhmiä on myös toivottu, ja monet hoitajat olivat vailla kotihoitoapua ja tie-

toa sairauksista ja niiden hoitamisesta. Hoitajat haluaisivat myös enemmän tietoa sosiaalietuuksista. (Wacklin & Malmi 2004,38.)

Purhosen ja Rajalan (1997, 8) mukaan omaishoitotilanteissa on aina paljon tunnesiteitä, kiintymystä, rakkautta, mutta myös pelkoa, ahdistusta ja yksinäisyyttä. Jotta omaishoitaja jaksaa hoitaa raskasta tehtäväänsä, riittävä apu ja tuki ovat välttämättömiä. Gothonin (1991,61) käsityksen mukaan omaishoitajat saivat suurimman osaan emotionaalisesta tuesta omilta sukulaisiltaan. Hoitoalan ammattilaisten tehtävänä on tukea omaishoitajia heidän arkensa haasteissa, ja siinä erityisen tärkeää on omaishoitajan jaksamisesta huolehtiminen.

### 2.3 Omaishoidon tuki

Sosiaali- ja terveystalitiikan keskeinen tavoite on vanhusten ja vammaisten henkilöiden kotona asumisen tukeminen. Omaishoidon tukeminen on merkittävä keino tämän tavoitteen saavuttamiseksi (Omaishoidon tuki 2005, 9). Suomessa omaishoidon tukea sai vuoden 2010 aikana noin 37 500 henkilöä, joista 65 vuotta täyttäneitä oli 65 % ja omaishoidon tuesta sopimuksen tehneitä hoitajia oli 37000, joista 50 % on 65 vuotta täyttäneitä (Kunnat. net. Omaishoidon tuki). Omaishoidon tuki on lisääntynyt 2000 luvulla selvästi ja asiakasmäärät ovat kasvaneet noin 80 %. Omaishoidon tuella hoidettujen osuus 75 vuotta täyttäneistä on noussut 3,0 prosentista 4,2 prosenttiin. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2011, 31). Tilastoista kävi ilmi, että omaishoidon tuen avulla hoidettavista suurin osa on ikäihmisiä, jotka usein tarvitsevat hoitoa ja huolenpitoa, eli ilman omaishoitajan apua he olisivat laitoshoidon tarpeessa. Omaishoidon tuella on tarkoitus mahdollistaa asiakkaan kotona asuminen niin pitkään kuin mahdollista. Omaishoidon tuen tavoitteena on välttää vanhuksen, vammaisen tai sairaan joutuminen laitoshoidon. (Omaishoidon tuki 2005, 9).

Tietosanakirjan mukaan (Suuri tietosanakirja 2001, 566) omaishoidon tuki on kunnan järjestämä sosiaalipalvelumuoto. Vuonna 1993 voimaan tulleella sosiaalihuoltolain muutoksella ja siihen liittyvällä asetuksella omaishoidon tuesta vakiinnutettiin omaishoito osaksi kunnan järjestämiä sosiaalipalveluja. Lain mukaan omaishoidon tukena pidetään vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön kotona tapahtuvan hoidon tai muun huolenpidon turvaamiseksi annettavaa hoitopalkkiota ja palveluja. Kunnan omaishoitajan antamat palvelut voivat olla esimerkiksi kotisairaanhoidon, kotipalvelua tai laitospalveluja varsinaisen hoitajan vapaapäivien saamiseksi.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön oppaassa omaishoidon tuki määritellään seuraavasti: omaishoidon tuella tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon tai muun huolenpidon järjestämistä kotiloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Omaishoidon tuella tarkoitetaan kokonaisuutta, joka muodostuu omaishoitajalle maksettavasta hoitopalkkiosta, omaishoitajalle järjestettävästä vapaasta ja omaishoitoa tukevista palveluista, jotka määritellään kullekin hoidettavalle henkilölle tehtävässä hoito- ja palvelusuunnitelmassa. (Omaishoidon tuki 2005, 9.)

Kunta voi myöntää omaishoidon tukea kotona omaista tai läheistä hoitavalle. Tuen myöntäminen perustuu omaishoidon tuen lakiin (937/2005). Omaishoidon tukea voidaan antaa, jos henkilö alentuneen toimintakyvyn, sairauden, vamman tai muun vastaavanlaisen syyn vuoksi tarvitsee hoitoa tai muuta huolenpitoa. Hoitoa on mahdollista järjestää hoidettavan kotona sopimalla siitä hänen omaisensa tai läheisensä kanssa. (Heiliö, Kattelus, Kaukonen, Kumpula, Narikka, Sintonen & Ylipartanen 2006, 376 - 377.)

Omaishoidon tukea haetaan hoidettavan omasta kotikunnasta. Hakemuksia saa kotikunnan sosiaalitoimistosta tai omaishoidon tuesta vastaavasta yksiköstä tai monessa tapauksessa myös kunnan internetsivuilta. Hakemus palautetaan oman kunnan omaishoidosta vastaavalle, jonka jälkeen hakemuksen käsittely aloitetaan ja asiakkaan kanssa sovitaan kotikäynnistä. Viranomaisen käy hoidettavan kotona ja siellä arvioidaan tuen myöntämisedellytykset. Kotikäynnillä tehdyn arvion mukaan laaditaan hoito- ja palvelusuunnitelma yhdessä omaishoitajan ja hoidettavan kanssa. Kun kunta myöntää hoidettavalle omaishoidon tukea, kunta ja omaishoitaja tekevät kirjallisen toimeksiantosopimuksen omaishoidon tuesta. Omaishoitosopimuksen liitteenä on oltava myös hoito- ja palvelusuunnitelma, joka on laadittu yhdessä hoidettavan ja omaishoitajan kanssa. Omaishoitosopimus sisältää tiedot hoitopalkkion määrästä ja maksutavasta, omaishoitajan oikeudesta vapaapäiviin, vapaan järjestämisen ja määräaikaisen sopimuksen tapauksessa sopimuksen keston. Sopimuksessa sisältää myös tiedot hoitopalkkion maksamisesta hoidon keskeytyessä hoitajasta johtuvasta syystä tai hoidettavasta johtuvasta muusta kuin terveydellisestä syystä. (Purhonen, Mattila & Salanko-Vuorela 2011, 26 - 28)

Lakisäänteisen omaishoidon tukeen sisältyy aina rahana suoritettava hoitopalkkio. Omaishoitolain 5. § mukaan omaishoitajalle maksettava hoitopalkkio määräytyy hoi-

don sitovuuteen ja vaativuuden perusteella ja omaishoidon tuen palkkioluokkia on kaksi, 300 € ja 600 €. Toki kunnat voivat maksaa suurempia palkkioita kuin mitä laissa on edellytetty. Palkkioluokkia määritettäessä tulisi ottaa huomioon hoidettavan toimintakyky, tarvittavan hoidon määrä, sitovuus ja vaativuus. Omaishoidosta maksettava hoitopalkkio on veronalaista tuloa. (Omaishoidon tuki 2005, 27 – 28.)

Omaishoitajana toimiminen on raskasta, vaativaa ja sitovaa työtä. Yleensä hoitaja on hoidettavan kotona kaksikymmentäneljä tuntia vuorokaudessa, joten omaishoitajan työ on hyvin poikkeuksellista. Hoitoalan ammattilaiset, jotka hoitavat työkseen vanhuksia tai sairaita, ovat vain kahdeksan tuntia työssä ja pääsevät kotiin lepäämään. Omaishoitajalla ei tällaista mahdollisuutta ole vaan hän on ”työssään” ympäri vuorokauden. Jotta läheistään hoitavat jaksavat, he tarvitsevat vapaapäiviä ja heillä on oikeus säännölliseen vapaaseen.

Omaishoitajalla, joka on tehnyt kunnan kanssa sopimukseen, on lakisäänteinen oikeus pitää vapaata vähintään kolme vuorokautta sellaista kalenterikuukautta kohti, jonka aikana hän on yhtäjaksoisesti tai vähäisin keskeytyksin sidottu hoitoon ympärivuorokautisesti tai jatkuvasti päivittäin. Vähäisin keskeytyksin tarkoittaa, että vapaata hoitotyöstä on maksimissaan seitsemän tuntia vuorokaudessa arkipäivinä. Omaishoidettavan säännöllisen vuorohoidon aikana ei omaishoitajalle kerry lakisääteisiä vapaapäiviä. Seitsemän vuorokauden keskeytys omaishoidossa esimerkiksi viikko terveyskeskuksessa tai sairaalassa aiheuttaa vapapäivien menetyksen sen kuukauden osalta. Hoitajan lakisääteisen vapaan pitäminen ei vähennä hoitopalkkion määrää. (Omaishoitajat ja Läheiset- liitto ry. 2011 - 2012, 6 - 7.)

Ikääntyneelle omaishoitoperheelle, joka ei säännöllisesti käytä lakisääteisten vapapäivien toteutukseen lyhytaikaishoitoa laitoksessa tai palvelukodissa, voidaan myöntää palveluseteli. Laki palvelusetelistä (569/2009) säätelee palvelusetelin käyttöä. Palveluseteli on yksi tapa järjestää sosiaali- ja terveyspalveluja kuntalaisille.

## 2.4 Palveluopas

Opas on kirjallista aineistoa, jossa on esitetty asiakkaille tärkeiden palveluiden tuottaminen ja näihin palveluihin liittyvät tiedot. Oppaassa on esitetty palveluiden lisäksi yhteystiedot, jotka ovat tärkeitä palveluiden hankkimiseksi.

Toimivan oppaan muodostaa hyvä ja laadukas aineisto. Jotta jonkin asian laatua voidaan arvioida, tarvitaan laatukriteereitä. Hyvän terveystieteiden aineiston laatukriteerit ovat muotoutuneet tutkimuksen ja käytännön kokemuksen kautta. Terveystieteiden edistämisen keskus on laatinut terveystieteiden aineistoon laatukriteerit ja näiden kriteerien avulla on helpompi suunnitella aineistoa. Kriteereitä ovat sisällön selkeä esitystapa, helppo hahmoteltavuus sekä helppolukuisuus, oikea ja virheetön tieto sekä myös sopiva tietomäärä, kohderyhmän selkeä määrittely ja kulttuurin kunnioittaminen, tekstiä tukeva kuviointi, huomiota herättävyys ja hyvä tunnelma. (Parkkunen, Vertio, Koskinen-Ollonqvist 2011, 9). Parkkunen ym. (2011, 9) mukaan yhden kriteerin täytyminen ei luo vielä hyvää aineistoa vaan siihen vaaditaan kaikkien kriteerien täytyminen.

Hyvä palveluopas on suunniteltu palvelemaan tiettyä kohderyhmää. Hyvän oppaan ulkonäkö ja sisältö ovat mielenkiintoisia ja teksti on tarkoituksenmukaista ja luettavaa. Tekstin luettavuuteen vaikuttavat fontin koko, merkkiväli, sanaväli, rivin pituus, riviväli, tekstin asettelu sekä palstan väli. (Pesonen 2007, 31.)

Oppaan tärkeimmät osat luettavuuden kannalta ovat otsikko ja väliotsikot. Pääotsikko kertoo oppaan aiheen, esimerkiksi ”Omaishoitajuus”. Pääotsikon jälkeen toiseksi tärkeintä oppaassa ovat väliotsikot, jotka jakavat tekstiin sopiviin lukupaloihin ja ohjaavat lukijaa eteenpäin. Hyvä väliotsikko toimii samalla lailla kuten pääotsikkokin eli kertoo alakohdan olennaisimman asian, esimerkiksi ” Omaishoidon tuen hakumenetelmät”. (Torkkola & Tiainen 2002 39 – 40.)

Kuvat tuovat väriä ja houkuttelevat tutustumaan aineistoon. Hyvin valitut kuvat tai piirroksot lisäävät oppaan luettavuutta, kiinnostavuutta ja ymmärrettävyyttä ja esimerkiksi kuva tai piirros apuvälineistä helpottaa ikääntyvän käsitystä kyseessä olevasta asiasta. On hyvä muistaa, että kuvien käyttöön vaikuttavat tekijänoikeudet. Kuvat ja piirroksot on suojattu tekijänoikeuslailla, jonka mukaan piirroksot ja kuvat kuuluvat tekijälle. Jos haluaa käyttää kuvia tai piirroksia, täytyy kuvien käyttöön olla tekijän lupa. (Torkkola ym. 2002, 40 – 41.)

Hyvän oppaan edellytys on se, että oppaan tekijä perehtyy aiheeseen perusteellisesti ja että oppaassa on ajankohtaista tietoa. Oppaan kohderyhmään kuuluva käyttäjä huomaa toimivasta oppaasta, että opas on tarkoitettu palvelemaan häntä.

Sosiaali- ja terveysalalla on erilaisia oppaita, joissa on tietoa sairauksista, kuntoutuksesta, etuisuuksista, omaishoitoa tukevista palveluista ja niiden hakemisesta. Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto ry:n palveluoppaasta ”Tiedä, taida, selviydyt...” löytyy erityisesti omaishoitajille suunnattua tietoa ja ohjeita palvelujen hakemiseen.

Omaishoitajuutta käsitteleviä oppaita löytyy myös Virosta. Viron sosiaaliministeriö on tehnyt palveluoppaan ”Hooliva hooldaja käsiraamat” sekä MTÜ Inkotuba ja Viron sairausvakuutuskassan yhteistyönä on valmistunut opas ”Omastehooldaja käsiraamat”. Oppaissa on kerrottu ikääntymisestä ja siihen liittyvistä sairauksista, iäkkään ihmisen hoitamisesta, palveluista ja niiden hakemisesta sekä apuvälineistä ja ergonomiasta. Opas on tarkoitettu ikäihmisille, omaishoitajille sekä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille.

### 3 OMAISHOITAJUUS LOVIISASSA

#### 3.1 Omaishoidon tilanne

Vanhusväestön määrä Loviisan alueella tulee tulevina vuosina lisääntymään: vuodesta 2011 vuoteen 2020 yli 75-vuotiaiden määrä kasvaa ennusteiden mukaan noin 380 henkilöllä ja näistä yli 85-vuotiaita on noin 150 henkilöä. Taloussuunnitelman ajankaksolla 2011- 2013 lisäys tulee olemaan noin 50 henkeä, joista lähes kaikki ovat 85 vuotta täyttäneitä, mikä lisää palvelutarvetta senioripalveluissa (Loviisan kaupungin talousarvio ja taloussuunnitelma 2011 - 2013, 51.)

Vanhusväestö lisääntyy nopeaa tahtia Loviisassa, ja 20 vuoden kuluttua kaupungin väestöstä yli kolmannes on ikääntyviä. Loviisan kunnanhallituksen puheenjohtajan Arja Isotalon mukaan ikääntyvien lisääntyminen on kaupungille iso haaste. Loviisan kaupungin tavoitteena on, että vanhukset asuvat niin kauan kotonaan kuin mahdollista. Jos vanhus ei enää pärjää kotona, hänelle on tarjottava sopiva hoitopaikka. Kaupunki tarvitsee jatkossa lisää resursseja kotipalveluun sekä hoitopaikkoihin. (Yle Helsinki 2011.)

Omaishoitajien rooli tulee kasvamaan, kun kotona hoidetaan yhä enemmän huonokuntoisia ja dementoituneita vanhuksia. Uhrautuvasti ja sinnikkäästi vanhusta hoitavat ja auttavat omaiset mahdollistavat vaikeastikin sairaan kotona asumiseen. Vain pieni määrä hoitajista on tehnyt kunnan kanssa omaishoidon sopimukseen, vaikka hoitaja,

joka ei ole tehnyt kunnan kanssa sopimusta omaishoidosta, ei ole oikeutettu lakisääteisiin vapaapäiviin. Hoitajan jaksamisestakin on tärkeä pitää huolta ja hoitajan jaksamisella on suora yhteys hoidettavan hyvinvointiin. Vanhusta kotona hoitavien omaisten toimintakyvyn vahvistaminen erilaisin palveluin ja tukitoimin lisää myös hoidettavien hyvinvointia ja selviytymistä. On tärkeää, että tukea saavat myös hoitajat, jotka eivät kuulu omaishoidon tuen piiriin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 11.) Vuonna 2011 Loviisan kaupungin senioripalveluissa oli 55 ja vammaispalvelussa 27 omaishoitolaista tarkoittama omaishoitajaa. (Perusturvalautakunnan pöytäkirja 2011).

### 3.2 Hoidon ja tuen määrittely

Omaishoidon tuki on lakisääteinen sosiaalipalvelu ja kunta vastaa omaishoidon tuen järjestämisestä. Kunnalla on oikeus päättää, missä laajuudessa se järjestää omaishoidon tukea ja kuinka paljon se osoittaa talousarviossa voimavaroja hoitopalkkioihin ja palveluihin. (Sjöholm 2010.) Omaishoitolaissa 3 § säädetään tuen yleiset myöntämisedellytykset ja kunta voi myöntää omaishoidon tukea, jos hoidettavaan liittyvien tekijöiden lisäksi myös hoitajan terveys ja toimintakyky vastaavat omaishoidon asettamia vaatimuksia. (Omaishoidon tuki 2005, 21.)

Vanhusta kotona hoitavalle voidaan maksaa omaishoidon tukea, joka määräytyy hoidon sitovuuden ja vaativuuden mukaan. Myöntämisen perusteena on, että hoidettava tarvitsee päivittäistä, jatkuvaa henkilökohtaista hoitoa ja huolenpitoa. Omaishoidon tuella tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön kotona tapahtuvaa hoidon ja huolenpidon turvaamiseksi hoitajalle maksettavaa hoitopalkkiota ja omaishoittoa tukevia palveluja. (Omaishoidon tuki 2005, 11.) Omaishoidon tuella on tarkoitus mahdollistaa asiakkaan kotona asuminen sitä tukevine perus- ja erityispalveluineen. Omaishoidon tuen tavoitteena on välttää vanhuksen, vammaisen tai sairaan joutuminen laitoshoitoon. Omaishoidon tukea voidaan antaa, jos henkilö alentuneen toimintakyvyn, sairauden, vamman tai muun vastaavanlaisen syyn vuoksi tarvitsee hoitoa tai muuta huolenpitoa. Hoitoa on mahdollista järjestää hoidettavan kotona, sopimalla siitä hänen omaistensa tai läheistensä kanssa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011, 31.)

Hoidettavan hoidon tarve sekä muiden välttämättömien palvelujen tarve ja määrä arvioidaan kotikäynnillä. Arviointi tapahtuu aina yksilöllisesti ja hoidettavan kokonaistilanne huomioon ottaen. Hoitoisuuden arvioinnissa käytetään soveltuvin osin RAVA-toimintakyky-mittaria ja tarvittaessa MMSE-testiä (älyllisen toimintakyvyn arviointiin



tarkoitettu minitesti). Omaishoidon tuen piiriin otetaan eniten hoitoa tarvitsevat henkilöt, jotka ovat täysin autettavia, suurimmaksi osaksi autettavia tai näihin verrattavia. Hoitopalkkiota ei makseta, jos hoidettavan avuntarve kohdistuu pelkästään asiointi- ja kodinhoitotehtäviin. Arvioinnissa huomioidaan myös perheen normaalit sisäiset vastuut, esim. puolisoiden välinen tavanomainen auttaminen. Alle 16-vuotiaiden vaikeavammaisten hoitoisuusarvioinnissa käytetään omaa erillistä arviointilomaketta. (Ohjeet omaishoidon tuen toteuttamiseksi Loviisassa 2010.)

Omaishoidon tuen antaminen perustuu aina viranhaltijan päätökseen. Päätös tehdään kirjallisesti silloinkin, kun hakemus on esitetty suullisesti senioripalvelukeskuksen suostumuksella. Päätös voi olla jo kielteinen tai myönteinen. Mikäli tukea myönnetään, päätös sisältää hoitopalkkion määrän ja keston. Kirjallinen päätös perustuu lakiin sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista, asiakaslain 812/2000 6. §:ään ja Hallintolain 434/2003 43. §:n 1. momenttiin.

Omaishoidon tuen myöntämisen lähtökohtana on, että hoidettavan omainen tai läheinen haluaa ryhtyä omaishoitajaksi ja että hoidettava hyväksyy hänet hoitajakseen. Omaishoitajan toimintakyky tulee olla sellainen, että hän on kykenevä huolehtimaan hoidettavasta. Lisäksi hoitajalla on oltava elämäntilanteensa ja muiden edellytystensä puolesta mahdollisuus toteuttaa kotihoito tarkoituksenmukaisesti. Kunta maksaa omaishoidon tukea, kun henkilökohtainen hoidon tarve on ympärivuorokautista tai päivittäin sitovaa.

Kunta voi myöntää omaishoidon tukea, jos (Omaishoitolaki 937/2005): 1) hoidettava tarvitsee terveydentilan ja alentuneen toimintakykynsä vuoksi säännöllistä hoitoa ja huolenpito kotona; 2) omaishoito on hoidettavan edun mukaista; 3) hoitaja on valmis vastaamaan hoidosta ja hoidettava hyväksyy omaishoitajan; 4) hoitajan terveys ja toimintakyky ovat riittävät huolehtimaan hoidettavan tarpeista; 5) hoidettavan koti on terveydellisiltä ja muilta olosuhteiltaan hoitoympäristöksi sopiva; 6) hoito on riittävää sosiaali- ja terveyshuollon palveluiden kanssa hoidettavan hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden kannalta. (Ohjeet omaishoidon tuen toteuttamiseksi Loviisassa 2010.)

Jos kunta myöntää hoidettavalle omaishoidon tukea, kunta ja omaishoitaja tekevät toimeksiantosopimuksen omaishoidon tuesta annetun lain mukaan. Omaishoitosopimuksen liitteenä on oltava hoito- ja palvelusuunnitelma, joka on laadittava yhdessä hoidettavan ja omaishoitajan kanssa. Omaishoidon tukea koskevat päätökset tehdään

pääsääntöisesti toistaiseksi voimassa oleviksi. Kun hoidettavan hoidon tarve on arvioitu määräaikaiseksi, silloin määräaikainen päätös on mahdollinen. (Ohjeet omaishoidon tuen toteuttamiseksi Loviisassa 2010.)

Omaishoitotuki sisältää aina rahana suoritettavan hoitopalkkion. Hoitopalkkion taso määräytyy hoidon sitovuuden ja vaativuuden perusteella. Hoitopalkkio suoritetaan omaishoitajalle ja se on verotettavaa tuloa. (Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005, 27 – 28.)

Loviisassa hoitopalkkion määrä jaetaan hoidettavuudesta ja muista olosuhteista riippuen kolmeen eri ryhmään. Kun hoidettava tarvitsee säännöllistä hoitoa ja huolenpitoa päivittäisissä toiminnoissa, hoitopalkkio kuuluu tukiluokkaan I ja hoitopalkkion suuruus on 364,35 €/kk. Tukiluokassa II, kun hoidettava tarvitsee jatkuvaa apua päivittäisissä toiminnoissa sekä hoitoa ja huolenpitoa myös yöllä, hoitopalkkion suuruus on 555,83 €/kk. Tukiluokassa III hoitopalkkion suuruus on 969,00 €/kk. Tällöin hoidettava tarvitsee runsaasti hoitoa ja huolenpitoa ja hoitotyö on sitovaa ja vaativaa ympäri vuorokauden raskaan siirtymävaiheen aikana. Tukiluokkaan III kuuluvat esimerkiksi saattohoito tai vaativat syöpähoidot. (LS 23.12.2011.)

Omaishoitotosopimuksen tehnyt omaishoitaja ei ole työsopimuslain (55/2001) tarkoittamassa työsuhteessa kuntaan, hoidettavaan tai hoidettavan huoltajaan. Omaishoitajan eläketurvasta säädetään kunnallisessa eläkelaisissa. Kunnan on otettava tapaturmavakuutuslain (608/1948) 57. §:n 1. momentin mukainen vakuutus hoitajalle. Omaishoitotosopimukset on laadittava toistaiseksi voimassa oleviksi, ellei ole erityistä syytä määräaikaisen sopimuksen tekemiseen. Määräaikaisen sopimuksen tekemisen lähtökohtana on aina hoidettavan etu. Jos omaishoito keskeytyy äkillisesti hoidettavan terveydentilasta johtuvasta syystä, hoitopalkkion maksaminen keskeytyy kuukauden kuluessa. Hoito ja muu huolenpito voidaan erityisistä syistä järjestää myös hoitajan kotona. Hoitajan kotona järjestettyyn ympärivuorokautiseen hoitoon sovelletaan perhehoitajalain (312/1992) säännöksiä silloin, kun myös muut perhehoidolle asetetut edellytykset täyttyvät. Perhehoidolla tarkoitetaan henkilön hoidon, kasvatuksen tai muun ympärivuorokautisen huolenpidon järjestämistä hänen oman kotinsa ulkopuolella yksityiskodissa. (Omaishoidon tuki 2005, 23.)

Omaishoitolain (937/2005) mukaan sitovaa hoitotyötä tekevällä omaishoitajalla on oikeus pitää vapaata vähintään kolme vuorokautta sellaista kalenterikuukautta kohti, jonka aikana hän on yhtäjaksoisesti tai vähäisin keskeytyksin sidottu hoitoon ympäri-vuorokautisesti tai jatkuvasti päivittäin. Ikääntyneelle (hoidettava yli 65 v.) omaishoitajalle, joka ei säännöllisesti käytä lakisääteisten vapaapäivien toteutukseen lyhytaikaishoitoa laitoksessa tai palvelukodissa, voidaan myöntää palveluseteleitä. Palveluseteli on arvoltaan 25 €, ja palveluseteleitä myönnetään 1 - 10 kpl kuukaudessa. (Ohjeet omaishoidon tuen toteuttamiseksi Loviisassa 2010.)

Omaishoitajien vapaapäivien toteuttamiseksi Loviisan kaupunki käynnisti sijaisomaishoitajatoiminnan kokeilun vuodelle 2012. Sijaisomaishoitajakokeilun aikana kunta haluaa tukea omaishoitajien jaksamista ja heille tarjotaan vaihtoehto vapaapäivien pitämiseen. Sijaisomaishoitaja on tarkoitettu sellaisille omaishoitajille, joille ei ole löytynyt sopivaa vapaapäivien järjestämisuotoa nykyisin tarjolla olevista lyhytaikaishoidon palveluista tai palveluseteleistä. Sijaisomaishoitajan kanssa tehdään toimeksiantosopimus, jolla tämä sitoutuu huolehtimaan vakituisen omaishoitajan vapaan aikaisesta sijaishoidosta. Edellytyksenä on omaishoitajan suostuminen järjestelyyn, hoidettavan henkilön oma mielipide ja että järjestelyn arvioidaan olevan hoidettavan edun mukaista. Sijaisomaishoitajana toimitaan samoin edellytyksin kuin omaishoitajana ja hoito järjestetään hoidettavan kotona. (Perusturvalautakunta 2011.)

Loviisan senioripalvelukeskuksen palveluohjaajan mukaan vuonna 2012 Loviisan kunnassa on 62 omaishoitolain tarkoittamaa omaishoitajaa ja jonossa on 3 hoitajaa. Hoitajista 65 - 75-vuotiaita on 11 henkilöä. Loviisan kunnassa on määritelty omaishoitajien lukumääräksi 66 henkilöä. Palveluohjaajan ja myös minun mielestäni Loviisassa on liian vähän omaishoitajia, jotka saavat lakisäänteistä omaishoidon tukea. Kunnassa näyttääkin olevan liian tiukat kriteerit omaishoidon tuen myöntämiselle.

#### 4 PALVELUOPPAAN TAUSTA JA TAVOITTEET

Tein projektityönä oppaan ikääntyviä hoitaville omaishoitajille Loviisan alueella. Opinnäytetyön aihe nousi esille omaishoidon opintojakson aikana. Opintojakson aikana hain tietoa Loviisan seudulla olevista omaishoitajista ja yllätyksekseni havaitsin, että Loviisan omaishoitajille oli tarjolla yllättävän vähän tietoa. Samalla havaitsin, että tiedot omaishoitajien käytettävissä olevista palveluista ovat hajallaan. Koska palveluista kertovalle oppaalle oli selvästi tarvetta, päätin kysyä seniorikeskuksesta, olisiko

opas sopiva opinnäytetyön aihe. Otin yhteyttä Loviisan seniorikeskukseen ja kerroin palveluohjaaja Monica Sundille ja palveluvastaava Margareta Lepänaholle, mitä olin ajatellut. Seniorikeskuksen työntekijät olivat kiinnostuneita asiasta ja teimme opinnäytetyösopimuksen syksyllä 2011. Sopimuksen mukaan tein palveluoppaan ikääntyvien omaishoitajille.

Opas on tarkoitettu omaishoidon piirissä oleville sekä omaishoitajille, jotka eivät osaa hakea tai jostakin syistä eivät saa minkäänlaista tukea pitkäaikaissairaana vanhuksen tai läheisen hoitamiseen. Projektin tarkoituksena oli saada hyvä ja kattava palveluopas, joka esittelee käytettävissä olevia palveluita ja auttaa niiden löytämisessä. Jotta omaishoitaja jaksaisi hoitaa vanhusta, on hoitajan oltava sellaisessa kunnossa, että hän pystyy selviytymään tehtävästä. Omaishoitajat tarvitsevatkin monipuolista tietoa ja käytännön tukea.

Valmis opas on Loviisan seniorikeskuksen käytettävissä. Projektin kohderyhmäksi olen valinnut Loviisan alueella asuvat omaishoitajat. Opasta voivat hyödyntää myös muut hoidettavan omaiset, ystäväpiiri, hoidettavat ja vanhustyön alan ammattilaiset.

## 5 PROJEKTIN SUUNNITTELU

### 5.1 Aikataulu

Valitsin opinnäytetyön aiheen ideointiseminaarissa tammikuussa 2011, minkä jälkeen sovin alustavasti Loviisan senioripalvelukeskuksen kanssa palveluoppaan tekemisestä ikääntyvien omaishoitajille. Opinnäytetyön aiheen valinnan jälkeen alkoi työn suunnittelu. Koska olin jo alustavasti tutustunut omaishoitajuuteen ja aiheesta aikaisemmin julkaistuun kirjallisuuteen ja tutkimuksiin, saatoin aloittaa palveluoppaan kokoamisen maaliskuussa 2011. Projektisuunnitelman tein syyskuussa 2011 pidetyn opinnäytetyön suunnitteluseminaarin jälkeen ja sopimus opinnäytetyön tekemisestä allekirjoitettiin Loviisan senioripalvelukeskuksen kanssa syksyllä 2011. Ensimmäinen versio palveluoppaasta valmistui joulukuussa 2011 ja lopullinen versio oli valmis huhtikuussa 2012. Opinnäytetyön teoriaosuus valmistui huhtikuussa 2012 ja toukokuussa osallistuin päättöseminariin.

## 5.2 Resurssit ja kustannukset

Opinnäytetyön tekemisistä ei aiheutunut suuria kustannuksia: rahaa kului lähinnä ajomatkoihin ja tulosteisiin ja maksoin itse opinnäytetyön aiheuttamat kulut. Jos palveluopas ikääntyvien omaishoitajille päätetään ottaa käyttöön, Loviisan kaupunki kustantaa oppaan painattamiskulut. Opinnäytetyön tekemiseen aikaa kului noin 420 tuntia ja pääsääntöisesti tein opinnäytetyötä kotona. Palveluoppaan sisällön määrittelyyn ja kommentointiin osallistuivat Loviisan kaupungin senioripalvelukeskuksen työntekijät.

## 5.3 Riskit

Anttonen (2003, 34) mukaan projektin keskeisiä onnistumisen kriteerejä ovat aika, raha ja lopputulos. Projekti on epäonnistunut, jos budjetti ylittyy, aikataulu ei pidä eikä lopputulos tyydytä.

Opinnäytetyössä yleisimmät riskit ovat aikataulun pettäminen, tehdyn työn häviäminen esim. tietokoneelta sekä opinnäytetyön tekijän mielenkiinnon hiipuminen. Aikatauluongelmiin kiinnitettiin huomiota opinnäytetyön suunnitteluseminaarissa, jossa laadin alustavan aikataulun palveluoppaan ja teoriaosuuden valmistumiselle. Kirjoittamisen aikana tallensin kirjoittamani tekstit tietokoneen kovalevyn lisäksi myös muistitikulle varmistaakseni, että työ ei häviä, jos tietokoneen kovalevy rikkoontuisi tai tekisin virheen työtä tallentaessani. Opinnäytetyön aiheeksi valitsin geronomikoulutukseen kiinteästi liittyvän käytännönläheisen aiheen, jonka koin mielenkiintoiseksi varmistaakseni, että saan työn tehtyä.

# 6 PALVELUOPPAAN TOTEUTUS

## 6.1 Palveluoppaan luonnostelu

Jämsän ja Mannisen (2000, 43) mukaan tuotteen luonnostelu käynnistyy, kun on tehty päätös siitä, millainen palveluopas on aikomus suunnitella ja valmistaa. Omaishoitajille on tehty oppaita joissakin kunnissa ja näissä käsitellään laajasti omaishoitoa ja omaishoitajia. Ajattelin tehdä omasta oppaastani tiiviin paketin ja oppaan tulisi sisältää nimenomaan tietoa Loviisan omaishoidosta ja sen palveluista.

Oppaan luonnosteluvaiheessa perehdyin aiheeseen ja kirjallisuuteen sekä mietin oppaan käyttäjiä eli kohderyhmää. Jämsän ja Mannisen (2000,43) mukaan tuotteen luonnosteluvaihe alkaa asiakasanalyysin ja asiakasprofiilin laadinnalla, jossa selvitetään kohderyhmän ikä, ominaisuudet ja tarpeet. Luonnosteluvaiheessa on myös tärkeää ottaa huomioon, ketkä ovat suunniteltavan tuotteen ensisijaiset hyödynsaajat ja millaisia he ovat tuotteen käyttäjinä. Oppaan kohderyhmäksi valitsin Loviisan alueella asuvat omaishoitajat ja ikääntyneet ihmiset. Opasta voivat hyödyntää myös muut hoidettavan omaiset, ystäväpiiri, hoidettavat ja vanhustyön alan ammattilaiset.

Palveluoppaan suunnittelu alkoi oppaan sisällön hahmottamisella ja ulkomuodon miettimisellä. Suunnittelun pohjana oli tammikuussa 2011 pidetty ideointiseminaari ja syyskuussa 2011 ollut suunnitteluseminaari. Suunnitteluvaiheessa mietin, millaisen oppaan haluaisin tehdä, ja halusin, että oppaasta tulisi mahdollisimman havainnollinen. Tutustuin myös muihin omaishoitoon liittyviin opinnäytetöihin ja oppaisiin sekä esitteisiin, joista sain hyviä ajatuksia oman oppaani tekemiseen. Huomasin, että omaishoitajuudesta kertovat oppaat olivat sisällöltään ja ulkoasultaan erilaisia. Joissakin oppaissa oli käytetty kuvia elävöittämään tekstiä ja tekstin määrä ja sisältö vaihtelivat suuresti.

Oppaan tekeminen alkaa tekstin luonnostelusta. Tekstin avulla välitetään tietoa ja sanoma lukijalle ja lukijan kannalta tekstin on oltava helppolukuista, havainnollista ja mukaansa tempaavaa. (Parkkunen ym. 2011,9.) Päätin laittaa oppaaseen myös pari kuvaa, jotta siitä tulisi ulkoasultaan houkuttelevampi ja mielenkiintoisampi. Googlen kuvahausta löytyy hyviä kuvia omaishoitajuudesta, mutta koska kuvien kopiointi ei ole lain mukaan sallittua, niin pyysin Hille Tahvanaista piirtämään sopivat ja yksilölliset kuvat palveluoppaaseen. Aluksi ajattelin, että painatan oppaan painofirmassa, mutta lopulta päätin tehdä oppaan itse ja pyytää ystävältä apua oppaan muotoiluun ja tulostamiseen.

Varmistaakseni oppaan hyvän laadun perehdyin kirjallisuuden avulla siihen, mitkä ovat hyvän oppaan laatukriteerit. Terveysten edistämisen keskus on julkaisussaan määritellyt hyvän terveystieteen laatukriteereiksi konkreettisen terveystavoitteen, sisällön selkeän esitystavan sekä helppolukuisuuden. Laatukriteereihin kuuluvat myös oikea ja virheetön tieto, jonka on perustuttava tutkimuksiin, sopiva tietomäärä, kohderyhmän selkeä määrittely, tekstiä tukeva kuvitus sekä hyvä tunnelma. (Parkkunen ym.

2001, 9.) Oppaan laatimisessa olen pyrkinyt huomioimaan hyvän terveystieteiden laatu-  
kriteerit.

## 6.2 Palveluoppaan kehittäminen

Aloin työstää opasta opinnäytetyön suunnitteluseminaarin jälkeen syksyllä 2011. Pal-  
veluoppaan tekemisen aloitin keräämällä tietoa ikääntyvien omaishoitajista sekä  
omaishoidon tuesta. Kirjallisuutta löytyi riittävästi: aiheesta löytyi graduja, opinnäyte-  
töitä, kirjoja, omaishoitoon liittyviä oppaita, lehtiartikkeleita sekä Omaishoitajat ja  
Läheiset - Liiton julkaisemaa kirjallisuutta. Tutustuin myös Viron omaishoitoon liitty-  
vään materiaaliin ja oppaisiin ja löysin sieltä vinkkejä omaan työhöni.

Kun olin saanut tehtyä oppaan sisällysluettelon, aloin kirjoittamaan tekstiä. Pesosen  
(2007, 31) mukaan tekstin luettavuuteen vaikuttavat fontin koko, merkkiväli, sanaväli,  
rivin pituus, riviväli, tekstin asettelu ja palstan väli. Riittävä tila tekstin ympärillä ja  
fontin koko kiinnittävät huomiota tekstiin ja helpottavat lukemista. Liian pientä tekstiä  
on vaikea lukea, mutta liian suuri fontti voi olla hidaslukuista ja luotaantyyöntävää.  
Käytin omassa oppaassa kirjasintyyppiä Arial, jonka kirjaimet eroavat selvästi toisis-  
taan, ja kirjasinkooksi valitsin tekstiin 12 ja pääotsikoihin 16. Opas on tarkoitettu  
myös iäkkäille omaishoitajille, eli kirjainten koolla, lauserakenteilla sekä rivien pituu-  
della on suuri merkitys tekstiin ymmärrettävyyteen ja lukemiseen.

Parkkusen ym. (2001, 9) mukaan hyvä opas noudattaa sovittua rakennetta ja muotoa.  
Oppaan teksti on pyritty kirjoittamaan selkeästi ja ymmärrettävästi, jotta sitä olisi  
helppo lukea ja omaksua. Oppaan tekstin luettavuutta voidaan lisätä myös käyttämällä  
helppoja ilmaisuja ja yksinkertaisia lauseita sekä käyttämällä selventäviä esimerkkejä.  
Luettavuuden kannalta oppaan tärkeämmät osat ovat otsikko ja väliotsikot. Valitsin  
oppaaseen ytimekkäät otsikot siten, että oppaan käyttäjät löytävät helposti otsikoiden  
alta sen tiedon, mitä ovat hakemassa.

Oppaan tekovaiheessa jaottelin oppaan eri osiin. Aluksi laadin oppaan sisällysluette-  
lon ja sen jälkeen laitoin omaishoitajuutta kuvaavan runon sekä kirjoitin alkusanat lu-  
kijalle. Seuraavaksi käsittelin omaishoitajuutta ja kuvailin lähemmin omaishoittoa sekä  
omaishoitajia. Tämän jälkeen oppaassa on kerrottu omaishoidon tuesta ja sen hakemi-  
sestä sekä hakukriteereistä Loviisassa ja omaishoidosta maksettavista palkkiosta. Lo-

pussa kuvailen Loviisan kaupungin tarjoamista palveluista ja Kelan etuuksista. Palveluoppaan loppuosiossa kerron vinkkejä omaishoitajan jaksamiseen.

Alussa suunnittelin tietokoneella ensimmäisen versioon oppaan sivujen sisällöstä, tekstien sijoittelusta ja kuvien paikoista. Kävin helmikuussa 2012 senioripalvelukeskuksessa näyttämässä opasta ja kyselin mielipiteitä oppaan sisällysluettelosta ja oppaan sisällöstä. Palveluohjaajan kanssa mietimme oppaan sisältöä ja sitä, mitä voisimme karsia pois, jotta oppaasta tulisi tiivis ja helposti luettava. Loviisan senioripalvelukeskuksella on oma opas, ja päätimme palveluohjaajan kanssa, että omaishoitajien palveluopas noudattaa pääpiirteissään samaa muotoilua.

Lopullinen versio oppaasta valmistui huhtikuun alussa, jolloin tarvittavat senioripalvelukeskuksen palveluohjaan esittämät muutokset oli tehty. Kävin näyttämässä valmista opasta senioripalvelukeskuksessa ja palveluohjaaja oli tyytyväinen lopputulokseen. Lopullisessa versiossa on kuvat, joihin olimme tyytyväisiä: kuvat tuovat oppaaseen mukavan tunnelman ja houkuttelevat tutustumaan.

### 6.3 Palveluoppaan viimeistely

Lopullinen versio oppaasta valmistui huhtikuun alussa, jolloin tarvittavat senioripalvelukeskuksen palveluohjaan esittämät muutokset oli tehty. Kävin näyttämässä valmista opasta senioripalvelukeskuksessa ja palveluohjaaja oli tyytyväinen lopputulokseen.

Palveluopas valmistui ja sille piti antaa nimi. Selvää oli, että nimen oli oltava lyhyt ja ytimekäs. Mietin ja pohdiskelin asiaa viikon verran ja lopulta päätin antaa nimeksi ”Voimia jaksamiseen”. Nimi on johdettu viron kielen sanoista ”Jõudu ja jaksu”.

Loviisan senioripalvelukeskus on hyväksynyt työni, joten palveluoppaan tekeminen on päättynyt. Palautin valmiin oppaan senioripalvelukeskukselle huhtikuussa 2012.

### 6.4 Palveluoppaan arviointi

En ole aikaisemmin tehnyt opasta, joten oppaan teko oli haasteellista. Aluksi piti miettiä oppaan rakennetta: mitä opas sisältää ja missä järjestyksessä asiat esitetään, tuleeko oppaaseen kuvia ja päättää yleensäkin oppaan ulkonäöstä. Tavoitteena oli käyttää sellaista kieltä, että teksti on helposti ymmärrettävää ja luettavaa, jotta myös ikääntyvien



on helppo käyttää sitä. Olen kiinnittänyt huomiota sekä tekstin kokoon että riviväleihin, kun oppaan lukijoiden näkökyky ei ole välttämättä yhtä hyvä kuin nuorilla ihmisillä. Pikku hiljaa opin kantapään kautta, miten opasta tehdään ja miten opas kannattaisi koota.

Oppaan teko oli mielenkiintoinen, haasteellinen ja vaativa tehtävä. Sain oppaasta myönteisestä palautetta Loviisan senioripalvelukeskuksen henkilöstöltä. Tällaista opasta ei ole aiemmin ollut ja tiedot ovat olleet hajallaan, joten tarve tällaiselle kootulle teokselle oli ilmeinen. Palvelukeskuksen henkilöstön mielestä olen onnistunut oppaan tekemisessä ja mikä parasta, olen hiukan pystynyt helpottamaan ikääntyvien palveluihin liittyvän tiedon jakamista.

## 7 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ARVIOINTI JA POHDINTA

Opinnäytetyö on osa ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehittämistoimintaa. Opinnäytetyöt ovat työelämälähtöisiä hankkeita, jotka liittyvät oleellisesti koulutusohjelman opintoihin.

Koivula, Suihko & Tyrväinen (2002,7) ovat kirjoittaneet, että ammattikorkeakoulun opiskelijan tulee osata opinnäytetyössään soveltaa alan tietoja ja taitoja työelämälähtöisesti, analysoida ja eritellä alaan liittyvää teoreettista tai käytännöllistä kysymystä tai ongelmaa, soveltaa alan tutkimusmenetelmiä sekä raportoida tulokset kirjallisesti ja suullisesti. Koivulan ym. (2002,7) mukaan laadukas opinnäytetyö ei synny lyhyessä ajassa eikä kerralla, vaan prosessin tuloksena. Se vaatii etukäteen huolellista suunnittelua, materiaalin hankintaa ja moniin uusiin asioiden perehtymistä sekä asioiden kirjallista esitystä.

Opinnäytetyön aiheen valinta oli selvä hyvissä ajoin, ja päätin tehdä aluksi oppaan ja sen jälkeen vasta kirjallisen osion. Jälkeenpäin mietittynä olisi ollut helpompi edetä opinnäytetyön tekemisessä normaalijärjestyksessä siten, että ensin kootaan teoriatieto oppaan tueksi ja sen jälkeen tehdään opas. Valitsemastani järjestyksestä johtuen jouduin tekemään enemmän töitä opinnäytetyön aikana ja välillä eteneminen tuntui hankalalta. Jos olisin aloittanut ensin teoriatiedon hankinnalla ja sen jälkeen tehnyt oppaan, olisin tiennyt, mitä teen ja miksi. Vasta opinnäytetyön teon loppuvaiheessa huomasin, miten olisi ollut viisasta edetä.

Omaishoitajista löytyy yllättävän paljon tietoa, esimerkiksi graduja, opinnäytetöitä, kirjallisuutta, oppaita ja julkaisuja. Työn teon alkuvaiheessa määrittelin viitekehykseen, mitä avainsanoja käytän. Päätin ottaa mielestäni tärkeimmät, eli omaishoitaja, omaishoito, omaishoidon tuki ja palveluopas. Onnistuin hyvin aiheen rajauksessa, ja sen jälkeen oli helppoa kerää lähdekirjallisuutta ja käsitellä sitä. Opinnäytetyön aihe oli minulle mielenkiintoinen, ja se myös helpotti opinnäytetyön tekoa. Hyvin valittu aihe mahdollistaa hyvän lopputuloksen.

Olen tyytyväinen palveluoppaan sisältöön ja ulkonäköön: palveluopas on selkeä ja helppolukuinen. Palveluoppaassa on juuri se oleellinen tieto, mitä omaishoitajat tarvitsevat. Olisin voinut lisätä palveluoppaaseen enemmän tietoa omaishoitajuudesta ja hoitamisesta, mutta tällöin tavoitteena ollut oppaan helppokäyttöisyys olisi kärsinyt. Tiiviistä ja ytimekkästä palveluoppaasta on helpompi löytää tietoa kuin isosta ja laajasta oppaasta. Suuresta tietomäärästä etsiminen on hankalampaa ja oleellisen löytäminen asiakkaalle siten vaikeampaa.

Vertailin myös oma palveluopasta Virolaisiin omaishoidosta kertoviin oppaisiin ja totesin, että minun oppaani on käyttötarkoituksesta johtuen tiiviimpi paketti. Virolaisissa oppaissa on tietoa myös vanhusten hoitamisesta, sairauksista ja ergonomiasta, joita minun tekemäni opas ei käsittele.

Ikääntyvään väestön lisääntymisen myötä tarve omaishoidolle kasvaa. Yhä useampi vanhus haluaa asua kotona niin pitkään kuin mahdollista. Aika monet iäkkäät on hyväkuntoisia ja pärjäävät hyvin kotona, mutta kotona asuu myös huonokuntoisempia vanhuksia, jotka tarvitsevat hoitoa ja huolenpitoa. Iso vastuu hoidon järjestämisessä kotona on omaishoitajilla. On tärkeää, että omaishoitajat saavat tietoa ja ohjausta jokapäiväisessä toiminnassaan. Toivottavasti minun laatimasta palveluoppaasta on hyötyä Loviisan omaishoitajille ja opasta voivat hyödyntää myös muut omaiset, ystäväpiiri, hoidettavat ja vanhustyön alan ammattilaiset.

Tarkoituksena oli näyttää palveluopasta myös Loviisan omaishoitajille ja saada heiltä mielipiteitä palveluoppaasta. Kiireitten vuoksi palveluopas jäi testaamatta ja omaishoitajilta palaute saamatta. Valmista opasta kävin esittelemässä Loviisan senioripalvelukeskuksessa ja sain sieltä hyvän palautteen.

Palveluopasta voisi kehittää siten, että siitä tekisi ruotsinkielisen version. Koska Loviisan kunta on kaksikielinen, ruotsinkielisille olisi tarpeen olla omalla äidinkielellä kirjoitettu palveluopas.

Olin päättänyt tehdä opinnäytetyön yksin, koska sain tehdä silloin työni omaan tahtiin eikä työnjaosta tarvinnut sopia. Olen sitä mieltä, että sain perehtyä työn tekoon rauhassa ja opinnäytetyöstä tuli sellainen kuin minä halusin. Yksin tekemisessä on kuitenkin riskinsä, ja suunniteltu aikataulu piteni ja lopussa tuli kiire saada työ valmiiksi ajoissa. Työn loppuvaiheessa kiire vain lisääntyi ja aiheutti turhautumista ja pakkotahisuutta tekemiseen. Opinnäytetyön kirjoittamisen prosessi oli haastava ja aikaa vievä, silti se oli mielenkiintoinen ja opettavainen.

## LÄHTEET

Anttonen, K. 2003. Tehosta projektityötä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Gothi, R. 1991. Omaiset – loppuun palaneita ihmisiä vai käyttämätön voimavara. Sosiaali- ja terveysministeriön kehittämissosaston julkaisuja 1991:4. Helsinki.

Hallintolaki 6.6.2003/434.

Halonen, U. 2011. Hoiva miten taidat – Omaishoitajan arki ja toimijuus. Pro gradu – tutkielma. 2. uudistettu painos. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos.

Heiliö, P-L., Kattelus, M., Kaukonen, O., Kumpula, A., Narikka, J., Sintonen, H., & Ylipartanen, A. 2006. Sosiaali- ja terveystieteiden laitoksen julkaisu. Helsinki: Tietosanoma Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. 6. painos. Helsinki: Kirjayhtymä.

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. Osaamiseen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.

Karlsson, Å. & Marttala, A. 2002. Projektikirja. Onnistuneen projektin toteuttaminen. 2. painos. Vantaa: Talentum Media Oy.

Kenk, O. 2011. Omastehooldajad tahavad ühesugust abi ja toetust. ERR uudised. Saatavissa: <http://www.err.ee/eesti.info/uudised/uudis.php?uid=1193035>. [Viitattu 27.3.2012].

Koivula, U-M., Suihko, K & Tyrväinen, J. 2002. Mission: possible. Opas opinnäytteen tekijälle. Pirkanmaan ammattikorkeakoulun julkaisusarja C. Oppimateriaalit. Nro 1. Tampere. Pirkanmaan ammattikorkeakoulu.

Kunnat.net. Omaishoidon tuki. Saatavissa:

<http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/sosiaalipalvelut/ikaantyneet/omais-hoidontuki/Sivut/default.aspx> [Viitattu 23.3.2012].

Lahtinen, P. 2008. Omaishoitajan kasvu: omainen auttajana. Suomen mielenterveysseura. SMS- Tuotanto Oy.

Laki omaishoidon tuesta 2.12.2005/937.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812.

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon palvelusetelistä 24.7.2009/569.

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon suunnittelusta ja valtionavustuksesta 3.8.1992/733.

Loviisan kaupungin talousarvio ja taloussuunnitelma 2011- 2013. Saatavissa:

<http://www.loviisa.fi/files/download/INTERNETVERSIOTALOUSARVIO2011.pdf> [Viitattu 1.4.2012].

Loviisa Perusturvalautakunta. Pöytäkirja 2011. Pykälä 110.

Mäkitalo, R., Hautala, U., Narikka, J. & Tuukkanen, J. 2010. Hyvinvointia kestävästi – ikääntymishaaste hallintaan. Valtiovarainministeriö. Saatavissa:

[http://www.vm.fi/vm/fi/04\\_julkaisut\\_ja\\_asiakirjat/01\\_julkaisut/08\\_muut\\_julkaisut/20110112Hyvinv/hyvinvointi\\_tiivistelmae\\_%2B\\_kannet\\_pdf.pdf](http://www.vm.fi/vm/fi/04_julkaisut_ja_asiakirjat/01_julkaisut/08_muut_julkaisut/20110112Hyvinv/hyvinvointi_tiivistelmae_%2B_kannet_pdf.pdf) [Viitattu 20.4.2012].

Ohjeet omaishoidon tuen toteuttamiseksi Loviisassa 1.3.2010 lukien.

Omaishoidon tuen hoitopalkkioihin korotukset. Loviisan Sanomat. 23.12.2011.

Omaishoidon tuki. Opas kuntien päättäjille. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita

2005:30. Saatavissa: <http://pre20090115.stm.fi/h11139404401530/passthru.pdf> [Viitattu 30.3.2012].

Omaishoitajat ja Läheiset- liitto ry. Tiedä, taida, selviydyt... 2011- 2012 palveluopas.

15. uud. p. Keuruu: Keuruun Laatuspaino KLP Oy.

Paavel, V. 2009. Hooliva hooldaja käsiraamat. Tervise Arengu Instituud. Saatavissa: [http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Sotsiaalvaldkond/Eakad/hooldaja\\_kasiraamat.pdf](http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Sotsiaalvaldkond/Eakad/hooldaja_kasiraamat.pdf). [Viitattu 31.3.2012].

Parkkunen, N., Vertio, H. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Helsinki:Trio-offset.

Perhehoitajalaki 3.4.1992/312.

Pesonen, E. 2007. Julkaisijan käsikirja. Porvoo: WS Bookwell.

Pietilä, M. & Saarenheimo, M. 2003. Omaishoidon tukeminen Suomessa: Tutkimus- ja kehittämishankkeiden tausta, tulokset ja merkitys. Tutkimusraportti 2. Helsinki: Gummerus Oy

Purhonen, M. 2011. Omaishoidon motiivit ja merkitys omaishoitajille sekä hoidettaville. Teoksessa M. Kaivolainen, T. Kotiranta, E. Mäkinen, M. Purhonen & M. Salanko- Vuorela (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Purhonen, M., Mattila, Y. & Salanko- Vuorela, M. 2011. Omaishoidon tuki ja omaishoitosopimus. Teoksessa M. Kaivolainen, T. Kotiranta, E. Mäkinen, M. Purhonen & M. Salanko- Vuorela (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Purhonen, M., Nissi- Onnela, S. & Malmi, M. 2011. Omaishoidon yleisyys ja monimuotoisuus. Teoksessa M. Kaivolainen, T. Kotiranta, E. Mäkinen, M. Purhonen & M. Salanko- Vuorela (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Purhonen, M. & Rajala, P (toim.). 1997. Omaishoitaja arjen ristiaallokossa. Juva: WSOY.

Rahvastik 01.01.2012. Saatavissa:

[http://portaal.ell.ee/orb.aw/class=file/action=preview/id=16168/2012-01-01\\_rahvastik\\_netsti.htm](http://portaal.ell.ee/orb.aw/class=file/action=preview/id=16168/2012-01-01_rahvastik_netsti.htm). [Viitattu 28.3.2012].

Saarenheimo, M & Pietilä, M. 2006. Omaishoito ja palvelujärjestelmä. Teoksessa U. Eloniemi- Sulkava, M. Saarenheimo, M-L. Laakkonen, M. Pietilä, N. Savikko & K. Pitkälä (toim.) Omaishoito yhteistyönä. Iäkkäiden dementiaperheiden tukimallin vaikuttavuus. Tutkimusraportti 14. Helsinki: Gummerus Oy

Saarenheimo, M. 2005: Johdanto. Teoksessa Saarenheimo, M., Pietilä, M. (toim.): Kaksin kotona. Iäkkäiden omaishoitoperheiden arjen ulottuvuuksia. Geriatrisen kuntoutuksentutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 6. Helsinki, Vanhustyön keskusliitto ry.

Saarenheimo, M. 2005. Omaishoidon alkulähteillä: perhe ja koti hoivan kehyksinä. Teoksessa M. Saarenheimo & M. Pietilä (toim.) Kaksin kotona. Iäkkäiden omaishoitoperheiden arjen ulottuvuuksia. Tutkimusraportti 6. Helsinki: Gummerus Oy

Salanko-Vuorela, M., Purhonen, M., Järnstedt, P. & Korhonen, A. Selvitys omaishoidon tilanteesta 2006. Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto ry.

Sjöholm, M. 2010. Omaishoidon tuki sosiaalipalveluna. Hankinnat. Saatavissa: [http://www.hankinnat.fi/k\\_perussivu.asp?path=1;29;353;11124;59797;59800](http://www.hankinnat.fi/k_perussivu.asp?path=1;29;353;11124;59797;59800) [Viitattu 1.4.2012].

Soots, A., Saks, K., Paju, I., Loit, P., Praks, L., Jõeas, J., Lärm, A., Ernits, I., Kolk, H., Jaansoo, K., Täht, E., Puis, H & Mark, M. 2012. Omaistehoodaja käsiraamat. Saatavissa: <http://www.kuivaks.ee/public/files/ohk.pdf>. [Viitattu 31.3.2012].

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. 2011. Sosiaali- ja terveysalan tilastollinen vuosikirja 2011. Terveiden ja hyvinvoinnin laitokset.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Vanhus ja hoidon etiikka. Valtakunnallisen terveydenhuollon eettisen neuvottelukunnan (ETENE) raportti. Saatavissa: [http://www.etene.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=17135&name=DLFE-525.pdf](http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=17135&name=DLFE-525.pdf) [Viitattu 1.4.2012].

Suuri tietosanakirja. 2001. Jyväskylä: Gummerus Oy

Tamminen, E. 1997. Elämä käsissä. Teoksessa Purhonen, M & Rajala P. (toim.) Omaishoitaja arjen ristiaallokossa. Juva: WSOY.

Tapaturmavakuutuslaki 20.8.1948/608.

Torkkola, S-H. & Tiainen, S. 2002. Potilasohjeet ymmärrettäviksi. Opas potilasohjeiden tekijöille. Helsinki: Tammi.

Työsopimuslaki 26.1.2001/55.

Vaarma, P. 2012. Omastehooldaja vajab iga päev toetust ja teadmisi. Maaleht. Saatavissa: <http://www.maaleht.ee/news/uudised/elu/omastehooldaja-vajab-iga-paev-toetust-ja-teadmisi.d?id=64077293>. [Viitattu 27.3.2012].

Vaarama, M. & Noro, A. 2005. Vanhusten palvelut. Suomalaisten terveys. Terveyskirjasto. Oy Duodecim. Saatavissa: [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=suo00058](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=suo00058) [Viitattu 15.12.2011].

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallisen opinnäytetyön ohjaajan käsikirja. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Wacklin, M. & Malmi, M. 2004. Näkymätön vastuu. Omaishoitajien puheenvuoroja. Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry.

Yle Helsinki. 2011. Vanhusväestö Loviisan suuri haaste. YLE uutiset. Saatavissa: [http://yle.fi/alueet/helsinki/2011/10/vanhusvaesto\\_loviisan\\_suuri\\_haaste\\_2962503.html](http://yle.fi/alueet/helsinki/2011/10/vanhusvaesto_loviisan_suuri_haaste_2962503.html). [Viitattu 1.4.2012].

Ohjeet omaishoidon tuen toteuttamiseksi Loviisassa 1.3.2010 lukien.

Omaishoidon tuen hoitopalkkioihin korotukset. Loviisan Sanomat. 23.12.2011.

Omaishoitajat ja Läheiset- liitto ry. Tiedä, taida, selviydyt... 2011- 2012 palveluopas. 15. uud. p. Keuruu: Keuruun Laatupaino KLP Oy.





VOIMIA JAKSAMISEEN

PALVELUOPAS IKÄÄNTYVIEN  
OMAISHOITAJILLE

## Sisällys

<a href="#">1</a>	<a href="#">Lukijalle</a> .....	1
<a href="#">2</a>	<a href="#">Senioripalvelukeskus</a> .....	1
<a href="#">3</a>	<a href="#">Omaishoito</a> .....	2
<a href="#">4</a>	<a href="#">Omaishoidontuki</a> .....	2
<a href="#">5</a>	<a href="#">Omaishoidontuen hakeminen</a> .....	3
<a href="#">6</a>	<a href="#">Omaishoidontuen myöntämisedellytykset</a> .....	4
<a href="#">7</a>	<a href="#">Hoidon ja tuen tarpeen määrittely</a> .....	6
<a href="#">8</a>	<a href="#">Omaishoidon tuen muutoksen haku</a> .....	7
<a href="#">9</a>	<a href="#">Omaishoitajan vapaapäivät</a> .....	7
<a href="#">10</a>	<a href="#">Palveluseteli</a> .....	8
<a href="#">11</a>	<a href="#">Vertaistuki - "en olekaan ainut"</a> .....	9
<a href="#">12</a>	<a href="#">Kotihoito</a> .....	9
<a href="#">13</a>	<a href="#">Kotihoidon tukipalvelut</a> .....	10
<a href="#">14</a>	<a href="#">Apuvälinepalvelut</a> .....	11
<a href="#">15</a>	<a href="#">Kelan tuet</a> .....	11
<a href="#">16</a>	<a href="#">Selviytymiskeinoja omaishoitajalle</a> .....	12

## UUDELLE POLULLE

OMAISHOITAJAKO  
KUKA HÄN ON?  
MITÄ HÄN TEKEE?  
HÄN NOSTAA, KANTAA,  
PESEE, PUKEE, SYÖTTÄÄ, JUOTTA.  
TOUHUA PÄIVÄT, VALVOO YÖT.  
HÄN ITKEE, RUKOILEE, NAURAA, LAULAA.  
HÄN VÄSY, TIUSKII, KOMENTAA.  
MUTTA ENNEN KAIKKEA, HÄN RAKASTAA.  
HÄN ON IHMINEN.

Ansa Luumi



## 1. Lukijalle

Tämä opas on tarkoitettu iäkkäiden ihmisten omaishoitajille ja hoidettaville. Oppaassa on esitetty sosiaali- ja terveyslautakunnan hyväksymät omaishoidon tuen myöntämisperusteet. Tämän oppaan tarkoituksena on auttaa ja kertoa Loviisan seudun omaishoitajille, mistä voi hakea apua jokapäiväisistä hoitoon liittyvistä asioista. Oppaasta löytyy vastauksia omaishoidon tukea koskeviin kysymyksiin ja tietoa henkilöistä, jotka hoitavat omaishoidon tuen asioita Loviisassa. Oppaassa kerrotaan myös millaisia palveluita on tarjolla Loviisan alueella ja millaisia etuja omaishoitajalla on.

## 2. Senioripalvelukeskus

Senioripalvelukeskuksen tehtävänä on ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä edistävän toiminnan, neuvontapalveluiden sekä ehkäisevien palveluiden toteuttaminen ja niiden kehittäminen.

Senioripalvelukeskuksesta saa tietoa ikäihmisille kohdennetusta palveluista sekä yksilökohtaista ohjausta ja neuvontaa. Tapaamiset voidaan tarvittaessa sopia esimerkiksi asiakkaan kotiin tai senioripalvelukeskukseen.

**LISBETH FORSBLOM**  
palveluvastaava puh. 0440 555 345

**MERJA GRÖNBERG**  
terveydenhoitaja, kotiutuskoordinaattori puh. 040 555 0289

**MARGARETA LEPÄNAHO**  
palveluvastaava puh. 0440 555 380

**MONICA SUND**  
palveluohjaaja puh.040 861 3080

**SINIKKA ULKUNIEMI**  
toimistosihteri puh.040 540 4824

**Osoite: MARIANKATU 31 A 07900 LOVIISA**

**Senioripalvelukeskus on avoinna arkisin klo 9-12 tai sopimuksen mukaan**

Senioripalvelukeskuksesta saa tietoa omaishoitoon liittyvistä asioista, esimerkiksi omaishoidon ohjausta ja neuvontaa. Senioripalvelukeskus antaa ohjausta erilaisissa omaishoitotilanteissa ja antaa tietoa omaishoitoa tukevista palveluista ja vertaistukiryhmistä. Lisätietoa saa senioripalvelukeskuksesta palveluohjaajalta.

**MONICA SUND palveluohjaaja puh. 040 861 3080**

## **Muistipoliklinikka**

Muistipoliklinikan toiminnan tarkoituksena on selvittää ikäihmisten muistihäiriöiden syy mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Tutkimuksissa voidaan havaita hoidettavissa olevat syyt, ennen kuin ne aiheuttavat merkittävää haittaa. Muistihoitajan tekemien alkuselvitelyjen jälkeen asiakas lähetetään tarvittaessa erikoislääkärille jatkotutkimuksiin.

**Loviisan terveystakeskus  
Osoite: ÖHMANINKATU 4 PL 89, 07901 LOVIISA**

## **3. Omaishoito**

Omaishoitaja on henkilö, joka pitää huolta perheenjäsenestään tai muusta läheisestään, joka sairaudesta, vammaisuudesta tai muusta erityisestä hoivan tarpeesta johtuen ei selviydy arjestaan omatoimisesti. Omaishoitajaksi ryhtyminen perustuu usein hoitajan ja hoidettavan väliseen läheiseen suhteeseen. Monissa tilanteissa läheisen omatoimintakyky heikkenee hitaasti ja hän tarvitsee yhä useammin toisen antamaa apua. Omaishoitoon liittyy aina elämän muutos. Elämä muuttuu, kun rakas puoliso sairastuu ja tasavertaisesta kumppanista tulee toisen hoitaja. On tärkeää, että hoitava henkilö tunnistaa ajoissa olevansa omaishoitaja. Läheiseen hoitamiseen tarvitaan tietoa ja tukea. Kenenkään ei tarvitse selviytyä yksin.

## **4. Omaishoidontuki**

Vanhusta (yli 65v.) kotona hoitavalle voidaan maksaa omaishoidon tukea, joka määräytyy hoidon sitovuuden ja vaativuuden mukaan. Myöntämisen perusteena on, että hoidettava tarvitsee päivittäistä, jatkuvaa henkilökohtaista hoitoa ja huolenpitoa.

Omaishoidon tuella tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön kotona tapahtuvaa hoidon ja huolenpidon turvaamiseksi hoitajalle maksettavaa hoitopalkkiota ja omaishoitoa tukevia palveluja. Omaishoidon tuella on tarkoitus mahdollistaa asiakkaan kotona asuminen sitä tukevine perus- ja erityispalveluineen. Omaishoidon tuen tavoitteena on välttää vanhuksen, vammaisen tai sairaan joutuminen laitoshoidon. Omaishoidon tukea voidaan antaa, jos henkilö alentuneen toimintakyvyn, sairauden, vamman tai muun vastaavanlaisen syyn vuoksi tarvitsee hoitoa tai muuta huolenpitoa. Hoitoa on mahdollista järjestää hoidettavan kotona, sopimalla siitä hänen omaistensa tai läheistensä kanssa

Lisätietoja hoitopalkkiosta ja muista omaishoidon palveluista, kuten omaishoidon tukea saavien perheiden maksuttomasta tuuraajapalvelusta, voi tiedustella senioripalvelukeskuksesta. Tapaamiset voidaan tarvittaessa sopia esimerkiksi asiakkaan kotiin tai senioripalvelukeskukseen.

**MONICA SUND palveluohjaaja puh. 040 861 3080**

## **5. Omaishoidontuen hakeminen**

Tuen myöntäminen perustuu lakiin omaishoidon tuesta ja tuki on sosiaalipalvelua, jonka järjestämisestä vastaa hoidettava olevan kotikunta.

Omaishoidon tukea haetaan lomakkeella kirjallisesti (tai senioripalvelukeskuksen suostumuksella suullisesti). Hakemuksia saa Loviisan kaupungin senioripalvelukeskuksesta ja hakemuslomake lähetetään tarvittaessa omaiselle. Hakemus palautetaan Loviisan omaishoidosta vastaavalle senioripalvelukeskukselle.

**Hakemus tulee toimittaa Loviisaan senioripalvelukeskukseen joko henkilökohtaisesti tai postitse.**

**Osoite: MARIANKATU 31 A 07900 LOVIISA**

Hakemukset käydään läpi, tietoja täydennetään ja tarvittaessa konsultoidaan muita asian tuntijoita. Omaishoitoperheeseen otetaan yhteys kahden viikon sisällä hakemuksen saapumisesta. Päätös tehdään viimeistään 2 kuukauden kuluttua hakemuksen saapumisesta.

Kelan erityshoitotuen saajilla ja 75- vuotta täyttäneillä on oikeus saada palvelutarpeen arviointi käynnistymään 7 arkipäivän kuluessa hakemuksen saapumisesta.

Hakemuksen saapumisen jälkeen palveluohjaaja sopii hoitajan ja asiakkaan kanssa kotikäynnin, jonka aikana arvioidaan hoidettavan palvelun tarve ja omaishoidon tuen myöntämisedellytykset.

## **6. Omaishoidontuen myöntämisedellytykset**

Omaishoidon tuen antaminen perustuu aina viranhaltijan päätökseen. Päätös tehdään kirjallisesti silloinkin, kun hakemus on esitetty suullisesti senioripalvelukeskuksen suostumuksella. Päätös voi olla jo kielteinen tai myönteinen. Mikäli tukea myönnetään, päätös sisältää hoitopalkkion määrän ja keston. Kirjallinen päätös perustuu lakiin sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista, asiakaslaki 812/2000 § 6 ja Hallintolaki 434/2003 § 43 1 mom.

Omaishoidon tuen myöntämisen lähtökohtana on, että hoidettavan omainen tai läheinen haluaa ryhtyä omaishoitajaksi ja että hoidettava hyväksyy hänet hoitajakseen. Omaishoidon tukea maksetaan, kun henkilökohtainen hoidon tarve on ympärivuorokautista tai päivittäin sitovaa.

Omaishoidon tukea voidaan myöntää vain, jos hoitajan terveys ja toimintakyky vastaavat omaishoidon asettamia vaatimuksia. Päätöstä tehtäessä tulee tehdä kokonaisvaltainen arvio siitä, selviytyykö hoitaja omaishoitoon sisältyvistä tehtävistä.

Arvioinnissa tulee ottaa huomioon omaishoitajan:

- fyysinen ja psyykinen terveydentila, mahdolliset sairaudet ja niiden vaatima hoito
- toimintakyky ja voimavarat, kuten kyky selviytyä päivittäisistä perustoiminnoista ja arjen askareista, huolehtia lääkityksestä, liikkua kotona ja kodin ulkopuolella
- sosiaaliset verkostot

**Kunta voi myöntää omaishoidon tukea, jos** (Omaishoitolaki 937/2005 3§)

1. Hoidettava tarvitsee terveydentilan ja alentuneen toimintakykynsä vuoksi säännöllistä hoitoa ja huolenpito kotona
2. Omaishoito on hoidettavan edun mukaista
3. Hoitaja on valmis vastaamaan hoidosta ja hoidettava hyväksyy omaishoitajan
4. Hoitajan terveys ja toimintakyky ovat riittävät huolehtimaan hoidettavan tarpeista
5. Hoidettavan koti on terveydellisiltä ja muilta olosuhteiltaan hoitoympäristöksi sopiva
6. Hoito on riittävää sosiaali- ja terveyshuollon palveluiden kanssa hoidettavan hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden kannalta

Omaishoidontuesta laaditaan omaishoitajan ja kunnan välillä sopimus, jonka liitteenä on palvelu- ja hoitosuunnitelma.

Palvelu- ja hoitosuunnitelmaan kirjataan mm:

- omaishoitajan antaman hoidon määrä ja sisältö
- muiden hoidettavalle tarpeellisten sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen määräsältö
- miten hoidettavan hoito järjestetään hoitajan vapaan, terveydenhoitoon liittyvien käyntien tai muun poissaolon aikana
- omaishoitajalle annettavat hoitotehtävää tukevat sosiaalihuollon palvelut. Jos palveluntarve arvioidaan hyvin vähäiseksi, kirjataan suunnitelmaan sen sosiaali-huollon ammattihenkilön yhteystiedot, johon omaishoitaja voi tarvittaessa olla yhteydessä
- miten hoidettavan hoito järjestetään hoitajan terveydenhoitoon liittyvien käyntien aikana
- palvelu- ja hoitosuunnitelmaan liitetään tiedot omaishoitolain mukaisista hoidettavan ja hoitajan oikeuksista koskevista säännöksistä ja niiden soveltamisesta.



## 7. Hoidon ja tuen tarpeen määrittely

Omaishoidon tukea voidaan myöntää, mikäli kaikki omaishoitolain 3 §:n mukaiset myöntämisedellytykset täyttyvät.

Hoidettavan hoidon tarve sekä muiden välttämättömien palvelujen tarve ja määrä arvioidaan kotikäynnillä. Arviointi tapahtuu aina yksilöllisesti ja hoidettavan kokonaistilanne huomioon ottaen. Omaishoidon tuen piiriin otetaan ensisijaisesti eniten hoitoa ja huolenpitoa tarvitsevat henkilöt, jotka kotona selviytyäkseen tarvitsevat ympärivuorokautista huolenpitoa. Omaishoitajan on kyettävä ottamaan kokonaisvastuu hoidettavasta.

Omaishoidon tukeen eivät ole oikeutettuja henkilöt, joilla avuntarve kohdistuu pelkästään asiointi ja kodinhoitotehtäviin. Palvelutaloissa ja -kodeissa asuvilla henkilöillä ei ole oikeutta omaishoidon tukeen.

### 5 § Hoitopalkkio

Omaishoidon tuki sisältää aina rahana suoritettavan hoitopalkkion. Hoitopalkkion taso määräytyy hoidon sitovuuden ja vaativuuden perusteella.

Loviisassa hoitopalkkion määrä jaetaan hoidettavuudesta ja muista olosuhteista riippuen kolmeen eri ryhmään:

#### **Tukiluokka I, hoitopalkkio 364,35 € / kk**

Hoidettava tarvitsee säännöllistä hoitoa ja huolenpitoa päivittäisissä toiminnoissa (aamu- ja iltatoimet, ruokailu). Hoidettava selviytyy yksin muutaman tunnin päivällä, mutta ei yön yli. Hoitaja voi olla samaan aikaan osa-aikaisessa ansiotyössä.

#### **Tukiluokka II, hoitopalkkio 555,83 € / kk**

Hoidettava tarvitse jatkuvaa apua päivittäisissä toiminnoissa (runsaasti apua peseytymisessä, pukeutumisessa ja ruokailussa) sekä hoitoa ja huolenpitoa myös yöllä. Hoidettava ei voi asua yksin.

### **Tukiluokka III, hoitopalkkio 969,00 € / kk**

Hoidettava tarvitsee runsaasti hoitoa ja huolenpitoa. Hoitotyö on sitovaa ja vaativaa ympäri vuorokauden raskaan siirtymävaiheen aikana, esimerkiksi saattohoito tai vaativat syöpähoidot.

Hoitopalkkio suoritetaan omaishoitajalle ja se on verotettavaa tuloa.

## **8. Omaishoidon tuen muutoksen haku**

Omaishoidon tukea koskevaan hakemukseen on aina tehtävä kirjallinen päätös, joka toimitetaan

hoidettavalle. Palveluista tehtävä päätös on asiakkaan oikeusturvan kannalta tärkeä. Ainoastaan tehtyyn päätökseen voi hakea muutosta. Mikäli haettu omaishoidon tuki evätään tai omaishoitaja ei ole tyytyväinen hoitopalkkion määrään, omaishoitajalla on oikeus valittaa. Valitus tehdään 14 päivän sisällä päätöksen tiedoksisaannista perusturvalautakunnalle. Lautakunnan päätöksen tyytymätön voi valittaa edelleen 30 päivän kuluessa hallinto-oikeuteen. Muutos tehdään aina kirjallisena.

## **9. Omaishoitajan vapaapäivät**

Omaishoitolain mukaan sitovaa hoitotyötä tekevällä omaishoitajalla on oikeus pitää vapaata vähintään kolme vuorokautta sellaista kalenterikuukautta kohti, jonka aikana hän on yhtäjaksoisesti tai vähäisin keskeytyksin sidottu hoitoon ympärivuorokautisesti tai jatkuvasti päivittäin.

Ikääntyneille (hoidettava yli 65v) omaishoitoperheelle, joka ei säännöllisesti käytä lakisääteisten vapapäivien toteutukseen lyhytaikaishoitoa laitoksessa tai palvelukodissa, voidaan myöntää palveluseteleitä. Palveluseteli on arvoltaan 25 € ja palveluseteleitä myönnetään 1-10 kpl kuukaudessa.

Omaishoitajan vapaa voidaan järjestää myös omaishoidon sijaisjärjestelmän avulla. Sijaisomaishoitajan kanssa tehdään toimeksiantosopimus, jolla tämä sitoutuu huolehtimaan vakituisen omaishoitajan vapaan aikaisesta sijaishoidosta. Edellytyksenä on omaishoitajan suostuminen järjestelyyn, hoidettavan henkilön oma mielipide ja että järjestelyn arvioidaan

olevan hoidettavan henkilön edun mukaista. Sijaisomaishoitajana toimitaan samoin edellytyksin kuin omaishoitajana. Hoito järjestetään hoidettavan kotona.

Sijaisomaishoitajalle maksetaan 50 €/vuorokausi. Se on veronalaista tuloa hoitajalle.

Sijaishoitajan kanssa tehtävässä toimeksiantosopimuksessa sovitaan:

- sijaishoitajalle maksettavan hoitopalkkion määrästä ja maksutavasta
- tarvittaessa sijaishoitajalle aiheutuvien kustannusten korvaamisesta
- toimeksiantosopimuksen voimassaolosta sekä
- tarvittaessa muista sijaishoitoa koskevista seikoista

Omaishoitoon liittyvistä muutoksista on ilmoitettava senioripalvelukeskukselle. Ilmoitettavia asioita ovat mm. hoidettavan joutuminen sairaalaan.

Lisää tietoa saa senioripalvelukeskuksesta palveluohjaajalta.

**MONICA SUND palveluohjaaja puh. 040 861 3080**

## **10. Palveluseteli**

Palveluseteli myönnetään palvelujen tarpeen arvioinnin perusteella omaishoidon tukemiseen ikääntyneille omaishoitoperheille, jotka eivät käytä lakisääteisiä vapaapäiviä sekä tilapäiseen kotihoitoon ja tukipalveluihin.

Palvelusetelivaihtoehdolla asiakas voi itse valita, mistä kaupungin hyväksymästä yksityisestä kotipalveluyrityksestä hän avun tilaa. Palvelusetelillä kaupunki maksaa osan palvelusta. Setelin arvon ja palveluhinnan välisen erotuksen asiakas maksaa itse. Lisätietoa saa senioripalvelukeskuksesta palveluvastavalta.

**MARGARETA LEPÄNAHO palveluvastaava puh. 0440 555 380**

## 11. Vertaistuki - "en olekaan ainut"

Omaishoitajille on tarjolla keskusteluryhmiä, jossa annetaan tietoa, jaetaan kokemuksia ja etsitään yhdessä eväitä arjessa selviytymiseen. Vertaistuen kautta omaishoitajalla tulee kokemus, että hän ei ole tilanteessaan yksin. Kenenkään ei tarvitse selviytyä yksin.

Vertaistukitoiminta on

- vapaaehtoista lähimmäisen auttamista
- halua antaa omaa aikaansa ja jakaa omia kokemuksia
- tasavertaista ja luottamuksellista kumppanuutta, jossa kumpikin on tuen antajana ja saajana

Tietoja vertaistuesta ja -ryhmistä saa Loviisan senioripalvelukeskuksesta palveluohjaajalta.

**MONICA SUND palveluohjaaja puh. 040 861 3080**

## 12. Kotihoito

Kotihoito auttaa ja tukee ikääntynyttä asiakasta selviytymään kotona mahdollisimman pitkään. Kotihoito tukee asiakkaan itsenäisyyttä ja jäljellä olevaa toimintakykyä sekä auttaa ylläpitämään sosiaalisia suhteita.

Kotihoidon henkilökunta auttaa erilaisista arjen askareista selviytymisessä. Arkea tukevia palveluja ovat ateriapalvelu, siivous ja vaatteiden huoltoapu, hygieniaan liittyvä apu, kauppa ja muu asiointiapu, sekä kuljetus- ja saattoapu.

Kotihoito on maksullista ja määräytyy avuntarpeen sekä tulojen perusteella. Tarkempia tietoja saa kotihoidon ohjaajilta.

Kotihoidon palvelua voi hakea oman kunnan sosiaali- ja terveystaloukselta ja näitä palveluita voi hakea myös omaishoitaja.

Kotisairaanhoidon suorittaa asiakkaan kotona lääkärin määräämiä sairaanhoidollisia toimia, ottaa näytteitä, valvoo lääkitystä ja seuraa asiakkaan vointia. Kotisairaanhoidon tarkoitus on ylläpitää ja kohottaa asiakkaan elämänlaatua hänen itsensä toivomalla tavalla.

Kotisairaanhoidon voi olla tilapäistä tai jatkuvaa ja palvelut ovat käytettävissä omaishoidon piirissä oleville henkilöille.

**Läntinen kotihoito: NIINA LEHTOLA kotihoidon koordinaattori, puh. 044 505 1309**  
entisen Pernajan ja Liljendalin alue

**Osoite: VECKASINMÄKI 7, 07930 PERNAJA**

**Keskustan kotihoito: KITTY SIREN kotihoidon ohjaaja, puh. 019 555 365**  
entisen Loviisan alue ja Kuggom

**Osoite: MARIANKATU 31 A, 07900 LOVIISA**

**Itäinen kotihoito: ANN- BRITT BOXBERG kotihoidon ohjaaja, puh. 050 582 7500**  
entisen Ruotsinpyhtään alue ja Määrälahti

**Osoite: NOTKOLANTIE 1, 07955 TESJOKI**



### **13. Kotihoidon tukipalvelut**

Tukipalvelut ovat tarkoitettu pääsääntöisesti vanhuksille ja tarvittaessa myös omaishoitajille. Kotihoidon tukipalveluilla tuetaan kotona selviytymistä ja asumista. Kotihoidon tukipalveluja ovat kotiateria-, turva-, päivähoito- ja toimintapalvelua. Kauppa-, pankki- ym. asioinnit hoitaa ensisijaisesti asiakas itse tai hänen läheisensä tai muu määrätty henkilö, esim. omaishoitaja.

Asiakkaan tukipalvelujen tarve kartoitetaan kotihoidon palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä. Palveluja myönnetään kotihoidon kriteerien ja kaupungin talousarviossa kotihoidon tukipalveluille määritellyn vuosittaisen määrärahan mukaisesti.

Kotihoidon tukipalveluista saa lisätietoa kotihoidon henkilökunnalta.

## 14. Apuvälinepalvelut

Apuvälineitä saa terveystieteiden keskukselta tai läheteellä sairaanhoitopiiriin apuvälineyksiköstä. Apuvälinepalveluihin kuuluvat apuvälineiden käytön opetus, uusiminen ja huolto. Nämä apuvälinepalvelut ovat maksuttomia.

Apuvälinekeskuksesta ikääntyneet voivat lainata kotona tai muualla liikkeessään tarvitse-  
miaan apuvälineitä, kuten rollaattoreita.

Apuvälineiden lainauksesta tehdään asiakkaan kanssa apuvälinelainaus sopimus. Lainaus on maksutonta. Apuvälinepalveluihin kuuluu myös apuvälineiden käytön opetus, uusiminen ja huolto.

**Ajanvaraus ja apuvälineiden lainaus: Loviisan terveystieteiden keskus ma-pe klo 8-9 sekä klo 12-13 puh (019) 505 1320 Muina aikoina sopimuksen mukaan.**

## 15. Kelan tuet

### Asumistuki

Asumistukea voivat saada sekä vuokra- että omistusasunnossa asuvat pienituloiset henkilöt. Asumistuen määrään vaikuttavat asumismenot, perhesuhteet, vuositulo ja omaisuus. Tarkempaa tietoa saa Kelan paikallistoimistosta tai Kelan internetsivulta [www.kela.fi](http://www.kela.fi).

### Eläketurva ja tapaturmavakuutus

Tukipalkkio kerryttää eläkettä, jos omaishoitaja on sopimusta tehdessään alle 65-vuotias. Omaishoitajan, joka aikoo luopua omasta palkkatyöstään ryhtyäkseen omaishoitajaksi, kannattaa tarkistaa tulevan eläkkeensä suuruus Kuntien eläkevakuutuksessa tai Eläketurvakeskuksessa.

Kunta ottaa omaishoidon tukisopimuksen tehneelle tapaturmavakuutuslain mukaisen vakuutuksen omaishoitotyössä sattuvan tapaturman varalta. Eläkkeestä saa tietoa Kela:sta tai Kelan internetsivulta [www.kela.fi](http://www.kela.fi).

## **Hoitotuki**

Eläkettä saavan hoitotuen tarkoitus on tukea pitkäaikaisesti sairaan tai vammaisen eläkkeensaajan selviytymistä jokapäiväisessä elämässä sekä hänen toimintakykynsä ylläpitämistä, kuntoutustaan ja hoitoaan. Tuki korvaa osin myös toimintakyvyn heikentymisestä aiheutuvia kustannuksia. Hoitotukihakemuksen liitteeksi tarvitaan lääkäriltä C lausunto, josta käy ilmi hoitotuen tarve.

**KELA LOVIISA**

**Osite: CHIEWITZINKATU 1, PL 4 07901 LOVIISA**

## **16. Selviytymiskeinoja omaishoitajalle**

Jotta pystyy hoitamaan läheistä, on omasta jaksamisesta pidettävä hyvää huolta. Tässä on muutama vinkki, joilla voidaan edistää omaa jaksamista ja joita kannattaa harkita ja kokeilla:

- Muista levätä, lepotaumat ovat tärkeitä jaksamisen kannalta
- Tunnista omat voimavarat ja hae apua ajoissa
- Älä yritä selviytyä yksin, pyydä apua ystäviltä, läheisiltä ja hoitoalan ammattilaisilta
- Suunnittele päivä etukäteen, älä tee liian tiukkoja aikatauluja, jotka aiheuttavat stressiä
- Pidä huolta fyysisestä kunnostasi ja omasta terveydestäsi
- Hae seuraa toisista omaishoitajista, heidän kanssaan on helppoa jakaa tunteita ja kokemuksia
- Säilytä huumorintaju

