

**LÄHIMMÄISPALVELIJA OSANA SAATTOHOITOTYÖTÄ –  
OPINNÄYTETYÖSTÄ LEHTIARTIKKELEIHIN**

Kristiina Eskelinen

Opinnäytetyö, syksy 2015

Diakonia- ammattikorkeakoulu

Pieksämäki

Diakonisen hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja(AMK)+

diakonissan virkakelpoisuus +

lähetys sihteeri

## TIIVISTELMÄ

Eskelinen, Kristiina. Lähimmäispalvelija osana saattohoitotyötä – opinnäytetyöstä lehtiartikkeleihin. Pieksämäki, syksy 2015, 35 s., 2 liitettä. Diakonia ammattikorkeakoulu, Pieksämäki, hoitotyön koulutusohjelma, diakoninen hoitotyö, Sairaanhoitaja(AMK) + Diakonissan virkakelpoisuus + lähetyssihteeri.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kirjoittaa kaksi artikkelia diakonian ammattilehtiin. Tavoitteena oli, että virassa olevat diakoniatyöntekijät ja alalle opiskelevat henkilöt voivat käyttää artikkelien antamaa tietoa hyödykseen käytännön työssään. Artikkeleilla haluttiin herätellä diakonia työntekijöitä huomaamaan lähimmäispalvelijoiden tärkeys saattohoidossa ja samalla esitellä valmis koulutusopas.

Artikkelien pohjana oli opinnäytetyöni vuodelta 2010. ”Lähimmäispalvelija saattohoitopotilaan vierellä kulkijana”. Ensimmäinen artikkeli oli kirjoitettu Diakonia-lehden kirjoitusohjeita noudattaen. Artikkelin pääaiheena oli saattohoito, lähimmäispalvelija ja lähimmäispalvelijoille tarkoitettu koulutusopas. Toinen artikkeli oli julkaisematon.

Asiasanat: tieteellinen artikkeli, saattohoito, lähimmäispalvelija ja vapaaehtoistyö

## ABSTRACT

Eskelinen, Kristiina. Neighbouring Worker as part of Palliative Care – Thesis for a journal article. *Pieksämäki Autumn*, 2015, Language: Finnish, 35 p. 2 appendices. Diaconia University of Applied Sciences. Degree programme in Nursing, Option in Diaconal Nursing. Degree: Nurse (AMK) + Deaconess + qualification for a mission's secretary.

The purpose of this thesis was to write two articles for the Deacon for inclusion in professional journals. The aim of the articles is to provide information for deaconesses who will benefit from them in their study and work. The articles aim to awaken within diaconia workers the importance of the role or function of neighbouring as it relates to palliative care and at the same time to introduce the completed training guide.

The articles are based on my thesis from 2010, 'Neighbouring Worker as a part of Palliative Care.' The first article is in accordance with the instructions on writing as specified by the Finnish *Diakonia* magazine. The article focuses on the follow-up treatment for neighbourings as outlined in the neighbouring training guide. The second article is unpublished.

Keywords: scientific article, palliative care, neighbouring worker and voluntary work



”Älä pelkää, sinulla on lämpimät kädet  
lämpimiin käsiin ota kylmenevät sormet  
ei sinun muuta tarvitse tehdä  
ole ihminen ihmiselle loppuun asti.

Ei kuolema sinua vie, älä pelkää  
ole kuolevan vieressä lämpimin käsin  
älä yksin jätä  
ei kuolema sinua vie  
sinulla on lämpimät kädet”

Kaija Sailo

# SISÄLLYS

JOHDANTO JA TAUSTA	1
1 LÄHIMMÄISPALVELIJA OSANA SAATTOHOITOTYÖTÄ EVANKELIS- LUTERILAISEN SEURAKUNNAN TOIMINNASSA	3
1.1 Saattohoito	3
1.2 Vapaaehtoistyö	4
1.3 Lähimmäispalvelija	6
1.4 Aikaisemmat tutkimukset	7
1.5 Artikkelien pohjana olevan opinnäytetyön toimeksiantaja ja toimintaympäristö	8
2 ARTIKKELIEN POHJANA OLEVAN OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUS- MENETELMÄT	10
3 TUOTTEISTAMISPROSESSI	11
3.1 Aineiston hankkiminen ja luotettavuus	11
3.2 Eettiset kysymykset	12
3.3 Ohjeet oppaan laatimiseen	12
4 ARVIOINTI	13
4.1 Luotettavuus	13
4.2 Eettisyys	14
5 ARTIKKELIEN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄ	15
6 ARTIKKELIN KIRJOITTAMINEN	16
6.1 Otsikko	17
6.2 Tekijän nimi	17
6.3 Tiivistelmä	17
6.4 Johdanto	18
6.5 Väliotsikot	19
6.6 Leipäteksti eli käsittelyosio	19
6.7 Artikkelin kirjoittaminen prosessina	20
7 JULKAISUT	21
7.1 Diakonia-lehti	21
7.2 Diakonia - lehden kirjoitusohjeet	22

7.3 Artikkelin kirjoittaminen	22
8 POHDINTA	23
LÄHTEET	25
LIITE 1 DIAKONIATYÖ SAATTOHOITOPOTILAAN APUNA	27
LIITE 2 LÄHIMMÄISPALVELIJA OSANA SAATTOHOITOTYÖTÄ	31

## JOHDANTO JA TAUSTA

Tein Kajaanin ammattikorkeakoulussa vuonna 2010 opinnäytetyöni aiheesta Lähimmäis- palvelija osana saattohoitoa. Aihe käsittelee lähimmäispalvelijan työnkuvaa saattohoi- dossa. Opinnäytetyöni eteni teorialähtöisen deduktiivisen tuotteistamisprosessin kautta. Työni teoreettinen osuus muodostui uusimpien tutkimus- ja teoriatietojen avulla.

Toimeksiantajani oli Paltamon evankelis-luterilainen seurakunta. Tavoitteena oli saada hyvä koulutusopas avuksi lähimmäispalvelijoiden kouluttamiseen. Pitäessämme vuonna 2008 palaveria työelämän ohjaajan Martti Turusen kanssa selvisi, että opinnäytetyöni on erittäin tärkeä ja tarpeellinen. Ihmisten elinikä pitenee, vanhusväestön osuus kasvaa, vanhuksilla on vähemmän lapsia ja työn vuoksi lapset asuvat usein toisella paikkakunnal- la. Yhteiskunnan resurssit hoitaa vanhuksia vähenevät, tämä tuo lisää haasteita ja tarpeita lähimmäispalvelijoille. Aiheeni oli ajankohtainen.

Opinnäytetyön keskeiset käsitteet olivat saattohoito, vapaaehtoistyö ja lähimmäispalveli- ja. Saattohoito on hoitoa, jossa kuolemaa lähestyvälle ihmiselle pyritään saamaan mah- dollisimman hyvä, aktiivinen, oireeton ja arvokas loppuelämä. Saattohoito on jatkuvaa ja turvallista oireiden hoitoa, jossa kunnioitetaan ihmisarvoa ja kuolevan ihmisen läheisten merkitystä. Saattohoito on saattohoitopotilaan kokonaisvaltaista hoitamista, jossa kivun ja muiden oireiden lievitys sekä psyykkisten, sosiaalisten ja hengellisten ongelmien käsit- tely on tärkeää. Saattohoidossa olevan potilaan eliniän arvellaan olevan lyhyt. Saattohoi- dossa korostetaan sitä, että potilasta ei jätetä yksin. Keskeistä on tapa, jolla lievitetään potilaan kärsimystä ja kipuja.

Vapaaehtoistyö on vapaaehtoista, ei ammatillista auttamista. Vapaaehtoistyö on myös vastavuoroista. Siinä auttajakin saa aina jotain itselleen: hyvän mielen, ihmissuhdetaitoi- den kehittymisen, lisää itsetuottamusta ja varmuutta toimintaan.

Lähimmäispalvelija on evankelis-luterilaisen seurakunnan vapaaehtoistyöntekijä. Hänen työnsä on osa seurakunnan diakoniatyötä. Tarkoituksena on tuoda virkistystä, vaihtelua ja turvallisuutta niille ihmisille, jotka terveydellisistä syistä eivät pysty niistä itse enää huolehtimaan. Lähimmäispalvelu on kristillisestä rakkaudesta lähtevää halua tukea ja auttaa toista ihmistä sekä kulkea toisen ihmisen rinnalla erilaisissa elämäntilanteissa.

Artikkelin julkaisukanava on Diakoni-lehti. Artikkelin kirjoittaminen on prosessi, jossa voidaan tuottaa uusia ajatuksia ja näkökulmia asioihin. Artikkelin tekstin kehittyessä ja muotoutuessa vähitellen vastaamaan lukijakuntansa tarpeita, kirjoittajana saattaa tavoittaa oman itsensä ja rohkaistua itsenäiseen ajatteluun omassa työskentelyssään. (Väliveronen 2002, 86–89.)

Toinen artikkeli oli julkaisematon. Tämä artikkeli oli tarkoitettu kaikille lähimmäispalvelutoiminnasta kiinnostuneille, mutta artikkeli jäi julkaisematta, koska toimitus ei ottanut minuun uudelleen yhteyttä artikkeliehdotukseni jälkeen. Ollessani yhteydessä syksyllä 2014 lehtien toimituksiin, sain monilta vastauksen, että saattohoidosta on kirjoitettu jo monissa lehdissä. Saattohoito oli vuoden 2014 Yhteisvastuukeräyksen teemana. Tämä yhteensattuma vaikeutti hieman julkaisijoiden löytämistä.



# 1 LÄHIMMÄISPALVELIJA OSANA SAATTOHOITOTYÖTÄ EVANKELIS-LUTERILAISEN SEURAKUNNAN TOIMINNASSA

Opinnäytetyöni teoreettinen viitekehys muodostui kuvauksesta, jossa asia sisältönä olivat lähimmäispalvelija, vapaaehtoistyö ja saattohoito. Kaikkia sairauksia ei voida parantaa eikä kaikkea kärsimystä elämästä voida poistaa, vaikka tiede ja teknologia koko ajan kehittyvät. Me kaikki kuolemme ajallamme.

## 1.1 Saattohoito

Saattohoito on kuolevaa lähestyvän ihmisen hoitoa ja hänen läheistensä tukemista. Se on tukea ja hoitoa sairauden viime vaiheessa aina kuolemaan asti. Lähtökohtana on ihmisen etenevä, parantumaton sairaus, johon ei ole parantavaa hoitoa tai potilas on siitä kieltäytynyt, ja ihmisen jäljellä olevan elinajan arvioidaan olevan lyhyt. Saattohoidosta ajatellaan usein, että se tarkoittaa syöpäpotilaita, mutta se käsittää muutkin krooniset kuolemaan johtavat sairaudet, kuten esimerkiksi sydäntaudit, neurologiset sairaudet ja kroonisen keuhkohtaumataudin. Saattohoidossa oleva ihminen saatetaan hänen viimeiselle matkalle. Päämääränä ihmisen hoidossa on kärsimysten lievittäminen. Siihen kuuluu ihmisen mahdollisimman hyvä perus- ja oirehoito, toiveiden huomioiminen ja valmistautuminen lähestyvään kuolemaan. Saattohoito on hyvin toteutuessaan moniammatillisen ryhmän ja vapaaehtoisten toteuttamaa potilaan kokonaishoitoa. (Heikkinen, Kannel & Latvala 2004.)

Hännisen (2003) mukaan saattohoito ei ole erillinen, selkeästi rajattu hoitomuoto, vaan elämänsä loppuvaiheessa olevan potilaan ja hänen läheistensä auttamiseen pyrkivien hoitotapojen kokonaisuus. Saattohoito voi tarkoittaa psyykkistä ja sosiaalista tukea ja sairauden diagnoosivaiheen jälkeen, sekä potilaan ongelmien hoitoa ja hyvinvoinnin lisäämistä sairauden eri vaiheissa. Se, millaisia potilaan oireet ovat, ei ole hoidon kannalta merkittävää. Saattohoidon kohteena voivat olla kipu tai muut fyysiset oireet, mutta yhtä hyvin potilas voi tarvita apua turvattomuuteen, yksinäisyyteen, tarpeettomuuden tunteeseen ja ahdistukseen.

Taustalla hoidon aloittamisessa on tavalla tai toisella kuoleman läheisyys. (Hänninen 2003, 21.) Potilaille pyritään takaamaan mahdollisimman aktiivinen, arvokas ja oireeton loppuelämä. (Hänninen 2001, 47.)

Saattohoito on aktiivista kokonaisuhoitoa, jossa kivun ja muiden oireiden lievitys sekä psyykkisten, sosiaalisten ja hengellisten ongelmien käsittely on oleellista. Kuoleman lähestyessä on tärkeää, että ihminen voi nähdä elämässään merkityksen. Elämän laadun kannalta on keskeistä, että inhimillistä arvokkuutta kunnioitetaan ja pidetään yllä niin pitkään kuin mahdollista. Saattohoitoon siirtyminen on lääketieteellinen päätös, joka pohjautuu monien ammattien osaamiseen ja yhteistyöhön. Asiasta keskustellaan ja päätös tehdään yhteisymmärryksessä lääkärin, hoitohenkilökunnan, potilaan ja omaisten kanssa. Saattohoitovaihe kestää yleensä muutamasta viikosta muutamaa kuukauteen. (Hänninen 2001, 47–56.)

Saattohoidossa potilaan kipuja pyritään lievittämään alusta lähtien. Potilaan tulisi oppia luottamaan siihen, että pahaa oloa ja kipua voidaan helpottaa. Potilaan muista fyysisistä tarpeista, kuten ravinnosta, puhtaudesta ja muista kehon hoitoon liittyvistä seikoista pidetään huolta. Elämän laadun kannalta on tärkeää, että liikuntakyky säilyisi mahdollisimman pitkään. (Pinomaa 2000, 26–36.)

Saattohoidon vapaaehtoistyötä toteutetaan seurakuntien tukihenkilötoimintana sairaaloissa ja hoitolaitoksissa. Toimintaa ylläpitää sairaalasielunhoito yhdessä diakoniatyön ja sairaalan kanssa. (Harju, Niemelä, Ripatti, Siivonen & Särkelä, 2001, 74.)

## 1.2 Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoistyö määritellään sosiaaliyhteiskunnalliseksi toiminnaksi, jonka vastakohtana on valtion, kuntien ja muiden julkisten viranomaisten toiminta. Tällä on läheinen suhde käsitteeseen kolmas sektori, jota käytetään kuvaamaan yhdistysten ja järjestöjen toimintaa. Vapaaehtoiset toimivat ilman palkkaa ja heidän toimintansa on organisoitua. Vapaaehtoistyöstä vastaa usein järjestön tai yhdistyksen palkattu työntekijä. (Heikkinen ym. 2004.)

Vapaaehtoistyöllä on omat periaatteensa, jotka ovat laatineet Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto yhdessä Suomen Punaisen Ristin ja Kirkon Diakonia- ja Yhteiskuntatyön

keskuksen kanssa vuonna 1996. (Harju ym. 2001, 34.) Vapaaehtoistoiminta voidaan käsitellä vastavuoroiseksi toiminnaksi. Siinä vapaaehtoinen ja tuen saaja ovat vuorotellen saajan ja antajan roolissa. Nämä roolit voivat vaihdella eri aikoina. Tällä tavoin se rikastuttaa molempien elämää.

Toiminnassa on huomattava tasa-arvoisuus. Erilaisuudestaan huolimatta kaikki osapuolet kohtaavat tasa-arvoisina eikä tukea tarjoavalla ole valtaa toiseen ihmiseen ja hänen elämänsä suhteen. Tuen saajalla on oikeus tehdä itse omaan elämäänsä liittyviä valintoja. (Harju ym. 2001, 34.)

Vapaaehtoistoimintaan tullaan mukaan omasta halusta. Jokainen voi valita sellaisen vapaaehtoistoiminnan kuin katsoo itselleen parhaiten sopivan. Vapaaehtoinen määrittelee itse, miten paljon aikaa hänellä on käytettävissä vapaaehtoistoimintaan. Hänellä on oikeus kieltäytyä hänelle sopimattomasta toiminnasta tai jos hänen voimavaransa eivät enää riitä toiminnan jatkamiseen. Vapaaehtoistoiminta on myös palkatonta. Hyvä mieli ja uudet rikastuttavat kokemukset ovat vapaaehtoistoiminnan ”palkka”. (Harju ym. 2001, 34.)

Vapaaehtoinen antaa apuaan tavallisen ihmisen tiedoilla ja taidoilla. Vapaaehtoistoiminta ei korvaa ammattityötä. Tuen saajalle vapaaehtoinen on uusi turvallinen ihmissuhde. Vapaaehtoinen on voinut saada jonkinlaisen koulutuksen tehtävänsä, mutta se ei tee hänestä ammattilaista, vaan auttaa toimimaan maallikkona. Vapaaehtoinen ei tee ratkaisuja toisen puolesta, vaan pyrkii auttamaan toista löytämään niitä ja auttaa jaksamaan omassa tilanteessaan. Vapaaehtoinen rohkaisee autettavaa siirtymään ammattituen piiriin, mikäli hän arvioi tilanteen sitä vaativan. (Harju ym. 2001, 34.)

Vapaaehtoinen toimii kaikin tavoin luotettavasti. Hän tekee ajallaan lupaamansa asiat, eikä lupaa sellaista, mikä ei ole hänelle mahdollista tai mihinkä hänen voimavaransa eivät riitä. Vapaaehtoisen on toimittava luottamuksellisesti. Hänen on muistettava vaitiolovelvollisuus. Kaikenlaisen tiedon vaihtoon esimerkiksi vapaaehtoisen yhteistyökumppanien kanssa on oltava tukea saavan lupa. (Harju ym. 2001, 35.)

Vapaaehtoinen toimii myös puolueettomasti. Hän antaa toiselle mahdollisuuden omiin mielipiteisiin ja kunnioittaa toisen erilaisuutta sekä tukee pulmien ratkaisuisissa juuri tuettavalle sopivalla tavalla. Tuettavan valinta ei aina näytä vapaaehtoisesta välttämättä hyvälle. Kuitenkin jokainen määrittelee oman elämänsä ”hyvät” itse. (Harju ym. 2001, 35.)

Vapaaehtoistoiminnassa voi syntyä jännitteitä ja pulmia, jotka vaativat tukea myös vapaaehtoiselle itselleen. Näiden pulmien käsittelyyn toiminnasta vastaava organisaatio yleensä kouluttaa ja tukee omia vapaaehtoisiaan. Toisen ihmisen hädän ja vaikeiden asioiden käsitteleminen kuormittavat. Taustayhteisön ohjauksessa vapaaehtoiset voivat keskenään jakaa kokemuksiaan ja saada sitä kautta tukea omalle toiminnalleen. (Harju ym. 2001, 35.)

Lähimmäisestään vapaaehtoinen vastaa tavallisen ihmisen tavoin ja toimii parhaan kykynsä sekä taitonsa mukaan. Toiminnasta vastaavalla organisaatiolla on myös oma vastuunsa vapaaehtoisen toiminnasta. Vapaaehtoistoimintaa varten järjestöt ottavat erikseen vakuutuksia. (Harju ym. 2001, 35.)

Seurakunnan vapaaehtoistoiminnan harjoittamisesta on olemassa selkeä ohje. (Kirkkojärjestys, 4 luku 3 §.) ”Seurakunnan ja sen jäsenten tulee harjoittaa diakoniaa, jonka tarkoituksena on kristilliseen rakkauteen perustuvan avun antaminen erityisesti niille, joiden hätä on suurin ja joita ei muulla tavoin auteta. Toiminnasta määrätään tarkemmin kirkkoneuvoston tai seurakuntaneuvoston hyväksymässä diakoniatyön johtosäännössä.” (Kirkkojärjestys 8.11.1991/1055 v. 1993.)

### 1.3 Lähimmäispalvelija

” Rakasta Jumalaa yli kaiken ja lähimmäistäsi niin kuin itseäsi.” Tämä rakkauden kaksoiskäsky on kristityn ohjenuora lähimmäisen auttamiseen. Auttamisessa, diakoniassa ja lähimmäisen rakkaudessa on kyse suhteesta toisiin ihmisiin ja luontoon. Eettinen toiminta tapahtuu tällöin vaakasuoralla ulottuvuudella. Rakkaus vie meitä lähimmäisen luokse, vain usko vie Jumalan luo. (Harju ym. 2001.)

Lähimmäispalvelijan tavoite on toimia kuolevan ja hänen omaistensa tukena. Ihmislähtöisessä toiminnassa otetaan huomioon potilaan toiveet, fyysinen, psyykkinen, henkinen tila ja mahdollisuudet keskusteluun. Tuki voi olla lähellä olemista tai potilaan halutessa hengellisen elämän tukemista. Se voi olla tilanteen salliessa yhteistä ulkoilua tai potilaalle lukemista. Keskeisintä on myötäelävä kuunteleminen, keskustelu ja aito läsnäolo. Lähimmäispalvelijalta edellytetään taitoa ymmärtää ja tunnistaa kuoleman läheisyyden he-

rättämiä tunnereaktioita. Toiminta ei sisällä hoitotoimiin osallistumista. (Harju ym. 2001.)

Yhteistyö potilaan, lähimmäisten ja sairaalan henkilökunnan kanssa on tärkeää. Saatettavat potilaat ovat usein yksinäisiä, joilla on vain vähän yhteyksiä omaisiin. Lähimmäispalvelijat sitoutuvat vaitiolovelvollisuuteen toiminnassaan. (Harju ym. 2001.)

Lähimmäispalvelijana toimiminen on lähellä olemista, kuuntelemista, keskustelemista, tukemista ja vierellä kulkemista. He ovat eri-ikäisiä, koulutukseltaan erilaisia ja eri elämäntilanteista tulevia ihmisiä. Heitä kaikkia yhdistää halu toimia kanssaihminen hyväksi, auttaa ja tukea. Lähimmäispalvelijan toiminnan periaatteita on tasa-arvoisuus, vapaaehtoisuus, vastavuoroisuus, riippumattomuus, puolueettomuus, luottamuksellisuus, ihmisten kunnioittaminen, turvallisuus ja toimiminen tuettavan ehdoilla. (Heikkinen ym. 2004.)

Lähimmäispalvelijoita kutsutaan monilla eri termeillä, kuten saattaja, tukihenkilö, vapaaehtoistyöntekijä ja rinnalla kulkija. Lähimmäispalvelijasuhde on ihmissuhde, ei hoitosuhde. Hän ei ota kantaa hoitotyöhön ja lääketieteeseen liittyviin kysymyksiin, ja hän kunnioittaa tuettavansa vakaumusta. Hän on potilaan vierellä kuoleman lähestyessä ja surevan omaisen tai läheisen tukena. (Heikkinen ym. 2004.)

#### 1.4 Aikaisemmat tutkimukset

Saattohoidosta on tehty tutkimuksia vuodelta 2006 Sonja Miettisen akateeminen väitöskirja ”Eron aika”, tyttärien kokemuksia ikääntyneen vanhemman kuolemasta. Vuodelta 2005 on Aili Huhtisen tohtorin väitöskirja ”Epävalmiina ajassa ja hetkessä valmiina”, tutkimus kuolevan kohtaamiseen kasvamisesta.

Vuodelta 2003 Hilikka Sandin akateeminen väitöskirja ”Sateenkaaren päästä löytyy kultaa”, tutkimus suomalaisesta saattohoidosta. Väitöskirja käsittelee kuolevan hoitamista ja suomalaista saattohoitoa.

Vapaaehtoisuudesta löysin kaksi väitöskirjaa. Vuodelta 2008 löytyy Varpu Lipposen, ”Läheisyyttä ja etäisyyttä kuoleman lähestyessä”. Kuolevan potilaan ja omahoitajan hoitosuhde dialogisen filosofian näkökulmasta tarkasteltuna. Vuodelta 2000 on Anne Yeun-

gin väitöskirja ” Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa – ihanteita vai todellisuutta?”.

### 1.5 Artikkelien pohjana olevan opinnäytetyön toimeksiantaja ja toimintaympäristö

Kainuun maakuntaan kuuluva Paltamo sijaitsee kauniilla paikalla Oulujärven koillisrannalla Kiehimäjoen suussa. Paltamo on koko Kainuun emäpitäjä. Paltamolla on kaksi keskustaajamaa; kirkonkylä ja Kontiomäki. Kontiomäen keskustaajama sijaitsee valtatie 5:n varrella, 20 kilometriä Kajaanista pohjoiseen, Oulujärven itäpäässä. Paltamon keskustaajaman ja Kontiomäen keskustaajaman väli on 16 kilometriä. Väkiluku on 3563 henkilöä /2014. (Pirjo Turunen, henkilökohtainen tiedonanto 16.6.2015)

Koko Kainuun emäpitäjä, Paltamo sai alkunsa vuonna 1599. Paltamon kirkot ensimmäisestä kolmanteen sijaitsivat Paltaniemen Kirkkoniemessä. Kirkon sijaitseminen Paltaniemellä oli perusteltua, koska se sijaitsi keskeisellä paikalla kun kuljettiin vesistöjä myöten. Neljäs kirkko rakennettiin Ison vihan jälkeen Paltaniemellä kauemmaksi Oulujärvestä sortuma vaaran vuoksi. Tämä kirkko tunnetaan nykyisin erityisesti kattomaaluksista, mistä tuleekin nimitys kuvakirkko. Kirkko kuuluu edelleen Paltamon seurakunnalle vaikka sijaitsee Kajaanissa. (Pirjo Turunen, henkilökohtainen tiedonanto 16.6.2015)

Vuosisatojen ajan Paltamon keskuksena toiminut Paltaniemi sijaitsi liian kaukana ja vuoden aikoihin nähden hankalien kulkuyhteyksien päässä. Tämän vuoksi nykyiseen Paltamon keskustaahan, Kiehimän kylään rakennettiin kirkko 1946. Kirkon alttaritaulu kuvaa Kristuksen taivaaseen astumista. Paltamon seurakunnan jäsenmäärä on 2993 henkilöä vuonna 2014. Koko väestöstä 10 prosenttia on kirkosta eronneita. Seurakunta työllistää kaksitoista henkilöä.

Kirkkoherran lisäksi seurakuntaa palvelee kappalainen, diakoni, lähetys sihteeri, kanttori, seurakuntamestari, suntio ja lasten ja nuorten ohjaajat sekä emäntä ja siivooja. (Pirjo Turunen, henkilökohtainen tiedonanto 16.6.2015)

Paltamo on pienuudestaan huolimatta vahva ja vireä seurakunta. Seurakunnan toiminta on perinteisiin pohjautuvaa, tulevaisuuteen suuntaavaa ja yhteistyöhaluista. Seurakunnan tehtävä on julistaa Jumalan sanaa, jakaa sakramenteja sekä muutoinkin toimillaan edis-

tää kristillisen sanoman levittämistä ja lähimmäisen rakkauden toteuttamista kansankirkon hengessä. (Pirjo Turunen, henkilökohtainen tiedonanto 16.6.2015)

Opinnäytetyöni tuli Paltamon seurakunnan diakoniatyön osaksi. Lähimmäispalvelijat toimivat diakoniatyön alla. Paltamon seurakunnassa toimii yksi diakoni. Hänen toimintaa johtaa ja valvoo diakoniatyön johtokunta. Kirkkoherra johtaa kaikkea seurakunnan toimintaa. Kirkkoneuvosto on seurakunnan toimeenpanija ja ensimmäinen päätöksen tekijä. Kirkkovaltuusto päättää ylimpänä seurakunnan asioista. Pappien työtä johtaa ja valvoo hiippakunnan piispa yhdessä tuomiokapitulin kanssa. (Martti Turunen, henkilökohtainen tiedonanto 25.10.2007)

Lähimmäispalvelijan keskeisimpinä tehtävinä ovat kuunteleminen, läsnäolo ja keskustelu sekä potilaan halutessa myös hengellisen elämän tukemista. On tärkeää luoda saattohoito potilaalle tunne, ettei hän ole yksin kuoleman läheisyyden kanssa. (Harju ym. 2001, 74–75.)

## 2 ARTIKKELIEN POHJANA OLEVAN OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSMENETELMÄT

Aiemman opinnäytetyöni tutkimuksellisenä lähtökohtana oli kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusote. Silloinen opinnäytetyöni eteni teorialähtöisen deduktiivisen tuotteistamisprosessin mukaisesti.

Opinnäytetyö alkaa aina jostakin tarkoituksesta tai tehtävästä. Tarkoitus on ohjaamassa tutkimustapojen valinnassa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 134.) Opinnäytetyöllä on selkeä ja tarkkarajainen tehtävä. Johtoajatuksena yleensä muotoutuu pääongelma ja sen täsmentäminen johtaa alaongelmiin. Tässä asiassa ei ole mitään mekaanista kaavaa. Tutkimuksessa voi olla yksi tai useampia samantasoisia tehtäviä. (Hirsjärvi ym. 2008, 122.) Tarkoitusta kuvataan usein neljällä eri piirteellä; selittävä, kuvaileva, ennustava ja kartoittava. (Hirsjärvi ym. 2008, 133 – 134).

Opinnäytetyöni ”lähimmäispalvelija osana saattohoitotyötä” tarkoituksena oli selvittää lähimmäispalvelijan työnkuva saattohoidossa. Sen perusteella pystyin paneutumaan opinnäytetyöni tavoitteeseen eli laatimaan käytännöllisen koulutusoppaan uusille lähimmäispalvelijoille. Opas tarjoaa tietoa käytännön asioista ymmärrettävässä muodossa, tilanteessa jossa uutta lähimmäispalvelijaa koulutetaan uuteen tehtävään ja tiedon tarve on suuri. Oppaassa kaikki hyödyllinen tieto on yksissä kansissa ja helposti kaikkien saatavilla. Opinnäytetyöni perimmäinen tarkoitus oli tuottaa opas, joka sisältää perusasiat saattohoitopotilaan lähimmäispalvelijan kouluttamiseen.

Tutkimustehtävät olivat

**1. Mikä on lähimmäispalvelijan työnkuva / rooli saattohoidossa?**

**2. Millainen opas tukee lähimmäispalvelijan kouluttamisessa?**



### 3 TUOTTEISTAMISPROSESSI

Oman opinnäytetyöni tuotteistamisen tavoitteena oli suunnitella ja tehdä opas lähimmäispalvelijoiden kouluttamiseksi tehtäviinsä. Samalla valmistui tietty toimintamalli, millä toiminta voidaan aloittaa. Lähimmäispalvelijoiden kouluttamisen yhtenäistäminen oli opinnäytetyöni tilaajan yksi tavoite. Silloin lähimmäispalvelijoiden kouluttamiseen ei ollut valmista opasta, jolla heidät saatettaisiin tehtäviensä alkuun.

#### 3.1 Aineiston hankkiminen ja luotettavuus

Muiden jo valmiiksi keräämää aineistoa oli saatavilla. Valmiit teokset olivat helpottamassa opinnäytetyön tekoa, mutta ne eivät vastanneet suoraan opinnäytetyön tutkimusongelmiin. Valmiita aineistoja on pakko yhdistellä ja muokata siten, että saa niistä tiedon omiin tutkimusongelmiin. (Hirsjärvi ym. 2008, 181.)

Opinnäytetyöni teoreettisen viitekehyksen muodostui uusimpien tutkimus- ja teorianäytöjen avulla. Teoreettinen tietoperusta antaa lukijalle kuvan, mitä saattohoito on, ja mitä tarkoittaa lähimmäispalvelija ja mikä on lähimmäispalvelijan rooli kokonaisvaltaisessa saattohoitotyössä. Saattohoidosta ja vapaaehtoistoiminnasta on saatavana jo valmista ja luotettavaa teorianäytöä, joten käytin sitä opinnäytetyöni pohjana. Hankin materiaalin kirjastoista ja osan kirjoista omistan itse ja muutamia lähteitä sain lainaan ystäviltäni. Valmiisiin teoksiin on kuitenkin syytä suhtautua kriittisesti ja niiden luotettavuus on syytä punnita. (Hirsjärvi ym. 2008, 184.)

### 3.2 Eettiset kysymykset

Tarvitsin opinnäytetyössäni suunnitelman hyväksymisen jälkeen toimeksiantosopimuksen.

Sopimus laadittiin yhdessä tilaajan, koulun ja minun kanssa. Sopimuksessa kuvataan toimeksiannon tavoitteet ja tuotokset. Sopimuksessa käsiteltiin luottamuksellisuutta, tekijän oikeutta, toimeksiantosopimusta (vakio kaavake), yhteistoiminta organisaatiota ja Kajaanin ammattikorkeakoulun, toimeksiantajan ja opiskelijan asemaa. (Opinnäytetyön työkalupakki Kajaanin ammattikorkeakoulu 2009.)

### 3.3 Ohjeet oppaan laatimiseen

Minun oli syytä pitää mielessä kenelle koulutusopasta kirjoitan. Oppaan lukijan tulee ymmärtää, että teksti on kirjoitettu hänelle ohjeeksi ja opastukseksi. Tärkein osa ohjeiden luettavuuden kannalta ovat otsikot ja väliotsikot. Hyvä ohje kertoo otsikossa, mitä teksti tulee sisältämään. (Torkkola, Heikkinen & Tiainen 2002, 36–40.)

Oppaassa hyvä kuva herättää parhaimmillaan mielenkiinnon ja auttaa asian ymmärtämisessä. Eri väreillä on erilaiset vaikutukset, niinpä minun oli tarkoin harkittava yhdessä toimeksiantajani kanssa, millaisia kuvia käytetään. (Torkkola ym. 2002, 41–42.)

Oppaan teksti tuli minun kirjoittaa niin, että se on ymmärrettävää, oikeakielistä, havainnollista yleiskieltä ja välttää ammattisanoja. Kuvien ja tekstin asettelu oli lähtökohtana hyvän ohjeen laatimiselle. (Torkkola ym. 2002, 44–49.) Oppaaseen kirjoitin, mitä saattohoito on, miten saattohoitopotilaan lähimmäispalvelijana toimitaan, mitä siihen kuuluu ja mitä ei. Kerroin myös työnohjauksesta, tuesta, vaitiolovelvollisuudesta ja yleisesti vapaaehtoistyöntekijän velvollisuuksista.

## 4 ARVIOINTI

### 4.1 Luotettavuus

Opinnäytetyön onnistuminen vaati minulta kirjoittajan taitoja. Opinnäytetyön arviointi perustui raportin arvioitavuuteen ja toistettavuuteen. Arvioitavuus tarkoittaa, että raportti on kirjoitettu niin, että lukijan on mahdollista seurata opinnäytetyön tekijän päättelyä ja arvioida sitä. Hyvää opinnäytetyötä luonnehtivat tuoreus, uudet näkökulmat ja selkeä kirjoitustyyli. (Paunonen & Vehviläinen - Julkunen 1997, 220.)

Minun tuli pohtia tekemiäni ratkaisuja ja ottaa näin kantaa, sekä tulosten kattavuuteen, että tekemäni työn luotettavuuteen. Tärkeintä mielestäni oli pyrkiä opinnäytetyön tekstissä kertomaan niin tarkasti kuin mahdollista siitä, mitä aineiston keräyksessä ja sen jälkeen on tapahtunut. Luotettavuuden arvioinnissa käytetään kriteereinä opinnäytetyön uskottavuus, siirrettävyys, vahvistettavuus, merkittävyys, toistettavuus ja aineiston riittävyys. (Eskola & Suoranta 1998, 208 – 214).

Uskottavuudella tarkoitin sitä, että minun oli tarkistettava vastaavatko minun käsitykseni todella lähdeaineistosta saamaani tietoa. Uskottavuutta kuvaa myös se, että miten hyvin olen tutkimuksen aikana tehnyt havainnot vastaavat todellisuutta. Uskottavuutta tulevaisuudessa työssäni lisää se, että ohjaajinani toimivat alan asiantuntijat. Kiinnitin huomiota uskottavuuteen myös valitsemalla lähteet siten, että ne on julkaissut tunnettu ja merkittävä taho ja lisäksi se, että ne ovat mahdollisimman uusia. (Eskola & Suoranta 1998, 208–214.)

Vahvistavuus tarkoitti sitä, että tekemäni tulkinnat saivat tukea vastaavanlaisista tutkimuksista. Ajattelin, että vahvistettavuutta kuvasi opinnäytetyössäni kyllästeisyys eli minä olin saanut asioista kaiken olennaisen tiedon. Minun täytyi myös kyetä puolustamaan työni merkittävyyttä. (Eskola & Suoranta 1998, 213–215.) Opinnäytetyöni oli merkittävä, koska se oli tilattu. Käytössä ei ollut koulutusopasta saattohoidon lähimmäispalvelijoille.

Siirrettävyys kuvaa sitä, että minä kuvasin yksityiskohtaisesti aineiston keräämiseni ja analysoimiseni. Opinnäytetyöni tuloksena syntyneen oppaan suunnittelin niin, että keskeisiä asioita voidaan tarvittaessa päivittää ajan tasalle. Oppaan testaaminen lisäsi opinnäytetyöni luotettavuutta. (Janhonen & Mikkonen 2001, 197–198.)

Toistettavuudella tarkoitin sitä, että opinnäytetyön kulku esiteltiin niin yksinkertaisesti, että se on mahdollista myös toistaa. Opinnäytetyössäni kuvasin tuotteistamisprosessin yksityiskohtaisesti. Pyrin perustelemaan kaikki tekemäni valinnat.

## 4.2 Eettisyys

Opinnäytetyössä eettisyyttä tarkastellessa on otettava huomioon tutkimuksen yleiset eettiset periaatteet. Plagiointi, tutkimusvilppi, piittaamattomuus hyvistä käytänteistä ovat esimerkkejä eettisyyden rikkomuksista. Koko opinnäytetyön oli muistettava noudattaa rehellisyyttä. Tietojen luotettavuus, lähde kritiikki ja tiedon soveltuvuus on suotavaa läpi koko opinnäytetyö prosessin ja antavat hyvän pohjan eettisyydelle. Eettisyys on osaltaan valintoja ja niiden perustelemista. (Hirsjärvi ym. 2009, 23–27.)

Mielestäni eettisyyden periaatteita on noudatettava niin tässä opinnäytetyössä kuin elämässä yleensä. Hoitotyössäkin toimintastrategiat perustuvat eettisiin periaatteisiin, terveydenhuollossa. Lähdekritiikki on paikallaan aina kun erilaisia lähteitä käytetään.

## 5 ARTIKKELIEN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄ

Tehtäväni on kirjoittaa artikkelit ammattilehtiin lähimmäispalvelijoiden kouluttamisesta tehtävään ja koulutusoppaasta. Tavoitteena on, että diakonityöntekijät ja diakoniaopiskelijat sekä vapaaehtoistyöntekijöiden koordinoijat voivat käyttää artikkelien antamaa tietoa hyväkseen työssään. He voivat hyödyntää jo tekemääni opasta kouluttamisessa. Haluan myös muistuttaa heitä tästä vapaaehtoistyön tärkeästä osa-alueesta. Artikkelin kirjoittamistyö selventää minulle sitä, miten tutkittu tieto saadaan lähelle ammattilaisia.

### **Tutkimustehtävät:**

1. Millaisen artikkelin avulla pystyn antamaan tietoa valmistamastani koulutusoppaasta?
2. Kirjoittaa artikkeli opinnäytetyön teoria- ja tulososion pohjalta

Artikkelien pohjana on opinnäytetyö: Lähimmäispalvelija osana saattohoitotyötä. Artikkeliiin olen sisällyttänyt tietoa opinnäytetyön tuloksista ja teoriaosasta.

## 6 ARTIKKELIN KIRJOITTAMINEN

Artikkeleiden rakenteita kuvatessani tulen yhdistämään tieteellisen artikkelin ja lehtiartikkelin kirjoittamisen keskeisiä tekijöitä. Erilaisten artikkelien laatimista helpottavat kirjoitusohjeiden ja kirjoittamiskäytäntöjen tunteminen. Hyvän tieteellisen lehtiartikkelin on hyvin suunniteltu ja metodisesti oikein toteutettu tutkimus. Tieteellisen artikkelin keskeinen tehtävä on tiedonvälitys. (Viinamäki & Isohanni 1994, 3751.)

Artikkelin elementtien tulee olla itsenäisiä ja ne kaikki ovat tärkeitä, kaikkia elementtejä ei aina käytetä. Johdanto ja tiivistelmä ovat elementtejä, joista voi artikkelia kirjoittaessaan valita käyttökelpoisemman. Artikkelin rakentuu otsikoista, kuvista, kuvateksteistä, tiivistelmästä, johdannosta, leipätekstistä ja loppupohdinnasta sekä lähdeluettelosta. Eri elementtien tärkeyden artikkeleissa huomaa hyvin kun itse selailee lehtiä huomio kiinnittyy otsikoihin, tiivistelmään, johdantoon, kuviin ja kuvateksteihin. Onnistuneet artikkelin eri elementit pitävät lukijan otteessaan tarjoten luku- ja tietonautinnon. (Kotilainen 2003, 78–80.)

Astiantuntija tuntee aiheen, josta kirjoittaa. Ammattilehtien artikkeleiden tulee olla hyvin tehtyjä ja helposti ymmärrettäviä. On hyvä pyrkiä tekemään selkeä, lyhyt ja helposti omaksuttava artikkeli. (Kotilainen 2003, 65, 96.)

Artikkelissa tekstin tulee olla selkeää, sujuvaa ja helppolukuista. Liiallista ammattikielenkäyttöä tulee rajoittaa ja keskittyä käyttämään hyvää ja ymmärrettävää yleiskieltä. Selkeä kielenkäyttö ja artikkelin looginen rakenne tekevät siitä ymmärrettävän. (Mansikkamäki 2002, 164–165.) Luettavuus ja ymmärrettävyys liittyvät läheisesti yhteen. Hirsjärven ym.(2008) mukaan luettavuudella tarkoitetaan helppolukuisuutta, mikä näkyy tekstin selvyytinä ja kiinnostavuutena. Jäsentelyn johdonmukaisuus on perusta artikkelin luettavuudelle. Kappalejakojen ja -rakenteiden tulee olla loogisia. Kappaleiden sisällä virkkeiden tulee linkittyä toisiinsa, ne eivät saa jäädä irrallisiksi lauserakenteiksi. (Hirsjärvi ym.2008,263-264.)

## 6.1 Otsikko

Otsikon olisi lyhyesti kerrottava artikkelin pääidea, informatiivisesti. Se on lyhyt, mutta tarkka. Otsikko on se osa, minkä ihmiset usein lukevat vaikka eivät lukisi itse artikkelia. Otsikosta jo päätetään luetaanko artikkeli vai ei ja ketkä sen lukevat. Otsikkoa käytetään myös tietojen luokittelussa, siksi käyviä ja yleisiä termejä tulee käyttää otsikossa. Otsikosta on myös pystyttävä muodostamaan tiivistetty versio. Suositus otsikon pituudeksi on enimmillään 12–15 sanaa. (Niemelä, Lagerspetz, Lagerspetz & Näätänen 1992, 57–58.) Hyvä otsikko herättää jo lukijan kiinnostuksen, ja kertoo jotain oleellista itse sisällöstä. Otsikko voi olla myös kaksiosainen, jolloin alku herättää mielenkiinnon ja loppuosa täsmentää välittäen sisältötietoa. (Hirsjärvi ym. 2008, 258, 293–295.) Hyvä otsikko ilmaisee aina artikkelin ydinasian niillekin, jotka eivät lue artikkelista muuta. Otsikon liiallisesta informatiivisuudesta ei ole vaaraa. Mielenkiintoinen otsikko herättää lukijassa halun lukea artikkelin läpi saadakseen lisää tietoa asiasta. (Kotilainen 2003, 81–83.)

## 6.2 Tekijän nimi

Otsikkolehdeksi on löydettävä tekijän nimi, siinä muodossa kuin asianomainen niitä julkaisussa yleensä käyttää. Tekijöitä ovat henkilöt, jotka tutkimuksen ovat toteuttaneet ja artikkelin kirjoittaneet. (Niemelä ym. 1992, 58–59.)

## 6.3 Tiivistelmä

Artikkelin alussa tiivistelmä (abstrakti) on lyhyt yhteenveto tulevasta. Se sijoitetaan artikkelin alkuun. Tiivistelmä on ensimmäinen osuus johon lehden toimittajat ja artikkelin lukijat tutustuvat. Tiivistelmä vaikuttaa aina asiantuntijan kiinnostukseen heräämiseen aihetta kohtaan. Lukija päättää tiivistelmän perusteella lukeeko koko artikkelin vai ei. Tiivistelmän on oltava ymmärrettävää yleiskieltä. Tiivistelmän tulee sisältää a) tutkimuksen pääidea, b) käytetyt menetelmät ja c) tärkeimmät tulokset sekä d) johtopäätökset. Mitään, mitä ei ole artikkelissa ei pidä esitellä tiivistelmässä.

Tiivistelmä on hyvä kirjoittaa vasta viimeiseksi, silloin siihen voi lainata kohtia muusta artikkelitekstistä. (Niemelä ym. 1992, 59–60.) Usein tiivistelmä on kirjoitettu lihavampi

alkukappale, koko kirjoituksen kärkiosa. Hyvän otsikon jatke, missä parilla, kolmella lauseella kerrotaan olennaisin. Hyvä tiivistelmä on sisällökäs, kiinnostava, naseva ja lukemaan houkutteleva. (Kotilainen 2003, 86–87.) Tieteellisessä artikkelissa johdanto vastaa tiivistelmää. (Hirsjärvi ym. 2008, 258.)

#### 6.4 Johdanto

Artikkelissa monesti ei ole johdantoa otsikoitu erikseen. Johdanto sijaitsee tiivistelmän jälkeen. Johdanto kirjoitetaan usein pohdinta osuuden jälkeen tai yhdessä. Näin johdanto ja pohdinta saadaan parhaiten vastaamaan toisiaan. Menetelmä ja tulos osio näiden välissä kertoo sitten sen, miten asiat on käytännössä toteutettu. Johdanto kertoo lukijalle kyseessä olevan ongelman ja miten minä olen sen pyrkinyt ratkaisemaan. (Niemelä ym.1992, 62.) Johdannon tavoite artikkelissa on herättää lukijan mielenkiinto. Aloituksella määritellään artikkelin näkökulma ja herätetään lukijan kiinnostus. Johdannon tulee olla lyhyt ja napakka. Johdannon tarkoitus on tieteellisessä artikkelissa esitellä tutkimuksen taustoja tiiviisti oman aiheen näkökulmasta. Johdantoon sisältyy oman tutkimuksen kysymyksen asettelu. (Viinamäki & Isohanni 1994, 3752.) Kaakkuri–Knuutila esittää aloituksessa huomioitavaksi asioiksi, käsiteltävä aihe, ongelman paikantaminen, ongelman ratkaisu keinot ja selostuksen lukijalle artikkelin rakenteellisesta etenemisestä. (Kaakkuri-Knuutila 1998, 369.)

Käsiteltävä aihe esitellään ja perustellaan sen merkitys. Oma näkökulma asiaan tuodaan esille ja rajataan kysymys. Ongelman paikantamisessa osoitetaan jokin ristiriita tai tiedollinen puute. Samalla perustellaan ongelman ratkaisun tärkeys.

Ongelman ratkaisukeinot esitetään artikkelin tavoitteiden avulla ja ne keinot joilla niihin päästään. Hirsjärven ym. mukaan esitetään johdannossa se, miten tutkimusongelma on pyritty ratkaisemaan, perustellaan ratkaisemisen tarve ja selvitetään mahdolliset ristiriitaiset näkökannat. (Hirsjärvi ym. 2008, 258.)



## 6.5 Väliotsikot

Kiinnostavat väliotsikot pitävät lukijan mielenkiinnon yllä ja esittelevät tulevan leipätekstin. Väliotsikko kertoo keskeisimmän asian tulevasta tekstistä. (Kotilainen 2003, 87.) Otsikointi jäsentää käsiteltävän aiheen ja kertoo lukijalle kiinteästä ja johdonmukaisesta etenemisestä. Väliotsikoiden tarkoitus on helpottaa lukemista ja auttaa ymmärtämään artikkelin sisältöä. Otsikoiden tulee koostua sisältösanoista, koska lukija hakee tarvitsemaansa tietoa väliotsikoista. (Hirsjärvi ym. 2008, 296–297.)

## 6.6 Leipäteksti eli käsittelyosio

Artikkelin leipätekstin tarkoitus on tuoda lukijalle jotain uutta ja vastata artikkelin alussa mahdollisesti olleisiin kysymyksiin. Parhaimmillaan leipäteksti on kiinnostavaa, elävää ja siitä näkyy kirjoittajan tietämys asiasta. (Kotilainen 2003, 88–89.) Lukijat odottavat tutkimuksen antia ja uutta näkökulmaa käsiteltävään aiheeseen. Artikkelin laatijan tulee lähestyä omaan tutkimukseen pohjautuvaa tietoa objektiivisesti, mutta vähättelemättä. Kun lukijalle selvitetään tutkimusprosessi alusta loppuun jää lukijalle aikaa ajatella ja muokata tietoa omassa kontekstissään. (Väliveronon 2002, 139–142.)

Artikkeliä kirjoittaessani joudun varmaan usein palaamaan näihin kirjoitusohjeisiin. Jokainen artikkeli on erilainen. Ohjeiden avulla minun on helpompaa jäsentellä omaa tekstiäni ja pohtia saavatko lukijat siitä sen, mitä tarkoitin.

Artikkeleiden kirjoittaminen on minulle aivan uusi, haasteellinen ja vierasasia. Artikkelit on mielestäni äänetöntä viestintää, jossa ei voi mennä lukijalle selittämään asiaa, jos se ei ole tekstissä avattuna.

Hyvä artikkeli loppuu lähdeluetteloon. Sen tarkoitus on tarjota lukijoille vinkkejä lisätiedon hakemiseen. Samalla se kertoo artikkelin taustasta ja lähtökohdista. Lähdeluettelo ja viitteet on tapana sisällyttää ammattilehtien julkaisuihin sekä asiantuntija-artikkeleihin. (Mansikkamäki 2002, 168.)

## 6.7 Artikkelin kirjoittaminen prosessina

Väliverron (2002) teoksessa Tieteellinen kirjoittaminen esitellään kirjoittamisen prosessia tukevia ja estäviä tekijöitä. Kirjoittamisen prosessi jaetaan eri vaiheisiin ja saa näin prosessin kuulostamaan helpolta. Epäilen, että tuskin artikkelien kirjoittaminen on minulle helppoa. Tukeehan tuo kirja kuitenkin aloittamistani työhön. (Väliverronen 2002, 83–84.)

Kirjoittamisessa ei ole tavoite päästä heti valmiiseen lopputulokseen vaan vähitellen tekstiä koko ajan kehitellen. Hyvä artikkeli vaatii moneen kertaan kirjoittamista. Prosessi alkaa ideoinnista, aiheen ja näkökulman rajaamisesta ja monen vaiheen jälkeen on vasta valmis teksti. Kirjoittamisprosessin kuvauksia on monia, tärkeintä on löytää se itselle sopivin. Yksi tapa on kirjoittaa artikkelia itselle lukijat unohtaen. Itselle kirjoittamisessa on kyse uuden oppimisesta ja ymmärtämisestä. Toisille kirjoittaminen on taas kommunikointia omien ajatusten, tulosten ja johtopäätösten välittämistä. Silloin on syytä miettiä kenelle kirjoittaa, millaisia perusteluja tarvitaan tai millaista kieltä on käytettävä. (Väliverronen 2002, 83–84.)

## 7 JULKAISUT

Suomessa tieteelliset julkaisut jaetaan kolmeen ryhmään. Ensin tulee ns. yleistieteelliset lehdet, jotka kattavat monia eri tieteenaloja. Näihin lehtiin artikkelit kirjoitetaan yleisajuisesti ja yleisesti kiinnostavista asioista. Toinen ryhmä on tieteelliset julkaisut, jotka käsittelevät vain yhtä tiettyä tieteenalaa. Artikkelit pyritään kirjoittamaan niihin kuitenkin siten, että myös tavalliset ihmiset pystyvät lukemaan niitä. Artikkelit ovat pääsääntöisesti helpotajuisia katsauksia kiinnostavista osa-alueista tai alan erityiskysymyksistä. Kolmannen ryhmän muodostavat varsinaiset tieteelliset julkaisut. Nämä lehdet toimivat tieteellisen kanssakäymisen välineenä, eivätkä ole kiinnostuneita popularisoimaan oman alansa tietoa. Näiden lehtien toimitus käyttää artikkelin tietojen tarkistamista asiantuntijalla eli ns. arviointimenettelyä, joskin arvioijat ovat kotimaisia ja valittuja suppeasta tieteellisestä joukosta. Suurin osa artikkeleista on alkuperäistutkimuksia, jotka esittävät jonkin empiirisen aineiston. (Niemelä, ym. 1992, 25–27.)

### 7.1 Diakonia-lehti

Diakonia-lehti on diakonian ammattilehti. Lehti ilmestyy viisi kertaa vuodessa. Diakonia-lehdessä kerrotaan diakoniatyön ajankohtaisista ja tärkeistä asioista. Diakonia-lehti palvelee diakoniatyössä mukana olevia diakoniaviranhaltijoita sekä toimii tiedottajana kirkon ja kirkollisten järjestöjen diakoniatyöstä myös muille sosiaali- ja terveydenhuollossa toimiville. Lehti tavoittaa erityisesti seurakuntien työntekijät. Lehteä käytetään diakonian opetuksessa. Lehteä jaetaan kirkon yleisten hallintoelinten luottamushenkilöille ja työntekijöille. (Sakasti i.a.)

### 7.2 Diakonia – lehden kirjoitusohjeet

Päädyin kirjoittamaan artikkelin Diakonia-lehteen, koska se on diakoniaviranhaltijoiden ammattilehti. Diakoniaviranhaltijat kohtaavat työssään myös heitä, joiden omainen on

saattohoidossa, mutta myös saattohoitopotilaita. Näin ajattelen tämän artikkelin kosket-tavan heitä.

Olin sähköpostin välityksellä yhteydessä lehdentoimitukseen, joka kiinnostui julkaise-maan artikkelin. Heillä oli lehdessä jo suunniteltuna teema, johon artikkeli sopii. Artik-kelin kirjoittamiseen sain ohjeeksi, että juttu on noin 6400 merkkiä ja sisältää 3 - 4 väliot-sikkoa. Koska aiheet lehdessä ovat aika rankkoja, niin toivomuksena oli kuva kirjoitta-jasta muu kuin tavanomainen passikuva. Näin kuvituksella lehti pyrkii luomaan vähän väriä ja elävyyttä. Muukin kuvitus heille käy. Muotoilu artikkelissa on vapaa, koska kir-japaino muuttaa sen kuitenkin omien asetuksiensa mukaiseksi. Tavallinen word tai rtf-tiedosto heidän helpoin käsiteltävä. Ei mielellään tekstiä pdf:änä. (Raili Suviranta, hen-kilökohtainen tiedonanto 22.1.2015)

### 7.3 Artikkelin kirjoittaminen

Aloitin artikkelin suunnittelemisen tutustumalla Diakonia-lehdessä julkaistuihin artikke-leihin opinnäytetöistä. Tällä tavoin sain itselleni kuvan siitä, mitä artikkelin kirjoittami-sella tavoitellaan. samalla tutustuin siihen, mitä tieteellisen artikkelin kirjoittamisella yleensä tavoitellaan. Etsin ja tutkin tieteellistä kirjoittamista koskeviin kirjoihin ja valit-sin niistä parhaat opinnäytetyöni teoriaosan lähdekirjoiksi. Niiden avulla sain hahmotet-tua itselleni tieteellisen artikkelin kirjoittamisen rakenteen ja kirjoittamisen tavan. Kir-joittamistani ohjasi myös Diakonia-lehdeltä saamani kirjoitusohjeet. Haasteellisinta kir-joittamisessa oli aiheen rajaaminen tiettyyn näkökulmaan. Kun nämä sai itselleen sisäis-tettyä oli artikkelin kirjoittaminen kiinnostavaa ja sujuvaa.

## 8 POHDINTA

Opinnäytetyöni toi minulle lisää asiantuntijuutta. Omaa asiantuntijuuttani lisäsin prosessin aikana uuden tiedon hankinnan ja sen käytäntöön soveltamisen sekä kriittisen arvioinnin kautta. Ammattikorkeakoulut edellyttävät, että valmistuneet oppilaat kykenevät kirjallisesti esittämään asioita. Lisäksi edellytetään, että valmistuva tuntee tutkimus- ja kehittämistoiminnan perusteet ja menetelmät.

Artikkelin kirjoittaminen on diakoniaviranhaltijan yhteiskunnallisiin kysymyksiin osallistumista ja kommunikointitaitojen osaamista. Viestinnäntaidot kuuluvat työelämän valmiuksiin ja kehitin tässä työssäni mediaosaamisen taitoja. Artikkelin kirjoittaminen vaati artikkelin kirjoittamisen kokonaisvaltaista tietämistä. Tähän prosessiin tarvitsin lisäksi asiakirjoittamisen valmiuksiani, atk-taitoja, oman äidinkielen ja englanninkielen taitoja, joita olen työssäni hyödyntänyt. Voin hyvillä mielin todeta, että opin kaikki keskeiset asiat artikkelin kirjoittamisesta ja omaksuin vastuuni sen asiantuntijuudesta.

Artikkelien kirjoittaminen oli haasteellista, mutta myös mielenkiintoista ja innostavaa. Tällä tavalla sain aiemmin tekemälleni opinnäytetyölle näkyvyyttä ja julkisuutta. Haasteellisuutta toi se, että artikkelit pohjautuivat omaan aiemmin tekemääni opinnäytetyöhön, mikä oli aikoinaan kovan työpanoksen tuotos. Nyt tarkastelin sitä itse uudessa valossa tutkimustulosten kautta. Minun oli itse osattava poimia sieltä se oleellisin asia, minkä halusin artikkelien lukijoille kertoa. Tärkeää oli, että pystyin tiedottamaan artikkelissani opinnäytetyöni tärkeistä ja mielenkiintoisista tuloksista. Kun artikkeli julkaistiin Diakonia-lehdessä, uskon että se herätti huomiota.

Diakonia-lehti tavoitti oikean kohderyhmän. Artikkelin jälkeen sain yhteydenottoja diakoniaviranhaltijoilta. Lähetin koulutusmateriaalin kokonaisuudessaan sähköpostin liitteenä niiden seurakuntien diakoniatyöntekijöille, jotka sitä artikkelin ilmestymisen jälkeen sähköpostitse pyysivät. Artikkelissa kerroin myös mahdollisuudestani mennä itse kouluttamaan ja näitäkin pyyntöjä saanut. Tuntuu hyvältä, kun jäi ison työn jälkeen jotain pysyvää.

Artikkeliin tuli poimia vain se oleellinen ja mieltä, miltä kantilta kirjoittaa, vapaaehtoisten vai viranhaltijoiden näkökulmasta. Koin osittain tämän opinnäytetyön haasteellisena, koska tämä oli aivan erilainen työ kuin muut opiskeluihini liittyneet kirjalliset tehtävät. Opettajilleni tällainen opinnäytetyö oli ihan uusi ulottuvuus, koskaan aiemmin ei kukaan heidän oppilaistaa ollut tällaista tehnyt. Tämä asetti myös opinnäytetyöni ohjaajalle omat haasteensa. Tietoja tällaisesta opinnäytetyöstä tuli meidän molempien etsiä ja kysellä. Vertailukohteita, malleja ei ollut käytettävissä. Itse oli luotava malli koko työlle. Aluksi tämä oli minusta rasittavaa kun kukaan ei tiennyt, mitä ja miten pitää tehdä. Silloin koin kaipaavani selkeitä ohjeita, niitä ei vain yksinkertaisesti ollut. Sain hyvin pitkälle itse muotoilla tehtävää ja sitä, miten edetään. Ohjausta en mielestäni paljon sitten tarvinnutkaan, ehkä tukea olisi joskus kotona aherteessa kaivannut.

Artikkeliä voi käyttää diakoniakoulutuksessa, ja vapaaehtoisten rekrytonnissa. Koulutusopasta saa minulta ja tarvittaessa olen lupautunut menemään itse kouluttajaksi. Tästä voi jatkaa tekemällä oman koulutusoppaan niille vapaaehtoisille, jotka toimivat lasten saattohoidossa, erityisryhmien saattohoidossa.

Diakoniaviranhaltijat, jotka ottivat koulutusoppaan käyttöön, voisivat kirjoittaa artikkelin koulutustapahtumasta ja siitä, miten koulutusopas toimi. Koulutusopasta voi myös päivittää, antamalla kehittämisideoita. Diakoniatyöntekijänkin tulee kehittää aina itseään, näin olemme tietoisia uusimmista tutkimustuloksista ja voimme hyödyntää sitä.

## LÄHTEET

- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Harju, U., Niemelä, P., Ripatti, J., Siivonen, T. & Särkelä, R. 2001. Vapaaehtoistoiminta seurakunnassa ja järjestöissä. Helsinki: Edita Oyj
- Heikkinen, H., Kannel, V. & Latvala, E. 2004. Saattohoito haaste moniammatilliselle yhteistyölle. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2008. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy
- Hänninen, J. 2001. Kuolevan kipu ja kärsimys. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Hänninen, J. 2003. Saattopotilaan oireiden hoito. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY
- Kaakkuri- Knuutila Marja- Liisa (toim.) 1998. Argumentti ja kritiikki: lukemisen, keskustelun ja vakuuttamisen taidot. Helsinki: Gaudeamus
- Kajaanin ammattikorkeakoulun opinnäytetyöpakki 2014. Viitattu 10.11.2014  
<http://193.167.122.14/opari/>
- Kirkkojärjestys 8.11.1991/1055 v. 1993. Viitattu 14.11.2014  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1993/199310555>
- Kotilainen, Lauri. 2003. Parempi lehtijuttu. Jyväskylä: Infoviestintä
- Niemelä, P., Lagerspetz, K. Lagerspetz, K. & Näätänen, R. 1992. Miten kirjoitan tieteellisen artikkelin. Tieteellinen kirjoittaminen ja kansainvälinen julkaiseminen. Porvoo-Helsinki- Ju-va. WSOY.
- Paunonen, M. & Vehviläinen - Julkunen, K. 1997. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY

Pinomaa, A-L. 2000. Rakastava hoito. Teoksessa: K. Aalto (toim.) Saattohoito. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Sakasti i.a. Diakonia-lehti, mediakortti. Viitattu 15.3.2015

<http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?Open&cid=Content414A42>

Suviranta, Raili 2015, toimituspäällikkö, Diakonia-lehti. Helsinki. Sähköpostiviesti 22.1 Vastaanottaja Kristiina Eskelinen. Tuloste tekijän hallussa.

Torkkola, S., Heikkinen, H. & Tiainen, S. 2002. Potilas ohjeet ymmärrettäväksi – Opas potilasohjeiden tekijöille. Tampere: Tammer Paino Oy

Turunen, Martti 2007, rovasti, Paltamon seurakunta. Paltamo. Henkilökohtainen tiedonanto 25.10.

Turunen, Pirjo 2015, lähetyssihteeri, Paltamon seurakunta. Paltamo. Henkilökohtainen tiedonanto 16.6.

Viinamäki Heimo & Isohanni, Matti 1994. Tieteellisen artikkelin laatiminen. Suomen lääkäri-lehti no: 35, 3751 - 3755

Väliverronen, Esa 2002. Kirjoittaminen prosessina. Teoksessa Kinnunen, Merja & Löytty, Olli (toim.) Tieteellinen kirjoittaminen. Tampere: Vastapaino



## LIITE 1 DIAKONIA TYÖ SAATTOHOITOPOTILAAN APUNA

*Saattohoitopotilas tarvitsee fyysisen hoidon lisäksi myös hengellistä hoitamista ja toivoa. Opinnäytetyöni tavoite oli käytännöllisen koulutusopaan laatiminen uusille saattohoidon lähimmäispalvelijoille. Tarkoitukseni oli selvittää lähimmäispalvelijan työnkuva saattohoidossa.*

### Saattohoito

Saattohoidon lähtökohtana on potilaan etenevä parantumaton sairaus, johon ei ole enää tarjolla parantavaa hoitoa, ja potilaan jäljellä olevan eliniän arvioidaan olevan lyhyt. Kuolemaa lähestyvälle potilaalle pyritään takaamaan mahdollisimman arvokas, aktiivinen ja oireeton loppuelämä. Saattohoito on saattohoitopotilaan kokonaisvaltaista hoitamista, jossa kivun ja muiden oireiden lievitys sekä psyykkisten, sosiaalisten ja hengellisten ongelmien käsittely on tärkeää. Saattohoito sisältää potilaan hyvän perushoidon, kaiken ihmisarvoa kunnioittavan huolenpidon ja hänelle läheisten ihmisten tukemisen. Saattohoidossa korostetaan sitä, että potilasta ei jätetä yksin. Keskeistä on tapa, jolla lievitetään potilaan kärsimystä ja kipuja.

Saattohoidon tarkoitus on antaa kuolevalle potilaalle sellaiset olosuhteet, että hän voi elää täyttä elämää mahdollisuuksiensa rajoissa elämänsä loppuun asti ja kohdata kuolema turvallisesti, arvokkaasti ja rakkautta tuntien.

Saattohoidossa toimii koulutettuja ammattihenkilöitä, omaisia ja lähimmäispalvelijoita sekä muita vapaaehtoisia. Heitä kaikkia sitovat vaitiolovelvollisuus ja terveydenhuollon eettiset periaatteet. Saattohoitoa voidaan luonnehtia lauseella: ”Kun ei ole mitään tehtävissä, on paljon tehtävissä.”

## Lähimmäispalvelija

Lähimmäispalvelija on evankelis-luterilaisen seurakunnan vapaaehtoistyöntekijä. Hänen työnsä on osa seurakunnan diakoniatyötä. Lähimmäispalvelijan tarkoituksena on tuoda virkistystä, vaihtelua ja turvallisuutta niille ihmisille, jotka terveydellisistä syistä eivät pysty niistä itse enää huolehtimaan. Lähimmäispalvelu on kristillisestä rakkaudesta lähtevää halua tukea ja auttaa toista ihmistä sekä kulkea toisen ihmisen vierellä erilaisissa elämäntilanteissa.

Lähimmäispalvelija toimii vapaaehtoisesti kuolevan ihmisen hoitotyössä tukena, turvana ja seurana. Lähimmäispalvelijan keskeisimpinä tehtävinä ovat kuunteleminen, läsnäolo ja keskustelu sekä potilaan halutessa myös hengellisen elämän tukeminen. On tärkeää luoda saattohoitopotilaalle tunne, ettei hän ole yksin kuoleman läheisyyden kanssa.

Lähimmäispalvelija ei osallistu lääketieteellisiin tai sairaanhoidollisiin toimenpiteisiin. Lähimmäispalvelija, joka työskentelee saattohoidossa, tarvitsee myötäelämisen taidon lisäksi tasapainoista ja myönteistä elämänasennetta, kykyä sitoutua, hyvää itsetuntoa ja rohkeutta. Lähimmäispalvelijalle vierellä kulkeminen asettaa haasteita selviytymisestä, jaksamisesta ja erilaisten saattohoitopotilaiden kohtaamisesta.

Kirkon lähimmäispalvelijan tulee toimia kristillisten arvojen pohjalta ja jokaista ihmistä kunnioittaen. Kristillisen ihmiskäsityksen mukaan parantumattomasti sairas on Jumalan luoma ainutkertainen ihminen. Tulevaisuudessa lähimmäispalvelijoiden tarve saattohoidossa tulee kasvamaan. Sairaalasielunhoito, sairaala ja seurakunnan vapaaehtoistoiminta sekä diakoniatyö ylläpitävät yhdessä lähimmäispalvelijan koulutusta ja työnohjausta.

## Koulutusopas

Koulutusoppaassa kerron, mitä saattohoito on, miten saattohoitopotilaan lähimmäispalvelijana toimitaan, mitä siihen kuuluu ja mitä ei. Kerron myös työnohjauksesta, tuesta, vastuvelvollisuudesta ja yleisesti vapaaehtoistyöntekijän velvollisuuksista. Oppaaseen olen koonnut perustietoa niistä arvoista ja periaatteista, joita lähimmäispalvelija tehtävässään tarvitsee.

Opas muistuttaa myös lain säädöksistä ja muista ohjeista, joiden noudattamista lähimmäispalvelijalta edellytetään. Lisäksi siihen on lisätty eri tilanteisiin sopivia Raamatun kohtia, virsiä sekä hengellisiä lauluja.

Kuolevien kanssa työskentelevien tulisi tuntea kuolevan oikeudet. Nämä oikeudet olen sisällyttänyt oppaaseen. Koulutusopas oli testattavana anonymisti, siitä tuli hyvää palautetta. Se on selkeä, hyvin ymmärrettävä ja sisältää kaiken sen oleellisen tiedon, joka peruskoulutuksessa tulee vapaaehtoiselle kertoa. Hyvät kuvat kertovat jo paljon asioista, he kommentoivat antamassaan palautteessa.

Vapaaehtoiset kiittelivät, että opas on erittäin hyvä vapaaehtoisten koulutusmateriaali, kun kaikki on nyt yksissä kansissa.

**”On etuoikeus saada saattaa  
niin monia,  
viimeiselle matkalle  
elämästä kuolemaan**

**On etuoikeus oppia elämästä,  
rakkaudesta, toivosta, pelosta  
ja surusta  
- siitä mikä antaa elämälle  
ja ihmisille arvon.**

**Antautua elämän vietäväksi.  
Se on etuoikeus.”**

**Mane Aakre**

Viedään sanomaa eteenpäin

On huomattava, etteivät saattohoitopotilaat tiedä lähimmäispalvelijan tuen mahdollisuudesta, elleivät häntä hoitavat tiedä sitä hänelle ehdottaa. Tämä tarkoittaa käytännön tasolla hoitavan yksikön ja sairaalasielunhoidon sekä diakoniatyön yhteistyön tiivistämistä sellaiseksi.

Diakoniatyöntekijöiden tulee viedä asiaa eteenpäin niin, että mahdollisimman moni saattohoitopotilas saisi tukea mieltä askarruttavien asioiden läpikäymiseen. Tietoisuuden li-

sääntyessä diakoniatyö tulee tarvitsemaan lisää resursseja, jolloin avuksi tarvitaan niitä vapaaehtoisia, jotka ovat valmiita antamaan aikaansa saattohoidossa olevan potilaan vierellä kulkijana.

Lähimmäispalvelijoiden kouluttajana voivat toimia vapaaehtoistyön rekrytoijat ja diakoniatyöntekijät. Koulutusta aloitettaessa kouluttajan olisi otettava huomioon koulutettavien taustat ja tarpeet. Koulutuksen ei tarvitse olla luentomaista vaan asioita voidaan pohtia pari- tai ryhmätyönä unohtamatta kokoavaa keskustelua. Yhdessä lähimmäispalvelijaksi aikovien kanssa opasta käydään läpi kokonaisuudessaan.

”Rakasta Jumalaa yli kaiken ja lähimmäistäsi niin kuin itseäsi.” Tämä rakkauden kaksoiskäsky on kristityn ohjenuora lähimmäisen auttamiseen. Auttamisessa, diakoniassa ja lähimmäisen rakkaudessa on kyse suhteesta toisiin ihmisiin ja luontoon. Eettinen toiminta tapahtuu tällöin vaakasuoralla ulottuvuudella. Rakkaus vie meitä lähimmäisen luokse, vain usko vie Jumalan luo.

Kristiina Eskelinen

Kirjoittaja on diakonissa opiskelija

Artikkeli perustuu Kajaanin ammattikorkeakoulussa vuonna 2010 tekemääni opinnäytetyöhön, Lähimmäispalvelija osana saattohoitotyötä. Opinnäytetyössäni tein deduktiivisen tuotteistamisprosessin avulla koulutusoppaan: ”Lähimmäispalvelija saattohoitopotilaan vierellä kulkijana”. Oppaan on tarkoitus toimia koulutusmateriaalina niin ohjaajina toimiville diakoniatyöntekijöille kuin koulutettaville lähimmäispalvelijoille.

Koulutusmateriaalin voi pyytää sähköpostiosoitteen *koulutusopas@gmail.com* kautta. On myös mahdollista pyytää kouluttaja koulutus seurakunnan diakoniatyöntekijöille.

## LIITE 2 LÄHIMMÄISPALVELIJA OSANA SAATTOHOITOTYÖTÄ

*Keskuudessamme on monia saattohoitopotilaita ja heidän omaisiaan, jotka tarvitsevat tuekseen keskustelijaa ja kuuntelijaa. Lähimmäispalvelija on tehtävänsä koulutettu, saattohoitoon tutustunut, vapaaehtoinen auttaja. Hänen auttamisensa ohjenuorana on rakkauden kaksoiskäskey: ”Rakasta Jumalaa yli kaiken ja lähimmäistäsi niin kuin itseäsi”. Lähimmäispalvelu on kristillisestä rakkaudesta lähtevää auttamista. Saattohoitopotilaan vierellä kulkiessaan lähimmäispalvelija antaa aikaansa saaden samalla itselleen kokemusta elämästä ja kuolemasta.*

Älä pelkää, sinulla on lämpimät kädet  
lämpimiin käsiin ota kylmenevät sormet  
ei sinun muuta tarvitse tehdä  
ole ihminen ihmiselle loppuun asti.

Ei kuolema sinua vie, älä pelkää  
ole kuolevan vieressä lämpimin käsin  
älä yksin jätä  
ei kuolema sinua vie  
sinulla on lämpimät kädet”

Kaija Sailo

## Lähimmäispalvelija vapaaehtoisena kuuntelijana ja auttajana

Vapaaehtoistyö on ihmisten välistä vastavuoroisuutta, johon jokainen osallistuja tuo jotain ja samalla saa myös itselleen. Lähimmäispalvelijan toiminnan tärkeimmät lähtökohdat ovat omatahto auttaa ja kyky kohdata erilaisissa elämäntilanteissa olevia lähimmäisiämme, heitäkin, joiden elämä keskuudessamme on päättymässä. Heille on tärkeää saada inhimillinen ja rauhallinen loppuelämä sekä sielunrauha heidän siirtyessään ajasta ikuisuuteen.

Lähimmäispalvelija antaa aikaansa tavallisen ihmisen tiedoilla, taidoilla ja asenteella. Hän saa opastuksen lähimmäispalvelijana toimimiseen kotiseurakuntansa diakoniatyön kautta. Auttaminen vaatii myös pitkäjännitteisyyttä ja ulospäin suuntautuneisuutta. Vapaaehtoistyön palkkana ovat uudet rikastuttavat kokemukset ja hyvä mieli.

Lähimmäispalvelija on saattohoitopotilaalle yhtä aikaa turvallisuuden tuoja, keskustelija ja kuuntelija. Saattohoitopotilaalla on usein asioita, joista hän haluaisi kertoa, joihin hän tarvitsisi tukea tai vastauksia mieltä painaviin kysymyksiin. Nämä asiat voivat olla aivan muuhun kuin hänen hoitoonsa liittyviä. Tärkeintä on, että hänellä on joku, jolle näistä asioista voi puhua. Lähimmäispalvelija kohtaa yhdessä saattohoitopotilaan kanssa hänen ilonsa ja murheensa.

Tässä lähimmäispalvelijan on osoitettava olevansa luottamuksen arvoinen. Tämä antaa saattohoitopotilaalle rohkeutta kertoa sellaisistakin asioista, joista hän ei voi tai halua keskustella kenenkään muun kanssa. Tällaiset asiat liittyvät usein hengellisyyteen, kuolemaan ja ylösnousemukseen. Lähimmäispalvelijan keskustellessa näistä asioista saattohoitopotilaan kanssa, potilas saa tukea omille ajatuksilleen, oppii kohtaamaan kuoleman levollisin mielin ja saa uskoa ylösnousemukseen.

On monia maallisia asioita, jotka mietityttävät saattohoitopotilasta. Esimerkiksi omaisten jaksaminen on monia kuolevia askarruttava kysymys. Lähimmäispalvelija on tukena myös saattohoitopotilaan omaisille ja läheisille. Heillä voi syntyä ajatuksia ja kysymyksiä, joista he haluavat keskustella.

Lähimmäispalvelijan on valmistauduttava siihen, että kuolevan potilaan omaiset tarvitsevat samalla tavalla keskustelijaa ja kuuntelijaa kuin saattohoitopotilas itsekin.

## Hyvä tietää saattohoidosta

Saattohoitoa tarvitsevia potilaita on maassamme noin 15.000 vuodessa. Saattohoito koskettaa kaiken ikäisiä ja se on hoitoa potilaille, joiden taudin kulkua ei voida estää ja parantavasta hoidosta on jouduttu luopumaan. Usein saattohoito käsitetään vain syöpäpotilaiden hoitona, vaikka siihen kuuluu muutkin kuolemaan johtavat krooniset sairaudet, esimerkiksi sydäntaudit, krooninen keuhkohtaumatauti ja neurologiset sairaudet. Saattohoidon tarkoitus on antaa kuolevalle potilaalle sellaiset olosuhteet, että hän voi elää täyttä elämää mahdollisuuksiensa rajoissa elämänsä loppuun asti ja kohdata kuolema turvallisesti, arvokkaasti ja rakkautta tuntien. Saattohoito on hoitoa, joka ottaa huomioon saattohoitopotilaan psyykkiset, sosiaaliset ja henkiset ongelmat. Saattohoidossa korostuu ajatus, ettei potilasta jätetä yksin.

Saattohoitopotilas voi tuntea turvattomuutta, yksinäisyyttä, tarpeettomuuden tunnetta ja ahdistusta. Nämä ovat niitä asioita, joista lähimmäispalvelija voi keskustella potilaan kanssa ja siten tukea hänen henkistä hyvinvointiaan. Saattohoidossa olevalle potilaalle ei ole parantavaa hoitoa. Siitä huolimatta hänen jaksamisensa tukemiseksi voidaan tehdä paljonkin. Hyvin toteutettu saattohoito on yhteistyötä hoitohenkilökunnan ja lähimmäispalvelijoiden välillä. Kaikilla on oma tehtävänsä saattohoitopotilaan hyvinvoinnin tukemisessa.

Hengellisenä tukijana lähimmäispalvelija voi tehdä paljonkin. Hän on aito kuuntelija ja läsnäolija. Hän voi keskustella, lukea raamattua, veisata virsiä ja laulaa hengellisiä lauluja potilaan toiveita kuunnellen. Lähimmäispalvelijan kannattaa selkeästi kysyä millaisia toiveita saattohoitopotilaalla on.

On hyvä muistaa, että vaikkei saattohoitopotilas välttämättä enää selvästi reagoi puheeseen, hänen kuulonsa yleensä toimii. Siksi on tärkeää, että puhumme saattohoitopotilaalle ja näin rohkaisemme häntä.

Artikkelin luettuasi ehkä kiinnostuit lähimmäispalvelijan tehtävästä. Ota yhteyttä kotiseurakuntasi diakoniatyöntekijöihin ja kysy heiltä koulutusmahdollisuutta. Koulutusmateriaalista löytyy tietoa Diakonia-lehden numerosta 2/2015.