

Minna Suokas

Omasta kodista hoivakotiin

Tervetuloa opas uusille asukkaille Männikönkotiin

Opinnäytetyö

Kevät 2017

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Tutkinto-ohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Minna Suokas

Työn nimi: Omasta kodista hoivakotiin - Tervetuloa opas uusille asukkaille Männikönkotiin

Ohjaaja: Katariina Perttula

Vuosi: 2017

Sivumäärä: 52

Liitteiden lukumäärä: 3

Kun ikäihminen ei kykene asumaan enää omassa kodissaan, voi edessä olla muutto hoivakotiin. Hoivakotiin muuttaminen on suuri asia ikäihmisen elämässä. Myös omainen voi kokea muuttovaiheen raskaana.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa Männikönkotiin opas uusille asukkaille ja heidän omaisilleen. Tavoitteena oli helpottaa palvelukodin asukkaaksi siirtymistä. Uudet asukkaat ja omaiset tarvitsevat paljon tietoa muuttamisesta ja asumisesta hoivakodissa. Tämän oppaan tarkoituksena on antaa tietoa uudelle asukkaalle sekä omaiselle hoivakotiin muuttamisesta.

Opinnäytetyö koostuu teoriaosuudesta ja omaisille tehdyssä kyselyssä. Teoria osuudessa käsitellään kotia, kodista luopumista ja muuttamista. Kyselyssä tarkasteltiin omaisten kokemuksia ikäihmisen hoivakotiin muuttamisesta, joiden pohjalta valmistui asukastiedote. Tässä tutkimuksessa käytettiin kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella omaisilta, joka sisälsi 11 kysymystä. Elokuussa 2016 kyselyt lähetettiin 69 omaiselle. 30 omaista vastasi kyselyyn.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että suurin osa omaisista oli tyytyväisiä hoitoon Männikönkodissa. Omaiset toivoivat tietoa raha-asioista ja käytännön asioista, esimerkiksi asunnon kalustamisesta. Oppaasta saa tietoa muuttamisesta, asumisesta ja tärkeistä puhelinnumeroista.

Avainsanat: Opas, hoivakoti, muuttaminen, omaiset

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social Services

Author/s: Minna Suokas

Title of thesis: Moving from home into care home - A Welcome handout for a New Residents in Männikkö Care Home.

Supervisor(s): Katariina Perttula

Year: 2017

Number of pages: 52

Number of appendices: 3

When an elderly person is not able to live in his own home anymore, it might be necessary to consider moving to care home. Moving to care home is a big change in the life of an elderly person. This can be a difficult time for relatives too.

The aim of this thesis was to produce a handout for new residents in Männikkö Care Home, as well for their relatives. The target was to make the process of transition into care home easier, because it is a big change of life. New residents and relatives need a lot of information about moving and living in a care home. This handout provides information about moving to the care home for new residents and close relatives.

The thesis consists of the theory part and a questionnaire for relatives. The theoretical part deals with home, leaving one's own and moving to a care home. The purpose of the questionnaire was to find information regarding the relatives experiences with moving into a care home. The handout was created based on the questionnaire. A qualitative research method was used in this study. The research material was obtained using a questionnaire for relatives, which contained 11 questions. In August 2016, questionnaires were sent to 69 relatives. Thirty (n=30) persons answered the inquiry.

The results of this study indicate that the majority of relatives were satisfied with the quality of care provided in Männikkö Care Home. The relatives hoped more information about finances and other practical matters, such as the furnishing of the apartment. The handout provides information about moving, living and important telephone numbers.

Keywords: handout, care home, moving, relatives

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä	2
Thesis abstract	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO	6
2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT	7
2.1 Tutkimuksen valinta ja perustelut	7
2.2 Aikaisemmat tutkimukset.....	7
2.3 Ikäihmiset	8
3 KOTI	11
3.1 Oman kodin merkitys ikäihmisille	12
3.2 Omasta kodista tehostettuun palveluasumiseen	13
3.3 Ikäihmisten toiveita palvelukodille	16
3.4 Muuttamisen suunnittelu	17
3.5 Muutto ja kotiutuminen	18
4 TEHOSTETTU PALVELUASUMINEN	22
5 MÄNNIKÖNKOTI	24
6 TUTKIMUSPROSESSI	25
6.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite	25
6.2 Kartoituksen aineiston keruumenetelmä	26
6.3 Kartoituksen aineiston keruu	26
6.4 Aineiston analysointi.....	28
7 KARTOITUSTULOKSET	30
7.1 Vastaajien tiedot.....	30
7.2 Asukkaiden taustatietoja	31
7.3 Muuton sujuminen	31

7.4 Tiedon saanti.....	32
7.5 Kotiutumista auttavat asiat	33
7.6 Henkilökunnan apu kotiutumisessa	35
7.6.1 Yhteistyö.....	36
7.6.2 Omahoitaja	36
7.7 Tervetuloa Männikönkotiin opas.....	37
8 OPPAAN KOKOAMINEN JA SISÄLTÖ	39
9 JOHTOPÄÄTÖKSET	42
LÄHTEET.....	47
LIITTEET	52

1 JOHDANTO

Terveysten ja toimintakyvyn heikentyessä ei oma koti ole enää ikääntyvälle ihmiselle turvallisin paikka asua. Omasta kodista luopuminen ja muuttaminen palvelukotiin ovat yksi suurimmista ja raskaimmista luopumisista vanhuudessa. Muuttaminen ei kosketa ainoastaan iäkästä muuttajaa, vaan se koskettaa myös omaisia. Ikäihmisen muuttaessa, hänellä ovat apuna usein omaiset. Tilanne on uusi molemmille osapuolille. Uusi tilanne voi aiheuttaa hämmennystä tai pelkoa, mutta se voi olla myös kokemuksena helpottava etenkin silloin kun, hoitokotiin pääsyä on odotettu jo pitkä aika. Oma koti ei kuitenkaan synny pelkästään huonekaluista ja esineistä. Koti rakentuu muistoista, tärkeistä ihmisistä ja turvallisuuden tunteesta. Ikäihmisten parissa työskennellessä olen huomionut heidän puheissaan, että koti on paljon muutakin kuin vain seinät, katto ja lattia. Koti on ollut paikka, josta on lähdetty ja jonne on aina palattu takaisin. Kotona ovat kaikki tärkeät ihmiset, etenkin puoliso ja pienet lapset sekä joskus myös omat vanhemmat. Useasti ikäihmiset etenkin muistisairauden edetessä puhuvat lapsuudenkodistaan ja haluaisivat palata sinne. Tämä johtuu siitä, että muistisairaille lapsuus ja nuoruus ovat merkittäviä elämänvaiheita. Muistisairaus myös hankaloittaa uuden oppimista ja sitä kautta kotiutumista ja kiintymistä uuteen paikkaan.

Toiminnallisen opinnäytetyöni toteutin yhteistyössä Männikönkodin kanssa. Tietoa opinnäytteeseen keräsin laadullisen aineiston keruumenetelmien avulla. Opinnäytetyö koostuu teoriaosuudesta sekä opas-lehdestä, joka käsittelee muuttamista Männikönkotiin. Aineistoa oppaan sisältöön hankin kyselyllä Männikönkodin asukkaiden omaisilta. Lähetin omaisille kyselylomakkeet elokuussa 2016. Kyselyn tarkoituksena oli kartoittaa Männikönkotiin muuttamista sekä kotiutumista omaisten näkökulmasta. Kyselyn pohjalta valmistui Tervetuloa Männikönkotiin opas.

2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Ikäihmisen muuttaminen opinnäytetyön aiheena alkoi kiinnostamaan minua kesällä 2015. Suoritin kesäopintoina kurssin, joka käsitteli vanhuksen siirtymistä omasta kodista hoivayksikköön. Myös työpaikassani oli tarvetta oppaalle, johon olisi kerätty muuttamiseen liittyvää tietoa. En ollut aikaisemmin ajatellut, mitä kaikkea liittyy siihen, kun ikäihmisen muuttaa pois omasta kodista. Koin aiheen hyvin tärkeäksi ja kiinnostavaksi, siksi valitsin sen opinnäytteeni aiheeksi. Tässä luvussa aion perustella tutkimus kohteen valintaa ja esitellä aiheeseen liittyviä aikaisempia tutkimuksia sekä kertoa termistä ikäihminen.

2.1 Tutkimuksen valinta ja perustelut

Kiinnostukseni tähän aiheeseen alkoi luettuani Annukka Klemolan (2006) väitöskirjan vanhainkoti – tai palveluasuntopaikkaa odottavien vanhusten arjesta sekä heidän muuttamisesta palvelukotiin. Ikäihmisen kotiutuminen on pitkä prosessi, joka ottaa aikansa. Toiset kotiutuvat nopeasti, toisilla se kestää kauemmin ja jotkut eivät kotiudu koskaan. Koin myös tärkeäksi omaisten kokemukset ja huomiot läheisensä muuttamisesta tehostettuun palveluasumiseen, sillä omaiset ovat yhtä lailla uuden tilanteen edessä kuin muuttaja itse. Opinnäytetyössäni halusin kartoittaa omaisten kokemuksia ikäihmisen muuttamisessa ja kotiutumisessa tehostettuun palveluasumiseen. Tämän kartoituksen pohjalta valmistui tervetuloa opas Männikönkotiin. Koen aiheen olevan ajankohtainen tällä hetkellä sekä tulevaisuudessa.

2.2 Aikaisemmat tutkimukset

Ikäihmisten muuttamista omasta kodista on tutkittu paljon. Aiheeseen liittyen löytyy paljon väitöskirjoja, pro graduja sekä opinnäytetyöitä. Annukka Klemola (2006) on tutkinut väitöskirjassaan keskipohjalaisten vanhusten siirtymävaihetta omasta kodista hoitokotiin. Kilven (2010) pro gradu käsittelee sitä, miltä ikäihmisestä tuntuu kodin jättäminen ja pystyykö vanhainkoti mahdollistamaan hyvän vanhuuden. Kar-

hinen (2009) on pro gradu - tutkielmassaan selvittänyt ikääntyneiden käsityksiä merkityksellisestä toiminnasta ja odotuksia siinä tapahtuvista muutoksista palvelutaloon muuttaessa. Suhonen (2014) on opinnäytetyössään Muutto Villa Andanteen tutkinut kokemuksia hoivakotiin muutosta. Tynismaa (2013) on opinnäytetyössään laatinut infolehtisen Harjula-kodin uusille asukkaille ja heidän omaisilleen.

Kirjallisuutta aiheeseen liittyen löytyy runsaasti, mutta osa oli liian vanhaa. Uuden ja tuoreemman kirjallisuuden etsiminen oli välillä hyvin haasteellista. Valmiita oppaita, jotka käsittelivät pelkästään ikäihmisten muuttamista, löytyi huonosti. Huomioin myös sen, että kehitysvammaisten muuttamista oli tutkittu paljon enemmän ja oppaita muuttamisesta oli tehty enemmän, kuin vastaavasti ikäihmisten muuttamisesta. Muun muassa Puranen (2007) on kirjoittanut oppaan muuttovalmennuksesta. Opas on laadittu itsenäistyvän kehitysvammaisen vanhemmille tilanteeseen, jossa muuttaminen on käsillä tai tulossa pian ajankohtaiseksi. Muuttaminen on samalla tavalla suuri elämänmuutos muuttajalle itselle sekä hänen omaisille. Vaikka muuttamien muuten olisi selvää, voivat asiaan liittyvät tunteet olla yllättävän voimakkaita. Siksi oppaan alussa käsitellään tunteita, muuttovalmennusta ja vuorovaikutusta. Oppaassa on tietoa myös palvelusuunnitelman tekemisestä, taloudellisesta toimeentulosta, kodin sisustamisesta, terveysasioista, muuttoilmoituksen tekemisestä ja käytännön asioista liittyen kehitysvammaisen muuttamiseen. Kotirannan (2015) laatiman hyvän ja käytännöllisen oppaan löysin omaisena edelleen yhdistyksen sivuilta. Opas on tarkoitettu kaikille niille, joiden omaisen on kodin ulkopuolisessa hoidossa. Opas on tehty kaiken ikäisten ihmisten tueksi muuttovaiheeseen. Oppaassa käsitellään kattavasti muutos- ja siirtymävaihetta omaisen näkökulmasta. Oppaassa on huomioitu myös tunteet, joita muuttaminen voi aiheuttaa.

2.3 Ikäihmiset

Vanheneminen ei ole sitä, että saavutamme jonkin mystisen iän ja sen seurauksena ikääntymisen aiheuttamat muutokset alkavat vyöryä hallitsemattomasti päällemme. Ikääntyminen perustuu siihen, missä tahdissa sekä millaisessa järjestyksessä muutokset soluissamme tapahtuvat. Kronologinen ikä mittaa aikaa, joka on kulunut syntymästämme tähän päivään. Biologinen ikä tarkoittaa solujemme vanhenemista. 65

vuotta voi olla kronologinen ikä, mutta biologinen ikä voi olla viisikymmentä vuotta. Kun asiaa tarkastellaan terveyden kannalta, biologinen ikä on merkitykseltään kronologista ikää tärkeämpi tekijä. (Kaaro 2010, 69.)

Yleisesti ihmiset mieltävät vanhuksen sijoittuvan jonnekin 80 ikävuoden aikaan, mutta ikääntyneet itse eivät koe olevansa vanhoja tai vanhuksia. Sanojen taustalla voivat olla mahdolliset stereotypiat ja niiden leimaavuus. Vanhusta tai vanhaa pidetään usein raihnaisena, muistamattomana tai sairaana. Eikä kukaan halua mieltää itseä sellaiseksi. (Jyrkämä 2001, 285–286.) Tämän vuoksi käytän opinnäytetyössäni termiä ikäihminen, koska koen sen neutraaliksi ilmaisuksi.

Jyrkämä (2001, 281–282) kirjoittaa vanhuuden virallisesti alkavan suomalaisissa tilastoissa 65 vuoden iässä. Suomessa vanhuuden on katsottu alkavan silloin, kun ihminen viimeistään jää eläkkeelle. Tässä määritelmässä ei ole kysymys kronologisesta iästä, vaan taustalla on vaikuttaa työkykyisyys. Vanhusta ja vanhana olemisen luokittelukriteereitä voidaan pitää yhteiskunnallisina. Ne muuttuvat myös yhteiskunnan muuttuessa.

Ylikarjulan (2011, 18–19, 41) mukaan vanhenemiseen liittyviä sanoja vierastetaan meillä sekä maailmalla. Vanhus-sanankäyttöä voidaan pitää jopa loukkaavana ja alistavana. Suomen senioripuolue on vaatinut vanhus-sanankäytön poistamista eläkelainsäädännöstä, koska puolueen mielestä vanhus-sana on leimaava ja alistava. Vanhus-sanaa pidetään kielteisenä ja sille on yritetty keksiä erilaisia kiertoilmaisuja. Ikinuori, ikääntynyt, iäkäs, kolmas ikä, kultainen ikä, ehtinyt, seniori, varttunut, veteraani, harmaa pantteri ja kypsään ikään ehtinyt ovat ehdotettuja synonyymeja sanalle vanhus. Yhteiskunnassamme asenteet vanhenemisestä kohtaan eivät ole kovin myönteisiä. Nuoruutta arvostavassa ja ihannoivassa yhteiskunnassa ei ole helppoa kenenkään ikääntyä. Nimikikkailut viestivät siitä, ettemme saisi vanheta lainkaan. Vanhenemisestä ei saisi puhua suoraan omalla nimellä, vaan se pitäisi esittää kiertoilmaisulla.

Vuonna 2050 yli 80-vuotiaita on maailmassa jo 370 miljoonaa. Satavuotiaiden määrä tulee kasvamaan yli kahden miljoonan. Satavuotiaita naisia tulee Pohjois-Euroopassa olemaan yli 6 kertaa enemmän kuin saman ikäisiä miehiä. Ihmiskunnassa ei ole koskaan aiemmin koettu vastaavan kaltaista tilannetta, jossa nopea

väestönkasvu ja nopea vanheneminen tapahtuvat yhtä aikaa. 80-vuotiaiden ja sitä iäkkäämpien määrän arvioidaan kaksinkertaistuvan seuraavan kahden vuosikymmenen aikana. Tämä tarkoittaa sitä, että useampi meistä joutuu jättämään oman kodin ja jatkamaan elämää hoivakodissa. (Punnonen 2012, 229, 232.)

3 KOTI

Tässä kappaleessa on tarkoituksena pohtia kodin merkitystä. Mitä koti meille merkitsee ja millaista muuttaminen omasta kodista on myöhemmällä iällä. Sanonnat ”oma koti kullan kallis” tai ”rahalla voi rakentaa talon, kodin vain rakkaudella” sekä ”talo tehdään seinistä ja parruista, koti rakkaudesta ja unelmista” kuvastavat sitä, miten tärkeitä ja rakkaita paikkoja kodit meille ovat.

Oma koti on paikka, jonne vetäydytään suojaan ulkoisen maailmalta. Siellä ihminen on turvassa maailmalta ja voi rauhassa levätä sekä kerätä voimia arjessa jaksamiseen. Omassa kodissa saa olla sellaisena kuin itse haluaa. (Suikkanen & Kunnari 2010,76.) Myös Vilkkonen (2000, 36) on samaa mieltä, että kotiin liittyy monenlaisia tunteita. Koti rakentuu monista aistikokemuksista, tuntemuksista, mielikuvista ja muistoista.

Toimintakyvyn heikentyessä voi sängystä muodostua myös koti ikäihmiselle. Pikkarainen (2007, 62–63, 67) mainitsee heikkojen ja huonokuntoisten ikäihmisten elämän loppuvaiheen ympäristökokemuksen liittyvän oman vuoteen suuruiseen tilaan. Viimeisessä elämänvaiheessa iäkkään ihmisen vuoteeseen liittyy paljon toimintoja. Vuode ei ole enää paikka jossa nukutaan, vaan siellä syödään, pestään ja otetaan vieraita vastaan. Vuoteessa olemista voidaan tehdä miellyttäväksi pienillä asioilla, kuten kiinnittämällä huomiota vuodevaatteiden väriin sekä materiaaleihin. Keltainen väri kirkastaa huonetta ja antaa tunteen keväestä ja auringosta. Vihreä väri antaa kokemuksen luonnonläheisyydestä. Levotonta oloa voidaan rauhoittaa riittävän painavalla peitolla. Vuodepotilaan kohdalla voidaan itsenäisyyttä ja yksilöllisyyttä lisätä, kun tarkastellaan vuodetta kotina. Kodittomuuden tunteesta ei tulla kenellekään viimeinen ympäristökokemus elämän loppuvaiheessa. Hyvä sänky, parantaa rentoutumista sekä unen laatua. Vuoteessa olemisesta ei saisi tulla vangitsemisen tunnetta, pelkoa putoamisesta eikä painaumuksia iholle.

3.1 Oman kodin merkitys ikäihmisille

Kodin kokemukseen kuuluvat myös elämän aikana kodista jäljelle jääneet muistot, kertomukset sekä esineet. Ikäihmiset kertovat mielellään lapsuudenkodista ja muistelevat mennyttä aikaa, millaista oli, kun vesi jäättyi sankoon tai ei ollut sisävessoja. (Vallejo Medina, Vehviläinen, Haukka, Pyykkö & Kivelä 2006, 35.)

Usein hoitokodissa asuvat ikäihmiset kuvaavat toimintoja, joita he tekevät kotonaan. Kertomuksista välittyvät vahvasti tunteet, mielikuvat ja tekeminen. Eräs asukas kertoi lämmittävänsä pihasaunan, kun pääsee kotiin. Samalla hän muisteli puukiukaasta tulevaa tuoksua ja nurmikon tuntua paljaiden jalkojensa alla. Merkitykselliset muistot, kokemukset ja tunteet ovat jääneet syvälle mieleen, vaikka muistamisessa oli jo ongelmia. Mielessä olivat vahvasti tunne lämpimästä kesälauantaista puukiukaan ja syreenin tuoksuista.

Pikkarainen (2007, 56–57) kirjoittaa oman kodin merkityksen kasvavan yli 80-vuotiailla, sillä sen ikäisenä kotona ja sen lähipiirissä vietetään suurin osa ajasta. Samassa paikassa eläminen antaa ihmiselle tunteen elämän jatkuvuudesta, vaikka oma kunto ja voimavarat heikkenisivätkin. Omassa tutussa ympäristössä pysymme toimintakykyisinä suhteellisen kauan, vaikka toimintakyvyssä muuten olisi jo tapahtunut heikentymistä. Koti luo myös turvaa ympäröivään maailmaan sekä vanhenevaan kehoon. Arjen toiminnot onnistuvat helpommin tutussa ympäristössä.

Omassa kodissa tehtävät kotityöt ylläpitävät ja lisäävät itsetuntoa. Ihminen kokee, että hän vielä kykenee ja selviytyy. Omasta kodista ja elämäntavasta kiinni pitäminen on iäkkään ihmisen jatkuvuuden tavoittelua. Tuttujen tapojen ja toimintojen ylläpito on myös merkki omillaan pärjäämisestä. (Andersson 2007, 81–82.)

Koti on usein ikääntyville myös merkki taloudellisesta toimeentulosta sekä vakaudesta ja itsenäisestä elämästä. Sen merkitys voi myös muuttua kuitenkin ajan kuluessa. Oman kodin merkityksellisyys ja tärkeys, voivat koitua myös suureksi taakaksi. Wahl ja Iwarsson (2007, 49) mainitsevat sairastumisen tai yksin jäämisen seurauksena kodista voi tulla taloudellinen sekä henkinen taakka.

Lapsuudessa ja vanhuudessa tärkeitä paikkoja ovat koti ja sen lähiympäristö. Koti on tuttu ja turvallinen paikka esineineen, muistoineen sekä käytäntöineen. Läheisten ja tärkeiden ihmissuhteiden ylläpitäminen yhdistetään myös kotiin. Kotiin palataan, ikävöidään ja sitä muistellaan. Kotiympäristössä jäsenyvät arjen rutiinit ja tutut omat toimintatavat. (Pikkarainen 2007, 42, 52.)

3.2 Omasta kodista tehostettuun palveluasumiseen

Olen huomionut, että palvelukotiin muuttaminen voidaan kokea pääsemisenä tai joutumisena. Jotkut ovat voineet odottaa kuukausia, jopa vuosia päästäkseen muuttamaan. He ovat hyvin onnellisia päästessään asettumaan palvelukotiin. Toisille muuttaminen on tapahtunut pakon edessä, ehkä jopa vastentahtoisesti. Tällöin he saattavat puhua joutuneensa vankilaan. Aina tuntemukset eivät ole kuitenkaan kielteisiä. Yksi asukas kysyi minulta, kauanko hän on vielä lomalla tässä hotellissa ja kuka tämä kaiken lystin maksaa. Hän oli hyvin tyytyväinen palveluun, mutta kotiin oli lähdettävä, sillä työt odottivat siellä. Jotkut ovat kokeneet, että palvelukotiin muuttaessa vanhat ystävyysuhteet ovat katkenneet. Ystävien kyläilyt ovat loppuneet muuttamisen jälkeen. Toiset taas löytävät uusia ystäviä. Jotkut vanhat koulukaverit ovat löytäneet toisensa uudelleen vuosien jälkeen.

Muutto myöhemmällä iällä voi olla vaikeaa esimerkiksi sen vuoksi, että on elelty yhdessä paikassa koko elämä. On asuttu lapsuudenkodissa aina palvelukotiin muuttamiseen saakka. Ympäristön historia ja pysyvyys tekevät kotipaikasta arvokkaan. Tunteet ja muistot liittyvät vahvasti asuinpaikkaan. (Andersson 2007, 74.) Elo-ranta ja Punkanen (2008,36) täsmentävät, että vanhainkotiin tai palvelutaloon muuttaessa ikäihminen ei luovu pelkästään vain omasta kodistaan. Hän luopuu myös samalla osasta omaa yksityisyyttään sekä itsemääräämisoikeuttaan sekä rakkaista muistoistaan.

Pikkaraisen (2007, 62) mukaan huonoimmillaan ikäihmisen kohdalla toimintakyky voi laskea, kun siirrytään omasta kodista uuteen kotiin. Hän lakkaa toimimasta oma-toimisesti ja passivoituu. Omassa kodissa on voitu toistaa tuttuja rutiineja, hallita aikaa sekä päättää itse asioista, vaikka elämisessä muuten olisi ollut ongelmia.

Ikääntynyt asukas ei useinkaan koe uutta paikkaa kodikseen, vaikka huone on kalustettu omilla huonekaluilla. Tutuista huonekaluista ja tavaroista huolimatta, hän puhuu huoneesta, kämpästä tai asunnosta eikä uudesta kodista tai naapureista.

Pikkarainen (2007, 63–65) mainitsee omasta kodista muuttamisen sairastumisen, toimintakyvyn heikentymisen tai turvallisuuden vuoksi olevan yksi elämän suurimmista luopumisista. Erityisen haasteellista uuteen paikkaan koituminen on ikäihmisillä, joilla on jokin muistiin vaikuttava sairaus. Nämä sairaudet estävät uuden oppimista sekä sitä kautta kiinnittymään ja kotiutumaan uuteen paikkaan. Kun hoitohenkilökunta tarjoaa uudessa paikassa turvallisuutta sekä hoivaa, asukas kaipaa erityisesti kotikokemuksia. Muistisairaana asukkaan kotikokemus on hetkittäinen. Koti voi olla hänelle mielikuva, muisto tai tunne lapsuudenkodista. Kotikokemus voikin nousta mieleen hyvänä olotilana saunomisen jälkeen tai juhlatilanteessa laulujen myötä.

Eloniemi-Sulkava ja Savikko (2009, 234) mainitsevat erityisesti muistisairaana kampaan omaan kotiin tai huolen lapsista ja äidistä. Äiti, lapset ja koti ovat jääneet mieleen sanoina ja tunteina. Hoitoympäristössä tulisi ymmärtää näiden puheiden tarkoitus ja merkitys. Näiden puheiden avulla ilmaistaan pyrkimystä takaisin oman elämänhallintaan tai turvallisuuden tunteeseen.

Olen omassa työssäni huomionut samankaltaisia asioita. Muistisairaalla on usein huoli pienistä lapsistaan. Kuka nyt hoitaa lapsia, kun minä olen täällä lomalla tai pitäisi päästä äidille avuksi, koska hän on yksin kotona ja askareille menossa. Äidillä on paljon työtä ja häntä pitäisi päästä auttamaan. Useasti ollaan myös huolissaan siitä, että tietävätkö vanhemmat minun olevan täällä. Eli koti on jossain muualla, ei siellä missä nyt olemme. Puheista välittyy aina lasten hoitaminen, omista vanhemmista huolehtiminen tai töiden tekeminen. Koti on paikka, johon liittyy paljon toimintoja ja rakkaita muistoja.

Muuttovaihe voi muodostua myönteiseksi tai kielteiseksi. Muuttovaiheen onnistumiseen vaikuttaa paljon se, kuinka paljon ikääntynyt tuntee ja kokee voivansa vaikuttaa häntä koskevaan tilanteeseen. Miten hänet on otettu huomioon tai onko hänen toiveita huomioitu lainkaan. Tehdäänkö päätökset ilman häntä vai tapahtuuko kaikki salassa.

Klemola (2006, 38) mainitsee Nolanin ja työryhmän (1996, 265–274) tutkimuksen. Tutkijat olivat kuvanneet muuttovaiheen onnistumista käsitteillä myönteinen valinta, järkevä vaihtoehto, epäonnistunut valinta sekä täydellinen epäonnistuminen. Myönteisessä vaihtoehdossa ikäihminen toimii tasavertaisena kumppanina päätöstä ja valintoja tehdessä. Hänet otetaan mukaan suunnittelemaan muuttoa ja hänen mielipiteitään kysytään. Hänelle on annettu tietoa eri vaiheissa. Järkevä vaihtoehto on yleisin tapa toimia. Ikääntynyt tunnistaa, että ainoa vaihtoehto on hoitokotiin muuttaminen. Epäonnistuneessa valinnassa lähtökohta on sama kuin myönteisessä tai järkevässä vaihtoehdossa, mutta ikääntynyt joutuu pettymään kuitenkin pian hoitokotiin siirtymisten jälkeen. Täydellinen epäonnistuminen tarkoittaa, että ikääntynyt kokee ja tuntee siirtymisen päinvastaisena kuin myönteisessä vaihtoehdossa. Eli hänet on sivuutettu päätöksenteossa ja valinnoissa. Hänen mielipidettä ei ole kuultu eikä häntä ole otettu mukaan suunnittelemaan muuttoa. Hänet on jätetty ulkopuolelle muuttoa suunniteltaessa.

Muutto ja siirtymävaiheeseen liittyy monenlaisia tunteita, jotka saattavat yllättää voimakkuudellaan niin omaisen kuin muuttajankin. Omaiset kantavat huolta läheisensä sopeutumisesta ja kotiutumisesta uuteen kotiin sekä uusiin ihmisiin. Usein syyllisyyteen liittyvät tunteet vahvistuvat tämän kaltaisissa tilanteissa. (Kotiranta 2015, 9.)

Muuttamiseen liitetään useasti kokemus menetyksestä, siksi surun tunteet ovat tyyppillisiä muuttovaiheelle. Tunteita voidaan purkaa vihana sekä siihen liittyvien muiden tunteiden avulla. Omaisen voi ehkä tarttua herkästi läheisensä hoitoon liittyviin pieniin vähemmän tärkeisiin kohtiin. Osa omaisista voi tuntea myös helpottuneisuutta ja huojennusta, kun vastuu hoidosta siirtyy pois itseltä. Omaiset ovat myös kuvanneet sitä, kuinka omaisen siirtyminen kodin ulkopuoliseen hoitoon on heikentänyt kotiin yksin jääneen omaisen elämänhalua. Pitkän yhteisen elämän ja tiiviin yhdessäolon jälkeen yksinäisyys saattaa tuntua hallitsemattomalta ja pelottavalta. (Kotiranta 2015,10.)

Kilpi (2010,60, 85) on tutkinut, millaiselta oman kodin jättäminen ikäihmisestä tuntuu ja millaiseksi elämä muuttuu muuttaessa vanhainkotiin. Miksi toiset pystyvät jatka-

maan elämäänsä samalaisena kuin omassa kodissaan ja miksi toisille muutto vanhainkotiin on kuin maailmaloppu? Loppuyhteenvedossa mainitaankin näiden eroavaisuuksien johtuvan erilaisista lapsuusympäristöistä ja yksittäisistä elämäntapahetkistä, jotka ovat muovanneet meistä sellaisia kuin olemme. Vanhetessa emme muutu samanlaisiksi toisten ikääntyvien kanssa, vaan yksilölliset piirteet meissä korostuvat entistä enemmän. Ne vaikuttavat voimakkaasti siihen millaiseksi koemme vanhuuden. Koemmeko asumisen vanhaikodissa hyvänä vai huonona asiana.

3.3 Ikäihmisten toiveita palvelukodille

Ikääntyvät kokevat hoitokodeissa asumisen hyvin yksilöllisesti. Kuitenkin monissa lukemissani lähteissä nousi esille toive palvelukodin kodinomaisuudesta sekä omien tuttujen rutiinien ja tapojen jatkuvuudesta palvelukodissa.

Salonen (2011, 64) on opinnäytetyössään selvittänyt kodin ja kodikkuuden merkitystä ja toteutumista palveluasumisessa. Tutkimuksessa keskeisenä tavoitteena oli selvittää, voiko palvelutalon asunto olla asukkaalleen koti. Tutkimukseen haastatellut asukkaat pitivät palvelutalon asuntoa enemmän tai vähemmän kotinaan. He myös kokivat, että omilla tavaroilla oli pelkästään positiivisia vaikutuksia kodikkuuteen. Kokemukset palvelutaloon muuttamisesta olivat hyvin yksilöllisiä. Muuton kokemiseen vaikuttavia asioita ovat muuttajan tausta ja lähtökohdat, jotka ovat vaikuttaneet palvelutaloon muuttamiseen.

Klemolan (2006, 75–78) väitöskirjassa käsiteltiin myös kodinomaisuutta. Kodinomaisuuteen katsottiin kuuluvan kaikki henkilökohtaiset tavarat sekä esineet. Niistä korostuivat ikäihmisen persoonallisuus ja eletyn elämän muistot. Erityisesti valokuvat koettiin merkittäviksi. Asumisviihtyvyyttä vahvistavina tekijöinä ikäihmiset kuvasivat viherkasvit ja huoneenväri maailman sekä raikkaan ilman. Myös toisten asukkaiden läsnäolo ja seura mainittiin asumisviihtyvyyttä lisäävänä tekijänä. Ikäihmiset toivoivat toisilta asukkailta hyviä käytöstapoja. Toiveena oli, että uudesta paikasta löytyisi ihmisiä, jotka olisivat ”samalla aallonpituudella”. Näin he saisivat juttuseuraa. Ikäihmiset myös toivoivat, että uudessa paikassa olisi saman ikäistä seuraa, samalla vuosikymmenellä syntyneitä. Tutkimuksessa kävi myös ilmi, että asukkaaksi muuttavat arvostivat hoitohenkilökunnan ammattitaitoa sekä työkokemusta. Lisäksi

moni pelkäsi, että uudessa paikassa aika saattaa tulla pitkäksi. Osa toivoikin, että pystyisivät jatkamaan omia harrastuksiaan sekä tekemään käsitöitä. Uskonnollinen vakaumus tuli myös esille tutkimuksessa. Toivottiin, että palvelukodissa pystyy jatkamaan uskonnollisia tapojaan, kuten esimerkiksi osallistumaan ehtoolliselle. Toiveena olikin, että ikäihmisen yksilölliset tarpeet huomioitaisiin, kun suunnitellaan ohjelmaa ja ajankulua asukkaille.

Klemolan (2006, 30,40, 74, 78) mukaan ikäihmisten toiveena oli, että he pystyisivät viettämään palvelukodissa mahdollisimman samanlaista elämää kuin omassa kodissa on vietetty. Heille oli myös tärkeää se, että oma päätöksenteko-oikeus ja yksityisyys säilyisivät palvelukodissa mahdollisimman kauan. Myös sosiaalisten suhteiden toivottiin jatkuvan palvelukotiin muuton jälkeen. Toivottiin mahdollisuutta osallistua myös hoitokodin ulkopuoliseen elämään, kuten kaupassa asiointiin ja kyläilyihin.

ETENE (2008, 17) määrittelee ikääntyvän itsemääräämisoikeutta, sen mukaan ikääntyvällä on oikeus osallistua itseään koskevaan päätöksentekoon. Itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen tarkoittaa myös hoivaan sekä arjen toimintaan kuuluvien toimien huomioimista. Itsemääräämisoikeutta saa rajoittaa vain, niin kuin se on hoidon onnistumisen vuoksi tarpeellista. Päätöksentekokykyä edellyttävää itsemääräämisoikeutta on arvioitava yksilöllisesti.

Kotisaari ja Kukkola (2012, 99–100) lisäävät, että itsemääräämisoikeuteen voidaan joutua puuttumaan silloin, kun henkilö on kadottanut kyvyn huolehtia itsestään ja tästä voi koitua vaaraa hänen omalle terveydelle ja turvallisuudelle. Hyvään hoivaan ja huolenpitoon katsotaan kuuluvan hoidettavan edun mukainen hoito.

3.4 Muuttamisen suunnittelu

Kotirannan mukaan (2015,8,38) muuttaminen ulkopuoliseen hoivaan koskettaa muuttajaa sekä hänen läheisiään. Valmentautumalla muuttoon etukäteen molemmat osapuolet voivat valmistua tulevaan muutokseen. Muutostilanne voi nostaa esille turvattomuuden ja epävarmuuden tunteita niin muuttajassa kuin läheisissä.

Epävarmuuden tunnetta voi aiheuttaa myös se, jos ei tiedetä mitä tavaroita ja huonekaluja voidaan ottaa mukaan omasta kodista. Omaiset eivät koe palvelukotia enää samalla tavalla kodikseen, vaan he voivat kokea paikan myös vieraaksi ja oudoksi.

Klemola (2006, 81, 104 - 105) kirjoittaa siirtymisen kodin ulkopuoliseen hoitoon olevan prosessinomainen tapahtuma. Hoitokotiin siirtyminen olisi otettava esille riittävän hyvissä ajoin. Näin ikäihmiselle ja omaisille jää aikaa sopeutua tulevaan muutokseen tarpeeksi. Siirtymävaiheen katsotaan käynnistyvän siinä vaiheessa, kun hoivakotipaikkaa valitaan ja hoitokotihakemusta täytetään. Viimeistään odotusvaiheessa tulisi keskustella muuttoon liittyvistä kysymyksistä. Hyvän elämän edellytykset hoitokodissa asumiseen luodaan jo siinä vaiheessa, kun asutaan vielä omassa kodissa. Hoivakotiin muuttaminen on raskas vaihe elämässä. Jokainen kokee sen yksilöllisesti, mutta yleisesti siirtymävaiheessa jokainen käy läpi jonkin asteista surutyötä jättäessään taakseen tutun elämän.

3.5 Muutto ja kotiutuminen

Palvelukotien asukkaat ovat hyvin erilaisia toimintakyvyltään ja toisilleen entuudestaan tuntemattomia ihmisiä. Omassa kodissa elämä on ollut ehkä rauhallista ja hiljaista. On asuttu yksin tai puolison kanssa kahdestaan. Palvelukodissa onkin yhtäkkiä ympärillä paljon ihmisiä, toisia asukkaita ja henkilökuntaa. Siihen totuttelu ottaa oman aikansa. Muistisairaiden levoton ja äänekkäs kulkeminen päivällä tai yöllä saattaa aiheuttaa pelkoa ja ahdistusta joissakin asukkaissa. Päivärytmi voi olla toisenlainen palvelukodissa kuin omassa kodissa. Nämä ovat asioita, jotka koetaan kodinomaisuutta ja kotiutumista heikentäviksi.

Kun kotiin annetut palvelut eivät enää riitä tukemaan ikäihmisen turvallista pärjäämistä kotona, tulee muuttaminen ajankohtaiseksi muualle. Omasta kodista voidaan muuttaa vanhusten vuokra-asuntoihin tai senioritaloihin. Näiden jälkeen tuetumpaa asumismuotoa ovat palvelutalot. Mikäli palvelutalojen tuki ei ole riittävää, tarvitaan tehostettua palveluasumista. (Eloranta & Punkanen, 2008, 35–36.)

Sana kotiutuminen tarkoittaa aloilleen asettumista ja rauhoittumista. Kaikki eivät pysty kotiutumaan koskaan palvelukotiin. Näin voi käydä esimerkiksi muistisairaiden kohdalla. Omaan kotiin on pitkän elämän aikana luotu vahvat tunnesiteet. Myöhemmällä iällä uuteen kotiin ei pystytä luomaan enää samanlaisia. Palvelukodissa oman huoneen saa kalustaa omilla huonekaluilla. Näin huoneeseen saadaan luotua enemmän oman kodin tuntua. Kuitenkin usein sieltä omasta huoneesta löytyy hämmästyntä iäkäs ihminen, joka ihmettelee miksi hänen huonekalut kotoa on tuotu tänne ja kuinka hän saa ne vietyä takaisin kotiinsa. (Pikkarainen 2007, 52.)

Teeri (2007,54) on samaa mieltä, että muistisairaalle kotiutuminen uuteen paikkaan on usein vaikea. Läheisillä on kuitenkin tärkeä rooli muistisairaalle kotiutumisessa. Läheiset ihmiset tuntevat ikääntyvän elämänhistorian parhaiten. He tietävät hänen tarpeensa ja tottumuksensa. Näitä tapoja ylläpitämällä mahdollisuuksien mukaan, autetaan muistisairasta kotiutumaan uuteen paikkaan.

Elo (2009, 107) on sitä mieltä, että muutto uuteen paikkaan ei voi olla koskaan ongelmaton. Elo mainitsee esimerkkeinä kodin normatiiviset elementit, joita ovat vapauden tunteen säilyminen, kotiympäristöön ja lähialueisiin liittyvä elämänhistoria sekä tunteet ja muistot. Nämä ovat asioita, jotka vahvistavat omaan kotiin kiintymistä. Ne voivat olla hyvin voimakkaita hyvinvointia tukevia asioita, joiden avulla toimintakyvyn heikkenemiseen liittyvät kotona pärjäämistä heikentävät tekijät jäävät usein toissijaisiksi, merkityksettömiksi asioiksi.

Kotiranta (2015, 8) mainitsee elämään sisältyvän monenlaisia muutostilanteita. Äkillisesti tapahtuva muutos on usein kriisi ja se tuntuu uhalta. Omaiset kokevat myös läheisen siirtymisen kodin ulkopuoliseen hoitoon raskaaksi prosessiksi. Viimeisimpien tutkimusten mukaan omasta kodista ulkopuoliseen hoitoon siirtyminen on yksi vaikeimmista ja kuormittavimmista elämänkaaren vaiheista.

Klemolan (2006,79–89) tutkimuksen mukaan siirtymävaihe sisältää viisi eri vaihetta. Vaiheet koostuvat ennakoivasta vaiheesta, siirtymävaiheen käynnistymisestä, odotusvaiheesta, siirtymisestä hoitokotiin ja siirtymävaiheen päättymisen. **Ennakoivaan vaiheeseen** kuuluvat muutokset terveydentilassa, yksin asuminen, sosiaalisen tuen puute tai omaisen väsyminen hoivaamiseen. Yhdessä nämä tekijät ennakoivat hoitokotiin siirtymistä. **Siirtymävaiheen käynnistymisellä** tarkoitetaan

hakemuksen tekemistä. Hakemuksen alkuunpanija on usein jokin muu henkilö kuin ikääntynyt itse. Omaisten huolta ja epävarmuutta voidaan pitää merkittävänä tekijänä hakemuksen taustalla. **Odotusvaiheessa** ikääntyneet yleensä jatkavat omaa normaalia elämäänsä. Odotusvaiheessa epätietoisuutta aiheuttaa epävarmuus muuton ajankohdasta sekä käytännön asioista, kuten esimerkiksi huoneen koosta, kalustamisesta tai omien vaatteiden käyttämisestä uudessa paikassa. **Hoitokotiin siirtyminen** koetaan hyvin yksilöllisesti. Klemolan tutkimuksessa siirtyminen koettiin fyysisenä ja psyykkisenä pahoinvointina, suruna, katkeruutena tai parhaana vaihtoehtona. Osa oli kokenut siirtymisen ja kodin jättämisen tapahtuneen liian nopeasti, vaikka olivat tienneet sen tapahtuvan kuitenkin jossain vaiheessa. Jotkut pitivät siirtymistä osana elämän polkua, joka oli kuljettava. Muuta vaihtoehtoa ei ollut. Osa piti hoitokotiin siirtymistä parempana vaihtoehtona sen hetkisessä elämäntilanteessa. **Siirtymävaiheen päätyminen** sisältää elämän jatkumisen hoitokodissa sekä lopullisen tilanteen hyväksymisen.

Karhinen (2009, 38) on samaa mieltä Klemolan (2006) kanssa. Karhinen kirjoittaa tutkielmansa yhteenvedossa, että ikääntyvän sopeutuminen palvelutaloon alkaa jo ennen muuttamista. Muuttamista voi varjostaa myös pelko. Pelkoa voivat aiheuttaa esimerkiksi huoli tärkeiden ihmissuhteiden katkeamisesta tai yksinäisyyden lisääntymisen pelko. Palvelutaloon muuttamisessa voidaan nähdä myös mahdollisuuksia, esimerkiksi turvallisuuden lisääntyminen. On tärkeää, että ymmärretään mistä ikääntynyt on joutunut luopumaan ja mitä uutta hän tulee saamaan menettämiensä asioiden tilalle.

Semi (2015, 55) kirjoittaa myös muuttamisen olevan muistisairaalle hankalaa muistamattomuuden ja kognitiivisen toimintakyvyn heikkenemisen vuoksi. Outo ympäristö on vieras. Äänet, miljö, tuoksut ja tavat ovat pelottavia. Uudet aistikokemukset hankaloittavat tuttujen tapojen ylläpitämistä. Sopeutuminen uusiin rutiineihin on vaikeaa. Muistisairaalla saattaa olla vaikeuksia kommunikoida sanallisesti tai ymmärtää uusia asioita. Hän voi eristäytyä huoneeseensa tai kieltäytyä avun vastaanottamisesta. Hän saattaa menettää ruokahalunsa ja tulla itkuseksi. Muuttamista voidaan helpottaa ihmislähtöisellä lähestymistavalla. Ihmislähtöisessä tavassa otetaan selvää muuttajalle tärkeistä asioista sekä tavoista sekä tuodaan ne takaisin hänen arkeen.

Ikäihmiselle merkityksellistä tavoista ja tarpeista saadaan tietoa hänen elämänsä historian tuntemisen kautta. Elämäntarinan tuntemisella muistisairaalla kohdalla on suuri merkitys hoitotyössä. Hänen käyttäytymistään on helpompaa ymmärtää, kun on perehdytty taustatietoihin. On helpompaa ymmärtää, mitä hän tarkoittaa tai yrittää sanoa, kun tiedetään hänen historiaansa. Monet muistisairaalla kokevat oman elämäntarinansa lohduttavana. Oman tarinan avulla vahvistetaan muistisairaalla identiteettiä. (Semi, 2015, 53.)

Kaunonen ja Kukkasmäki (2012, 29) käsittelevät opinnäytetyössään vanhusten yksilöllisiä tarpeita palveluasumisen arjessa. Johtopäätöksessään he olivat tulleet siihen tulokseen, että osa ikäihmisistä oli sopeuttanut omat rutiininsa palvelutalon päivärytmiin. Toiset olivat taas luopuneet kokonaan omista rutiineistaan. Kuitenkin olisi tärkeää, että ikäihminen pystyisi säilyttämään jotakin hänelle merkityksellisiä tapoja tai yksilöllisiä tarpeita palvelukodin päivärytmistä huolimatta. Yksilöllisten tarpeiden ylläpitämisessä läheisillä on iso rooli, sillä he tuntevat läheisensä tavat ja tottumukset parhaiten ja näin voivat auttaa kotiutumisessa.

4 TEHOSTETTU PALVELUASUMINEN

Vanhusten hoidon historia on pitkä. Erilaisten nimien takaa löytyy paljon erilaisia ratkaisuja, joista jokainen kuvastaa omaa aikakauttaan, yhteisöään tai yhteiskuntaansa. Nimistä voidaan päätellä, mikä on ollut vanhusten asema ja arvostus kyseisenä aikana. On puhuttu ruotujakolaitoksesta, huutolaisuudesta, syytingistä, vaitaloista, köyhäintaloista, kunnalliskodeista, kotihoidosta, vanhainkodeista, laitoshuollosta, palvelutaloista, omaishoidosta, palvelusesteistä sekä tehostetusta palveluasumisesta. Nykyisin vanhainkoteja ei enää juurikaan ole, vaan sen tilalle on syntynyt tehostettu palveluasuminen. Tehostetun palveluasumisen yksikköjä voidaan sanoa myös hoivakodeiksi tai palvelutaloiksi. Vanhainkodin ja tehostetun palveluasumisen eroavaisuus on se, että vanhainkoti sanalla tarkoitetaan laitosta ja hoivakoti on vastaavasti asukkaan koti. Kyseinen määritelmä vaikuttaa myös asiakasmaksuihin. Vanhainkotien asiakasmaksut sisälsivät lähes kaiken, mitä ikäihminen tarvitsi aina lääkkeitä huoneeseen. Palvelutalossa maksetaan asumisesta, hoitomaksusta, terveydenhuoltomenoista, lääkkeitä, vaatteista, liikkumisen kustannuksista, sekä muista henkilökohtaisista menoista. (Hoppania, Karsio, Näre, Olakivi, Sointu, Vaittinen & Zechner, 2016, 40, 164–165.)

Kun ikääntynyt ihminen ei enää pärjää omassa kodissaan, on hänellä mahdollisuus päästä asumaan tehostettuun palveluasumiseen. Tehostettu palveluasuminen on hoivaa ja huolenpitoa kellon ympäri. Tehostetussa palveluasumisessa asuvalla on käytössä vähintään oma huone sekä yhteiset tilat. Asumisestaan asukkaalta veloitetaan muun muassa vuokra, hoito- ja palvelumaksut sekä ateriamaksu. (Hynynen 2010, 22.) Lisäksi asukas maksaa lääkkeensä ja terveydenhuoltomenot sekä muut henkilökohtaiset menonsa. Asukkaat voivat hakea vuokraan Kelalta asumistukea.

Ikäihminen siirtyy yleensä kotihoidon piiristä ympärivuorokautiseen tehostettuun palveluasumiseen, kun neljällä tai viidellä kotihoidon käynnillä vuorokaudessa ei enää pystytä turvaamaan arkea omassa kodissa. Tällöin ikääntynyt on täysin fyysisesti toisten ihmisten avun varassa tai muistisairaus on mennyt niin pitkälle, ettei ikääntynyt enää pysty asumaan omassa kodissaan turvallisesti ilman ympärivuorokautista hoivaa. (Hoppania ym. 2016, 164.)

Väyrysen ja Kurosen (2015, 1-3) mukaan vuonna 2014 ikääntyneiden ympärivuorokautisen eli tehostetun palveluasumisen asiakasmäärä nousi lähes seitsemän prosenttia. Tehostetussa palveluasumisessa asiakkaita oli 37 130. Ikääntyneille tarkoitettujen laitospalvelujen ja asumispalvelujen kokonaismäärä on noussut 2000-luvulla, vaikka palveluita käyttää pienempi osuus ikääntyneistä. Vuoden 2014 lopussa palveluita sai noin 22 prosenttia 75 vuotta täyttäneistä. Näistä 6,7 prosenttia oli tehostetussa palveluasumisessa. Merkittävimmän osan sosiaalihuollon palveluasumisesta tuottavat yksityiset palveluntuottajat. Ikääntyneiden tehostetun palveluasumisen yksityisten palveluntuottajien toimipaikoissa asuu 47 prosenttia asiakkaista.

Tehostettua palveluasumista voidaan pitää nykyään yleisimpänä vaihtoehtona ikäihmisten ympärivuorokautisen hoivan tarpeeseen. Laitoshoitoa terveyskeskusten vuodeosastoilla on vähennetty, jonka seurauksena kunnat ovat alkaneet lisätä palveluasumista ympärivuorokautisessa hoivassa hankkimalla palveluita yksityisiltä yrittäjiltä sekä järjestöiltä. Kunnat ovat myös muuttaneet omia vanhainkotejaan vastaamaan tehostetun palveluasumisen tarpeeseen. (Hopponia ym. 2016, 170.)

Kyselystä, jonka tein Männikönkodin asukkaiden omaisille, monissa vastauksissa tuli esille kodinomaisuus. Tehostetussa palveluasumisessa asunnosta tai huoneesta pystytään tekemään asukkaalle omanlaisensa koti. Asunnosta tulee oma koti, jonka saa kalustaa omilla huonekaluilla. Vieraita saa ottaa vastaan asunnossa ilman vierailuaikoja. Vuodeosastoista ei pystytä samalla tavalla tekemään omaa kotia, eikä sinne pystytä luomaan kodin tuntua. Kodinomaisuus oli tärkein asia, jonka katsottiin auttavan kotiutumisen. Omaiset kertoivat kodinomaisuutta lisääviä asioita olevan riittävän iso oma huone, verhot ikkunoissa sekä oma pieni keittiö.

5 MÄNNIKÖNKOTI

Kauhajoen Vanhaintuki ry:n tehostetun palveluasumisen yksikkö Männikönkoti sijaitsee kauniin mäntymetsän ympäröimänä. Rauhallisella Männikön asumisalueella sijaitseva Männikönkoti on aivan Kauhajoen keskustan tuntumassa. Männiköndissa on asukaspaikkoja 38, joista kaksi on varattu lyhytaikaisasumiseen. Kauniit, kodikkaat sekä valoisat asunnot sijaitsevat kolmessa eri siivessä. Asukas saa sisustaa asuntonsa mieleisekseen omilla huonekaluillaan. Asunnot ovat kooltaan 15 m² - 40 m². Asukkaalla on käytettävissä oman vuokra-asunnon lisäksi yhteiset viihtyisät tilat, joihin kuuluvat myös esimerkiksi takkahuone ja sauna. Pariskunnilla on mahdollista asua samassa asunnossa yhdessä. Asukkaat voivat osallistua ominen voimavarojensa mukaan palvelukodin tapahtumiin. Ohjattu viriketoiminta, vierailijat ja esiintyjät tuovat iloa ja vaihtelua asukkaiden arkeen. Lisäksi naistoimikunta järjestää vapaaehtoisvoimin asukkaille virkistystoimintaa.

Tehostetun palveluasumisen palvelupakettiin kuuluvat hoiva- ja turvapalvelut sekä ruoka-, siivous- ja vaatehuolto. Palvelukodissa ammattitaitoinen henkilökunta huolehtii ja tukee asukasta kaikissa elämisen toiminnoissa yksilöllisten tarpeiden mukaisesti ympäri vuorokauden.

Lyhytaikaisasumiseen voi tulla esimerkiksi omaishoitajan loman ajaksi, oman asunnon remontin tai oman virkistymisen ja kuntoutumisen vuoksi. Lyhytaikaisasumiseen voi tulla asiakkaaksi kertaluonteisesti tai sopimuksen mukaan säännöllisin väliajoin. Asumisjakson minimipituus on yksi vuorokausi. Lyhytaikaisasumisesta tehdään määräaikainen palvelusopimus. Männikönkotiin tullaan asukkaaksi tehostetun palveluasumisen palvelusetelillä tai itsemaksavana asiakkaana.

6 TUTKIMUSPROSESSI

6.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö tehtiin Kauhajoen kaupungissa sijaitsevaan tehostetun palveluasumisen yksikköön Männikönkotiin. Opinnäytetyön toteutus tapahtui yhteistyössä Männikönkodin sekä ohjaavan opettajan kanssa. Opinnäytetyö koostuu kahdesta osasta. Se sisältää teoriaosuuden sekä Tervetuloa Männikönkotiin oppaan. Oppaan laadinnassa tukena oli kysely. Kysely tehtiin Männikönkodin asukkaiden omaisille elokuussa 2016. Sen tarkoituksena oli selvittää omaisten kokemuksia ikäihmisen muuttaessa Männikönkotiin. Tavoitteena oli saada tietoa muuttoon liittyvistä asioista, kuten muuton sujuvuudesta ja kotiutumista auttavista asioista omaisten näkökulmasta. Opasta on tarkoituksena jakaa Männikönkotiin muuttaville uusille asukkaille sekä omaisille.

Työtä ohjaaviksi keskeisiksi kysymyksiksi kartoitusvaiheessa nousivat:

1. Mitä muuttamiseen tai asumiseen liittyvää tietoa tarvitsitte?
2. Mitkä asiat ovat tärkeitä kotiutumisessa ja miten henkilökunta voi auttaa kotiutumisessa?

Vilkan ja Airaksisen (2003, 9, 51, 60) mukaan toiminnallisessa opinnäytetyössä on aina lopputuloksena todellinen tuotos, kuten kirja, ohjeistus, tietopaketti, tapahtuma, messu- tai esittelyosasto tai jokin tapahtuma. Aineiston vertailukelpoisuus ei ole lähtökohtana toiminnallisessa opinnäytetyössä. Tärkeää on se, miten saadut vastukset tukevat tuotoksen sisältöä.

6.2 Kartoituksen aineiston keruumenetelmä

Tätä toiminnallista opinnäytetyötä tukemaan tein kyselylomakkeella kartoituksen Männikönkodin asukkaiden omaisille. Kartoituksen toteutin laadullisen tutkimuksen menetelmien avulla. Kartoituksen avulla pyrin saamaan selville, millaista tietoa omaiset olivat tarvinneet ikäihmisen muuttaessa Männikönkotiin.

Laadullinen aineisto ei yksistään ole riittävä kuvaamaan todellista elämää, koska todellisuus välittyy meille tulkintojen sekä eri näkökulmien viestittämänä. Tutkimustehtävän linjauksessa otetaan kantaa siihen, mikä on se aineistosta esille tuleva viesti, jonka tutkija haluaa tarkastelussa ottaa keskipisteeksi. (Kiviniemi 2015, 74–75.)

Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2009, 161) mukaan todellisen elämän kuvaamiseen liittyy olettamus siitä, että todellisuus on moninainen. Eri tapahtumat muovaavat yhtäaikaaisesti toinen toisiaan. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on tarkoituksena tutkia kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tutkimuksessa on tarkoituksena löytää tosiasioita kuin varmentaa jo olemassa olevia väittämiä.

Rantala (2015, 109) täsmentää, että laadullisella eli kvalitatiivisella viitataan aineistoon, joka on tekstimuodossa. Tätä aineistoa ei haluta muuntaa luvuiksi. Tavallisesti laadullinen aineisto voi olla tutkijan keräämä haastatteluaineisto.

6.3 Kartoituksen aineiston keruu

Kysely on yksi keino kerätä aineistoa. Kyselyn etuna voidaan pitää sitä, että sen avulla saadaan hankittua laaja aineisto. Tutkimukseen saadaan monia henkilöitä sekä voidaan kysyä paljon asioita. Menetelmä on toimiva, sillä se säästää aikaa ja vaivaa. Hyvällä lomakkeella aineisto saadaan nopeasti käsitelty. Etuna on myös se, että kustannukset ja aikataulu ovat arvioitavissa tarkasti. (Hirsjärvi ym. 2015, 193, 195.)

Tässä kyselyssä kyselylomake oli kaksisivuinen, jossa oli 11 kysymystä. Kuusi strukturoitua kysymystä ja loput viisi olivat monivalintakysymyksiä. Kyselyt ja saatekirje postitettiin samassa kirjekuoressa vastauskuoren kanssa. Kyselyitä lähetettiin 69 omaiselle elokuun viimeisellä viikolla. Vastausaikaa oli kaksi viikkoa. Kyselyyn vastasi 30 omaista. Kyselylomakkeella suoritettava kysely oli hyvä vaihtoehto tässä tapauksessa, koska omaiset asuvat eri puolella Suomea. Kyselyyn osallistuminen oli vapaaehtoista. Kyselyn eettisyyttä lisäävänä tekijänä oli se, että vastaajat eivät olleet tunnistettavissa.

Palautuskuoren, jonka postimaksu oli maksettuna, lähetin kyselyn kanssa samassa kuoressa. Etuina tällaisessa menettelyssä ovat nopeus ja vaivattomuus kyselyyn vastaajalle. Ongelmaksi voi kuitenkin muodostua kato. Kadon suuruus riippuu vastaajajoukosta ja aihepiiristä sekä siitä miten merkitykselliseksi asia koetaan vastaajien näkökulmasta. Parhaimmillaan vastaus prosentiksi tulee 30–40 prosenttia. (Hirsjärvi ym. 2015, 196.)

Tutkimuskysymykset usein täsmentyvät aineiston keruun aikana tai ennen aineiston keruuta. Aineisto voi olla jo olemassa ennen tutkimuskysymyksiä. Tärkeää on kuitenkin tutkimuskysymysten ja aineiston vastaavuus. (Moilanen & Räihä, 2015, 59.)

Taustoitin omaa työtäni selvittämällä, millaisia opinnäytetöitä ja oppaita aiheesta oli tehty aiemmin. Etsin erilaisia tervetuloa oppaita vertailukohteeksi omalle tuotokselleni. Huomasin kuitenkin niiden olevan sisällöltään hyvin samanlaisia. Löysin Lohjan kaupungissa sijaitsevan Niilonpirtin oppaan. Opas on tarkoitettu Niilonpirtin uusille asukkaille. Opas sisälsi tietoa tiloista, maksuista, huoneen kalustamisesta, lääkehuollosta ja vaatteista. Oppaassa kerrottiin myös vuokrasuhteen päättymisestä, irtisanomisesta ja poismuuttamisesta. Kellokumpu ja Klasila (2016) ovat opinnäytetyössään laatineet tervetuloa Hirosenkotiin oppaan. Oppaassa on laaja ja kattava kuvaus Hirosenkodin toiminnasta ja päiväohjelmasta. Oppaassa esitellään, myös Oulun kaupungin vanhustyön suunnitelma sekä asumiskuluja. Kallanto ja Puranen (2014) ovat tehneet tervetuloa oppaan Leppävirran kunnan tehostettuun palveluasumiseen. Opas oli hyvin laaja. Siihen oli kerätty tietoa tehostetusta palveluasumi-

sesta, ruoka-ajoista, muuttoilmoituksesta, vuokrasuhteesta, hoitomaksusta, henkilökunnasta sekä yhteystietoja. Kaikki lukemani oppaat olivat käytännöllisiä, helppolukuisia ja tarvittava tieto löytyi niistä vaivattomasti.

Kysyin myös hoitajien mielipidettä ja ehdotuksia oppaan sisältöön sähköpostin välityksellä. Näin toivon saavani mahdollisimman monipuolisen näkemyksen oppaan sisältöä ajatellen. Ainoastaan kaksi hoitajaa vastasi sähköpostiin. Heidän näkemykset oppaan sisällöstä olivat hyvin samankaltaisia omaisten näkemysten kanssa.

6.4 Aineiston analysointi

Aloitin aineiston analysoimisen numeroimalla jokaisen vastauslomakkeen. Vastauslomakkeet keräsin omaan kansioon. Näin vastauslomakkeet pysyivät järjestyksessä ja niihin oli aina helppo palata opinnäytetyötä kirjoittaessa. Tämän jälkeen kirjoitin jokaisen kysymyksen ja keräsin niihin kuuluvat vastaukset tekstinkäsittelyohjelmalla yhteen. Näin aineisto jäsentyi helpommin käsiteltävään muotoon. Vastauksissa huomasin heti yhteneväisyydet ja eroavaisuudet.

Vilka ja Airaksinen (2003, 62) ohjeistavat toiminnallisen opinnäytetyön analysoinnin onnistuvan myös ilman erityisiä analyysiohjelmia, sillä esimerkiksi alle 50 havaintoyksikön analysoinnissa SPSS-ohjelmasta ei saada ohjelman antamaa hyötyä käyttöön.

Tutkimuksessa keskeisenä asiana on analyysi ja tulkinta sekä johtopäätösten teko. Se on merkittävä vaihe, sillä siihen pyrittiin aloitettaessa tutkimusta. Aineistoa voidaan analysoida monin eri tavoin. Voidaan sitä jäsentää kahdella tavalla, selittämisellä ja ymmärtämisellä. Selittämiseen tähtäävässä tavassa käytetään useasti tilastollista analyysia sekä päätelmien tekemistä. Ymmärtämiseen tähtäävässä tavassa käytetään hyödyksi useasti laadullista analyysia sekä päätelmien tekoa. Tutkija valitsee sen analyysitavan, joka hänen mielestään parhaiten antaa vastauksen kysymykseen tai tutkimustehtävään. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston runsaus sekä elämänläheisyys tekevät analyysistä mielenkiintoisen sekä samalla haastavan.

(Hirsjärvi ym. 2009, 221–225.) Moilanen ja Rähä (2015, 67) täsmentävät, että analyysin tulkinnessa sekä johtopäätösten teossa olisi syytä verrata muita alaan liittyen tehtyjä tutkimuksia. Sillä tavoin voidaan varmistaa oman tutkimuksen reliabiliteetti.

Tässä opinnäytetyössä empiria ja kirjallisuus tukivat toisiaan hyvin. Huomasin, että monissa aikaisemmissa vastaavanlaisissa tutkimuksissa oli tullut esille juuri samankaltaisia asioita ja kokemuksia. Tämän vuoksi pidän tuloksia luotettavina, jotka tulivat esille tässä opinnäytetyössä. Käytin opinnäytetyössäni luotettavia lähteitä sekä kotimaisia että ulkolaisia. Kiinnitin myös huomiota julkaisujen ajankohtaan sekä julkaisijaan. Tällä halusin varmistaa sen, että käyttämäni tieto ei ole liian vanhaa.

Rantala (2015, 110) lisää laadullisen aineiston analyysin tarkoittavan aineistoon paneutumista aina uudelleen ja uudelleen. Se on tekstien pohtimista, miettimistä, vertailua, tulkitsemista sekä teoretisointia.

Kuulan (2011, 24–25, 29) mukaan tutkimusetiikan on katsottu koskevan aineiston hankkimista sekä tutkittavien suojaan liittyviä asioita ja kysymyksiä. Se käsittää myös tieteellisen tiedon soveltamista, käyttöä ja vaikutuksia koskevia kysymyksiä sekä tieteen sisäisiä asioita. Tutkimuseettisistä väärinkäytöksistä tyypillisimpiä esimerkkejä ovat toisten kirjoitusten ja tutkimusten väärentäminen sekä plagiointi. Vilka ja Airaksinen (2003, 78) lisäävät plagiointia olevan myös epäselvät tai puutteelliset viittaukset. Tämän välttämiseksi lähteet ovat merkittävä riittävän tarkasti ja tunnollisesti.

Tutkimuksen peruslähtökohtana tulee olla ihmisarvon kunnioittaminen. Itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan, kun annetaan mahdollisuus päättää tutkimukseen osallistumisesta. Tutkimustyön kaikissa vaiheissa on vältettävä epärehellisyyttä. Tämä tarkoittaa toisten tekstien luvaton lainaamista eli plagiointia. Tutkija ei myöskään voi plagioida omia aikaisimpia tutkimuksiaan. Tutkimustulokset täytyy kertoa totuudenmukaisesti. Tuloksia ei kaunistella eikä seipitellä. Raportointi ei saa olla puutteellista eikä toisten tutkijoiden osuutta tule vähätellä. Julkaisussa tulee mainita kaikki tutkimusryhmän jäsenet. Tutkimuksen myönnettyjä määrärahoja ei käytetä muihin tarkoituksiin. Tutkijan on kyettävä näyttämään, miten tutkimukselle suunnattuja määrärahoja on käytetty. (Hirsjärvi ym. 2015, 21–27.)

7 KARTOITUSTULOKSET

Kiinnostuksen kohteena minulla oli ikäihmisen muuttaminen ja kotiutuminen hoivakotiin omaisen näkökulmasta. Keskustelin asiasta työpaikallani toiminnanjohtajan sekä sairaanhoitajan kanssa ja siitä lähti idea oppaan tekemisestä. Oppaan sisällön kartoittamiseksi suoritin kyselyn Männikönkodin asukkaiden omaisille. Kyselyn avulla etsin tietoa siitä, millaista tietoa omaiset olivat tarvinneet muuttotilanteessa. Kyselystä saatujen vastausten ja toiveiden perusteella aloin rakentaa opasta sekä etsimään teoriaa, joka tukisi kyselystä esille nousseita asioista. Tein opinnäytetyön toiminnallisena opinnäytetyönä, koska tässä on tavoitteena käytännön toiminnan ohjeistaminen tervetuloa Männikönkotiin oppaan avulla.

Tässä kappaleessa kerron kartoituksen tulokset. Luvun alussa käyn läpi kyselyn taustatietoja ja sen jälkeen kerron, miten omaiset ovat muuton kokeneet ja millaisia tietoja he olisivat muuttovaiheessa kaivanneet. Kysyin myös kotiutumista helpottavia asioita sekä miten henkilökunta voi auttaa kotiutumisessa. Lopussa on omaisten ehdotuksia siitä, mitä tietoa olisi hyvä kerätä Tervetuloa Männikönkotiin oppaaseen.

7.1 Vastaajien tiedot

Kyselyt lähetettiin 69 omaiselle elokuun lopussa. Kyselyn aikarajaksi asetettiin kaksi vuotta, siksi että omaiset vielä muistaisivat muuttoajan hyvin. Aikaa heidän läheisen muuttamisesta ei olisi kulunut vielä liian kauaa. Vastausaikaa kysymyksiin vastaamiseen oli kaksi viikkoa. 30 omaista vastasi kyselyyn, joka on 43 % kohderyhmästä. Yksi vastaaja halusi vielä täydentää vastaustaan sähköpostilla myöhemmin, mutta kuitenkin määräajassa. Suurin osa vastaajista (24) oli asukkaiden lapsia, viisi oli muita sukulaisia ja yksi oli muu läheinen. Olen tyytyväinen vastausprosenttiin, sillä Vehkalahti (2008,44) mainitsee nykyisin vastausprosenttien jäävän alle 50 prosentin.

7.2 Aukkaiden taustatietoja

Lähes kaikkien eli 27 vastaajan omainen oli Männikötkodissa pysyvällä paikalla. Lyhytaikaisasumisessa oli ollut yhden vastaajan omainen. Kaksi vastaajista ei tiennyt tai muistanut omaisensa asumismuotoa.

Kauhajoen Vanhaintuki ry:n Männikötkodissa lyhytaikaisasuminen on vähimmäis-pituudeltaan yksi vuorokausi. Lyhytaikaisasumiseen voidaan hakeutua esimerkiksi omaishoitajan loman ajaksi, kuntoutumisen tai oman kodin remontin ajaksi.

7.3 Muuton sujuminen

Muuttaminen omasta kodista palvelukotiin on suuri muutos muuttajalle ja omaiselle. Monille se on yhden elämänvaiheen päätös. Oman kodin taakse jättämiseen voi liittyä surua ja jännitystä tulevasta. Toiset voivat kokea muuttamisen uuden elämänvaiheen aloittamisena. Suurin osa kyselyyn vastanneista oli kokenut muuton sujuneen hyvin. Monille vastaajille paikan saaminen ja omaisen muuttaminen oli helppoa, koska paikasta oli jouduttu ”taistelemaan” ja pääsy Männikötkotiin oli tuntunut lähes mahdottomalta. Kun paikka oli saatu, tämän jälkeen enää ei tarvinnut kantaa huolta siitä, mitä kotona tapahtuu.

”Sujui hyvin kun viimein paikka saatiin.” (10)

”Kun paikka vihdoinkin saatiin sen jälkeen ei ollut ongelmia.” (24)

”Kaikkein vaikeinta oli saada vanhemmilleni yhteinen hoivapaikka.” (7)

Yksi vastaaja kertoi muuton tapahtuneen niin nopeasti, ettei sitä ehtinyt yhtään suunnitella etukäteen. Kaksi vastaajaa oli sitä mieltä, että ohjeet olisivat olleet tarpeen ja hyvä kun tulevat nyt.

Lähes jokainen kyselyyn vastannut oli sitä mieltä, että oli saanut tarpeeksi tietoa Männikötkodin tavoista (päiväohjelma, vierailut). Kaksi vastaajista kertoi, ettei ollut saanut tarpeeksi tietoa tai olisi kaivannut sitä enemmän.

”Kai siinä jotenkin selvittiin. Äiti oli onneksi täydellä muistilla matkassa.”
(19)

”Tietoa hoitamiseen liittyvistä asioista saatiin. Kustannuspuolesta ei saatu, esim. vuokratietoa tuli us. viikon myöhemmin.” (26)

”Seuraava huoli oli raha – tieto siitä, että asumistuki, hoitomaksu ym. järjestyisivät ei ollut itsestään selvä asia!” (7)

Yksi vastaaja olisi kaivannut tietoa siitä, miten paljon saa tai voi osallistua omaisensa hoitoon esimerkiksi syöttämiseen, pesemiseen tai ulkoilemiseen. Hän olisi erityisesti kaivannut tietoa ruoka- ja viriketoiminnan ajoista.

7.4 Tiedon saanti

Omaisten vastauksissa eniten hankaluutta oli aiheuttanut tieto siitä, mitä tavaroita asuntoon tuodaan tai hankitaan. Siksi suurin osa vastaajista kaipasi tietoa siitä mitä asunnossa on entuudestaan ja mitä kalusteita saa tai pitää tuoda itse mukanaan. Monissa vastauksissa kävi ilmi, että sängyn hankintaa oli pohdittu eniten. Millainen tai minkä kokoinen sänky olisi hyvä hankkia. Epätietoisuutta oli aiheuttanut joissakin vastauksissa vaatehankinnat. Jotkut kokivat, että olisivat tarvinneet tietoa millaisia vaatteita ja kuinka paljon olisi hyvä hankkia. Myös maininta vaatteiden nimeämisestä etukäteen koettiin tarpeelliseksi tiedoksi, sillä näin välttyään vaatteiden sekaantumiselta toisten asukkaiden vaatteisiin.

”Tietysti mitä voi tuoda, mitä kannattaa tuoda ja paljonko tavaraa on liikaa. Millainen sänky ja millaisia vaatteita. Niiden merkkäminen on tärkeää ettei sekaannu. Hoitajat eivät voi muistaa kenen mikäkin on, omaiset voi auttaa.” (10)

Osa omaisista kertoi saaneensa hyvää perehdytystä ja tarpeellisia tietoja muuttovaiheessa. Yksi vastaaja koki tiedonsaannin riittämättömäksi muuttovaiheessa ja olisi halunnut tutustua omavalvontasuunnitelmaan.

”Perehdyttäminen oli hyvä. Kerrottiin mitä tarvitaan ja sitä mukaa vaatteita ja muuta tarvittavaa tuotiin kun puutteita ilmeni.” (3)

”Kertokaa omavalvontasuunnitelmasta, ja laittakaa se näkyviin, niin kuin kuuluisi lain mukaan olla, silloin ne jotka oikeasti haluavat tutustua talon toimintaan voivat sen tehdä.” (26)

Huoli raha-asioita nousi esille lähes jokaisessa vastauksessa. Suurin huoli oli rahojen riittävyys. Melkein puolet vastaajista kokivat, että he olisivat tarvinneet tietoa enemmän kustannuksista ja tukiasioista. Yksi vastaaja olisi tarvinnut apua erilaisten lomakkeiden ja hakemusten täyttämiseksi. Tietoa kaivattiin myös siitä, mitä palveluja hintaan kuuluu. Mistä haetaan avustuksia ja mitä on mahdollista saada tai kuka hoitaa vanhuksen tuet ja avustukset. Tietoa kaivattiin myös siitä, mitä kuuluu kuukausimaksuun tai minkä hintaisia ovat pyykki-, siivous-, ateriapalvelut tai hoito ja hoiva.

”Mitä maksuja kuuluu hoitoon esim. vuokra, ruokailu, pyykki, siivous, hoidon maksamistavat (esim. palveluseteli, omakustanne). Mitä muita maksuja tulee, esim. apteekki, vaipat. Muut terveyspalvelut mitä asukas hankkii ja maksaa? Mitä tukia kelasta anoa? Esim. asumistuki. Millainen on männikönkodin terveyspalvelut?” (28)

”Kuuluvatko lääkkeet hoitoon vai hankitaanko itse. Kuuluuko siivous hintaan? Miten paljon omainen saa osallistua hoitoon (pesut, syöttö). Saako hankkia itse vaipat.”(8)

”Kuka muuton suorittaa. Mistä rahat, kun omat ei riitä.” (12)

”Nyt mummuni tarvitsisi paikan, mutta raha tuntuu olevan este. Männikkö olisi hyvä mutta...” (3)

Osa vastaajista kaipasi tietoa vierailuajoista. Yksi omainen kertoi yrittävänsä ajoittaa vierailut ruoka-aikojen ulkopuolelle, ettei hän häiritsisi ruokailua. Apuvälineiden hankinnasta tietoa oli kaivannut kaksi vastaajaa. He eivät tieneet mistä apuvälineitä hankitaan tai kenen ne kuuluisi hankkia. Yksi vastaaja oli kokenut hyvänä asiana sen, että talo oli hankkinut fysioterapiasta tarvittavat apuvälineet asukkaalle.

7.5 Kotiutumista auttavat asiat

Palvelukotiin kotiutuminen on yksilöllistä. Toiset kotiutuvat nopeammin ja toisilla kotiutuminen kestää kauemmin, näin on esimerkiksi muistisairaiden kohdalla. Omahoitajan tapaamista ennen muuttoa pidettiin melko tärkeänä. Yksi vastaaja toivoi, että omahoitaja pysyisi samana eikä vaihtuisi. Myös muiden hoitajien osuutta sekä

ohjaamista uuteen paikkaan kotiutumisessa pidettiin hyvin merkittävänä asiana kotiutumisessa. Kaikissa vastauksissa tuli esille, että uudelle asukkaalle on annettava aikaa, läheisyyttä ja läsnäoloa. Toivottiin myös, että uusi asukas ohjataan mukaan muiden asukkaiden seuraan ja talon yhteisiin hetkiin. Ensimmäisinä viikkoina ei saisi ”jättää” yksin. Tärkeänä asiana pidettiin myös sitä, että uusi asukas esitellään saman käytävän varrella asuville toisille asukkaille. Myös kodinomaisuudella ja omilla huonekaluilla sekä omaisten vierailuilla katsottiin olevan merkitystä kotiutumiseen. Tuttujen tavaroiden ja huonekalujen koettiin edistävän kotiutumista.

”Omat tavarat, hyvät ystävälliset hoitajat, joilla on aikaa potilaalle.” (8)

”Ei valittamista! Hoitajilla riittää töitä. Lisää väkiä tarvittaisiin.” (9)

”Osallistuminen talon tapahtumiin.” (1)

”Kun äiti viimein sai paikan kotiutumisessa ei ongelmia.” (24)

Kahdessa vastauksessa nousi esille myös kotiutumista haittaavia asioita. Näitä asioita olivat kiire ja toisten asukkaiden aiheuttama pelko. Toiset asukkaat saattoivat aiheuttaa pelkoa äänekkäällä käytöksellään tai levottomalla liikkumisella.

”Oma äitini ainakin pelkäsi joitakin toisia asukkaita.” (8)

Yksi vastaaja piti tärkeänä uuden asukkaan elämänhistorian tuntemista. On tärkeää, että hoitajat tietävät asukkaan aiemmasta elämästä ja harrastuksista. Yhdessä kyselylomakkeessa oli ehdotettu ns. siirtopalaveria. Siirtopalaverissa olisi paikalla omaiset, tuleva asukas ja Männikönkodin edustaja. Palaverissa käytäisiin yhdessä läpi asukkaasta täytetty kyselykaavake.

”Palvelukodin henkilökunnan huolella paneuduttava asukasta koskevien paperien lukemisessa ja tietojen kuulemisessa tulevia hoitotoimenpiteitä ajatellen.” (15)

”Todellinen kiinnostus siitä, minkälainen asukkaaksi tulijan tausta ja elämä ovat olleet!”. (7)

Omien vanhojen tapojen ja tottumusten ylläpitämistä pidettiin myös tärkeänä kotiutumisesta edistävänä tekijänä. Toivottiin, että uusille tavoille totuteltaisiin pikkuhiljaa ajan

kanssa. Ei muutettaisi kaikkia tapoja uusiksi kerralla. Vanhojen ystävyysuhteiden katkeaminen hoitokotiin muuttaessa mietitytti yhtä vastaaja. Omaisten ja ystävien vierailut koettiin kotiutumiseen positiivisesti vaikuttavana tekijänä.

7.6 Henkilökunnan apu kotiutumisessa

Kotiutumista auttavaksi tekijöiksi koettiin talon ja asukkaiden esittely sekä yhteiseen toimintaa ohjaamisen. Ohjatun toiminnan avulla koettiin, että uusi asukas tutustuu helpommin toisiin asukkaisiin. ”Viriketoiminta” mainittiin lähes jokaisessa vastauksessa yhdeksi tärkeäksi asiaksi kotiutumisessa. Siksi toivottiinkin, että henkilökunta ohjaisi osallistumaan ”viriketoimintaan”. Toivottiin myös, että henkilökunta vaihtuisi mahdollisimman vähän.

”Olla ystävällinen, kuunnella, vaikka katsella yhdessä niitä valokuvia. Olla kiinnostunut. Käydä ulkoilemassa asukkaan kanssa, jos mahdollista.” (21)

”Alkuvaiheessa henkilökunnan riittävä huomiointi. Ettei jätetä yksin huoneeseen. Yksilöllisiä toiveita pitäisi ottaa enemmän huomioon (esim. tykkääkö olla yksin vai haluaako olla muiden seurassa jne.).” (22)

”Kyllä he ovat hyvin asiansa hoitaneet.” (24)

”Henkilökunta → hoitajat hoitivat asiansa hyvin – ei moittimista.” (26)

”Männikönkoti on paras mahdollinen hoitopaikka! (19)

”Olimme hoitoon tyytyväisiä, pitäkää pintanne hyvästä hoidosta.” (23)

”Ottamalla uuden asukkaan tehostetusti kotiutumaan eli aluksi ylihuomioida. Esitellä talo niin, että se tulee tutuksi.” (11)

Hymyilevän, kärsivällisen ja ymmärtäväisen henkilökunnan koettiin yleisesti auttavan kotiutumisessa. Toivottiin myös, että henkilökunnalla olisi tarpeeksi aikaa uudelle asukkaalle ensimmäisinä päivinä. Uuden asukkaan elämänhistorian tunteista pidettiin hyvänä asiana. Siksi toivottiinkin, että henkilökunnalla olisi tarpeeksi aikaa paneutua uuden asukkaan tietoihin. Elämänhistoriaan perehtymisellä saa-

daan tietoa esimerkiksi asukkaan harrastuksista ja siitä miksi asukas käyttäytyy joissakin tilanteissa tietyllä tavalla. Avun ja henkilökunnan nopealla saatavuudella katsottiin olevan vaikutusta kotiutumiseen ja lisäävän turvallisuuden tunnetta.

7.6.1 Yhteistyö

Yhteistyön henkilökunnan, etenkin hoitohenkilökunnan, kanssa koettiin sujuvan hyvin. Yksi koki muun organisaation jääneen epäselväksi ja vastaaja mietti sitä, kuka kantaa vastuun kokonaisuudesta ja kaipasi organisaation näkyvyyttä. Kehittämissideaksi yhteydenpito välineenä ehdotettiin henkilökunnan ja omaisten välille viestivihkoa. Sinne voisi kerätä tietoa tapahtumista, mitä omaisen on tehnyt tai mihin on osallistunut sekä tietoa tarpeellisista hankinnoista esimerkiksi vaatteiden hankkimisesta.

”Joskus mielessä on käynyt viestivihon hankkimisen tarve, kun omaisille kirjoitettuja viestejä on löytynyt esim. lehtien/kirjojen välistä. Kun muistisairas asukas on niitä ilmeisesti pöydältä laittanut talteen.” (17)

”Yhteistyö sujuu hyvin. Kiirus toki pilaa, kun nyt säästetään.” (19)

”Kiitos äitiäni hoitaneille.” (2)

Yksi vastaajista oli sitä mieltä, että yhteistyö ei ollut sujunut hyvin. Kehitysehdotusta yhteistyön parantamiseksi hän ei kuitenkaan esittänyt.

7.6.2 Omahoitaja

Lähes jokainen vastaaja tiesi, kuka oli omaisensa omahoitaja. Yksi vastaaja ei tiennyt kuka on omahoitaja. Toinen ei ollut varma, kuka on omahoitaja, sillä omahoitaja oli vaihtunut pienen ajan sisällä monta kertaa. Tässä kohdassa esille tuli myös viestivihkon hankinta yhteydenpitovälineenä omahoitajan kanssa, sillä omahoitaja ei ole aina työvuorossa, kun omaisen vierailee. Moni vastaaja toivoi myös sitä, että omahoitaja ei vaihtuisi kovin usein. Viestivihko mainittiin myös edellisessäkin alaluvussa, henkilökunnan ja omaisten välisessä viestinnässä.

”Välillä kun hoitajia vaihdeltiin niin oli vähän hankalaa.” (3)

”Kyllä aluksi, nyt ei niin selvä juttu.” (7)

”Aina joskus, se vaihtui usein eikä sitä aina kerrota. Mutta harvoin me näimme näitä omahoitajia äidin luona – muita hoitajia kylläkin.” (8)

Yksi vastaaja koki, että ympärivuorokautisessa paikassa omahoitajan merkitys on pienempi ja kaikilla hoitajilla on yhtä tärkeä merkitys asukkaan kotiutumisessa. Omahoitaja järjestelmä koettiin kuitenkin toimivaksi. Omahoitajalta sai kysyä ja sai tietoa omaiseen liittyvistä tärkeistä asioista.

Vaikka omahoitajajärjestelmä koettiin hyväksi ja toimivaksi, niin jokaisella hoitajalla katsottiin olevan yhtä suuri merkitys uuden asukkaan kotiutumisessa. Omahoitajan tapaamisen ennen muuttoa ajateltiin helpottavan muuttamista. Kehittämiseksi tiedonkulussa kaksi vastaajaa ehdotti viestivihkoa omaisten ja henkilökunnan välille. Viestivihko voisi toimia samalla myös eräänlaisena päiväkirjana, johon hoitajat ja omaiset voisivat kirjoittaa päivien kulusta ja muista tärkeistä tapahtumista.

7.7 Tervetuloa Männikönkotiin opas

Omaisilla on suuri rooli muuttovaiheessa sekä myös sen jälkeen. Omaiset ovat aivan samalla tavalla uudessa ja tuntemattomassa elämänvaiheessa kuin muuttaja itse. Moni asia voi aiheuttaa hämmennystä myös omaisessa. Tällä kyselyllä pyrin kartoittamaan niitä asioista, joita omaiset kokivat tärkeäksi ja hyödylliseksi tiedoksi muuttovaiheessa. Oppaan toivottiin olevan selkeä kokonaiskuva talon tarjoamista palveluista, asiakkaan ja omaisten näkökulmasta. Oppaasta toivottiin löytyvän tärkeät puhelinnumerot, soitto- ja ruokailuajat. Toivottiin myös neuvontaa tukien ja avustusten hakemisesta. Käytännön asiat kuten vaatteiden nimeäminen ja huoneen kalustaminen koettiin myös tärkeiksi tiedoiksi muuttaessa uuteen paikkaan.

”Selkeä kokonaiskuva talon tarjoamista palveluista, asiakkaan ja omaisten ja omaisten näkökulmasta.” (10)

”Puhelinnumerot, ruokailuajat – vierailuajat, tuet/avustukset.” (12)

”Puhelinnumerot esille: sh, hoitajat jne.” (14)

”Osastojen puhelinnumerot esim. B1 ja tärkeiden työntekijöiden esim. kiinteistösihteerin puh.numero. Mitä on viikko-ohjelma?” (28)

”Yhteystiedot, soittoaajat, kuka vastaa kyselyihin laskutuksesta jne.” (30)

Omaiset esittivät hyvin samankaltaisia toiveita oppaan sisällöksi. Opas ei saisi olla liian pitkä ja kaikki tieto siinä pitäisi olla nopeasti löydettävissä. Muutamissa vastauksissa todettiin myös, että tällainen opas olisi saanut olla jo aiemmin olemassa, mutta hyvä kun tulee edes nyt. Yksi vastaaja myös toivoi, että näitä oppaita jaettaisiin kotiutushoitajille terveyskeskuksiin.

8 OPPAAN KOKOAMINEN JA SISÄLTÖ

Idea opinnäytetyön aiheeseen lähti työpaikkani toiminnanjohtajalta, sillä Männiköngöissä ei ollut olemassa opasta muuttovaiheeseen. Oppaalle koettiin olevan kuitenkin tarvetta. Oppaan tarkoituksena ei ole kuitenkaan vähentää henkilökunnan ja omaisten välistä yhteydenpitoa, vaan tukea sitä sekä helpottaa muuttovaihetta. Oppaan on tarkoituksena toimia eräänlaisena muistilistana muuttovaiheessa. Muuttovaiheessa tulee kerralla paljon uutta tietoa eikä kaikkea voi millään muistaa millään myöhemmin. Oppaasta pystyy etsimään tietoa, aina silloin kuin kokee sen tarpeelliseksi. Opas toimii tukena suullisen tiedon lisäksi.

Suullinen ohjaus ja opastus eivät aina ole yksinään riittäviä. Ne tarvitsevat tuekseen kirjallisia ohjeita. Kirjoitettu tieto auttaa ennakoimaan uusia tilanteita sekä orientoitumaan niihin. Kirjallisten ohjeiden etuna on, että asiakkaalla tai tulevalla asukkaalla on mahdollisuus tutustua niihin rauhassa ja palata aina niihin uudelleen tarpeen vaatiessa. Ohjeissa ja oppaissa tärkeät asiat kerrotaan ytimekkäästi ja täsmällisesti. Kerronta voi olla jopa luettelomaista, jolloin tärkeät asiat saadaan hyvin esille. Tällainen opas toimii samalla muistilistana. Pelkän muistinvarassa valmistautuminen ilman selkeitä oppaita on epävarmaa. (Torkkola, Heikkinen ja Tiainen, 2002, 25.)

Opas valmistui omaisille tehdyn kyselyn pohjalta. Oppaan koko määritteli paljon sitä, miten laajasti asioita oli mahdollisuus käsitellä oppaassa. Opas tehtiin kokoon A4, joka taitettiin keskeltä vaakatasossa kahtia. Sisäpuolen aukeamalle kerättiin tietoa muuttamisesta ja asumisesta. Sinne kerättiin ne asiat, jotka omaisten vastauksista nousivat yleisemmin esille. Monissa vastauslomakkeissa mainittiin samoja asioita, joista olisi kaivattu tietoa muuttovaiheessa. Katsoin, että nämä olivat niitä tärkeimpiä asioita, jotka olisi hyvä laittaa oppaaseen. Viimeiselle sivulle liitin tärkeät puhelinnumerot. Lähes jokaisessa kyselylomakkeessa mainittiin puhelinnumerot yhtenä tärkeänä asiana. Tarkoituksena oppaassa oli, että tarvittava tieto löytyisi nopeasti. Opas ei siis saisi olla liian pitkä luettavaksi, että tarvittava tieto löytyisi sieltä nopeasti.

Kyselyn vastauksista kävi ilmi, että omaiset olivat tarvinneet tietoa melko samanlaisissa asioissa. Opas alkoi muodostua yhdeksän eri otsikon ympärille. Näiden otsi-

koiden alle keräsin aiheeseen liittyvät asiat mahdollisimman ytimekkäästi. Näitä asioita olivat muuttoilmoitus ja muuttoapu, maksut, tuet, apuvälineet, lääkäri, asunto, vaatteet ja raha, vierailu ja ruokailuajat. **Muuttoilmoitus ja muuttoapu** muistuttavat muuttoilmoituksen tekemisestä. Muuttoilmoituksen voi tehdä sähköisesti tai lomakkeella, joita saa meiltä postista tai maistraatista. Mainitsen myös siitä, että Vanhain-tuki ry:ltä voi ostaa tarpeen vaatiessa muuttoapua. **Maksut** kohdassa kerroin kaupungin myöntämästä palvelusetelistä. Kerron mitä palveluseteli kattaa ja mitkä jäävät asukkaalle itse maksettaviksi. Mainitsin myös sosiaalipalvelulain mukaisen kuljetuspalvelun, jota asukas voi hakea virkistysmatkoihin. **Tuet** kohdassa kerroin kuka hakee asumistukea ja mistä sitä haetaan. Mainitsin myös, että hoitotuen hakemisen huolehtii omahoitaja. **Apuvälineiden** kohtaan laitoin tietoa, siitä mistä apuvälineitä voi hankkia. **Lääkäripalveluiden** kohdassa kerroin, Männikönkodissa käytettävän LLKY:n eli Liikelaitoskuntayhtymän sairaanhoidonpalveluita. **Asunto** osuudessa kerroin perustietoja asunnoista. Mainitsin asuntojen koot ja yleisesti kalmustamiseen liittyviä asioita. Lisäksi kerroin mitä asioita olisi hyvä huomioida asuntoa kalustaessa. **Vaatteet ja raha** kohtaan keräsin tietoa siitä millaiset vaatteet ovat mukavia ja käytännöllisiä iäkkään ihmisen näkökulmasta. Tässä kohdassa muistuin myös vaatteiden nimeämisen tärkeydestä. Lisäsin myös maininnan rahojen turvallisuudesta säilyttämisestä. **Vierailuajat** kohdassa muistutin siitä, että Männikönkodissa ei ole vierailuaikoja. Omaiset ja ystävät ovat aina tervetulleita. **Ruoka-ajat** kohta pitää sisällään ruokailujen ajat. Mainitsin myös omaisilla ja ystävillä olevan mahdollisuuden ruokailla maksusta Männikönkodilla. Oppaan viimeiselle sivulle keräsin **yhteystietoja** sekä jätin myös tilaa omille muistiinpanoille.

Oppaan luotettavuutta varmistin sillä, että lähetin opasta luettavaksi toiminnanjohtajalle, palvelupäällikölle, sairaanhoitajalle, toimistosihteerille sekä ohjaavalle opettajalle. Näin pystyin varmistamaan, että tieto oppaassa olisi ajankohtaista. Samalla myös heillä oli mahdollisuus vaikuttaa oppaan sisältöön. Kysyin myös hoitajilta, mitä oppaassa olisi hyvä käsitellä. Hoitajien ajatukset oppaan sisällöstä olivat hyvin samankaltaisia kuin omaisilla. Hoitajilta tuli hyvä ehdotuksia, joita hyödyntäen voisi valmistaa laajemman oppaan muuttamiseen liittyen. Vertasin myös opasta muihin vastaavanlaisiin oppaisiin. Totesin oppaiden olevan pääpiirteiltään samanlaisia, vaikka sisällöissä oli luonnollisesti pieniä eroja. Esimerkiksi Miettusen, Kauppilan ja Rytkösen (2013) Kallinrannan asukastiedotteessa oli kerrottu palvelukodin toiminta-

ajatuksesta, omahoitajuudesta, päivärytmistä, hoitosuunnitelmasta, huoneiden kalustuksesta, ruokailusta, vaateista, lääkärinkierrosta, ulkoilusta ja viriketoiminnasta, vierailuista, turvajärjestelmästä sekä asumiskustannuksista. Oppaan lopusta löytyi myös yhteystietoja. Opas oli kooltaan hieman laajempi, sillä sivuja siinä oli 23.

Torkkola ym. (2002, 36- 37, 49) kirjoittavat hyvän oppaan olevan sellainen, että lukija ymmärtää oppaan olevan tarkoitettu juuri hänelle. Oppaan sisältöä ilmaisevan otsikon ohella ensimmäisestä virkkeestä tulee käydä ilmi, mistä on kysymys. Otsikot on hyvä erottaa muusta tekstistä lihavoinnilla. On myös syytä miettiä puhuttelutapaa, sinutellaanko vai teititelläkö. Jos on epävarmuutta, sinutellaanko vai teititellään, on mieluisampaa teititellä. Se sopii aina joka tilanteeseen. Passiivimuodon käyttämistä kannattaa välttää. Passiivista välittyy tunne, että teksti ei ole juuri minulle tarkoitettu. Liiallinen käskymuotojen käyttäminen ei tue hyvää ja luottamuksellista asiakassuhdetta. Virkkeiden pituuteen on syytä kiinnittää huomioita, sillä lyhyt virke on helpompi ymmärtää kuin liian pitkä. Suositeltava enimmäispituus virkkeille on noin viisitoista sanaa. Mitä enemmän sanoja on virkkeessä, sitä hankalampi on sitä ymmärtää ja jäsentää. Yksi asia, yhdessä virkkeessä toimii hyvänä ohjeena.

Otsikoidut kappaleet olivat niitä asioista, joihin omaiset kyselyn perusteella olivat kaivanneet tietoa. Pienillä otsikoiduilla kappaleilla oli tarkoituksena lisätä oppaan helppolukuisuutta, siksi otsikoin ja lihavoin jokaisen kappaleen. Otsikoista näkee heti, mitä asiaa kappale käsittelee. Kirjasintyyppin ja koon valitsin yksinkertaiseksi ja selkeäksi, että ikäihmisenkin olisi helppo lukea opasta. Oppaassa käytin te-muotoa, koska opas on laadittu muuttajalle sekä omaisille avuksi. Te-muodolla pystyy huomioimaan molemmat osapuolet. Passiivista en käyttänyt tekstissä lainkaan, koska passiivista ei välity se kenelle opas on tarkoitettu. Yritin välttää käskyttävää kirjoittamista, sillä Torkkola ym. (2002,11) mukaan olennaista oppaissa ja ohjeissa ei ole pelkästään se, mitä sanotaan, vaan myös se, miten asiat ilmaistaan.

9 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä opinnäytetyössä tavoitteena oli tehdä opas muuttotilanteeseen, jossa ikäihminen muuttaa omasta kodista hoivakotiin. Tietoa oppaan sisältöön hankin kyselylomakkeen avulla Männikönkodin asukkaiden omaisilta. Kyselyn avulla esille tulleet asiat otettiin mukaan oppaaseen. Kyselyn suuntasin omaisille sen vuoksi, että ikäihminen ei useinkaan muuta yksin. Hänellä on apuna useasti omaisia tai muita läheisiä ihmisiä. Monet muuttamiseen liittyvät asiat ovat uusia myös omaisille, sillä muuttamiseen liittyy monenlaisia käytännön asioita ja järjestelyitä. Hoivakodin arki ja rutiinit ovat omaisille usein uusia asioita ja he haluavat tietää, miten uudessa paikassa toimitaan. Kyselyn pohjalta valmistui Tervetuloa Männikönkotiin opas. Tämän oppaan tarkoituksena on helpottaa muuttamiseen liittyvissä asioissa.

Työtä ohjaavia keskeisiä kysymyksiä oli kaksi. 1. Mitä muuttamiseen tai asumiseen liittyvää tietoa tarvitsitte? 2. Mitkä ovat tärkeitä asioista kotiutumisessa ja miten henkilökunta voi auttaa kotiutumisessa? Kyselyn avulla sain vastauksen molempiin kysymyksiin. Kyselystä tuli esille, että omaiset olivat kaivanneet tietoja samanlaisista asioista, jotka liittyvät muuttamiseen. Ensimmäiseen kysymykseen liittyen kustannuksiin ja maksuihin tietoa oli kaivannut 17 vastaajaa, eli yli puolet vastaajista. Asunnon kalustamisesta tietoa olisi tarvinnut 12 vastaajaa. Toisen kysymyksen kotiutumisesta koskevassa kysymyksessä tärkein asia kotiutumisessa oli kodinomaisuus kahdeksan vastaajan mielestä. Kolme vastaajaa oli sitä mieltä, että omaisten vierailulla oli myös paljon merkitystä kotiutumiseen. Viisi vastaajaa oli sitä mieltä, että kärsivällinen ja ystävällinen henkilökunta auttavat parhaiten kotiutumisessa. Talon yhteisiin tapahtumiin ja virikehetkiin ohjaaminen oli kolmen vastaajan mielestä hyvin tärkeää kotiutumisessa. Kaksi vastaajaa mainitsi uuden asukkaan elämänhistorian tuntemisella olevan suuren merkityksen kotiutumisessa. Opas alkoi nopeasti rakentumaan yhdeksän eri otsikon alle. Nämä otsikot käsittelivät niitä asioista, joista omaiset kirjoittivat tarvinneen tietoa muuttovaiheen aikana.

Koen oppaan onnistuneen hyvin, vaikka sen toimivuutta ei vielä voida tässä vaiheessa tietää. Käytäntö, uusilta asukkailta ja omaisilta saadut palautteet kertovat sen tulevaisuudessa onko opas toimiva. Tämän vuoksi opas on myös sähköisessä

muodossa, että sitä voidaan aina tilanteen vaatiessa päivittää. Oma arviota toivuudesta perustelen sillä, että nämä asiat, joita oppaaseen kerättiin, nousivat esille kyselystä. Myös hoitajilta saadut palautteet tukivat kyselystä nousseita asioita. Myös teoriaosuus tukee opasta.

Vaikka kotiutumista en käsittele oppaan sisällössä, koin kotiutumista helpottavat asiat tärkeiksi. Siksi halusin kysyä kotiutumista helpottavia asioita omaisilta. Muuttaminen ja kotiutuminen ovat kuitenkin yhteydessä toisiinsa. Tavoitteena on, että ikäihminen pystyisi kotitumaan uuteen kotiinsa. Tuntemaan, että uusi paikka on koti. Kotiutuminen uuteen paikkaan myöhemmällä ikää voi vaikeaa. Erityisesti muistisairaiden kohdalla kotiutuminen on vaikeaa. Muistisairaana kohdalla omaisten merkitys kotiutumisessa korostuu enemmän. Omaiset pystyvät kertomaan henkilökunnalle omaisensa elämästä ja elämänhistoriasta sekä merkityksellisistä asioista. Nämä asiat auttavat henkilökuntaa toimimaan uuden asukkaan parhaaksi. Omaisten mielestä kotiutumisessa auttavat hoitajan läsnäolo, läheisyys ja keskustelu asukkaan kanssa. Omaiset pitivät asukkaan elämänhistorian tuntemusta hyvin tärkeänä kotiutumista helpottavana asiana. Elämänhistorian tuntemus korostui myös lukemassani kirjallisuudessa. Elämänhistorian tunteminen koettiin tärkeäksi siksi, että tiedetään asukkaan mieltymykset ja tavat. Se koettiin omaisten sekä tutkimusten perusteella helpottavan uuden asukkaan kotiutumista uuteen paikkaan. Muun muassa Teerin (2007) väitöskirjassa mainittiin ikääntyneen elämänhistorian tuntemisen helpottavan kotiutumista. Semin (2015) mukaan muistisairaana käyttäytymistä on helpompi ymmärtää, kun on perehdytty taustoihin.

Asukkaan ohjaaminen mielekkääseen, yhteiseen tekemiseen muiden asukkaiden kanssa koettiin hyvin tärkeäksi. Näin asukas tutustuu muihin asukkaisiin ja saa mielekästä tekemistä muiden kanssa. Myös tällä asialla koettiin olevan myönteistä vaikutusta kotiutumiseen. Hyvänä tapana pidettiin myös sitä, että uusi asukas esitellään toisille asukkaille. Ainakin niille, jotka asuvat saman käytävän varrella. Näin he tutustuisivat nopeammin toisiinsa ja saisivat juttuseuraa. Klemola (2006) mainitsi väitöskirjassaan ikäihmisten yksilölliset tarpeet sekä niiden huomioimisen toimintaa ja ajankulua suunniteltaessa asukkaille. Myös omaiset toivoivat, että yksilöllisiä toiveita otettaisiin enemmän huomioon.

Muutamien omaisten vastauksissa tuli esille tiedonkulku. Tiedonkulku tuntuu olevan asia, jossa on aina parantamisen varaa, oli paikka mikä hyvänsä. Huono tiedonkulku ärsyttää ja suututtaa kaikkia osapuolia. Se vaikuttaa myös turvallisuuteen, tehokkuuteen ja työilmapiiriin. Hoitajat haluavat tehdä työnsä hyvin, eikä kukaan koe iloa, siitä kun huomaa tehneensä väärän ratkaisun. Aikaa ja turhia kuluja saattaa muodostua myös siitä, kun tieto ei kulje. Näiden tulosten mukaan tiedonkulussa ja viestinnässä hoitajien ja omaisten välillä löytyi kehitettävää, vaikka hoitajien ja omaisten välistä yhteistyötä pidettiin yleisesti hyvänä. Vastauksissa olikin pohdittu viestivihon hankkimista tiedonkulun parantamiseksi.

Omaisets olivat kirjoittaneet vapaasti valittavaan kohtiin paljon. Omaisilta saatu palaute oli positiivista ja esille tuli muutamia kehittämisideoita. Ainoastaan yhdessä kyselylomakkeessa oli kirjoitettu, että yhteistyö henkilökunnan kanssa ei ollut sujunut hyvin. Yhteistyön kehittämisen kannalta olisi ollut hyvä, että vastaaja olisi kirjoittanut, miksi yhteistyö ei ollut sujunut hyvin ja mikä siinä oli mennyt pieleen. Omaisten vastauksista näkyi, että he olivat todella pohtineet kysymyksiä ja käyttäneet vastaamiseen aikaa. Omaisilla on halua olla mukana kehittämässä toimintaa ja palveluja paremmiksi ikäihmistä ajatellen.

Muuttotilanne ja kotiutumiseen vaikuttavat asiat ovat samankaltaisia palvelu- tai hoivakotiin muutettaessa eri puolella Suomea. Ikäihmiselle omasta kodista luopuminen ei ole koskaan ongelmatonta ja omaisia askarruttavat samankaltaiset asiat. Klemolan (2006) mukaan hoitokotiin siirtyminen olisi otettava esille riittävän ajoissa, että ikäihmiselle ja omaiselle jäisi riittävästi aikaa keskustella asiasta ja sopeutua tulevaan muuttoon. Muuttovaiheen katsottiin alkavan vaiheessa, kun hoivakotipaikka valitaan tai hakemusta täytetään. Huonoimpana lähtökohta muuttamiselle voidaan pitää sitä, kun asiat laitetaan vireille ilman, että ikäihmisen mielipidettä on kuultu. Joskus hakemuksen voi täyttää esimerkiksi lääkäri ja asiat tulevat ikäihmiselle tietoon vasta siinä vaiheessa, kun muuttaminen tapahtuu. Aikaa muuttoon tottumiseen ja suunnittelemiseen ei silloin jää yhtään. Kilpi (2010) on vastaavasti tutkinut sitä, miltä muuttaminen ikäihmisestä tuntuu. Ikäihmisten ajatellaan usein olevan homogeeninen joukko ihmisiä, jotka elävät ja ajattelevat samalla tavalla. Mutta näin ei kuitenkaan ole. Kun vanhenemme, emme muutu samanlaisiksi toisten ikäihmisten kanssa, vaan yksilölliset piirteemme meissä korostuvat entistä enemmän. Näillä

yksilöllisillä piirteillä on taas vaikutusta siihen, millaisena koemme asumisen ”vanhainkodissa”. Muuttamisen kokemiseen taustan lisäksi vaikuttavat myös sairastamamme sairaudet, esimerkiksi muistisairaudet.

Kehitysvammaisille sekä omaisille on olemassa muuttovalmennusoppaita. Ikäihmisille en löytänyt vastaavanlaisia oppaita. Suurin osa löytämistäni oppaista käsitteli ikäihmisten näkökulmasta oman kodin turvallisuutta tai turvallista asumista ja asuin-ympäristöä. Uskon, että tulevaisuudessa tullaan kiinnittämään enemmän huomiota ikäihmisen muuttamiseen liittyviin asioihin. Muuttaminen hoivakotiin on laaja prosessi, koska muuttamiseen liittyy monenlaisia tunteita niin muuttajan kuin omaisen näkökulmasta. Muuttamista voidaan lähestyä monesta eri näkökulmasta. Tätä kirjoittaessa mieleeni tuli monia jatkotutkimusaiheita. Tällaisia olivat esimerkiksi omahoitajuuden kehittäminen muuttovaiheeseen liittyen tai kodittaminen. Pikkaraisen (2007, 60–61) mukaan kodittaminen tarkoittaa toimintaa, jolla pidetään yllä ikääntyneen kodin erilaisia merkityksiä. Kodittamalla vahvistetaan omaa elämäntapaa sekä jatkuvuuden tunnetta. Kodittamista voidaan käyttää erityisesti palvelutaloon muutettaessa.

Sosionomin (AMK) näkökulmasta pidän opinnäytetyötäni ajankohtaisena ja hyvin tärkeänä, sillä ikäihmisten määrä kasvaa tulevaisuudessa ja sitä kautta muistisairaudet lisääntyvät. Elämme entistä vanhemmiksi ja muuttaminen omasta kodista hoivakotiin tulee olemaan meille monille yksi elämänvaiheeseen kuuluva tapahtuma. Ammatillinen osaaminen kasvoi paljon tätä opinnäytetyötä tehdessä. Huomasin sen miten tärkeä osa omaisilla ja henkilökunnalla on asukkaan kotiutumisen hoivakotiin. Hoivakotiin muutettaessa ei luovuta pelkästään vain omasta kodista (rakennuksena) vaan rakkaista muistoista ja joskus myös itsemääräämisoikeudesta.

Sosionomin (AMK) kompetensseihin kuuluvat sosiaalialan eettinen osaaminen, asiakastyön osaaminen, sosiaalialan palvelujärjestelmäosaaminen, kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen, tutkimuksellinen kehittämisosaaminen sekä johtamisosaaminen. (Sosiaalialan AMK-verkosto [29.4.2016]). Tätä opinnäytettä työstäessä tulivat esille kaikki kompetenssit, mutta erityisesti korostuivat eettinen osaaminen, kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen sekä tutkimuksellinen kehittämisosaaminen. Eettinen osaaminen näkyy kykynä tukea ja ymmärtää ikäihmistä sekä omaista muuttovaiheessa. Erityisesti ymmärtämyksenä siitä, mistä hän

on joutunut luopumaan muuttaessa omasta kodista pois. Eettisyys tuli esille myös kartoitusta tehdessä. Kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen tulee näkyville omaisille suunnatun kyselyn kautta. Kyselyn avulla saadaan kuuluville omaisten sekä ikäihmisen ääni muuttotilanteessa. Tutkimuksellista kehittämisosaamista tulee esille oppaassa, joka valmistui kyselyn pohjalta. Tarkoituksena on oppaan avulla kehittää muuttovaihetta helpommaksi.

LÄHTEET

- Andersson, S., 2007. Kahdestaan kotona: Tutkimus vanhoista pariskunnista. Helsinki: Stakes
- Elo, S. 2009. Hyvinvointia tukeva ympäristö. Teoksessa: P. Voutilainen & P. Tiikkainen (toim.) Gerontologinen hoitotyö. Helsinki: WSOY, 107.
- Eloniemi-Sulkava, U. & Savikko, N. 2009. Käyttösoireista kärsivän muistisairaana ihmisen hyvinvoinnin ja mielenterveyden tukeminen. Teoksessa: P. Voutilainen & P. Tiikkainen (toim.) Gerontologinen hoitotyö. Helsinki: WSOY, 234.
- Eloranta, T. & Punkanen, T. 2008. Vireään vanhuuteen. Helsinki: Tammi.
- ETENE. 2008. Vanhuus ja hoidon etiikka. [Verkojulkaisu]. Helsinki: Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 7.2.2017]. Saatavana: <http://etene.fi/documents/1429646/1559070/ETENEjulkaisuja+20+Vanhuus+ja+hoidon+etiikka.pdf/34d9870b-d612-4952-8265-dcb7961dc3ab>
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. painos. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2015. Tutki ja kirjoita. 20. painos. Helsinki: Tammi.
- Hoppania, H-K., Karsio, O., Näre, L., Olakivi, A., Sointu, L., Vaittinen, T. & Zechner, M. 2016. Hoivan arvoiset: Vaiva yhteiskunnan ytimessä. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Hynynen, R. 2010. Palveluasumisen tulevia kehityssuuntia. Teoksessa: E. Heimo-vaara-Kotonen (toim.) Esteetön koti. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 108, 22.
- Jyrkämä, J. 2001. Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa: A. Sankari & J.Jyrkämä (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen: Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino.
- Kaaro, J. (2010) Terveenä 100-vuotiaaksi. Helsinki: Avain cop.
- Kaunonen, H. & Kukkasmäki, J. (2012). Vanhusten yksilölliset tarpeet palveluasumisen arjessa. Haastattelututkimus vanhuksen ja hänen läheisensä näkökulmasta. [Verkojulkaisu]. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Terveysalan yksikkö, hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 27.1.2017]. Saatavana: <https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/49226/Kaunonen%20Hanna.pdf?sequence=1>

- Kallanto, L. & Puranen, T. 2014. Muutto kodista kotiin- Tervetuloa-opas tehostettuun palveluasumiseen. [Verkkajulkaisu]. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 27.1.2017]. Saatavana: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/80731/Kallanto_Leena.pdf?sequence=1
- Karhinen, P. 2009. Matkalla palvelutaloon. Ikääntyneiden käsityksiä merkityksellisestä toiminnasta ja odotuksia siinä tapahtuvista muutoksista palvelutaloon muuttaessa. [Verkkajulkaisu]. Jyväskylän yliopisto. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Pro Gradu. [Viitattu 14.1.2017]. Saatavana: https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/20095/URN_NBN_fi_jyu-200905131588.pdf?sequence=1
- Kauhajoen Vanhaintuki ry. Männikönkoti. Ei julkaisuaikaa. Esite.
- Kauhajoen Vanhaintuki ry. Männikönkoti lyhytaikaisasuminen. Ei julkaisuaikaa. Esite.
- Kauppila, C., Miettunen, A. & Rytönen, H. 2013. Tervetuloa Kallinrantaan – Asukastiedote Palvelukoti Kallinrannan asukkaaksi tuleville. [Verkkajulkaisu]. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 11.3.2017]. Saatavana: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/67811/Projektiraportti_Tervetuloa%20Kallinrantaan.pdf?sequence=2
- Kellokumpu, V. & Klasila, P. 2016. Tervetuloa Hirosenkotiin: Opas osastoille E7 ja E8. [Verkkajulkaisu]. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. [Viitattu 26.1.2017]. Saatavana: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/106497/Kellokumpu_Varpu_Klasila_Paivi_OULU.pdf?sequence=1
- Kiviniemi, K. 2015. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: R. Valli & J. Aaltonen (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Jyväskylä: PS-kustannus, 75.
- Kivioja, M. (toim.) Ei päiväystä. Alueelliset teknologiastrategiat. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Tekniikan akateemisten liitto TEK. [Viitattu 30.4.2014]. Saatavana: http://www.kainuu.fi/UserFiles/File/Kainuu/Maakunnan_suunnittelu/Ohjelma_asiakirjat_ja_strategiat/Alueelliset_teknologiastrategiat.pdf
- Kilpi, L., 2010. "Tää hioo ihmisestä sen terävimmän kärjen" Narratiivis-sosiaaligerontologinen tutkimus oman kodin jättämisestä ja vanhuudesta vanhainkodissa. [Verkkajulkaisu]. Tampere: Tampereen yliopisto. Porin yksikkö. Sosiaalipolitiikan pro gradu-tutkielma. [Viitattu 28.12.2017]. Saatavana: <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/81533/gradu04261.pdf?sequence=1>

- Klemola, A. 2006. Omasta kodista hoitokotiin. Etnografia keskipohjalaisten vanhusten siirtymävaiheesta. [Verkkojulkaisu]. Kuopion Yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Väitöskirja. [Viitattu 27.9.2016]. Saatavana: http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_951-27-0508-7/urn_isbn_951-27-0508-7.pdf
- Kotiranta, T. 2015. Omaisena edelleen – opas kodin ulkopuolisessa hoidossa oleville omaisille. [Verkkojulkaisu]. Pori: Omaisena edelleen ry. [Viitattu 8.9.2016]. Saatavana: <http://omaisenaedelleen.fi/userassets/uploads/2015/04/Omaisena-edelleen-opas-2015.pdf>
- Kotiranta, T. 2015. Omaisyhteistyö. Hyvinvointia ja osallisuutta edistämässä. [Verkkojulkaisu]. Pori: Omaisena edelleen ry. [Viitattu 9.9.2016]. Saatavana: <http://omaisenaedelleen.fi/userassets/uploads/2015/04/Omaisyhteisty%C3%B6-hyvinvointia-ja-osallisuutta-edist%C3%A4m%C3%A4ss%C3%A4-julkaisu.pdf>
- Kotisaari, M-L. & Kukkola, S. 2012. Potilaan oikeudet hoitotyössä: Havainnollinen ja selkeä käsikirja on tarpeellinen kaikille hoitotyöstä vastuussa oleville johtajille ja esimiehille. Helsinki: Fioca Oy.
- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. 2. painos. Tampere: Vastapaino.
- Lohjan kaupunki. 2017. Niilonpirtti muuttajan opas. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 27.1.2017]. Saatavana: <http://www.lohja.fi/Liitetiedostot/perusturva/Niilonpirtti%20muuttajan%20opas.pdf>
- Moilanen, P. & Räihä, P. 2015. Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa: R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. 4. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 59.
- Nolan, M., Walker, G., Nolan, J., Williams, S., Poland, F., Curran, M., Kent, B., C. 1996. Entry to care: positive choice or fait accompli? Developing a more proactive nurcing responce to the needs of older people and their carers. [pdf]. Journal of Advanced Nurcing 24, 265–274. [Viitattu 19.1.2017]. Saatavana: Ebscohost – tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Pikkarainen, A. 2007. Ympäristö. Teoksessa: T-M. Lyyra, A. Pikkarainen & P. Tiikkanen (toim.) Vanheneminen ja terveys. Helsinki: Edita, 42–52, 56–57, 62–65.
- Punnonen, R. 2012. Vuosia elämään: Hyvinvointiin ja elinikään vaikuttavia tekijöitä. Jyväskylä PS-kustannus.

- Puranen, T. 2007. Muuttovalmennus. Opas itsenäistyvän kehitysvammaisen muuttajan vanhemmille. [Verkkajulkaisu]. Kehitysvammaisten palvelusäätiö. [Viitattu 26.2.2017]. Saatavana: <http://www.kvps.fi/images/tiedostot/Julkaisut-Raportit/muuttovalmennus-2007.pdf>
- Rantala, I. 2015. Laadullisen aineiston analyysi tietokoneella. Teoksessa: R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoista tutkimusmetodeihin 2. 4. painos Jyväskylä: PS-kustannus, 109–110.
- Salonen, N. 2011. Koti palvelutalossa: Kodin ja kodikkuuden merkitys ja toteutuminen palveluasumisessa. [Verkkajulkaisu]. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan yksikkö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 26.1.2017]. Saatavana: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34066/Salonen_Noora.pdf?sequence=1
- Semi, T. 2015. Mieleen tatuoitu minuus: Ihmislähtöinen elämäntapa muistityössä. Espoo: T & J Semi Oy.
- Sosiaalialan AMK-verkosto. 29.4.2016. Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit. [Verkkosivu]. [Viitattu 12.3.2017]. Saatavana: [file:///C:/Users/tiekone/Downloads/Sosionomi_kompetenssit_2016%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/tiekone/Downloads/Sosionomi_kompetenssit_2016%20(1).pdf)
- Suhonen, I. 2014. Muutto Villa Andanteen: Kokemuksia hoivakotiin muutosta. [Verkkajulkaisu]. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 26.1.2017]. Saatavana: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/80693/Suhonen_Inka.pdf?sequence=1
- Suikkanen, A. & Kunnari, M. 2010. Missä on sosiologian koti? Teoksessa: A. Vilkkonen, A. Suikkanen & Johanna Järvinen-Tassopoulos (toim.) Kotia paikantamassa. Rovaniemi: Lapin yliopisto 2010, 76.
- Teeri, S. 2007. Ethical problems in long-term institutional care of older patients in the field of integrity. Turun Yliopisto. Hoitotieteen laitos. Väitöskirja. Turku: Pallosalama Oy.
- Torkkola, S., Heikkinen, H. & Tiainen, S. 2002. Potilasohjeet ymmärrettäviksi: Opas potilasohjeiden tekijöille. Helsinki: Tammi.
- Tyynismaa, E., 2013. Tervetuloa asukkaaksi Harjula-kotiin: Infolehtisen laatiminen Harjula-kodin uudelle asukkaalle ja hänen omaisilleen. [Verkkajulkaisu]. Vaasan ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Opinnäytetyö. [Viitattu 27.1.2017]. Saatavana: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/60473/Tyynismaa_Eini.pdf?sequence=2
- Vallejo Medina, A., Vehviläinen, S., Haukkala, U-M., Pyykkö, V., Kivelä, S-L. 2006. Vanhustenhoito. Helsinki: WSOY.

- Vehkalahti, K. 2008. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Tammi
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Vilko, A. 2000. Riittävästi koti. Janus 3/2000, 227.
- Väyrynen, R. & Kuronen, R. 2015.]. Sosiaalihuollon laitos- ja asumispalvelut 2014. [Verkojulkaisu]. [Viitattu 24.10.2016]. Saatavana: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/127104/Tr21_15.pdf?sequence=4
- Wahl, H-W. & Iwarsson, S. 2007. Person-Environment Relations. Teoksessa: R. Fernández-Ballesteros (toim.) GeroPsychology. European Perspectives for an Aging World. Göttingen: Hogrefe & Huber Publishers, 49.
- Ylikarjula, S. 2011. Vanheneminen kielletty? Elämäkokemusten puolustus. Helsinki: Kirjapaja.

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Kysymyslomake

Liite 3. Tervetuloa Männikönkotiin opas

LIITE 1 Saatekirje

Lämpöistä huolenpitoa

KAUHAJOEN VANHAINTUKI RY

Arvoisa vastaanottaja,

Olen sosionomiopiskelija Minna Suokas Seinäjoen ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötä, jossa tutkin asukkaaksi muuttamista Männikönkotiin. Tarkoituksena on tuottaa asukastiedote Männikönkotiin muuttaville uusille asukkaille ja heidän omaisilleen. Omaisat ja asukkaaksi muuttava ovat uuden tilanteen edessä, eivätkä välttämättä tiedä mitä pitää tehdä tai miten toimia. Tiedotteen avulla pyritään helpottamaan tätä tilannetta. Tiedotteeseen kerätään muuttamisen kannalta tärkeitä asioita ja kerrotaan asumiseen liittyvistä käytännön asioista.

Lomakekyselyn tarkoituksena on kerätä tietoa, jota voin hyödyntää Tervetuloa Männikönkotiin-oppaan sisällön laadinnassa. Vastaatte rastittamalla oikean vaihtoehdon ja tyhjiille riville voitte kirjoittaa vapaasti. Teidän vastauksenne ja huomionne ovat minulle erittäin tärkeitä ja sisältävät tarvitsemaani tietoa, siksi toivonkin että vastaatte kysymyksiin. Kyselyn tulokset analysoidaan ja kootaan osaksi opinnäytetyötä.

Toivon, että vastaatte muutamiin kysymyksiin ja palautatte sen vastauskuoressa 16.9.2016 mennessä. Aineisto tullaan käsittelemään nimettömänä ja luottamuksellisesti.

Ystävällisin terveisin

Minna Suokas



Tiina Rauhalaakso
Toiminnanjohtaja



LIITE 2 Kysymyslomake



1. Olen
 - puoliso
 - tytär / poika
 - muu sukulainen
 - muu läheinen

2. Onko omaisenne tällä hetkellä tai on ollut aiemmin
 - intervallasukkaana Männiköncodissa
 - Vakituiscella paikalla Männiköncodissa

3. Mitä asumiscen tai muuttamiseen liittyvää tietoa tarvitsitte tai omaisenne tarvitsi muuttaessanne Männiköncotiin?

4. Sujuiko muutto mielestänne hyvin?
 - kyllä
 - ei

5. Jos vastasitte edelliseen kysymykseen ei, mitä voisi tehdä toisin?

6. Saitteko muuttovaiheessa tarpeeksi tietoa Männikönkodin tavoista (päiväohjelma, vierailut yms.) ja palveluista.

- kyllä
- ei

7. Mitkä asiat ovat mielestänne tärkeitä palvelukotiin kotiutumisessa?

8. Miten henkilökunta voi auttaa kotiutumisessa?

9. Miten mielestänne yhteistyö sujuu asukkaan, omaisten ja henkilökunnan välillä?

- hyvin
- huonosti

10. Tiedätkö kuka on/oli omaisesi omahoitaja?

- kyllä
- en

11. Mitä toiveita teillä on Tervetuloa Männikönkotiin-oppaan sisältöön?

Kiitokset ajastasi!!

LIITE 3 Tervetuloa Männikönkotiin opas

Sydämellisesti

TERVETULOA



MÄNNIKÖNKOTIIN



Lämpöistä huolenpitoa
KAUHAJOEN VANHAINTUKI RY

Muuttoilmoitus ja muuttoapu

Muistattehan tehdä muuttoilmoituksen. Sen voi tehdä sähköisesti, mutta myös postista tai maistraatista saatavalla lomakkeella. Lomakkeita on myös saatavilla meiltä.

Meiltä voitte tarvittaessa ostaa muuttoapua. Muuttoapua voitte tiedustella toimistosta.

Maksut

Kaupungin myöntämä palveluseteli kattaa ateriat, vaatehuollon, siivous-, tuki- ja hoivapalvelut. Asunnon vuokra jää asukkaalle itse maksettavaksi. Vuokraan sisältyvät lämpö-, vesi- ja sähkökulut. LLKY laskee hoidon omavastuuosuuden.

Asukas maksaa itse lääkkeet, hygieniatuotteet sekä matkat tutkimuksiin. Virkistysmatkoihin (kyläily) voi hakea sosiaalipalvelulain mukaista kuljetuspalvelua. Lääkkeidenjako on järjestetty apteekin annosjakeluna. Asukas tekee ns. apteekkisopimuksen apteekin kanssa.

Tuet

Vuokraan voitte hakea Kelalta asumistukea. Hoitotuen hakemisesta huolehtii omahoitaja.

Apuvälineet

Voitte tuoda mukanne henkilökohtaiset apuvälineet. Apuvälineitä voi myös ostaa itse tai hankkia terveyskeskuksen apuvälinepalvelusta. Henkilökunta auttaa ja neuvo myös asiassa.

Lääkäri

Käytämme LLKY:n sairaanhoidonpalveluita.

Asunto

Asuntomme ovat kooltaan 15 m² - 40 m². Voitte kalustaa huoneen omilla huonekaluillanne mieleiseksenne. Liikkumisrajoitteiden vuoksi matot eivät ole suositeltavia, sillä ne hankaloittavat apuvälineiden ja nostolaitteiden käyttöä. Mattoja ei suositella pidettäväksi myöskään kaatumisriskin vuoksi. Toivomme, että tuotavat sähkölaitteet ovat ehjiä eivätkä liian vanhoja. Televisioiden on oltava paloturvallisia taulutelevisioita. Sängyssä olisi hyvä olla mahdollisuus kiinnittää nousutuki tarpeen vaatiessa.

Kalustuksessa tulee huomioida jättää tilaa turvalliselle liikkumiselle erilaisten apuvälineiden kanssa.

Vaatteet ja raha

Voitte käyttää omia vaatteitanne. Mukavia ja käytännöllisiä vaatteita ovat helposti puettavat reilut, joustavat ja pesua hyvin kestävät vaatteet. Aroista materiaaleista olevien juhlavaatteiden pesusta toivomme omaisten huolehtivan. Hyvä sukkia ovat sellaiset, jotka eivät kiristä nilkkoja, näitä ovat ns. sairaalasukat. Vaaleat sukat ovat nimeämisten kannalta suositeltavia. Sukat voivat olla myös liukuestesukkia. Ulkoilu varten on hyvä varata myös lämmintä vaatetta. Varapeitot ja tyynyt on myös hyvä hankkia. Muistathan nimetä vaatteet ja linavaatteet sekaantumisen välttämiseksi pesunkestävällä tekstiilitussilla.

Asukas on vastuussa omista käteisvaroista sekä omaisuudesta.

Vierailuajat

Männikönkodissa ei ole vierailuajkoja. Omaiset ja ystävät ovat aina tervetulleita vierailemaan meille. Omaiset voivat osallistua myös virikehetkiin ja ulkoilemiseen asukkaan kanssa. Viikko-ohjelmaamme voitte tutustua ilmoitustaululla. Myös lemmikkieläimet ovat tervetulleita vierailemaan meillä.

Ruoka-ajat

Aamiainen klo 08:00 Lounas klo 11:00 Päiväkahvi klo 14:00

Päivällinen klo 16:00 Iltapala 19:00.

Syötävää tarjoillaan myös yöllä nälän yllättäessä.

Omaiset ja ystävät voivat ruokailla maksusta meillä.



Toiminnanjohtaja

Tiina Rauhalaakso
Puh. 020 719 1040

Palvelupäällikkö

Kristiina Puska
Puh. 020 719 1045

Ravitsemispäällikkö

Anne Pekkola
Puh. 020 719 1038

Kiinteistöpäällikkö

Anne-Mari Kivilahti
Puh. 020 719 1065

Toimistosihtööri

Elina Ketonen
Puh. 020 719 1060

Viriketyöntekijä

Elina Piiri
Puh. 020 719 1043

Toimisto on avoinna klo 8:00 – 15:00

Hoitajien numerot

B - siipi

Puh. 020 719 1044 tai 020 719 1067

D - siipi

Puh. 020 719 1068, tai 020 719 1046

E - siipi

Puh. 020 719 1047

Sairaanhoitaja: 020 719 1063

Omahoitajaan saa yhteyttä myös sähköpostilla:

etunimi.sukunimi@kauhajoenvanhaintuki.fi

Varanumero: Männikönkoti puh. 045 216 2207

Autamme mielellämme teitä kaikkiin muuttoon liittyvissä asioissa ja kysymyksissä!
