

# **VIRIKEMUHVEJA MUISTISAIRAILLE**

## **VIRIKEMUHVIEN SUUNNITTELU HOIVAKOTI KUNINKAANHOVILLE**

Laura Riuttamäki  
Metropolia Ammattikorkeakoulu  
Muotoilun tutkinto-ohjelma  
Tekstiilisuunnittelu  
Opinnäytetyö  
4.5.2021

# Tiivistelmä

---

Tekijä(t):	Laura Riuttamäki
Otsikko:	Virikemuhveja muistisairaille – virikemuhvien suunnittelu Kuninkaanhovin hoivakodille
Sivumäärä:	50 sivua + 3 liitettä
Aika:	4.5.2021
Tutkinto:	Muotoilija AMK
Tutkinto-ohjelma:	Muotoilun tutkinto-ohjelma
Suuntautumisvaihtoehto:	Tekstiilisuunnittelu
Ohjaaja(t):	Tuija Nieminen, lehtori Tuiti Paju, lehtori

---

Opinnäytetyön tarkoituksena on luoda suunnitelma virikemuhveille, jotka toteutetaan ja toimitetaan myöhemmin Kuninkaanhovin Hoivakodille. Tavoitteena on tarkastella nykyisiä virikkeellisiä tuotteita, joita on ollut käytössä muistisairaiden parissa ja selvittää olisiko niissä parantamisen varaa.

Suunnittelun pohjana käytetään aineistoista koottua tietoa muistisairaista, aisteista ja viriketoiminnasta. Lisäksi tarkastellaan nykyisin jo olemassa olevia vastaavia tuotteita. Asiantuntijahaastatteluiden avulla pyritään kartoittamaan, mitä niissä koettiin hyödyllisiksi ja missä nähtiin mahdollisuuksia tehdä jotain paremmin.

Nykyiset tuotteen koetaan toimiviksi ja hyödyllisiksi. Ideoita paranteluun löytyy kuitenkin silti. Suunniteltaavissa on virikemuhvi, joka on sekä avattavissa, että suljettavissa. Suljettuna virikemuhvi toimii perinteiseen tapaan muhvina, avattuna taas peitteenä. Lisäksi suunnitellaan virikemuhviin taskun lämpöpussille. Tämän avulla muhviin saa lisättyä painoa ja lämpöä. Suunnitelmien pohjalta tehdään myös prototyyppi.

Avainsanat: Haptisuus, muistisairaus, tekstiilisuunnittelu, virike, virikemuhvi

# Abstract

---

Author(s):	Laura Riuttamäki
Title:	Fidget Muffs for People with Memory Disorders- Designing Fidget Muffs for the Nursing Home Kuninkaanhoivi.
Number of Pages:	50 pages + 3 appendices
Date:	4 May 2021
Degree:	Bachelor of Culture and Arts
Degree Programme:	Design
Specialisation option:	Textile Design
Instructor(s):	Tuija Nieminen, Senior lecturer Tuiti Paju, Senior lecturer

---

The purpose of my final project was to design fidget muffs that will be created and delivered to the nursing home Kuninkaanhoivi. The objective was to investigate similar existing products that are used in the care of people with memory disorders and to see if there would be something that could be done better in them.

Different methods of research were used to come up with optimal results for the design. Former studies and literary written on memory disorders, different senses, and sensory stimulation activities played a key role in the research. Similar existing products were also benchmarked. Finally, experts that work with people with memory disorders were interviewed. Their feedback was used to find out what was considered useful in the similar products in use today, and where could they be improved on.

The products that are currently in use are found to be useful. However, there are also aspects that could be improved in them. The fidget muff designed in this final project was made with those improvements in mind. The fidget muff can be opened and closed. When closed, it functions as a regular fidget muff would, but when opened, it also functions as a type of blanket. A pocket with a heating pad was also added to bring extra warmth and weight. This design was also used to create a prototype.

Keywords: Fidget muff, hapticity, memory disorder, stimulus, textile design

# Sisältö

1. JOHDANTO	6
2. KÄYTETYT TERMIT JA LYHENTEET	7
3. VIITEKEHYS	8
4. TOIMEKSIANTAJA, HOIVAKOTI KUNINKAANHOVI	9
5. HYPISTELYMUHVI JA VIRIKEMUHVI	10
5.1 Hypistelymuhvi	10
5.2 Virikemuhvi	10
6. MUISTI JA MUISTIHÄIRIÖT	11
6.1 Yleisimmät muistisairaudet	13
6.2 Dementia	13
6.3 Alzheimerin tauti	14
6.4 Verisuoniperäinen muistisairaus	14
6.5 Yhdistelmä-muistisairaus	14
6.6 Lewyn kappale-tauti	15
6.7 Otsa-ohimolohkorappeuma	15
7. AISTIT JA AISTIEN AKTIVOINTI	16
7.1 Aistit	17
7.2 Viriketoiminta	17
7.3 Käytösäiriöt muistisairaalla	18
7.4 Virikemuhvi osana virikkeellistä toimintaa	18
7.5 Haptisuus	19
8. HAASTATTELUT	20
8.1 Haastattelu 1. Kuninkaanhovin hoitokoti	21
8.2 Haastattelu 2. Helsingin muistiyhdistys ry	22
9. BENCHMARKKAUS	23
9.1 Hypistelyuhvi	24
9.2 Terapiaessu ja muhvi	25
9.3 Virikemuhvi	26
9.4 Virikepeitto	27
9.5 Yhteenvedo benchmarkkauksesta	28
10. VIRIKEMUHVIN SUUNNITTELU	29
10.1 Virikkeitä virikemuhviin	30
10.1.1 Helistin	30
10.1.2 Napsuttin	30
10.1.3 Rapinamuovi	30
10.1.4 Renkaat	31
10.1.5 Napit	31
10.1.6 Pitsi	31
10.1.7 Eri materiaalit	31
10.1.8 Vetoketjut	32
10.1.9 Avattava luukku	32
10.1.10 Kuula-labyrintti	32
10.1.11 Persoonalliset elementit	32
10.1.12 Nyörit ja narut	32

11. SUUNNITTELUPROSESSI	33
11.1 Alkusanat suunnittelusta	34
11.2 Suunnittelun speksit lyhyesti	35
11.3 Muhvipohjan suunnittelu	36
11.4 Taskun suunnittelu lämpöpussille	37
11.5 Taskun avaamisen ja sulkemisen pohtiminen	38
11.6 Materiaalit	38
12. PROTOTYYPPI	39
12.1 Prototyypin kuvaus	40
12.2 Tekniset piirrustukset	41
12.3 Prototyypin virikkeiden valinta	42
12.4 Kuvat prototyypistä	43
13. YHTEEVETO	44
LÄHTEET	46
KUVALÄHTEET	49
LIITTEET	50
Liite 1. Kuninkaanhovin Hoitokodin suullisen haastattelun runko/ muistilista	51
Liite 2. Haastattelun runko, Helsingin muistiyhdistys ry	52
Liite 3. Toimeksiantajan palaute	53

# 1. JOHDANTO

Väestö vanhenee ja muistisairauksien määrä on nousussa. Väestön vanhenemisen lisäksi muistisairauksia todetaan yhä useammin myös nuoremmilla ihmisillä. Muistisairauksien määrä on niin suuri Suomessa, että THL on määritellyt sen kansantaudiksi.

Opinnäytetyössäni tutustun tarkemmin aiheeseen. Keskiössä tutkimuksissani on selvittää, miten tekstiilisuunnittelija voi osaltaan olla mukana vaikuttamassa aiheen parissa. Käytännössä tämä tarkoittaa toimivan ja tarpeisiin vastaavan tekstiilituotteen suunnittelua muistisairaille. Päädyin virikemuhviin aiheenani, sillä eri viriketoiminta koetaan tarpeellisenä ja hyödyllisenä muistisairaiden parissa. Lisäksi tämä yhdistyy omiin vahvuksiini tekstiilisuunnittelijana. Haptisuus ja eri tunnekokemukset ja aistimukset, joita tekstiilin avulla voidaan hyödyntää ovat aihealue, josta olen erittäin kiinnostunut.

Tavoitteena opinnäytetyössäni on luoda vahvan teoriapohjan avulla suunnitelma toimivalle virikemuhville muistisairaiden käyttöön. Tutkimalla tarkemmin asiakasryhmää ja aiempia tuotteita toivon saavani selvitettyksi oleellisimmat asiat omaan suunnitteluuni. Lisäksi opinnäytetyössäni on haastattelu yhteistyökumppanin ja erillisen muistisairaiden parissa työskentelevän asiantuntijan kanssa. Näiden haastattelujen avulla yritän selvittää, mitä aiemmissa virikkeellisissä tuotteissa on koettu hyväksi ja tarpeellisiksi ja missä koetaan parantamisen varaa. Näiden kerättyjen tietojen pohjalta lähdän suunnittelemaan tarpeisiin vastaavaa tuotetta.

Opinnäytetyön jälkeen minun on tarkoituksena valmistaa varsinaiset tuotteet työharjoitteluna. Tämän takia opinnäytetyössä pyrin suunnittelemaan tuotteen mahdollisimman tarkasti käytännön ratkaisuja mieltien.

## 2. KÄYTETYT TERMIT JA LYHENTEET

Muhvi = Muhvi on kahden käden mentävä, molemmista päistä auki oleva putkilo, jonka tarkoituksena on lämmittää käsiä (wiktionary). Virikemuhviin viitataan pelkkänä muhvi-na paikoin opinnäyteyössä.

Haptisuus= Asian tai esineen kosketustuntuma (Selin, 2004).

Kognitio= Kognitiolla tarkoitetaan mielen toimintoja. Näihin kuuluvat esim. tiedonkäsittely, havainnointi, muistaminen ja oppiminen (Levanto, 2018).

Motoriset taidot= Kehon liikkeiden hallinta. Esimerkkinä heikentyneistä motorisista taidoista on esimerkiksi pukeutumisen vaikeudet tai hankaluudet aterimien käytössä. (innostunliikkumaan.fi; Muistiliitto 2017.)

THL= Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

### 3.VIITEKEHYS



Kuva 1, Opinnäytetyön viitekeys.

Opinnäytetyön keskiössä on virikemuhvin suunnittelu muistisairaille. Suunnittelun avuksi tutkin tarkemmin kohderyhmää, muistisairaita. Keskityn aineistoa tutkiessani erityisesti siihen, miten muistisairaus vaikuttaa henkilöön, ja siihen, miten aistit ja erilaiset aistilliset virikkeet voivat olla osaltaan apuna muistisairauksien aiheuttamiin haasteisiin. Tiedonkeruun ja tutkimusten tarkoituksena on olla pohjana toimivan ja tarpeisiin vastaavan virikemuhvin suunnittelussa (Kuva 1).



## 4. TOIMEKSIANTAJA, HOIVAKOTI KUNINKAANHOVI

Hoivakoti Kuninkaanhovi on Uudenmaan Seniorikodit Oy:n yksikkö Itä-Vantaalla. Uudenmaan Seniorikodit Oy on Aava Terveyspalvelut Oy:n ja Lauri Romppasen 2008 helmikuussa perustama yhtiö, joka tuottaa nykyisin palveluita yli 400 ikäihmiselle 11 eri yksikössä Uudellamaalla. Yhtiön omistavat Aava Terveyspalvelut Oy, toimitusjohtaja Lauri Romppanen ja hallituksen puheenjohtaja Timo Tavaila. (Seniorikodit 2021.)

Kuninkaanhovi on 38 asukkaan kodikas pienryhmäkoti muistihäiriöisille Kuninkaanmäessä. Kodissa on kolme pienryhmää, joissa on kaikissa omat olohuoneet yhdessäoloon ja viihtymiseen. Vakituiseen henkilökuntaan kuuluu lähi- ja sairaanhoitajia, fysioterapeutti ja kokki. (Seniorikodit 2021.)

Kuninkaanhovilla panostetaan viriketoimintaan. Erilaista toimintaa järjestetään viikoittain, ja talon oma fysioterapeutti Niina Turunen pitää näistä kirjaa blogissaan. On mm. äijäkerhoa, tuolijumppaa, tansseja, teatteriesityksiä, tietokilpailuja, vaatemyyntejä, leivontaa ja saunomista. Lisäksi ulkoilua pyritään harrastamaan ympäri vuoden. (Seniorikodit 2021; Kuninkaanhovi 2021.)

Kuva 2, Hoivakoti Kuninkaanhovi



## 5. HYPISTELYMUHVI JA VIRIKEMUHVI

Erittelen seuraavissa kappaleissa hypistely- ja virikemuhvit. Niissä on paljon samaa, mutta yleistyksenä voi kuitenkin sanoa, että virikemuhvi on ommeltu ja keskittyy monipuolisemmin virikkeisiin. Hypistelymuhvi taas on usein neulottu käsityö, eikä niissä käytetä yhtä paljon virikkeitä. Esimerkit molemmista löytyy myös myöhemmin benchmark-kausa-osiosta.

### 5.1 Hypistelymuhvi

Hypistelymuhvi (eng. ”twiddle muff”) on hypisteltävä tuote, jonka tarkoituksena on antaa levottomille käsille tekemistä. Hypistelymuhvi auttaa muistisairasta rauhoittumaan ja keskittymään. Muistisairaalla saattaa olla levotonta motorista toimintaa, jota voidaan helpottaa virikkeellisellä toiminnalla. (Kortelainen, Nissinen & Saarelainen 2017.) Hypistelymuhvin on alun perin suunnitellut englantilainen Margaret Light dementiaa sairastavalle isoäidilleen auttamaan levottomien käsien kanssa (UHL ‘Twiddlemuff’ Guidelines 2017, 1).

Hypistelymuhveja voidaan toteuttaa kutomalla, virkkaamalla tai ompelemalla. Tärkeintä on, että ne ovat pestäviä. Haptisuutta lisätään ompelemalla muhvin sisälle erilaisia virikkeitä, joita voi sitten hypistellä. Erilaisia esimerkkejä hypisteltävistä lisistä on mm. tupsut, napit, virkatut kukkasot tai muut kuviot ja monet muut elementit, joissa riittää käsille hypisteltävää. Tärkeintä virikkeiden lisäämisessä on, että ne eivät irtoa helposti kovassa-kaan käytössä ja että ne eivät estä hypistelymuhvin pesua.

Hypistelymuhvi on ensisijaisesti aistillinen, nimenmukaisesti hypisteltävä tuote. Yleisimmin hypistelymuhvi on putkilon muotoinen ja siinä on käytetty kirkkaita värejä. Hypisteltävää löytyy sekä muhvin sisä- että ulkopuolelta.

### 5.2 Virikemuhvi

Virikemuhvi (engl. Fidget Muff. Myös nimellä ”sensory muff”, suom. ”aistimuhvi”) on pitkälti samanlainen kuin hypistelymuhvi. Erona on usein vain se, että virikemuhvit ovat usein pidemmälle vietyjä kuin vain hypistelymuhvit. Englanninkielen ”fidget”-sana ei suoraan käänny suomen kielelle, mutta se on usein käytetty termi erilaisissa virikkeellisissä, levottomuuteen liittyvissä tuotteissa (esim. fidget spinner). Virikemuhveissakin usein siis keskitytään enemmän ja laajemmin virikkeellisyyteen kuin useimmissa hypistelymuhveissa.

## **6. MUISTI JA MUISTIHÄIRIÖT**

Muisti koostuu monesta eri osa-alueesta ja ajallisesta vaiheesta. Näistä jokainen osa-alue vaikuttaa erikseen siihen kokonaisuuteen, jota kutsumme muistiksi. Tästä johtuen eri muistihäiriöt, jotka vaikuttavat eri muistin osa-alueisiin, voivat käyttäytyä hyvinkin eri tavoilla.

Muisti voidaan jakaa sisällöllisiin ja ajallisiin prosesseihin. Sisällöllinen muisti voidaan jakaa kolmeen osaan: tapahtumamuistiin (episodinen muisti), tietomuistiin (semanttinen muisti) ja taitomuistiin (proseduraalinen muisti). Ajallisesti muisti voidaan jakaa myös kolmeen osaan: mieleen painamiseen, mielessä säilymiseen ja mieleen palauttamiseen. (Juva 2018.)

Muistin lievä heikkeneminen kuuluu normaaliin vanhenemiseen. Yleisimmin ikääntymisen vaikutukset näkyvät työ- ja tapahtumamuistin alueilla. Eri muistiin liittyvien kognitioiden heikkeneminen alkaa usein lievästi jo 30-vuotiaana ja jatkuu voimistuvasti ihmisen vanhetessa. Lähinnä tämä näkyy siinä, että uuden oppiminen hidastuu ja vaatii enemmän kertausta. Lisäksi keskittyminen usein heikkenee. Kuitenkin kyky erottaa oleellinen epäolennaisesta jo aiemmin opittujen tietojen varassa usein vain vahvistuu iän myötä. (Vuoksimaa; Erkinjuntti, Remes, Rinne & Soininen 2015; Muistiliitto 2017.)

Muistin heikkenemiseen voivat vaikuttaa iän lisäksi useat eri sairaudet, kuten esimerkiksi masennus, vasemmanpuoleisten aivojen vauriot, kuten aivohalvaus tai aivovamma, tai jotkut tietyt aineenvaihduntasairaudet, esimerkiksi vakava kilpirauhasen vajaatoiminta. Lisäksi eri lääkitykset ja alkoholi voivat vaikuttaa muistiin. Tämän takia muistisairauksien erottaminen muista muistihäiriöistä saattaa olla haastavaa. (Juva 2018.)

## 6.1 Yleisimmät muistisairaudet

Muistisairaus luokitellaan Suomessa kansantaudiksi ja muistisairaiden määrä on kasvussa. Vuonna 2015 muistisairaita oli maailmassa jo lähes 50 miljoonaa ja määrän arvioidaan kaksinkertaistuvan seuraavan kahdenkymmenen vuoden aikana. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021.)

Muistisairauksia on monenlaisia, mutta yleisimpiä muistisairauksia ovat Alzheimerin tauti, verisuoniperäinen muistisairaus tai näiden kahden yhdistelmä. Muita muistisairauksia on mm. Lewyn kappale -tauti ja otsa-ohimolohkorappeumasta johtuva muistisairaus. Lisäksi MS-tautiin ja Parkinsonin tautiin voi liittyä tiedonkäsittelyn vaikeuksia, kuten muistin heikkenemistä. Usein muistisairauksista puhuttaessa käytetään termiä dementia, mutta dementia itsessään ei ole muistisairaus, vaan dementialla tarkoitetaan pitkälle edennyttä muistisairautta. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2021; Muistiliitto 2021.)

## 6.2 Dementia

Dementia itsessään ei ole muistisairaus, vaan sillä tarkoitetaan tilaa, jossa henkilön useat älylliset toiminnot ja aivotoiminnot ovat heikentyneet rajoittaen hänen sosiaalista selviytymistään. Muistihäiriöinä näissä ilmenee esim. Alzheimerin taudin yhteydessä lähimuistin heikkeneminen ja uusien asioiden oppimisen vaikeutuminen. (Huttunen 2018.)

Muistihäiriöiden lisäksi dementiaan liittyy usein puheen tuoton häiriöitä (afasiaa), sekä motoristen taitojen heikentymistä, esimerkiksi vaikeuksia pukeutumisen kanssa (apraksia) ja vaikeus ymmärtää nähdyn merkitystä (agnosia). Apraksiaan liittyvät liikeratojen ongelmat voivat ilmetä, vaikka motoriikka olisi kunnossa. Päivittäisten asioiden suunnittelu, kokonaisuuksien ja vertauksellisten ilmaisujen ymmärtäminen on heikentynyt. Lisäksi suurella osalla dementiaa sairastavilla ilmenee erilaisia käytöshäiriöitä. (Huttunen 2018; Beshar 2010.)

Dementia voi olla etenevä, pysähtynyt tai ohimenevä. Yleisimmin dementian taustalla on etenevä muistisairaus. (Muistiliitto 2017.)

## 6.3 Alzheimerin tauti

Noin 70 % kaikista etenevää muistisairautta sairastavista ovat Alzheimeria sairastavia. Tämä tekee Alzheimerista ehdottomasti yleisimmän etenevän muistisairauden. Useimmiten sairaus ilmenee yli 65-vuotiailla. Sairauteen ei ole tiedettävää parannusta, ja sen perimmäistä syytä ei tiedetä. Alzheimeria sairastavia on Suomessa arviolta noin 70 000. (Papinaho & Tofferi 2017; Alzheimerinfo.)

Alzheimerin oirekuva jaetaan usein neljään eri vaiheeseen: varhainen, lievä, keskivaikea ja vaikea. Tyypillisiä ensioireita varhaisessa vaiheessa ovat esim. lähimuistin häiriöt, vaikeus muistaa nimiä tai sovittuja asioita, käyttöesineiden hukkaaminen, vaikeus liikkua uusissa paikoissa, asioiden ja tapahtumajärjestysten sekoittuminen. Taudin edetessä oireina ovat usein hahmottamisen ongelmat, kielelliset vaikeudet, kätevyysvaikeudet (motoriset vaikeudet), ajan ja paikantajun heikentyminen, puheentuottamisen vaikeudet sekä vaikeudet erilaisten välineiden käytössä, kuten esimerkiksi ruokailuvälineiden. (Muistiliitto 2017.)

## 6.4 Verisuoniperäinen muistisairaus

Verisuoniperäinen (vaskulaarinen) muistisairaus on toiseksi yleisin dementiaan johtava muistisairaustyyppi. Verisuoniperäinen muistisairaus ei ole yksi erillinen sairaus, vaan sillä viitataan kaikkiin aivoverenkiertohäiriöiden aiheuttamiin muistisairauksiin. (Muistiliitto 2017; Helsingin Muistiyhdistys ry.)

Verisuoniperäiset muistisairaudet jaotellaan vaurion sijainnin ja syntymekanismien suhteen. Oireet vaihtelevat paljolti sen mukaan, mikä osa aivoista on vaurioitunut. Vasemman puolen aivopuoliskon vaurioituminen aiheuttaa kielellisiä häiriöitä, oikean aivopuoliskon vaurioituminen taas hahmottamisen vaikeutta. Syvien aivojen osien vaurioituminen puolestaan johtaa yleiseen hidastumiseen. (Härmä 2013, 3.)

Varhaisiin oireisiin kuuluu usein lieviä muistihäiriöitä, puhehäiriöitä, kömpelyyttä, kävelyvaikeuksia (ns. töpökävely) ja hahmottamisvaikeuksia (aika, paikka & orientaatio). Lisäksi ilmenee usein myös tunneherkkyyttä ja nopeita tunnevaihteluita. Oireet saattavat alkaa nopeastikin ja usein sairastava tiedostaa ongelman todennäköisemmin, kuin Alzheimeria sairastava. Lisäksi Alzheimeriin verrattaessa erilaiset varsinaiset muistihäiriöt ovat lievempiä. (Muistiliitto 2017.)

## 6.5 Yhdistelmä-muistisairaus

Yhdistelmämuistisairauksilla viitataan yleensä kahden yllä mainitun, Alzheimerin ja verisuoniperäisten muistisairauksien yhdistelmää. Tämä ns. sekamuoto voi oirehtia molempien muistisairauksien tyyppisesti. Kaikissa muistisairauksissa jokainen kokee muistisairauden yksilöllisesti. Tämä on erityisesti näin, kun puhutaan yhdistelmämuistisairauksista. Verisuoniperäisen ja Alzheimerin yhdistelmää sairastaa arviolta noin 10 % muistisairaista. Toinen yleinen yhdistelmä-muistisairaus on Alzheimerin ja Lewyn kappale-taudin yhdistelmä. (Suhonen, ym. 2010.)

## 6.6 Lewyn kappale-tauti

Lewyn kappale -tauti on arviolta noin 20 % muistisairautta sairastavilla Suomessa. Tauti alkaa hitaasti. Ensimmäisiä oireita ovat älyllisen toiminnan heikkeneminen sekä tarkkaavaisuuden ja vireystilan vaihtelut. Tyypillistä taudille ovat myös näköharhat. Lisäksi usein siihen kuuluu myös Parkinsonin taudin oireita, kuten liikkeiden hidastumista, jäykkyyttä ja kävelyhäiriöitä. Käytöshäiriöt ovat yleisiä. Varsinaisia muistisairauksia ilmenee yleensä vasta Lewyn kappale -taudin loppupuolella. (Atula 2019.)

## 6.7 Otsa-ohimolohkorappeuma

Kuten verisuoniperäinen muistisairaus, otsa-ohimolohkorappeuma ei ole varsinainen yksi muistisairaus, vaan sillä viitataan muistisairauksien oireyhtymään kuuluvaa oireryhmään, johon voivat vaikuttaa useat eri sairaudet. Otsa-ohimorappeuma alkaa usein jo työiässä ja on huomattavasti yleisempi nuoremmilla ihmisillä, kuin muut yleiset muistisairaudet. (Käypä hoito -työryhmä 2016.)

Oireet alkavat hitaasti ja asteittain. Useimmiten omaiset huomaavat persoonallisuuden muutoksen. Käyttäytyminen voi usein olla tilanteisiin sopimatonta ja tunteet vaihtelevia. Esimerkiksi hilpeyttä sopimattomissa tilanteissa tai korostunutta masennusta tai apatiaa. Diagnoiminen sairauden alkuvaiheissa on haastavaa, sillä oireet johtavat usein ensimmäisenä psykiatrisen hoidon puolelle. (Käypä hoito -työryhmä 2016.)

Sairauden edetessä usein ilmaantuu puheentuition ongelmia, sillä niitä käsittelevä alue sijaitsee juuri otsalohkon alueella. Sairauden edetessä myös puheentuition vaikeneminen. Muistivaikeuksina on usein lähimuistin heikkeneminen ja ajatusten katkeilu. Lisäksi impulssikontrolli, tunteiden säätely, ja yllä mainitut kielelliset ongelmat ovat tyypillisiä. (Härmä & Juva 2013, 4-5.)

# **7. AISTIT JA AISTIEN AKTIVOINTI**



Seuraavissa kappaleissa avaan tarkemmin aisteja ja niiden aktivoimista, erityisesti niiden aktivoimista viriketoiminalla. Lisäksi paneudun siihen mitä viriketoiminta on, ja miten se voi olla osanaan auttamassa muistisairaita. Lopuksi keskityn siihen, miten virikemuhvi voi olla osana virikkeellistä toimintaa.

## 7.1 Aistit

Ihmisen aistit ovat luokiteltavissa kolmeen kategoriaan: kaukoaisteihin, lähiaisteihin ja kehoaisteihin. Kaukoaisteihin luetaan näkö-, kuulo- ja hajuaisti joiden avulla ihminen havainnoi ympäristöään ja vastaanottaa tietoa siitä. Lähiaisteja ovat tunto- ja makuaisti, näiden avulla ihminen havainnoi itseään lähellä olevia asioita; miltä joku tuntuu tai maistuu. Kehoaisteihin luetaan asento-, liike ja tasapainoaisti. Nämä kertovat miltä omassa kehossa tuntuu ja mitä siellä tapahtuu. (Papunet 2020.)

Aistikokemus muodostuu kaikkien aistien yhtälöstä. Aistiessa muodostuu ensin aistihavainto, joka kulkeutuu aivoihin prosessoitavaksi. Aistien tulkinta on monimutkainen prosessi ja siihen vaikuttavat mm. mielentilat ja tunteet, muisti ja muistot sekä omat odotukset. (Papunet 2020.) Aistikokemukset ja aistien tulkitseminen ovat siis hyvin henkilökohtainen kokemus. Tämän takia sama aistiärsyke voi aiheuttaa hyvinkin erilaisen reaktion kahdessa eri henkilössä.

## 7.2 Viriketoiminta

Viriketoiminta on yksi dementiatyön kuntoutusmuodoista, jonka tavoitteena on ehkäistä toimettomuutta ja toimettomuuden laukaisemia käytöshäiriöitä. Viriketoiminta on laaja käsite ja voi tarkoittaa esimerkiksi keskustelupohjaista toimintaa, harrastustoimintaa, viriketoimintaa, kädentoimintaa tai muuta mistä henkilö nauttii. Esim. kauneudenhoito, tuoksut tai hieronta. (Airila 2000, 7.)

## 7.3 Käytösäiriöt muistisairaalla

Muistisairaus usein heikentää aivojen otsalohkon toimintaa. Otsalohko on se aivojen osa-alue, joka on pääosassa tunteiden ja käytöksen hallinnasta. Tästä johtuen muistisairas saattaa ilmaista tunteitaan vahvemmin ja hallitsemattomammin. Yleisimpiä käytösoireista ovat: masennus, apatia, levottomuus, ahdistuneisuus, vaeltelu, harhaisuus, persoonallisuuden muuttuminen ja uni- ja valverytmin häiriöt. (Muistiliitto.)

Vaikka puhutaankin käytöshäiriöistä, nämä tunteet ovat aitoja ja loogisia muistisairaalle itselleen. Tämän takia oireita pyritäänkin lievittämään lääkkeettömillä hoidoilla. Lääkkeettömiä hoitoja on monia, esimerkiksi yllä mainittu viriketoiminta. Muita lääkkeettömiä voi olla eri terapiamuodot, esim. taide tai musiikkiterapia. (Muistiliitto.)

## 7.4 Virikemuhvi osana virikkeellistä toimintaa

Virikemuhvi ei yksinään riitä toimimaan varsinaisena viriketoimintana, mutta se voi olla mukana eri tilanteissa. Asiantuntijahaastattelujen perusteella virikkeellisiä tuotteita on usein annettu levottoman oloisille muistisairaille ja niiden on koettu olevan hyödyllisiä. Levottomille käsille saadaan tekemistä erilaisilla haptisilla ja kiinnostavilla virikkeillä, ja usein kun käsille saadaan tekemistä, myös mieli rauhoittuu.

## 7.5 Haptisuus

Haptisuus yksinkertaisimmillaan tarkoittaa asian tai esineen kosketustuntumaa. Erilaisia tuntumia saadaan aikaseksi mm. eri materiaaleilla ja tekniikoilla, sekä erilaisilla 3-ulotteisilla ratkaisuilla. Haptisuus on nimenomaan tuntoaistiin liittyvä kokemus. (Selin 2004.)

Haptisuuden merkitys on suuri opinnäytetyössäni. Virikemuhvin avulla aktivoidaan kolmea aistia, näkö-, kuulo- ja tuntoaistia. Näistä tuntoaisti on kuitenkin ykkösosassa. Määrittelen myöhemmin opinnäytetyössä tarkemmin erilaisia mahdollisia virikkeitä. Karkeasti sanottua kosketustuntumaa voi saada nostettua esiin esimerkiksi lisäämällä pitsiliinaa tai satiininauhaa ommeltuun muhviin. Lisäksi erilaisia kontrasteja tuntumaan voi saada yhdistelemällä kovaa ja pehmeää materiaalia. Virikemuhvissa tämä tarkoittaa pehmeää kankaasta valmistettua muhvia ja lisättyjä erilaisia kovia virikkeitä esim. helistin, vetoketju tai napit. Virikemuhvissa tulee tietenkin olemaan myös pehmeitäkin virikkeitä. Näillä haptista kiinnostavuutta saadaan kolmiulotteisuudella. Kun sileän muhvin pintaan kiinnittää pinnasta erkanevan virikkeen, syntyy siitä heti mielenkiintoisempi kohde. (Selin 2004; Papunet 2018.)

Tuntumaa, eli haptisuutta, lisätään myös, kun tuotteen sisälle asetetaan lämpöpussi. Lämpötyynyn avulla saadaan luonnollisesti lämpöä, mutta myös painoa. Nämä molemmat ovat hyviä lisiä monipuolistamaan tuotteen kosketustuntua. Myös erilaiset toiminnalliset virikkeet voidaan laskea haptisiksi virikkeiksi. Esimerkiksi letitettävät nyörit, avatava luukku ja esim. helistimen heiluttamisen kosketustuntuma sen äänentuoton lisäksi. (Papunet 2018.)

Haptisuudeksi voidaan siis laskea kaikki kosketusaistin kirjoon kuuluvat aistittavat kokemukset.

## **8. HAASTATTELUT**

Asiantuntijahaastattelut muistisairaiden parissa työskentelevien ihmisten kanssa on osa opinnäytetyöni teoriapohjaa. Haastatteluissa keskityn nimenomaan virikemuhvin suunnittelun kannalta oleellisiin asiisiin. Haastatteluja on kaksi. Haastattelu 1 on Kuninkaanhovin hoitokodin Niina Turun kanssa. Haastattelu 2 on taas Helsingin Muistiyhdistys Ry:n Hilla Räsäsen kanssa. Haastatteluihin käytetyt pohjat löytyvät erillisinä liitteistä.

## **8.1 Haastattelu 1. Kuninkaanhovin hoitokoti**

Keskustelimme Kuninkaanhovin hoitokodin Niina Turun kanssa muhveista haastattelurunkoa apuna käyttäen (Liite 1). Haastattelussa kartoitettiin ajatuksia muhvin ulkonäöstä, huollosta ja käytettävistä virikkeistä. Lisäksi kartoitettiin nykyisten virikkeellisten tuotteiden käyttöä ja selvitettiin, olisiko nykyisissä tuotteissa mitään paranneltavaa.

Kuninkaanhovin Hoivakodilla on aiemmin ollut käytössään virikkeellinen sensorityyny. Lisäksi heillä on yksi asukas, jolla on kaksi omaa henkilökohtaista hypistelymuhvia. Tuotteet on koettu hyödyllisiksi ja niitä usein annetaan levottoman oloisille asiakkaille rauhoittavaksi tekemiseksi.

Huoltoon annettiin ohjeistuksesi 60 asteen pesu. Muhvit pestiin ennen silloin, kun ne näyttivät likaisilta, mutta nykyään koronatilanteen johdosta olisi hyvä, jos ne saisi pestyä joka käytön jälkeen. Muhvien toivottiin olevan helppohoitoisia. Tämän takia olisi hyvä, että kaikki virikkeet olisivat kiinteästi kiinni muhveissa ja pesun kestäviä. Ei siis erikseen kiinnitettäviä virikkeitä, mitä saisi pois pesun ajaksi.

Keskustelimme virikkeistä ja olimme niistä pääosin samaa mieltä. Tarkempia ideoita näistä on listattu Virikkeitä hypistelymuhviin-osiossa. Toiveena oli, että virikkeet olisivat kirkkaan värisiä ja helposti erotettavissa muusta muhvista ulkonäöltään. Lisäksi virikkeiden olisi hyvä olla erityisen vahvasti kiinnitettynä. Hoitokodin aiemmin käyttämästä virike-tyynystä oli irronnut useita osia, kun niitä oli revitty. Virikemuhvienkin pitäisi siis kestää kovempaakin käsittelyä. Virikkeitä toivottiin sekä muhvin sisä-, että ulkopuolelle.

Virikkeiden lisäksi, koko muhvin toivottiin olevan kirkkaista väreistä. Värejä ei tarvitse olla paljoa, mutta ehdottomasti kirkkaita värejä neutraalien värien sijasta. Lisäksi ulkonäöstä toivottiin neutraalia. Eläinaiheet, yms. Ideoiden koettiin olevan enemmän hoivavietille hyödyllisiä. Asukkailla on pehmoleluja, jotka ajavat saman asian. Tämän takia olisi hyvä, että muhveissa keskityttäisiin virikkeellisyyteen.

Haastattelun aikana ideoimme, sitä miten virikemuhvia voisi lähteä toteuttamaan. Kuninkaanhovin asukkaat ovat useimmat syntyneet 30-luvulla ja elävät ja muistelevat nuoruuttaan 50-luvulla. Tämä on hyvä ottaa huomioon suunnitellessa. Samalle aikakaudelle yhdisteltävät elementit, ovat erittäin toivottavia. Lisäksi syntyi ajatus siitä, että virikemuhvi voisi olla vetoketjulla avattava ja pöydälle levitettävä. Näin se voisi toimia monipuolisemmin, kuin pelkästään muhvina. Toiveena oli myös, että muhvin sisälle saisi kauratyynyn, jotta muhviin saisi lämpöä ja painoa.

## 8.2 Haastattelu 2. Helsingin Muistiyhdistys ry

Helsingin Muistiyhdistys Ry on muistiliiton jäsen, joka toimii Helsingin muistisairaiden ja heidän omaistensa tukijärjestönä. Haastatteluun vastasi Hilla Räsänen. Haastattelussa kysyttiin muhvin ulkonäköön ja virikkeisiin liittyviä asioita, sekä kartoitettiin mitä virikkeellisiä tuotteita heillä käytetään ja nähdäänkö näissä parantamisen varaa. Lisäksi kysyttiin ajatuksia suunnitelmista, joita lähdin alustavasti tekemään Hoivakoti Kuninkaanhovin kanssa käydyn haastattelun jälkeen. Haastatteluun käytetty pohja löytyy liitteestä 2.

Helsingin Muistiyhdistyksellä on useita lahjoituksena saatuja hypistelymuhveja. Niitä on usein jaossa aamunavauksessa fleec-peittojen kanssa. Aamunavauksista pyritään tekemään mahdollisimman rentouttavia ja muhvit ovat mukana tässä. Muhvit herättävät asiakkaita usein ihastusta ja jokainen saa itse valita mieluisensa. Ne toimivat lämmikkeinä ja myös herättävät keskustelua.

Helsingin Muistiyhdistyksellä käy päivätoiminnassa muistisairaita, joiden sairaus ei ole edennyt niin pitkälle kuin laitoshoittoa vaativilla asiakkailla. Tämä näkyy myös erilaisina tarpeina, kun puhutaan muhveista. Kuten yllä mainittu, muhvit ovat mukana pääosin tuomassa lämpöä ja herättämässä keskustelua. Tämän takia ulkoiset virikkeet ovat etusijalla. Räsänen kuitenkin mainitsee, että pidemmälle edenneillä muistisairailta virikkeet muhvin sisäpuolella voivat toimia rauhoittavana elementtinä. Varsinkin jos kyseessä on asiakas, joka on pitkiä aikoja paikoillaan esimerkiksi tuolilla, vuoteessa tai pyörätuolilla.

Monisensorisia virikkeitä pidettiin hyvänä asiana. Kuitenkin pyydettiin ottamaan huomioon, ettei niitä olisi liikaa. Muhvin koettiin olevan toimiva, kun se tuo lämpöä ja turvaa. Virikkeiden ei kannattaisi mennä tämän edelle. Lisäksi virikkeistä mainittiin, että on huomioitava, etteivät ne ole liian pieniä tai helposti irtoavia, varsinkin kun ne ovat menossa hoitokodin käyttöön. Toiminallisista virikkeistä ei ollut aikaisempaa kokemusta, mutta niitä kannustettiin kokeilemaan. Lisäksi tuli esiin, että muhveissa voisi olla myös yksilöllisiä elementtejä, esim. nimi.

Muhvien ulkonäöstä kommentoitiin, että niiden olisi hyvä olla vaihtelevia. Miehet yleensä pitävät enemmän neutraaleista väreistä, harmaista, sinisistä ja vihreistä, ja naiset taas sitten kirkaammista ja koristelluimmista.

Ajatusta avattavasta muhvista, jonka sisälle saadaan lämpötyyny, pidettiin hyvänä, sillä vanhemmiten verenkierto heikkenee ja ihminen kaipaa lämpöä. Lisäksi lämpö tuo myös turvallisuutta ja lieventää kipuja. Kun kysyin aiheeseen liittyviä ajatuksia, ideana sanottiin, että samankaltaista voisi miettiä erikseen käsille ja jaloille. Käsille mietittiin myös, että muhvi voisi olla keskeltä irrotettavissa, ja palat toisissaan kiinni venyvällä nauhalla, jonka saisi asiakkaan niskan taakse. Näin kädet saisi pidettyä muhvin sisällä, vaikka perinteinen kädet yhdessä ja edessä-asento ei olisikaan mieluisa muhvia käytettäessä. Idea ei ole juuri tähän projektiin sopiva, mutta sitä voi jatkokehittää edelleen projektin ulkopuolella.

## **9. BENCHMARKKAUS**

Benchmarkkaus kappaleissa esittelen neljä eri tuotetta, jotka ovat lähellä omia suunnitelmiani. Tuotteita ovat: hypistelymuhvit, terapiaessu ja muhvi, virikemuhvi ja virikepeitto. Esittelen jokaisen tuotteen erikseen ja lopuksi pohdin mitä samanlaisia ratkaisuja näissä on, kun vertaan niitä omiin muhvisuunnitelmiini.

## 9.1 Hypistelymuhvit

Kaikkein yleisimmin nähtyjä hypistelymuhveja ovat käsityöharrastajien villalangoilla neulotut muhvit. Muhveissa on hypisteltävinä usein nappeja, itse virkattuja virikkeitä, ja erilaisia helmiä. Muitakin virikkeitä löytyy, esimerkiksi alla olevassa kuvassa 3 on käytetty virikkeenä avainta. Virikkeitä voi olla sekä hypistelymuhvin sisä-, että ulkopuolella.



Kuva 3, Helsingin Muistiyhdys ry:lle lahjoitettuja hypistelymuhveja.



## 9.2 Terapiaessu ja muhvi

Terapiaessuna ja muhvina toimiva tuote on myös dementia onlineshoppista löytyvä tuote (Kuvat 4 & 5). Tuote toimii muhvina, mutta on myös levitettävissä syliin samalla lailla kuin essu. Tuote on ommeltu ja täytetty mitä todennäköisimmin vanulla, jotta siihen on saatu paksuutta. Virikkeitä on niukasti. Muutama satiininauha, helmiä nyörissä, tähden muotoinen kangasuloke ja pallo, jossa hapsuja. Lisäksi muhvin napit, jotka toimivat myös funktionaalisesti pitämään muhvin kiinni.



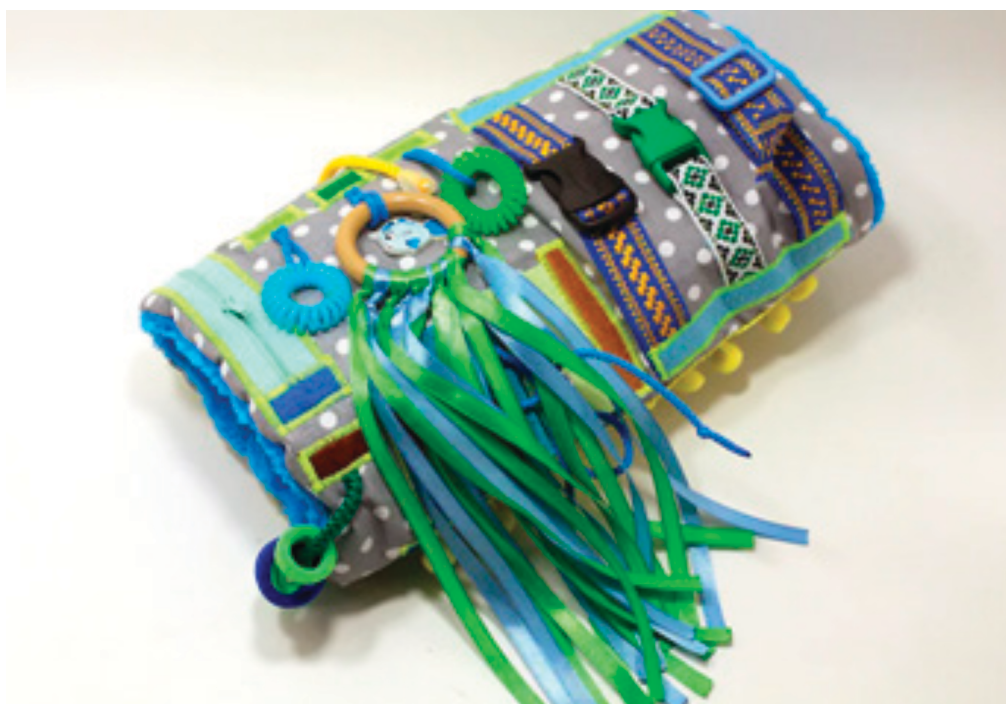
Kuva 4, Terapiamuhvi, kun kiinni

Kuva 5 Hypistelyessu avattaessa.



### 9.3 Virikemuhvi

Virikemuhvi on umpinainen muhvi, jonka sisäpuoli on pehmeää froteekangasta (Kuva 7). Muhvin ulkopuolella on virikkeinä erilaisia rinkuloita, joista yhteen on sidottu satiininauhaa ja yhteen on kiinnitetty pienempiä renkaita. Muhvista löytyy myös avattavia ja suljettavia klipsejä ja muhvin toiselta puolelta löytyy koholla olevia palleroita. Muhvi on värikäs ja virikkeet erottuvat selkeästi. Se on kuitenkin myös harmoninen ja mietitty kokonaisuus, eikä häiritse silmää. Muhvi on Olexiy Bevzan etsy kaupasta FidgetBlanketGifts.



Kuva 6. Virikemuhvi

## 9.4 Virikepeitto

Virikepeitto (Kuva 8) on myös Bevan kaupasta. Se on hyvin samankaltainen kuin virikemuhvi, mutta peiton muotoinen. Lisäksi siinä on enemmän ja monipuolisemmin virikkeitä, sillä niitä mahtuu enemmän. Tässäkin versiossa on solkia, mutta niiden lisäksi on vetoketju, solmittava nauha ja läpinäkyvä pussukka, jonka sisällä on pastillin muotoisia helmiä. Tässäkin ulkonäkö on mietitty. Värejä ja virikkeitä on paljon, mutta lopputulos ei ole liian vilkkaan näköinen.



Kuva 7, Virikepeitto

## 9.5 Yhteenveto benchmarkkauksesta

Lähdin tutkimaan virikemuhvin kaltaisia tuotteita ja erilaisia variaatioita löytyi paljon. Yhdistäviä tekijöitä kaikissa on kuitenkin se, että ne on valmistettu nimenomaan virikkeelliseksi tuotteiksi. Lisäksi kaikki tuotteet ovat pehmeitä, ja miellyttäviä koskea.

Omassa muhvisani teen samantyyllisen ratkaisun muhvipohjaan, kun mitä löytyy terapiaessun ja muhvin ratkaisusta. Tarkoitin tällä sitä, että oma muhvinikin tulee olemaan avattava ja suljettava. Myös kokoluokka on hyvin samanlainen. Terepiaessussa on kuitenkin hyvin niukasti virikkeitä, joten sen suhteen omat suunnitelmani eroavat siitä. Lisäksi omaan pohjaani tulee vielä tasku, johon saa lämpöpussin.

Virikemuhvi ja virikepeitto ovat lähellä omia suunnitelmiani. Virikkeitä on molemmissa hyvin paljon, ehkä jopa liiankin paljon. Virikeideat näissä ovat mielenkiintoisia, mutta omassa työssäni käytän niitä hillitymmin.

Hypistelymuhvi on mukana benchmarkkauksessa, sillä ne olivat opinnäytetyöni alustava idea. Funktio on siinäkin sama. Se lämmittää käsiä ja siinä on virikkeitä, mitä hypistellä. Materiaalit ja virikkeiden määrä ja vaihtelevuus ovat kuitenkin erottava tekijä. Hypistelymuhvi on neulottu, tosin kun muut verrattavissa olevat tuotteet, jotka ovat ommeltuja. Lisäksi virikkeitä löytyy yleensä vain muutama.

## **10. VIRIKEMUHVIN SUUNNITTELU**

Keskityn näissä kappaleissa listaamaan ja analysoimaan virikemuhviin käytettäviä virikkeitä. Virikkeiden miettimiseen käytän aiemmista benchmarkatuista tuotteista löytyviä virikkeitä, sekä omaa havainnointia ja ideointia. Listattuja virikeideoita käytän prototyypissä, sekä opinnäytetyön jälkeen valmistettavissa tuotteissa.

## 10.1 Virikkeitä virikemuhviin

Virikemuhvin ykköstarkoitus on kosketusaistin aktivoiminen eri virikkeiden avulla. Jo niistä voi päätellä, että kyseessä on muhvi, jota hypistellään. Muhviin on hyvä mahtua kaksi kättä mukavasti, käsien koosta riippumatta. Hypisteltäviä virikkeitä on hyvä olla, sekä muhvin sisä- että ulkopuolella.

Virikemuhvin virikkeissä on otettava huomioon muutama seikka. Ensimmäisenä turvallisuus. Virikemuhvissa ei saa olla pieniä irtoavia osia, vaan osien on oltava tiukasti kiinni. Jos osat ovat irrotettavia, esimerkiksi pesun takia, on niiden oltava turvallisia, eikä aiheuttava esim. tukehtumisvaaraa.

Virikkeillä yritetään parhaan mukaan aktivoida näkö-, tunto-, ja kuuloaistia. Virikkeiden tulisi olla mielenkiintoisia ja miellyttäviä ja antaa ensisijaisesti levottomille käsille jotain tekemistä.

### 10.1.1 Helistin

Marttojen sivuilla löytyy esimerkki itse tehdystä helistimestä. Helistimessä on käytetty kindermunan muovista koteloa, jonka sisälle on laitettu jotain helisevää. Tämän jälkeen ympärille on virkattu pussukka ja naru, jolla helistin on kiinnitetty hypistelymuhviin. (Martat.)

### 10.1.2 Napsutin

Napsutin on myös Marttojen sivuilta löytyvä virikeidea. Napsuttimena on käytetty pilttipurkin kantta tai vastaavaa ja se on virkattu umpeen samalla lailla, kuin yllä mainittu helistinkin. Kanta paineltaessa se napsuu, mistä nimi napsutin. Samaa ideaa voisi laajentaa testaamalla, kuinka idea toimisi, jos virkatun pussukan sisällä olisi esimerkiksi kaksi pilttipurkin kantta. (Martat.)

### 10.1.3 Rapinamuovi

Rapistelumuovi on nimensä mukaisesti muovia, joka rapisee. Sitä käytetään usein pienten lasten leluissa. Rapistelumuovia voi ommella kankaan sisään, tai vuorata virikemuhvi suoraan rapisevalla materiaalilla osittain tai kokonaan. Rapinamuovia voi myös hyödyntää eri virikkeissä. Esimerkiksi kankaasta ompelemalla saa tehtyä kukkasen, jonka sisään saa hyvin laitettua rapinamuovia. Näin saa tehtyä aikaiseksi rapisevan virikkeen.

#### **10.1.4 Renkaat**

Eri kokoisia ja värisiä renkaita ja rinkuloita voi ripustaa virikemuhvin sisä- ja ulkopuolelle. Pienten renkaiden kanssa on oltava erityisen varovainen, että ne eivät voi irrota, ettei virikemuhvista muodostu tukehtumisriskiä. Rinkuloita voi asetella kiinni suoraan hypistelymuhviin tai ne voi ripustaa roikkumaan tukevasta narusta joko yksin tai yhdessä muiden renkaiden kanssa. Näin muodostuu kanssa eräänlainen helistin, kun rinkuloita voi kilistää yhteen toisiaan vasten.

#### **10.1.5 Napit**

Eri kokoisia nappeja voi myös lisätä virikemuhviin. Kuten renkaidenkin kanssa pienten nappien kanssa on oltava erityisen varovaisia, että ne eivät irtoa ja aiheuta tukehtumisriskiä. Nappeja voi myös olla useita eri värejä ja niiden sijoittelussa voi miettiä sijoittaako ne suoraan kiinni ommeltaviksi virikemuhviin, vai voisiko näitäkin ripustaa kiinni naruihin.

#### **10.1.6 Pitsi**

Pitsiä voi lisätä virikemuhviin tuomaan erilaista tekstuuria ja ulkonäköä. Pitsinauhaa voi ommella suoraan kiinni virikemuhviin koristeenomaisesti, tai siitä voi jättää pätkiä roikkumaan, jotta niistä jäisi enemmän hypisteltävää eikä ns. silitettävää. Varisnaisia esim. pitsiliinan palasia olisi kanssa hyvä olla muhvilla, sillä se voi osaltaan toimia muistelun apuvälineenä.

#### **10.1.7 Eri materiaalit**

Eri materiaalit ovat luonnollisesti eri tuntuisia kosketellessa. Silkki tuntuu kädessä hyvin erilaiselta, kuin karkea villalanka. Eri materiaaleja käytettäessä on mahdollista luoda erilaisia tunteita. Rajoittavana tekijänä hypistelymuhveja suunnitellessa näissä on pestävyys ja tekniikan valinta.

Virikemuhveja voi valmistaa joko ompelemalla tai neulomalla/virkkaamalla. Valmistustekniikasta riippuen materiaalit ovat hyvinkin erilaisia. Lisäksi virkatun kankaan tunto on hyvin erilainen, kun kudotun kankaan. Virkatessa tai neuloessa voi ottaa huomioon myös, että sileä neule tuntuu hyvin erilaiselta, kuin vaikka pylväillä neulottu muhvi. Eri tekniikoita käyttämällä voi siis vaihdella muhvin tuntua.

### **10.1.8 Vetoketjut**

Vetoketjuja voi ommella virikemuhviin virikkeenä tai funktionaalisesti. Virikkeenä vetoketjun voi ommella kiinni virikemuhviin, ja sitä voi vedellä auki ja kiinni. Lisäksi vetoketjun avulla hypistelymuhviin voi luoda pienen avautuvan ja sulkeutuvan pussukan. Kuninkaanhovin toiveena oli lisäksi miettiä, olisiko mahdollista tehdä virikemuhvi, jonka saisi avattua vetoketjun avulla pöydälle tai syliin levitettäväksi tyynyksi. Näin se voisi toimia samalla myös ns. aistityynynä.

### **10.1.9 Avattava luukku**

Virikemuhviin voi ommella kankaasta valmistetun avattavan luukun. Luukun avaamiseen tai sulkemiseen voi käyttää esimerkiksi tarranauhaa tai nappia. Luukun avattua luukun alla voisi olla eri tuntuista materiaalia, jota pääsisi hypistelemään. Näin luukku toimii sekä avattavana ja suljettavana toiminnallisena virikkeenä, että kosketeltavana haptisena virikkeenä.

### **10.1.10 Kuula- labyrintti**

Kuulalabyrintti toteutetaan ompelemalla kaksi kangasta yhteen niin, että niiden väliin muodostuu kuulana mentävä labyrintti. Kuula laitetaan labyrintin sisään ennen kuin labyrintti ommellaan kiinni. Näin saadaan pussukka, jossa tunnustelemalla kuulaa voidaan liikuttaa. Labyrintin lisäksi voi ommella myös vain suora putkilo. Lisäksi kuulia voi olla useampia.

### **10.1.11 Persoonalliset elementit**

Persoonalliset elementit eivät ole tähän projektiin sopivat, sillä ne tulevat hoitokodin käyttöön, eivätkä yksityiseen. Ne ovat kuitenkin erittäin hyvä lisä personaaliseen käyttöön tehtävässä muhviissa. Persoonallisia virikkeitä voi olla mm. oma nimi tai jokin pieni pestävä esine/asia, joka auttaa muistelussa.

### **10.1.12 Nyörit ja narut**

Nyörejä ja naruja voi joko itse valmistaa virkkaamalla tai ostaa valmiita pätkiä eri materiaaleja. Nyörejä voi asetella esimerkiksi muhvin käsiaukoille tai sitten muhvin ulkopuolelle. Muhvin sisäpuolelle asetellessa on hyvä miettiä, voiko käsi jäädä niihin jumiin ja tuntua epämiellyttävältä. Nyörien ja narujen päihin voi myös ripustaa eri yllä mainittuja virikkeitä.



# **11. SUUNNITTELUPROSESSI**

Seuraavissa kappaleissa avaan varsinaista omaa suunnitteluprosessiani. Aloitan kertomalla siitä, mikä alkuperäinen suunnitelma oli ja miten se kehittyi, ja jatkan siitä edelleen teknisiin piirustuksiin asti. Listaan myös tuotteen tekniset vaatimukset, jotka otin huomioon suunnittelussa.

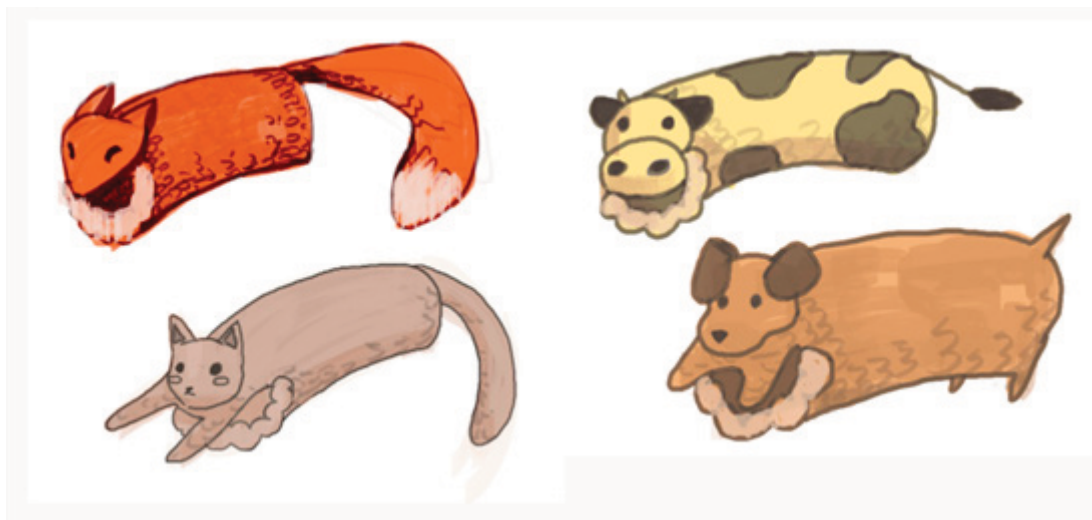
## 11.1 Alkusanat suunnittelusta

Alkuperäinen suunnitelma oli tehdä hypistelymuhveja työpajan kanssa. Tämä kuitenkin vaihtui, kun suunnitelmat etenivät ja suunnitelmat monimutkaistuivat. Lopputuloksen kannalta järkevin vaihtoehto olikin, että toteutan muhvit itse opinnäytetyön jälkeen työharjoitteluna. Opinnäytetyössä käsittelen tieto- ja teoriapohjaa, kartoitan vastaavia tuotteita, sekä suunnittelen karkean pohjan sille, mitä valmis työ tulee todennäköisimmin olemaan. Varsinaiset tuotteen toteutan opinnäytetyön jälkeen ja toimitan yhteistyökumppanille.

Lähdin ideoimaan visuaalisesti, ennen kaiken teoratiedon keräämistä. Tämän takia ideoiden kehittyminen on selvästi nähtävissä. Alkuperäinen alustava ideani oli suunnitella ohje toteutettavaksi virkkaamalla työpajan kanssa. Lisäksi mietin erilaisia eläinaiheisia teemoja. Loppupuleissa tutustuttuani

aiheeseen tarkemmin meni ideointikin kokonaan uusiksi. Pääpaino siirtyi ulkonäön sijasta funktionaalisuuteen ja virikkeisiin. Eläinaiheiset suunnitelmat jäivät samalla pois kuvioista (Kuva 8), sillä ne koettiin olevan enemmän hoivaviettiin liittyviä, kuin levottomuuteen. Lisäksi työpaja jäi ideoinnista kokonaan pois ja materiaalit ja tekniikat vaihtoivat virkatusta ommeltuun.

Kaiken kaikkiaan olen tyytyväinen siitä mihin suuntaan ideat kehittyivät. Nyt tekeillä on oikeasti toimiva, tarpeisiin vastaava ja uudenlainen tuote, minkä koetaan olevan sopiva juuri suunnitellulle kohderyhmälle, muistisairaille.



Kuva 8, Ensimmäisiä alustavia luonnoksia. Nämä olivat alustavia ideoita virkkaustyöpajaan ennen kuin sekä työpaja, että eläinaiheet jäivät pois suunnitelmista.

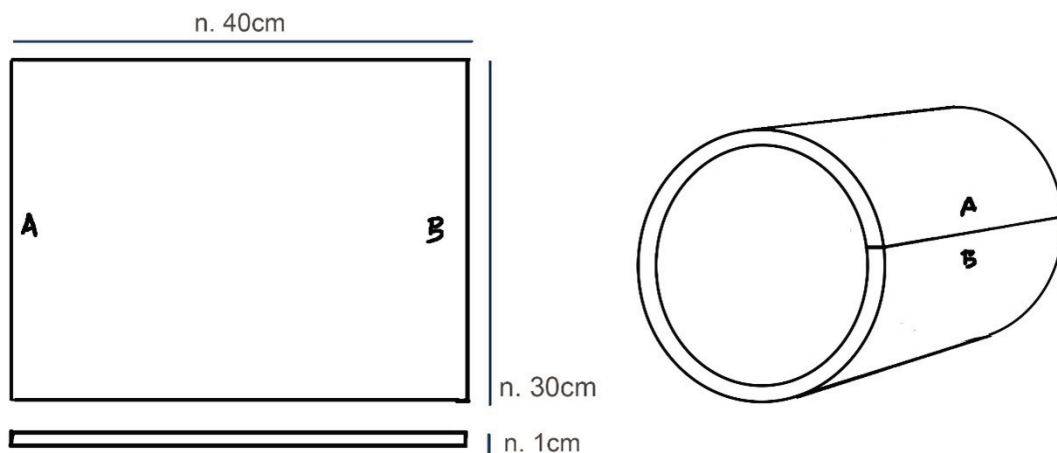
## 11.2 Suunnittelun speksit lyhyesti

Toteutettavana on 60 asteen pesun kestävä virikemuhvi, missä ei ole erillisiä irrallisia osia. Virikkeitä on sekä muhvin sisä-, että ulkopuolella ja niitä on montaa erilaista. Muhvin toivottiin toimivan sekä perinteisenä muhvina, että avattavana levitettävänä tuotteena. Lisäksi toiveena oli, että muhvin sisään saisi kaura/lämpöpussin. (Toiveet ja ideat suunnittelun pohjalle on avattu tarkemmin ensimmäisessä haastattelussa.)

## 11.3 Muhvipohjan suunnittelu

Kuvassa 9 on mietitty virikemuhvin koko, ja havainnoitu miltä muhvi näyttää avattuna ja suljettuna. Lisäksi kuvassa on havainnoitu arvioitu paksuus muhville. A ja B kuvastavat suljettavia päitä. Koot muhville on noin 30cm x 40cm ja paksuus arviolta noin sentin.

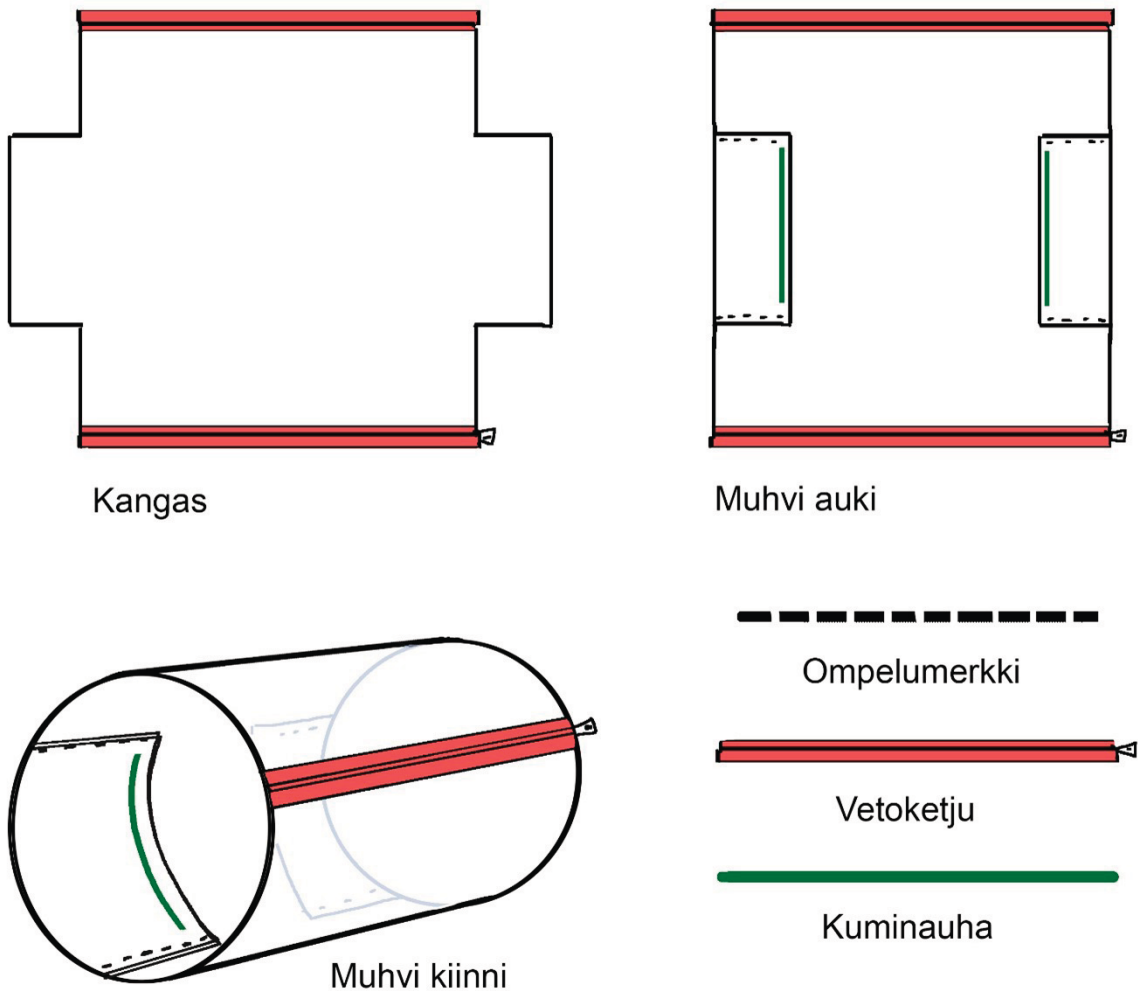
Varsinaisen ns. muhvipohjan suunnittelussa otin huomioon vain itse muhvin kannalta oleelliset tiedot. Tässä vaiheessa virikkeitä, taskuja tai sitä miten muhvi kiinnitetään ja avataan ei vielä huomioitu. Keskityin sen sijaan miettimään hyvän koon muhville, niin että se on sopivan kokoinen ja toimiva sekä avattuna, että suljettuna. Lisäksi huomioin, että muhvin olisi hyvä olla täytetty jollain. Alustavana ideana on joko vanu, tai mahdollisesti rapistelumuovi täytteeksi. Täytteen muhviin saisi helpoiten ompelemalla kaksi kangasta yhteen kiinni niin, että täyte jäisi niiden väliin. Täytteen avulla varmistetaan, että kosketustuntuma muhvissa pysyy hyvänä ja tukevana. Vain yhtä kangasta ilman täytettä käyttämällä on vaarana, että varsinainen muhviolosuus jää liian hennoksi ollakseen miellyttävä käsissä.



Kuva 9, Virikemuhvin pohja

## 11.4 Taskun suunnittelu lämpöpussille

Alkuperäinen idea lämpöpussin saamiseen muhvin sisälle oli tehdä kaksi taskua, samantyyllisesti kuin tyynyliinan päässä, mutta molemmin puolin. Tarkemmin ajatusta miettiessä tajusin kuitenkin, ettei tämä ole hyvä vaihtoehto. Lämpöpussi ei olisi muhvilla tarvittavan tukevasti. Idea saattaisi toimia, kun muhvi on kiinni. Avattaessa ja hypisteltäessä lämpöpussi ei kuitenkaan pysyisi sisällä mitenkään. Lähdin tämän takia ideoimaan tukevampaa versiota (Kuva 10).

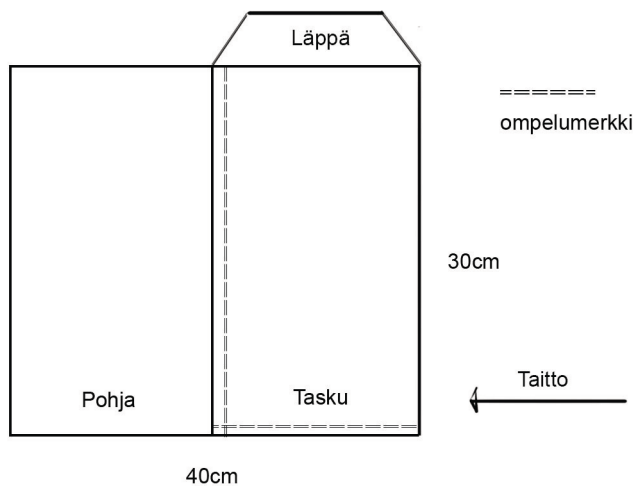
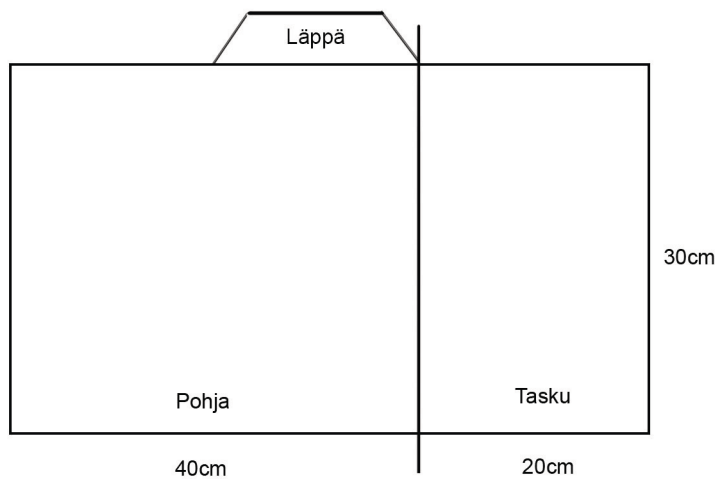


Kuva 10, Alkuperäinen idea taskulle

## Lopullinen tasku

Tasku kaksi on paljon toimivampi vaihtoehto (Kuva 11). Pussin saa tukevasti suljettua muhvin sisään. Lisäksi ylimääräinen kangas lämpöpussin ympärillä osaltaan auttaa pitämään lämpöä pidempään. Lisäksi se estää suoran kosketuksen ihon kanssa, mikä on turvallisempi ja miellyttävämpi vaihtoehto. Lisäksi näin muhvi toimii avattuna sekä lämpöpussin kanssa, että ilman.

Tuotteen koko olisi sama, kun aiemmin mietittynä 30cm x 40cm. Kankaan koko on oltava kuitenkin 30cm x 40cm + 18 cm, jos tasku valmistetaan samasta kankaasta. Lisäksi saumavarat ja mahdollisesti vielä pari senttiä ylimääräistä, jos kankaiden väliin lisätään vielä ylimääräistä täytettä. Näin saadaan pidettyä varmana, ettei paksuus haittaa halkaisijan kokoa. Paksuuden kasvaessa, myös pituutta kankaaseen pitää lisätä, että muhviin mahtuu kaksi kättä. Varsinkin kun muhvin sisälle on lisäksi suunniteltu lämpöpussi.



Kuva 11,  
lopullinen tasku ja pohja

## 11.5 Muhvin avaamisen ja kiinnityksen pohtiminen

Yllä olevissa kuvissa on merkitty, että muhvi avattaisiin ja suljettaisiin vetoketjulla. Muita mahdollisia keinoja olisi myös erilaiset napit, nepparit tai nauhat. Prototyypissä kiinnitykseen käytettiin nappeja. Prototyypin napit ovat kiinni nyöreillä, mutta tukevampi keino voisi olla, että muhviin ommeltaisiin napinlävet.

## 11.6 Materiaalit

Materiaaleina pyrin käyttämään mahdollisimman paljon kierrätettyä materiaaleja. Näin tuotteesta saadaan paljon ympäristöystävällisempi. Lisäksi kustannukset pysyvät matalimpina. Koska materiaalina käytetään kierrätysmateriaaleja, tuotteen ulkonäkö tulee olemaan hyvin yksilöllinen riippuen siitä, mitä materiaaleja on tarjolla. Tämän takia en suunnittele tarkemmin esim. yksittäisiä virikkeitä mitä muhveissa voidaan jatkossa käyttää tai muita ulkonäöllisiä asioita, kuten esim. värejä.

Kaikissa materiaaleissa otetaan kuitenkin huomioon työn teknilliset vaatimukset. Eli kaiken hankitun materiaalin on oltava kovaa käyttöä ja 60 asteen pesua kestäviä. Lisäksi, koska kyseessä on haptinen tuote, panostan myös siihen, että materiaalit ovat mieluisen tuntuisia.

Opinnäytetyön prototyyppiin pohjaan valikoitui materiaaliksi vakosamettia. Se on paksua ja pehmeän tuntuista, sekä kestää pesun. Muita materiaaleja, mitä käytetään on puuvillaisesta lakanakankaasta tehty hypisteltävä kukkanen, rypyttettyä juuttinauhaa, venyvää trikookangasta klipsin pidikkeenä, kanttinauhaa nauhoina, puuvillasta ja sekoitelangasta tehtyjä pitsiliinoja, sekä tukevampaa punottua nauhaa jolla toinen klipseistä ja renkaita hypisteltävään kukkaan on kiinnitetty.

Muita materiaaleja tekstiilien lisäksi on erillaiset napit, muovisia renkaita ja klipsit. Lisäksi lakanakankaasta valmistettu lämpöpussi, minkä lämmikkeeksi on ommeltu sisään riisiä.

## **12. PROTOTYYPPI**

Tämä osio käsittelee prototyyppiä. Kuvaan prototyypin ensin sanoin, sitten teknisin piirustuksin ja lopulta valokuvin. Lisäksi myös lyhyesti perustelen valintoja, joita tein prototyyppiä suunnitellessa.

## 12.1 Prototyypin kuvaus

Prototyypin muhvi on valmistettu sinisestä vakosametista. Kaavana käytettiin aiemmin suunniteltua pohjaa ja yksilölliset virikkeet suunniteltiin sen päälle. Virikkeinä muhvilla on muhvin sisäpuolella kuularata, hypisteltävä kukkanen ja pitsiä. Kuularata on putkilo, jonka sisälle on asetettu 2 tässä tilanteessa kuulana toimivaa pyöreää nappia. Hypisteltävä kukkanen on kankaan palasta neulottu kukka, jonka keskellä on nappi. Lisäksi kukan alla on 5 nyöriä, josta roikkuu renkaita. Prototyypin sisään tehtiin myös mittoihin sopiva riisipussi lämpöpussiksi.

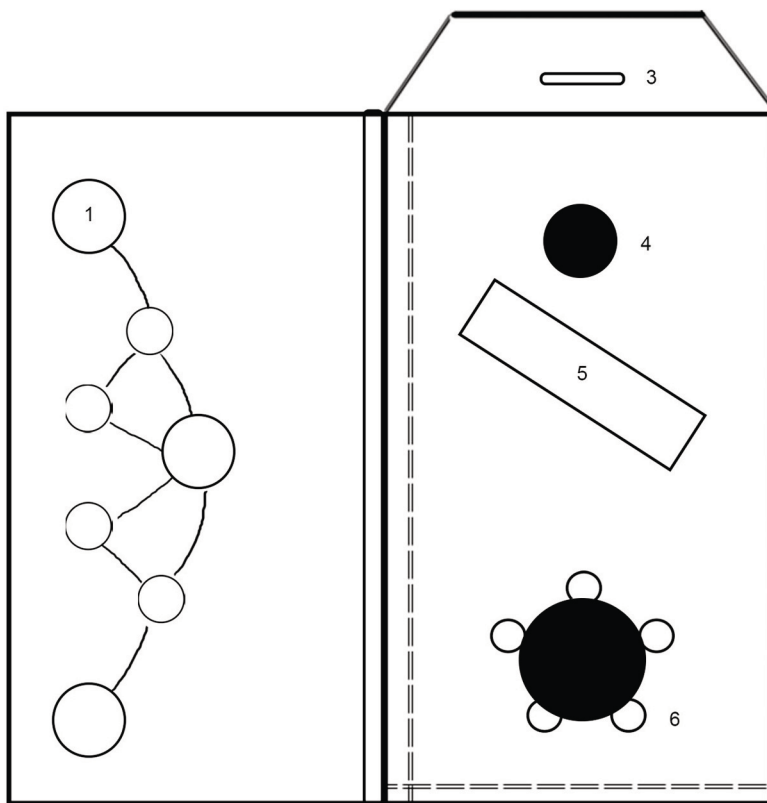
Muhvin ulkopuolella on virikkeenä rypyttettyä juuttinauhaa, pitsinen perhonen ja kaksi klipsiä. Juuttinauha on ommeltu tukevasti rypyyn. Pitsinen perhonen on myös ommeltu kiinni ja siihen on lisätty nauha, johon on pujoteltu mustia renkaita. Klipsit ovat kiinni nauhoissa niin, että ne pysyvät tukevasti kiinni muhvilla sekä auki, että kiinni (Kuva 13, s. 39)

Lisäksi muhvin päästä roikkuu ruskeita nauhan pätkiä, joita voi letittää tai muuten hypistellä. Kiinnitys on hoidettu prototyypissä neljällä napilla, jotka toimivat samaan aikaan myös virikkeenä. Muhvin sisäpuolella on myös suunniteltu tasku lämpöpussille, joka on avattavissa ja suljettavissa napilla (Kuva 12, s. 39)

Kosketustuntumaa miettien valitsin mukavan ja pehmeän vakosamettikankaan. Lisäksi virikkeet on mietitty niin, että muhviin sisään jäävät virikkeet ovat pehmeitä ja mieluisan tuntuista koskea. Karhea juuttikangas ja kovat klipsit on aseteltu muhvin ulkopuolelle. Näin pyrin tasapainottamaan virikkeellisyttä ja sitä, että muhvi toimii pehmeänä ja lämmitävänä tuotteena. Kosketustuntumaa miettien oli myös ajatuksena ommella muhvipohjan kankaiden väliin täytettä, jotta muhvista saa jämäkemmän tuntuisen. Kuitenkin vakosametti kaksinkertaisena vaikutti olevan tarpeeksi paksu ja jämäkkä, joten idea jäi prototyypin kannalta toteuttamatta. Myöhemmin toteutettavissa tuotteissa, jos pohjaan käytetty kangas on ohuempaa, tämä vaihtoehto on kuitenkin mahdollinen.

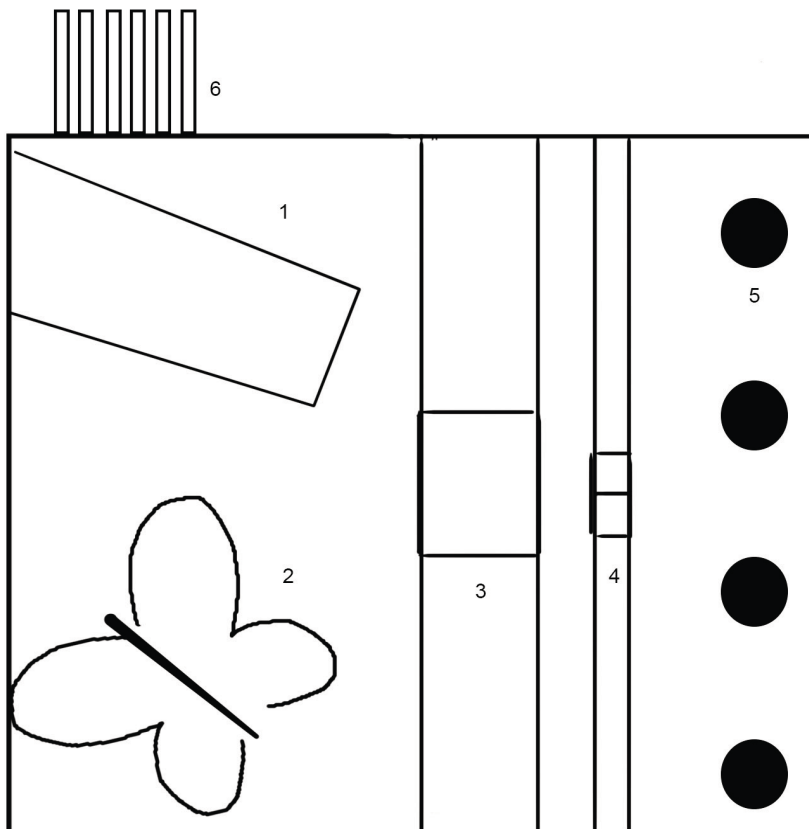


## 12.2 Tekniset piirrokset



1. Pitsiliina
2. Nyöri
3. Napinläpi
4. Nappi
5. Kuularata
6. Hypistetävä kukka

Kuva 12, Tekninen piirustus, prototyypin sisäpuoli



1. Rypytetty juuttinauha
2. Virkattu perhonen
3. Klipsi 1
4. Klipsi 2
5. Napit
6. Letitettävää nauhaa

Kuva 13, Tekninen piirustus, prototyypin ulkopuoli

## 12.3 Prototyypin virikkeiden valinta

Prototyypissä käytetyt virikkeet ovat opinnäytetyössä aiemmin listattuja virikkeitä. Niiden valintaan vaikutti se, mitä kierrätysmateriaaleja oli saatavilla, ja miten saatavista materiaaleista saataisiin hyvin yhdessä toimiva kokonaisuus. Alla kuvailen valintoja tarkemmin.

Pitsi valikoitui mukaan osin asiakkaan pyynnöstä. Pitsi toimii muistelun apuvälineenä ja se on koettu hyväksi aikaisemmissa hoivakodin käyttämissä tuotteissa. Prototyypissä käytetään pitsiä kahdesti, muhvin sisä- ja ulkopuolella. Muhvin sisäpuolella on ommeltu kiinni keltaista pitsiliinaa. Pitsiliinassa olevat renkaat on jätetty ompelematta kokonaan kiinni. Näin niitä voi halutessaan pyöritellä ja pitsi toimii näin myös toiminnallisena virikkeenä. Muhvin ulkopuolella on pitsinen perhonen. Perhoseen on lisäksi ommeltu kiinni nauha, johon on ripustettu renkaita. Niin siitäkin saatiin osaltaan myös virikkeellinen.

Muhvin ulkopuolella on kaksi klipsiä. Nämä valikoituivat mukaan täysin toiminnallisista syistä. Isot klipsit on helppo avata ja sulkea, vaikka käsien liikkuvuus olisi jo heikentynyt. Niiden auki ja kiinni naksuttelu voidaan kokea mielekkäänä.

Toinen täysin toiminnallisista syistä liitetty virike on muhvista roikkuvat narut. Naruja on kuusi kappaletta. Ne ovat mukana muhvissa, sillä niitä voi letittää. Letittäminen on asia, joka monella muistisairaalla on jäänyt lihasmuistiin. Tämä oli kanssa yksi Kuninkaanhovin toivoma virike.

Muhviin toivottiin myös erilaisia materiaaleja. Tämän takia muhviin valikoitui myös juuttinauhaa. Juuttinauha on rypyttynä, jotta samalla saadaan myös 3-ulotteisuutta. Tämä luo osaltaan monipuolisempaa kosketustuntumaa. Juutti voi myös olla osaltaan muistelun apuvälineenä. Se voi muistuttaa vanhoista juuttisäkeistä ja tätä kautta esimerkiksi jouluis-ta, kun pukki toi lahjoja säkissä.

Muhvissa on myös kuularata. Se on oma, ja muiden muhvia kokeilleiden suosikki. Kuularata on putkilo, jonka sisällä on kaksi kuulana toimivaa nappia. Putkiloa hypistellessä, kuulat sen sisällä liikkuvat. Idea on hyvin yksinkertainen, mutta kuulien pyörittelyyn unohtuu helposti ja se on todella rauhoittavaa.

Viimeisenä virikkeenä on hypisteltävä kukka muhvin sisäpuolella. Kukka on lakanakan-kaasta rypyttetty ja kiinni ommeltu ja sen keskellä on nappi. Lisäksi kukan alla on nauhaan kiinnitettyjä renkaita. Kukkaan ja renkasiin on helppo tarttua ja niitä on mukava hypistellä.

Prototyypin pohjan materiaaliksi valikoitui vakosametti. Se on pehmeä koskea ja mukava silittää. Lisäksi se toimii kontrastina useimpiin virikkeisiin. Kova virike pehmeällä pohjalla luo osaltaan uutta ulottuvuutta muhvin kosketustuntumaan.

## 12.4 Kuvat Prototyypistä

Tällä sivulla on valokuvattuna kuvia valmiista prototyypistä. Kuvina löytyy tasokuvat prototyypin sisä- ja ulkopuolelta levitettynä (Kuvat 14 & 15). Lisäksi löytyy havainnollistava kuva siitä, miltä muhvi näyttää käytössä (Kuva 16).



Kuva 14,  
prototyypin ulkopuoli valokuvattuna



Kuva 16, muhvi käytössä



Kuva 15,  
prototyypin sisäpuoli valokuvattuna

## **12. YHTEENVETO**

Lähdin opinnäytetyössäni suunnittelemaan muistisairaille sopivaa virikemuhvia. Ajatus aiheeseen syntyi, kun kuulin sattumalta, että hoivakodeissa toivotaan hypistelymuhveja muistisairaille. Lähdinkin alun perin ajatuksena vastata tähän tarpeeseen. Alkuperäinen ideani oli suunnitella hypistelymuhvityöpaja, jonka kanssa tekisin lahjoitettavia muhveja jollekin hoivakodille.

Yhteistyökumppanikseni valikoitui Kuninkaanhovin Hoitokoti. Haastateltuani heitä huomasin, että hypistelymuhvityöpaja ei olisi paras mahdollinen tapa vastata heidän tarpeisiinsa. Sen takia ajatus työpajasta ja hypistelymuhveista jäikin taakse ja sen sijaan syntyi ajatus hieman uudeltaisesta virikemuhvista. Opinnäytetyön aikana suunnittelin tämän ja lähdin nyt opinnäytetyön jälkeen toteuttamaan lisää samanlaisia tuotteita työharjoitteluna.

Tutkimusten ja Kuninkaanhovin hoitokodin toiveiden perusteella suunnittelin ja valmistin prototyypin virikemuhvista. Muhvi toimii perinteisesti virikemuhvin tapaan, mutta sen voi myös avata ja levittää joko syliin tai pöydälle. Lisäksi suunnittelin muhviin taskun, johon saa lämpöpussin halutessaan. Koska kyseessä on virikemuhvi, suunnittelin luonnollisesti myös erilaisia virikkeitä, joita liitin tuotteeseen.

Asiakkaat pitivät tuotteesta ja olen itsekin erittäin tyytyväinen. Idea kehittyi alkuperäisestä hypistelymuhvityöpajasta paljon pidemmälle, kun mitä olisin uskonut. Tutkimusvaihe opinnäytetyöstä oli paikoin haastava, sillä jouduin tutkimaan paljon itselleni vierasta sosiaali- ja terveysalaa. Kuitenkin opin paljon uutta ja sain oppimaani sovellettua suunnittelussa. Tämän takia olenkin iloinen, että valitsin aiheen. Vaikka ajoin olikin haastavaa, oli opinnäytetyön tekeminen myös erittäin palkitsevaa.

Jatkona opinnäytetyöhön on seuraavaksi työharjoittelu, jossa lähdän valmistamaan lisää virikemuhveja suunnitelmieni pohjalta. Ennen tätä prototyyppiä testataan Kuninkaanhovin hoivakodilla ja sen perusteella katsotaan, onko mitään korjattavaa tai uudestaan mietittävää. Suunnittelin tuotteen niin, että se kestää kovaakin käsittelyä ja usein pesua. Tämä on kuitenkin hyvä testata myös varsinaisessa käytössä.

# LÄHTEET

Alzheimerinfo. Alzheimerin tauti yleisin dementiaa aiheuttava muistisairaus Saatavilla: <https://alzheimerinfo.fi/alzheimerin-tauti/alzheimerin-tauti-yleisin-dementiaa-aiheuttava-muistisairaus/>. Viitattu: 11.03.2021.

Airila, A, 2000. Viriketoiminnan vaikutus vaikeasti dementoituneen käytösoireisiin. Oraita 3/2000. Ikäinstituutti. Viitattu 4.4.2021

Atula, S. 2019. Lewyn kappale-tauti. Lääkärikirja Duodecim. Saatavilla: [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk01105](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01105). Viitattu: 11.03.2021.

Beshar, L. 2010. Dementia- ja psyykelääkkeiden käyttö dementian käytösoireiden hoidossa. Tampere. Tampereen yliopiston lääketieteellinen laitos. Syventävien opintojen kirjallinen työ. Saatavilla: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/77829/gradu04578.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu: 11.3.2021.

Erkinjuntti, T., Remes, A. Rinne, J. & Soininen, H. 2015. Muistisairaudet. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Helsingin Muistiyhdistys ry. Verisuoniperäinen muistisairaus Saatavilla: <https://alzhi.fi/muistisairaudet/verisuoniperainen-muistisairaus/>. Viitattu: 11.03.2021.

Huttunen, M. 2018. Dementia. Lääkärikirja Duodecim. Saatavilla: [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00358](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00358). Viitattu: 8.3.2021.

Härmä, H. & Juva, K. 2016. OTSA-OHIMOLOHKORAPPEUMA & SIITÄ JOHTUVAT MUISTISAIRAUDET Tietoa ja tukea sairastuneille sekä hänen läheisilleen. Saatavilla: <https://www.muistiliitto.fi/application/files/9015/1263/4778/Otsa-ohimolohkorappeuma.pdf>. Viitattu: 11.03.2021.

Härmä, H. 2013. VERISUONIPERÄINEN MUISTISAIRAUS Tietoa ja tukea sairastuneille sekä hänen läheisilleen. Muistiliitto ry. Saatavilla: [https://www.muistiliitto.fi/application/files/9515/1385/4980/Verisuoniperainen\\_muistisairaus.pdf](https://www.muistiliitto.fi/application/files/9515/1385/4980/Verisuoniperainen_muistisairaus.pdf). Viitattu: 11.03.2021.

Innostunliikkumaan.fi. Motoriset taidot- mitä ne ovat? Saatavilla: <https://innostunliikkumaan.fi/motoriset-taidot-arjessa-ja-niiden-oppimiseen-vaikuttavat-tekijat/motoristen-taitojen-oppimiseen-vaikuttavat-tekijat/>. Viitattu: 21.04.2021.

Juva, K. 2018. Muistihäiriö. Lääkärikirja Duodecim. Saatavissa: [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00706](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00706). Viitattu: 6.3.2021

Kortelainen, S. Nissinen, S. Saarelainen, T. 2012. ” AISTIEN AKTIVOINTI MUISTISAIRAIDEN HOITOTYÖSSÄ : - Hypistelymuhviesite ja hypistelymuhvin etiketti”. Joensuu: Karelia-ammattikorkeakoulu, sairaanhoitajakoulutus. Opinnäyte. Saatavissa: [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/138660/sanna\\_kortelainen\\_sari\\_nissinen\\_tarja\\_saarelainen.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/138660/sanna_kortelainen_sari_nissinen_tarja_saarelainen.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Viitattu: 8.2.2021.

Kuninkaanhovi. 2021. <https://kuninkaanhovi.com/>. Viitattu: 6.2.2021.

Käypä hoito -työryhmä 2016. Ohje potilaille ja läheisille: Otsa-ohimolohkorappeumat (frontotemporaalidementia, etenevä sujumaton afasia ja semanttinen dementia). Duodecim. Saatavilla: <https://www.kaypahoito.fi/nix01594>. Viitattu: 11.03.2021.

Levanto, S. 2018. Kognitio- Mielen sisällöt. Saatavilla: <https://psykologiaa.com/2018/01/16/kognitio-psykologia-tiedonkasittely/>. Viitattu: 21.04.2021

Martat. 2021. Hypistelymuhvi. Saatavilla: <https://www.martat.fi/marttakoulu/kasityoohjeet/vaatteet-ja-asusteet/hypistelymuhvi/>. Viitattu: 27.2.2021.

Muistiliitto. 2021. <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairaudet>. Viitattu: 7.2.2021.

Muistiliitto. 2017. Alzheimerin tauti. Saatavilla: <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairaudet/alzheimerin-tauti> Viitattu: 11.03.2021.

Muistiliitto. 2017. Dementia. Saatavilla: <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairaudet/dementia>. Viitattu: 11.3.2021.

Muistiliitto. 2017. Iän vaikutus muistiin. Saatavilla: <https://www.muistiliitto.fi/fi/aivot-ja-muisti/muistin-toiminta/ian-vaikutus-muistiin>. Viitattu:7.3.2021

Muistiliitto. 2017. Verisuoniperäinen muistisairaus. Saatavilla: <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairaudet/verisuoniperainen-muistisairaus> Viitattu: 11.03.2021.

Muistiliitto, Muistisairauksien oireisto. Saatavilla: <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairauksien-oireisto>. Viitattu: 6.4.2021

Papinaho, E. & Tofferi, P. 2017. LÄÄKKEETTÖMIEN HOITOKEINOJEN KÄYTTÖ MUISTISAIRAIDEN HOIDOSSA- Hoitajien kokemuksia hypistelymuhvien käytöstä. Lappi. Lapin Ammattikorkeakoulu. Sairaanhoidajakoulutus. Opinnäytetyö. Saatavilla: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017122022270>. Viitattu: 11.3.2021.

Papunet, 2020. Aistit vuorovaikutuksessa. Saatavilla: <https://papunet.net/tietoa/aistit-vuorovaikutuksessa>. Viitattu: 28.3.2021

Papunet, 2018. Tuntoaisti vuorovaikutuksessa. Saatavilla: <https://papunet.net/tietoa/tuntoaisti-vuorovaikutuksessa>. Viitattu 21.4.2021

Selin, R. 2004. Ilman tuntoa et pärjäisi. Saatavilla: [https://www.tiede.fi/artikkeli/jutut/artikkelit/ilman\\_tuntoa\\_et\\_parjaisi](https://www.tiede.fi/artikkeli/jutut/artikkelit/ilman_tuntoa_et_parjaisi). Viitattu 20.4.2021

Seniorikodit. 2021. <https://www.seniorikodit.fi/hoivakodit/vantaa/kuninkaanhovi/>. Viitattu: 6.2.2021.

Suhonen, J., Pirttilä, T., Erkinjuntti, T., Koponen, H., Makkonen, M., Puurunen, M., Raivio, M., Rinne, J., Rosenvall, A., Strandberg, T., Vanninen, R., Vataja, R. 2010. Muistisairauksien diagnostiikka ja lääkehoito. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2010. Numero 18. Saatavilla: <https://www.duodecimlehti.fi/duo99068>. Viitattu: 11.03.2021.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021. Saatavilla: <https://thl.fi/fi/web/kansantaudit/muistisairaudet>. Viitattu: 7.2.2021.

University Hospitals of Leicester. 2017. UHL “Twiddlemuff” Guidelines. Saatavissa: <http://www.library.leicestershospitals.nhs.uk/PAGL/Shared%20Documents/Twiddlemuff%20UHL%20Guideline.pdf>. Viitattu: 7.2.2021

Vuoksimaa, E. Kognitiivisten toimintojen muutokset – mikä on ikääntymistä, mikä sairautta? Saatavissa: <duo14952.pdf> (helsinki.fi). Viitattu: 6.3.2021

Wiktionary. Muhvi. Saatavilla: <https://fi.wiktionary.org/wiki/muhvi>. Viitattu: 21.04.2021



## Kuvalähteet

Kuva 2, kotiopas.fi, 2021, Saatavissa: <https://www.kotiopas.fi/properties/hoivakoti-kuninkaanhovi-huvimaja-salonki-aurinkosali/>

Kuva 4 & Kuva 5, Dementia onlineshop, 2021, Saatavissa: [https://www.dementiaonlineshop.com/epages/dementia.sf/fi\\_FI/?ObjectPath=/Shops/20111021-11092-64659-1/Products/AKT-0002](https://www.dementiaonlineshop.com/epages/dementia.sf/fi_FI/?ObjectPath=/Shops/20111021-11092-64659-1/Products/AKT-0002)

Kuva 6, FidgetBlanketsGifts, 2021, Saatavissa:  
[https://im.i.etsystatic.com/18026561/r/il/c3357f/2889916530/il\\_794xN.2889916530\\_mtky.jpg](https://im.i.etsystatic.com/18026561/r/il/c3357f/2889916530/il_794xN.2889916530_mtky.jpg)

Kuva 7, FidgetBlanketGifts, 2021, Saatavissa: [https://www.etsy.com/listing/894602999/fidget-blanket-dementia-busy-blanket?ref=shop\\_home\\_active\\_1&pro=1](https://www.etsy.com/listing/894602999/fidget-blanket-dementia-busy-blanket?ref=shop_home_active_1&pro=1)

**LIITTEET**

## **1 Kuninkaanhovin Hoitokodin suullisen haastattelun runko/ muistilista**

### **Yleistä:**

Onko teillä aiemmin ollut vastaavia tuotteita?

Jos on niin mitä?

Oletteko kokeneet toimiviksi?

Millaisissa tilanteissa nämä tulisivat käyttöön?

### **Huolto:**

Minkä asteinen pesu?

Kuinka usein?

### **Virikkeistä:**

Pesun ajaksi irrotettavia, vai pesun kestäviä?

Jos irrotettavia, mitä ottaa huomioon?

Ajatuksena esim. rapistelumuovia, renkuloita, pitsiä, martoilta kindermunahelistin ja napsutin (esimerkkejä mukana) Ajatuksia näistä?

Olisiko virikkeitä hyvä olla sekä sisä-, että ulkopuolella?

Olisiko virikkeiden hyvä olla monisensorisia? (näkö, tunto, kuulo?)

### **Ulkonäöstä:**

Kirkkaita vai neutraaleja värejä. Paljon vai vähän?

Olisiko hyvä olla neutraali putkilo vai voisiko olla kyseessä esimerkiksi eläimen näköinen?

Jos virikkeitä ulkopuolella olisiko niiden hyväolla selkeästi erottuvia, vai voiko ne sulautua muhviin?

### **Bonus:**

Onko mitään, missä koette parantamisen varaa hypistelymuhveissa ja/tai onko teillä ideoita mitä ne voisivat olla?

## 2. Haastattelun runko Helsingin Muistiyhdistys ry

### Yleistä

Onko teillä omakohtaista kokemusta hypistelymuhveista tai vastaavista tuotteista? Jos on, niin oletteko kokeneet ne hyödyllisiksi?

### Virikkeistä:

Olisiko virikkeitä hyvä olla sekä sisä-, että ulkopuolella?

Olisiko virikkeiden hyvä olla monisensorisia? (Esimerkiksi näköaistin huomioiminen kirkkailla ja erottuvilla virikkeillä, helistintyyppiset tai rapisevat virikkeet, yms.) sen lisäksi että otettaisiin huomioon vain kosketustuntuma?

Olisiko ns. toiminnallisia virikkeitä hyvä olla mukana virikemuhvissa? Esim. kankaaiset luukut joita voi avata ja sulkea, vetoketjut, nyörit joita letittää yms?

Jos kyllä, tuleeko mieleen muita mahdollisia vastaavia virikkeitä, jota voisi harkita?

### Ulkonäöstä:

Olisiko värien hyvä olla kirkkaita vai neutraaleita?

Olisiko värejä hyvä olla hallitusti, vai paljon?

Olisiko hypistelymuhvin virikkeiden hyvä olla selkeästi erottuvia varsinaisesta muhvista?

...

Ajatuksenani oli kehittää virikemuhvia eteenpäin. Tällä hetkellä mielessäni oli lähteä suunnittelemaan virikemuhvia, joka on myös avattavissa ja levitettävissä pöydälle. Lisäksi mietin mahdollisuutta lisätä sisälle irrotettavissa oleva kauratyyny, jolla saisi halutessaan lämpöä ja painoa muhville.

Kuulostaako idea mielestänne varteenotettavalta?

Olisiko teillä tähän liittyen jotain ideoita tai ajatuksia?

Olisiko teillä jotain muita, ideoita tai ajatuksia, joilla hypistelymuhveja voisi mielestänne parantaa?

Kiitos paljon ajastanne ja vastauksista! Voitte vastata suoraan tähän dokumenttiin tai kirjoittaa vastaukset muuten itsellenne helpoimmalla tavalla.

## Toimeksiantajan palaute

Laura Riuttamäki on osoittanut hyviä ja kohteliaita vuorovaikutustaitoja tavatessamme. Asiat ovat hoituneet sovituissa aikatauluissa. Olemme positiivisesti yllättyneitä Lauran ideasta ilahduttaa vanhuksia hypistelymuhveilla. Suunnitteluvaiheessa Lauralla oli jo valmiita ideoita muhvin toteutukseen. Laura teki yhteistyötä kanssamme kysyen mielipiteemme ja varmistaen asioita mitä koimme tärkeiksi muhvilla. Näitä oli mm. 60 asteen konepesun kestävyys, riittävän vahva kiinnitys, erilaisia materiaaleja joita voi tunnustella. Suunnittelun pohjalta valmistettu koemalli täytti kaikki odotukset kiitettävästi. Emme malta odottaa että saamme käyttöömmä nämä ihanat ja monipuoliset hypistelymuhvit. Kuninkaanhovin asukkaat kiittävät!