



Oamk Journal

Oulun ammattikorkeakoulun julkaisuja

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenne saattaa erota alkuperäisestä sivutukseltaan ja painoasultaan.

This is an electronic reprint of the original article. This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä/Please cite the original version:

Joensuu, J., Vihelä, M. & Myllykangas, K. 2021. Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen toimintakyvyn tukeminen vaatii monipuolista osaamista. Oamk Journal 89/2021. <http://urn.fi/urn:nbn:urn:nbn:fi-fe2021121660902>

Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen toimintakyvyn tukeminen vaatii monipuolista osaamista

16.12.2021 - Joensuu Jaana, Vihelä Mari, Myllykangas Kirsi

Aivoverenkiertohäiriöön sairastuu vuosittain noin 25 000 suomalaista, joten kyseessä on merkittävä sairausryhmä sekä yksilötasolla että yhteiskunnallisesti tarkasteltuna. Sairastumisen mukanaan tuomat toiminnan haitat voivat olla hyvin laajakirjoisia, ja kuntoutuskäytäntöjen hallinta vaatii hoitohenkilökunnalta paljon ammattitaitoa. Kehittämishankkeen myötä järjestetyt koulutuspäivät olivat vahvistamassa henkilökunnan aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen kuntoutukseen liittyvää osaamista.

Aivoverenkiertohäiriöön (AVH) sairastuneilla potilailla tavataan useita erilaisia oirekuvia [1]. Niiden taustalla on aivojen toiminnallinen rakenne, joka määrittelee aivoalueiden tehtävät. Sairastumisesta johtuvan vaurion sijainti puolestaan määrittelee sen, mikä alue aivojen toiminnassa häiriintyy [2]. Kuntoutuksella voidaan vaikuttaa aivojen häiriintyneeseen toimintaan, jolloin säännöllinen aivojen aktivointi palauttaa menetettyä toimintakykyä. [1] [3] [4]

Aivoverenkiertohäiriö voi vaikuttaa kehon liikkeentuohtoon, tunteuksiin ja päivittäisiin toimintoihin, kuten kävelyyn, syömiseen tai erittämiseen. Potilasta aktivoidaan asento- ja liikehoidolla sekä ohjauksella, jotka ovat suhteutettu potilaan toimintakykyyn. Ohjaus voi olla niin fyysistä kuin sanallistakin, ja siihen saattaa sisältyä apuvälineiden hyödyntäminen. Perustarpeet, kuten riittävä ravitsemus ja erittämisen toiminnot, tulee turvata. AVH-potilaan hoitamisessa tärkeää on tukea kehon kaksipuolista symmetriaa aktivoimalla halvaantuneen tai tiedostamattoman puolen käyttöä. [5] [6] [3]

Myös näönvaraisten toimintojen heikkeneminen voi vaikuttaa päivittäiseen selviytymiseen, jolloin ympäristöön on syytä kiinnittää huomiota esteettömyydellä, valaistuksella, kontrasteilla sekä turhien ärsykkeiden poistamisella [7] [8] [9].

Aivoverenkiertohäiriö saattaa jättää jälkensä kommunikaatioon, millä puolestaan on vahva yhteys ihmisen psyykkiseen hyvinvointiin. Siksi hoitajalta vaaditaan herkkyyttä työskennellessään potilaan kanssa, jonka kielellinen ilmaisu on heikentynyt. Tilanne on myös hyvin herkkä väärinymmärryksille, joten on suotavaa antaa kommunikoinnille tilaa, pitää ympäristö rauhallisena ja hyödyntää apuvälineitä potilaan kommunikaation tukena. [8] [6]

Neuropsykologiset haasteet

Aivotapahtuma voi aiheuttaa myös kognitiivisia haasteita eli vaikeuksia ajattelua vaativissa toiminnoissa. Näitä voivat olla toiminnan suunnittelu, päätösten tekeminen ja monivaiheiset tehtävät. Hoitajan on tärkeä tunnistaa näiden ulkoisesti näkymättömien oireiden lisäksi myös käyttäytymisessä ja tunne-elämässä näkyviä haasteita, sillä silloin niihin voidaan vaikuttaa [10].

Neglect (kuva 1) on tyypillinen tarkkaavaisuuden oirekuva, joka ilmenee siten, ettei potilas tiedosta toista puolta kehostaan tai ympäristöstään. Hän saattaa törmäillä ovenpieliin, syödä lautaselta vain toisen puolen tai kääntää katseensa pois tiedostamattomalta puolelta. Neglect voi vaikuttaa päivittäisiin toimintoihin monin eri tavoin, ja se voi näkyä liikkumisen, ruokailun, sosiaalisten tilanteiden tai turvallisuuden haasteina. Kuntoutumista tuetaan johdonmukaisella ohjauksella, joka tapahtuu huomiotta jäävältä puolelta. Periaatteena on aktivoida tätä puolta kehon symmetrian, havaitsemisen ja ongelmanratkaisun kehittämiseksi. [6] [7] [5]



Kokonaisvaltaista ja johdonmukaista kuntoutusta

Kokonaisvaltaisessa kuntoutuksessa on tärkeää tunnistaa sairauden tuomat haasteet sekä ympärillä olevat vahvuudet ja soveltaa niihin näyttöön perustuva tieto moniammatillisesti. Johdonmukainen kuntoutus kulkee potilaan mukana ympärivuorokautisesti kaikkien ammattiryhmien toteuttamana eikä näin ollen ole irrallinen osa potilaan hoitoa. Säännöllisyys vahvistaa kuntoutuksen vaikuttavuutta. Kuntoutusta tulee myös arvioida ja suunnitella jatkuvasti, jotta se pysyy ajantasaisena vastaten potilaan tarpeita. Kokonaisvaltainen suunnittelu huomioi sekä psykososiaalisen, fyysisen että kognitiivisen kuntoutustarpeen. [3] [12]

Psyykinen ja sosiaalinen tuki on tärkeää. Sairastuminen voi herättää monenlaisia tunteita, joiden käsittelyssä ympäristön tuki on merkittävässä roolissa. Omaisten ohjaaminen onkin osa hoitajan toimenkuvaa. Sosiaalisuutta voidaan tukea myös ryhmäkuntoutuksilla, vertaistuellalla sekä sopeutumisvalmennuksilla. Masennuksen tunnistamiseen tulee kiinnittää huomiota, koska sen esiintyminen on AVH:n jälkeen

yleistä ja alidiagnosoitua. Elämän merkityksellisyys vaikuttaa myös fyysiseen kuntoutumiseen, ja yhden kokonaisvaltaisuuteen kuuluvan osa-alueen vahvistuminen voimistaa epäsuorasti myös toista aluetta. [1] [8] [13]

Vaikka vaikuttavilla kuntoutuskäytännöillä on selkeä yhteys potilaan toimintakyvyn palautumiseen ja terveydenhuollon kustannuksiin, tutkimukset paljastavat siinä olevan puutteellisuutta. Kuntoutus myös ohjautuu varsin usein terveyskeskusten vuodeosastoille, joissa sen vaikuttavuus on matalampaa suhteessa kuntoutusyksiköiden toimintaan. Terveyskeskuksissa tapahtuvassa kuntoutuksessa on nähty tarpeelliseksi lisätä kuntoutuksen määrää, kehittää suunnittelua sekä kouluttaa hoitohenkilökuntaa. Tarve kuntoutuskäytäntöjen kehittämiseksi on siis perusterveydenhuollon vuodeosastoilla olemassa. Henkilökuntaa kouluttamalla voidaan vahvistaa potilaan toimintakykyä tukevaa ammattitaitoa. [14] [15] [16]

Tietoa, taitoja ja asennetta kehittämässä

Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneiden kuntouttamisen osaamista pyrittiin kehittämään opinnäytetyönä tehdyssä kehittämisprojektissa Kalajoen terveyskeskuksen vuodeosaston kanssa. Tarkoituksena oli toteuttaa yksi tai useampi kehittämisiltapäivä, joiden aiheita ja sisältöjä kartoitettiin osallistujille suunnatun ennakkokyselyn avulla. [11]

Tietoa toimivista kuntoutusmenetelmistä on hyvin saatavilla, eikä tiedonhankinta itse menetelmistä ollutkaan koulutustilaisuuden rakentamisen kannalta haastavin alue. Oleellista oli, miten tieto saataisiin syvennettyä teoriasta käytäntöön, jotta siitä tulisi vaikuttavaa.

Henkilökunnan ammattitaitoa pyrittiin kasvattamaan niin tiedollisen, taidollisen kuin asenteellisenkin osaamisen alueilla. Kehittämisspäivien runko rakennettiin tavoitteiden mukaan Engeströmin täydellisen oppimisen mallia [17] mukaillen (taulukko 1).

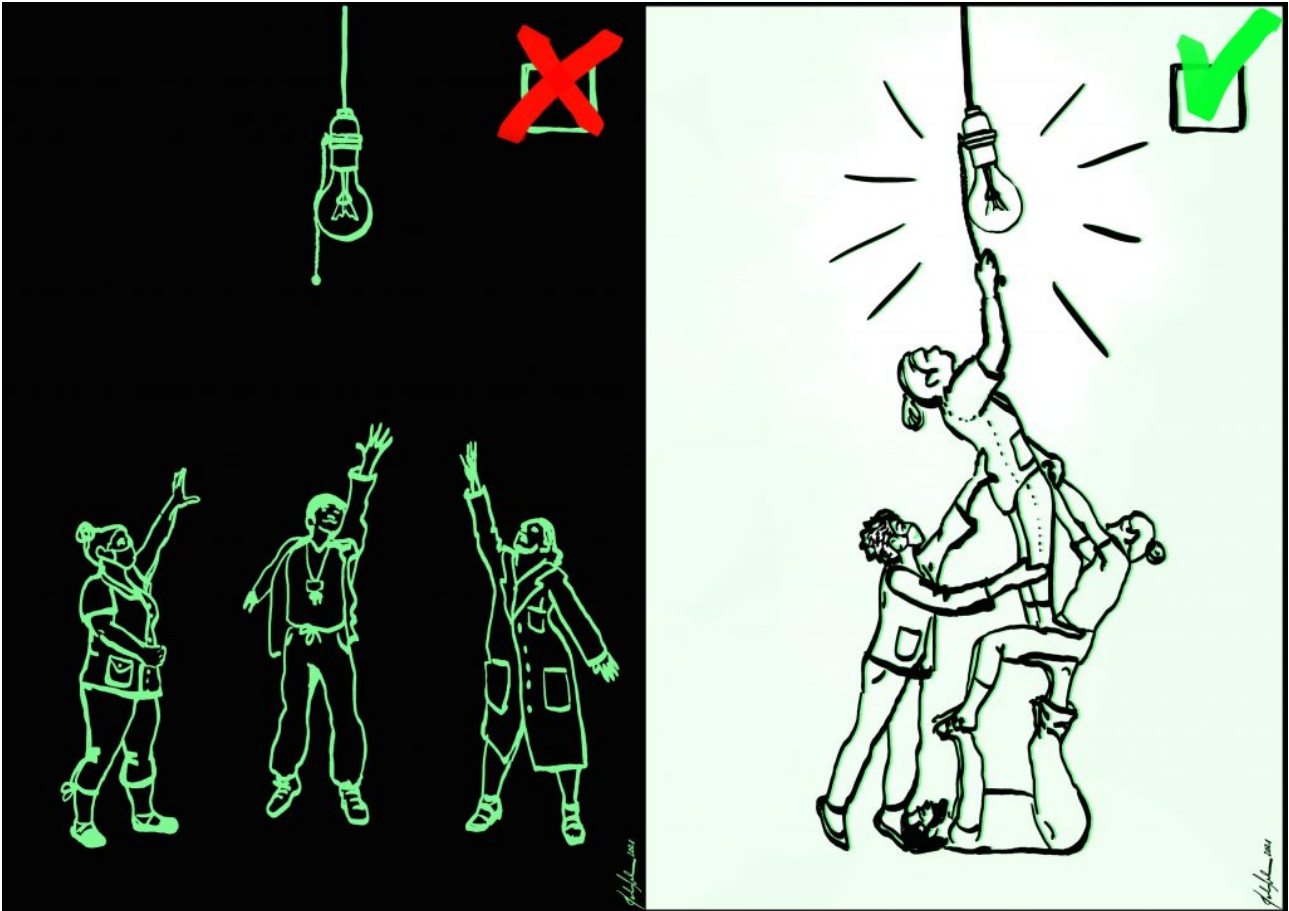
TAULUKKO 1. Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen kuntoutumisen tukeminen -
koulutusiltapäivän sisällöt tavoitteet ja keinot

Koulutuksen sisältö	Tavoitteet ja keinot
1. Asenteellinen ammattitaito Motivoituminen potilasnäkökulman kautta	Tavoite: opiskeltavan asian arvostus ja merkityksellisyyden kokeminen Keino: Video, joka rakennettiin keräämällä aiemmin tehdyistä tutkimuksista tietoa aivoverenkiertohäiriöön sairastuneiden potilaiden ja heidän läheistensä kokemuksista.
2. Tiedollinen ammattitaito Orientoituminen ja oppiminen teorialuennon kautta	Tavoite: Tiedon sisäistäminen ja ymmärtäminen Keino: Luento, jonka sisältönä oli aivoverenkiertohäiriöpotilaan kuntoutumisen tukeminen, vaikuttavat kuntoutuskäytännöt, ja niitä perusteltiin huolellisesti.
3. Taidollinen ammattitaito Yhteistoiminnallinen kuntoutuksen suunnittelu	Tavoite: Tiedon soveltaminen Keino: Kuntouttavan toiminnan suunnittelu ryhmätyöskentelynä
4. Itsereflektio palautteen ja keskustelun kautta	Tavoite: Kokonaiskäsitteksen vahvistuminen ja syväinen oppiminen Keino: Yhteiskeskustelu koulutuksen herättämistä ajatuksista ja ideoista. Palautelomakkeen täyttäminen.

Järjestetyissä kehittämispäivissä kiinnitettiin huomiota erityisesti koulutusmenetelmiin. Alkuun esitettiin ajatuksia herättelevä video aivoverenkiertohäiriöön sairastuneiden kokemuksista, minkä tarkoituksena oli lisätä osallistujien motivaatiota aihetta kohtaan. Tämän jälkeen uuteen tietoon tutustuttiin luentovideon [18] avulla.

Oppimisen vahvistamiseksi videoissa hyödynnettiin musiikkia, käytännön esimerkkejä sekä vertauskuvia. Projektia varten teetetyt kuvat olivat myös osiltaan vahvistamassa syväisempää oppimista. Tiedon soveltamisen taitoja vahvistettiin yhteistoiminnallisessa osuudessa, jossa osallistujat saivat kaksi kuvitteellista

potilascasea, joille he pohtivat ryhmässä hoidon tarpeita, hoidon tavoitteita sekä sopivia hoitotoimia tavoitteiden saavuttamiseksi. (Kuva 2.)



Myönteistä palautetta kehittämisiltapäivistä

Koulutukseen osallistui 18 vuodeosaston työntekijää, joista kaikki vastasivat palautekyselyyn. Palautekyselyllä hankittiin tietoa koulutuksen laadusta, hyödyistä sekä mahdollisista jatkohankkeista. Kysely rakennettiin Likertin asteikkoa ja määrällistä tutkimusmenetelmää hyödyntäen. [19]

Kaikki osallistujat kokivat kehittämisiltapäivät erittäin hyödyllisiksi sekä ammatillista osaamista vahvistaviksi. Vapaassa palautteessa nostettiin esille aiheen tärkeys ja kehittämistyön tarpeellisuus. Uuden tiedon lisäksi osallistujat pitivät tarpeellisena palauttaa mieleen jo jollain tasolla tuttujakin kuntoutuksen toimintamalleja.

Koulutusmenetelmiä piti erittäin mielekkäinä 56 prosenttia ja hyvin mielekkäinä 44

prosenttia. Kaikki vastaajat arvioivat käytetyt opetusmenetelmät erittäin tai hyvin opettavaisiksi.

Puolet vastaajista koki saaneensa koulutuksista paljon ja puolet jonkin verran lisää tiedollista ammattitaitoa. Asenteellisen ammattitaidon muutos näyttäytyi motivaation vahvistumisena. Kokemusvideon potilasnäkökulmat koskettivat ja herättivät keskustelua. Kuntoutuksen suunnitteluun kuuluva ja taidollisen osaamisen kasvuun tähtäävä toiminnallinen osuus jäi varsin suppeaksi, mutta 11 vastaajaa 18:sta koki saaneensa jonkin verran ideoita kuntoutuksen suunnitteluun. Tässä osiossa ryhmätyöskentely koettiin sekä mielekkääksi että moniammatillista yhteistyötä lisääväksi.

Hoitohenkilökunta kaipasi edelleen lisäkoulutusta konkreettisina käytännön harjoituksina, kuten kertaushetkinä fysioterapeuttien kanssa. Moniammatillisia kehittämispäiviä sekä yhteistyötä kaivattiin lisää ja säännöllinen koulutus koettiin tarpeelliseksi ammattitaidon ylläpitäjäksi AVH-potilaiden kuntoutumista tukevassa työskentelyssä.

Säännöllinen kouluttautuminen ylläpitää ammattitaitoa

Projekti nosti esiin tarpeen sisällyttää työelämään säännöllistä koulutusta AVH-potilaiden kuntoutumisen tukemisesta. Säännöllinen koulutus toimisi tärkeänä ja ammattitaitoa ylläpitävänä työkaluna puhuttaessa kuntoutuskäytäntöjen hallinnasta. Tällaisten kertaushetkien sisällyttäminen voisikin olla tarpeellinen lisä perusterveydenhuollon vuodeosastojen toimintaan.

Myös koulutusmenetelmiin olisi syytä kiinnittää huomiota, jotta tieto saavuttaisi kohderyhmänsä ja alkaisi elämään käytännön toiminnassa. Vasta silloin kouluttautuminen tavoittaa syvimmän tarkoituksensa edistää hoidon laatua niin yksilön kuin yhteiskunnankin näkökulmasta.

Joensuu Jaana, sairaanhoitajaopiskelija

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Vihelä Mari, lehtori

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Myllykangas Kirsi, lehtori

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Artikkeli perustuu opinnäytetyöhön:

Joensuu, J. 2021. Aivoverenkiertohäiriöpotilaan kuntoutumisen tukeminen.

Kehittämissilltapäivä Kalajoen terveyskeskuksen vuodeosaston hoitohenkilökunnalle. Oulun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021102018788>

Lähteet

[1] Aivoinfarkti ja TIA. 2020. Käypä hoito -suositus. Duodecim. Hakupäivä 1.6.2020. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50051>

[2] Jehkonen, M., Nurmi, L. & Nurmi, M. 2020. Aivoverenkiertohäiriöt. Teoksessa M. Jehkonen, T. Saunamäki & L. Hokkanen (toim.) Kliininen neuropsykologia. Helsinki: Duodecim, 198–220.

[3] Kauhanen, M-L. 2015. Aivoverenkiertohäiriöt. Teoksessa J. Arokoski, M. Mikkelsen, T. Pohjolainen & E. Viikari-Juntura (toim.) Fysiatria. 5. uud. p. Helsinki: Duodecim, 231–242.

[4] Nukari, J. & Poutiainen, E. 2020. Neuropsykologinen kuntoutus. Teoksessa M. Jehkonen, T. Saunamäki & L. Hokkanen (toim.) Kliininen neuropsykologia. Helsinki: Duodecim, 506–536.

[5] Caplan, L. 2005. Stroke. Yhdysvallat: American Academy of Neurology.

[6] Holmia, S., Murtonen, I., Myllymäki, H. & Valtonen, K. 2003. Sisätautien, kirurgisten sairauksien ja syöpätautien hoitotyö. 4–5., uud. p. Porvoo: WS Bookwell Oy.

- [7] Aivoliitto. 2020. Muut toimintakyvyn neuropsykologiset häiriöt. Hakupäivä 2.11.2020. <https://www.aivoliitto.fi/aivoverenkiertohairio/sairastumisen-jalkeen/muutokset/muut-hairiot/>
- [8] Aivotalo. 2018. Aivot ja toimintakyky. Hakupäivä 2.11.2020. <https://www.terveyskyla.fi/aivotalo/aivot-ja-toimintakyky>
- [9] Poutiainen, E., Laari, S. & Kauranen, T. 2020. Näköhavainnon häiriöt. Teoksessa M. Jehkonen, T. Saunamäki & L. Hokkanen (toim.) Kliininen neuropsykologia. Helsinki: Duodecim, 117–141.
- [10] Paltamaa, J., Karhula, M., Suomela-Markkanen, T. & Autti-Rämö, I. 2011. Hyvän kuntoutuskäytännön perusta. Käytännön ja tutkimustiedon analyysistä suosituksiin vaikeavammaisten kuntoutuksen kehittämishankkeessa. Kela, Helsinki. Hakupäivä 1.9.2020. <http://hdl.handle.net/10138/24581>
- [11] Joensuu, J. 2021. Aivoverenkiertohäiriöpotilaan kuntoutumisen tukeminen. Kehittämisiltapäivä Kalajoen terveyskeskuksen vuodeosaston hoitohenkilökunnalle. Oulun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Hakupäivä 17.11.2021. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021102018788>
- [12] Winstein, C., Stein, J., Arena, R., Bates, B., Cherney, L., Cramer, S., Deruyter, F., Eng, J., Fisher, B., Harvey, R., Lang, C., MacKay-Lyons, M., Ottenbacher, K., Pugh, S., Reeves, M., Richards, L., Stiers, W. & Zorowitz, R. 2016. Guidelines for Adult Stroke Rehabilitation and Recovery. A Guideline for Healthcare Professionals From the American Heart Association/American Stroke Association. Stroke 47 (6), e98–e169. Hakupäivä 1.9.2020. <https://doi.org/10.1161/STR.000000000000098>
- [13] Czekierda, K., Keller, J., Knoll, N., Luszczynska, A. & Zarychta, K. 2019. Links between meaning in life and physical quality of life after rehabilitation: Mediating effects of positive experiences with physical exercises and mobility. PloS one 14 (10), e0224503. Hakupäivä 1.8.2020. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0224503>
- [14] Koskinen, M. 2016. AVH:n sairastaneiden kuntoutukseen ohjautuminen ja kuntoutuksen toteutuminen 2013–2015. AVH-kuntoutuksen seurantatutkimuksen

loppuraportti. Aivoliitto ry:n julkaisusarjan raportti 11. Hakupäivä 1.5.2020.

https://dyajetwym1cg9.cloudfront.net/assets/files/4204/avh-kuntoutuksen_seurantatutkimuksen_loppuraportti.pdf

[15] Saarela, T., Seppä, J., Sipilä, M. & Virranniemi, L. 2012. Asiakkaan ja kodin kytkeminen sosiaali- ja terveydenhuollon saumattomaan hoito- ja palveluketjuun. KYTKE-hanke. Oulun Eteläinen osahanke. Loppuraportti. Hakupäivä 17.11.2021. <https://docplayer.fi/4531027-Kytke-hanke-1-3-2010-31-10-2012-asiakkaan-ja-kodin-kytkeminen-sosiaali-ja-terveydenhuollon-saumattomaan-hoito-ja-palveluketjuun.html>

[16] Takala, T. 2009. AVH:n sairastaneiden kuntoutukseen ohjautuminen ja kuntoutuksen toteutuminen 2006–2009. AVH-kuntoutusprojektin loppuraportti. Aivohalvaus ja dysfasialiitto ry:n julkaisusarjan raportti 7. Hakupäivä 10.6.2020. https://dyajetwym1cg9.cloudfront.net/assets/files/4892/avh-kuntoutustutkimuksen_loppuraportti.pdf

[17] Engeström, Y. 1982. Perustietoa opetuksesta. Valtiovarainministeriö, Helsinki. Hakupäivä 11.9.2020. <http://hdl.handle.net/10224/3665>

[18] Joensuu, J. 2021. Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen kuntoutumisen tukeminen. Luentotalenne. Video. Youtube. Hakupäivä 28.11.2021. <https://youtu.be/2vyHYPGe8Lo>

[19] Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa – määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.

METATIEDOT

Tyyppi: Artikkel

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu

Julkaisunumero: 89/2021

Julkaisuvuosi: 2021

Tekijätiedot: Joensuu Jaana, Vihelä Mari, Myllykangas Kirsi

Oikeudet: CC BY-SA 4.0

Kieli: suomi

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:urn:nbn:fi-fe2021121660902>

Tiivistelmä: Aivoverenkiertohäiriöt (AVH) ovat Suomessa merkittävä sairausryhmä niin yksilötasolla kuin yhteiskunnallisestikin tarkasteltuna. Hyvien kuntoutuskäytäntöjen hallinnalla on osoitettu olevan vaikuttava rooli potilaan toimintakyvyn palautumisessa sairastumisen jälkeen. Sairastuminen voi tuoda mukanaan laajakirjoisia toiminnanhaittoja ja kuntoutuskäytäntöjen hallinta vaatii hoitohenkilökunnalta laaja-alaista ammattitaitoa. Tällaista ammattitaitoa voidaan lisätä kouluttamalla henkilökuntaa. Tätä tavoiteltiin opinnäytetyönä tehdyssä kehittämisprojektissa, jonka yhteistyökumppanina toimi Kalajoen terveyskeskuksen vuodeosasto. Tarkoituksena oli hoitohenkilökunnan kouluttaminen AVH-potilaiden kuntoutumisen tukemiseen ja se toteutettiin järjestämällä kaksi kehittämisiltapäivää vuodeosaston henkilökunnalle. Kehittämisprojektilla pyrittiin vahvistamaan henkilökunnan ammatillista kasvua ja sitä kautta vaikuttamaan työyksikön kuntoutuskäytäntöihin. Osallistujat kokivat kehittämisiltapäivät tarpeellisina ja ammatillista osaamista kehittävinä. Ammattitaidon ylläpitäminen säännöllisillä koulutuksilla ja käytännön harjoituksilla nähdään tarpeellisena myös jatkossa.