

Katja Väyrynen

HYVÄ SAATTOHOITO- YMPÄRISTÖ ON KAIKKIEN ETU



Opas suunnittelutyöhön

Julkaisusarja:	B, Oppimateriaaleja ja kokoomateoksia: 39
Julkaisusarjan vastaava toimittaja:	Kari Tiainen
Graafinen suunnittelu ja taitto:	Salla Anttila, Katja Leinonen

@ Tekijä ja Karelia-ammattikorkeakoulu

Tämän teoksen osittainenkin kopiointi on tekijänoikeuslain mukaisesti kielletty ilman nimenomaista lupaa.

ISBN 978-952-275-171-3 (painettu)
ISBN 978-952-275-172-0 (verkkojulkaisu)
ISSN-L 2323-6876
ISSN 2323-6876

Joensuu, Laser Media Oy, 2015

Karelia-ammattikorkeakoulu – Julkaisutoiminta
julkaisut@karelia.fi
tahtijulkaisut.net

SISÄLLYS

SUUNNITTELIJAN TERVEHDYS	4
SAATTOHOITOYMPÄRISTÖJEN SUUNNITTELUN TAUSTAA	6
SUUNNITTELUN PERIAATTEET JA TOTEUTUSESIMERKIT	12
Mallinnuksen 3D-kuvat	14
Luontoelementit ja luonnonmateriaalien käyttö osana hyvää ympäristöä	17
Valaistuksen, ilmanvaihdon ja ilmansuuntien vaikutus saattohoitoympäristöön	22
Tilan hahmotettavuus perustana harmonialle ja käytettävyydelle	23
Värisävyjen valinta ikkunan ilmansuunnan mukaan	25
Yksilöllisyys ja arvokkuus ohjaavat tilan muuntelua ja käyttöä	27
Perhettä tukevien ratkaisujen huomioiminen - turvallisuus ja viihtyvyys syntyvät tuttuudesta ja toimivuudesta	28
Kauneutta aisteille - pienillä asioilla on suuria vaikutuksia tilaan	30
Ajanmukaisuus, kestävyys, taloudellisuus ja muunneltavuus suunnittelun periaatteina	31
Fengshui-näkökulman soveltaminen	34
LOPUKSI	36
LÄHTEET	38
LIITTEET	40
Liite 1. Ympäristön arviointi- ja parannusideatyökalu	41

SUUNNITTELIJAN TERVEHDYS

Hyvän hoitoympäristön suunnittelu ja kehittäminen on ollut yksi haaveistani jo Paletti-hankkeen (Palliativisen- ja saattohoidon osaamisen vahvistaminen ja rakenteiden kehittäminen asiantuntijayhteistyönä Pohjois-Karjalan maakunnassa 1.4.2013–31.3.2015) ollessa vasta aihiona työpöydälläni ideapaperina useita vuosia sitten. Sairaaloita ja terveyskeskuksia on remontoitu eikä niiden yhteydessä ole mielestäni riittävästi huomioitu hoitoympäristöjen suunnitteluun liittyviä tutkimuksia ja ohjeita, jotka toki ovat pääasiassa kansainvälisiä ja hankalasti saatavia. Myös potilaiden, omaisten ja hoitohenkilöstön mielipiteitä tulisi kuulla enemmän. Hyvä hoitoympäristö syntyy yhdistämällä monen eri alan osaajien osaamista yhteisen tavoitteen toteuttamiseksi. Paletti-hankkeessa on luotu nimenomaan saattohoitotyön näkökulmasta neutraalin, kulttuurista riippumattoman saattohoitoympäristön kuvaus ja sen visuaalisen mallinnus, jossa kuvataan eri osatekijöitä käyttöperusteluineen. Kommentteja ja ideoita ovat antaneet hanketoimijat, lääkärit, hoitajat, omaiset, potilaat ja alan opiskelijat. Suunniteltuja osatekijöitä voidaan valita käytettäväksi ehostuksessa, remonttien tai uusien kohteiden suunnittelussa sopivana yhdistelmänä erilaisia toteutusvaihtoehtoja varten, sekä muiden hoitoympäristöjen suunnittelussa. Toivottavasti Paletti-hankkeessa tehty mallinnus edistää tulevaisuudessa myös ympäristöjä koskevaa tutkimusintoa meillä Suomessakin. Saattohoito on erityisen tärkeä vaihe potilaalle hänen ihmisarvonsa, elämänsä viimeisten päivien ja erityistarpeidensa vuoksi. Yhtälailla omaisten huomioiminen tuo esiin odotuksia ja tarpeita, joita tilasuunnittelussa on huomioitava. Hyvä ympäristö auttaa myös henkilöstöä tekemään työnsä laadukkaasti, kohtaamaan vaikeita tunteita ja yksilöllisiä tuen tarpeita. Tarkoituksenmukainen ja tunnelmaltaan viihtyisä tila tukee kaikkien osapuolten kokemusta hyvästä hoidosta sekä auttaa kuoleman käsittelyssä, sekä mahdollistaa puitteet parhaaseen annettavissa olevaan hoitoon. Mitä haavoittuvaisempi ihminen on, sitä vahvemmin ympäristö vaikuttaa häneen (Kotilainen 2014). Tiedämme myös aistien olevan aktiivisia ja mukautuvia. Silti on ajateltu, ettei nähtävillä asioilla ole merkitystä sairaana, kun hoito on hyvää. Tulee kuitenkin muistaa, että sokeakin osaa kuvata, miltä tila tuntuu ja että tilaa käyttävät muutkin kuin potilas. Ympäristöllä on merkitystä!

Hyvän saattohoitoympäristön suunnittelussa huomioidaan mm. esteettömyys, ergonomia, turvallisuus, yksityisyys, viihtyvyys ja funktionaalisuus. Näiden lisäksi huomiota kiinnitetään tunnelmaan, eri kulttuureihin soveltumiseen, omaisen läsnäolon mahdollistamiseen ja tarkoituksenmukaisen välineistön sijoitteluun. Tilan tulee soveltua usealle eri käyttäjäryhmälle. Jokaisen käyttäjän kokemus tilan viihtyisyydestä on subjektiivinen, joten myös muunneltavuus on tärkeää. Nämä kaikki edellyttävät hoitoympäristöjen suunnitteluun aiempaa laajempaa näkökulmaa. Toivottavasti tämän helppolukuisen ja havainnollistavan suunnitteluoppaan luominen kaikkien käyttöön, suomalaiseen saattohoitotyön kulttuuriin soveltuen ja erilaisia mallinnuskokeimuksia hyödyntäen lisää mahdollisuuksia hoitoympäristöjen kehittämistoimiin niin hoivakodeissa kuin suuremmissa sairaaloissakin.

Katja Väyrynen

YTM, Pohjois-Karjalan aikuisopiston ammatillinen opettaja, Paletti-hankkeen projekti-asiantuntija ja yrittäjä kiinalaisen lääketieteen ja fengshui-sisustamisen alalla

SAATTOHOITO- YMPÄRISTÖJEN SUUNNITTELUN TAUSTAA

Saattohoitoa toteutetaan Suomessa pääasiassa sairaalaympäristöissä, joiden haasteena on mm. yksityisyyden puute, huono sisäilma, meluisuus, häiritsevä valaistus ja sisustuksellisten ratkaisujen niukkuus. Useimmille ihmisille tärkeä luontonäkymä on usein unohdettu osa hoitoympäristöä. Ympäristöllä tarkoitetaan tässä fyysistä, osapuolten välittömässä läheisyydessä olevaa ja heidän käyttämäänsä hoitoyksikön sisätilaa.

Keskeisiä tilasuunnittelua ja rakentamista ohjaavia ohjeita löytyy rakennusalan ammatillisille Rakennustieto-kortistosta. Lisäksi Valvira ja aluehallintoviranomainen ohjaa ja valvoo mm. hoito- ja hoivaympäristöjen perustamiseen, laatuun ja omavalvontaan liittyvissä asioissa. Suunniteltaessa uutta saattohoitoympäristöä keskeiseksi nousee myös riittävä tila (Valviran suositus: vähintään 20m²/ 1hh). Tanskalaisen saattohoitokonseptin mukaan tilaa tulisi olla 25-35m²/ 1hh ja omaisella tilaa tämän lisäksi erillisessä huoneessa. Usein suurimpana toteutuksen haasteena ovat kustannustehokas, nopea rakentaminen ja tähän liittyen tilan koko sekä erilaiset materiaalivalinnat. Nämä asiat on pyritty huomioimaan Paletti-hankkeen mallinnuksessa. Mallinnusympäristön koko on noin 25m² sisältäen potilaan tilan, kylpyhuoneen, minikeittiön ja tilan omaiselle. Halutessa mallinnuksessa olevaan huoneeseen voidaan lisätä käynti ulos terassille tai parvekkeelle sekä eristyskäyttöön tarvittava erillinen eteinen.

Näyttöön perustuva suunnittelu (EBD) on vahvaa Amerikassa ja yleistynyt myös muissa länsimaissa. Aiheesta ovat kirjoittaneet mm. Hamilton, Watkins, Levin, Ulrich, Sackett ja sillä tarkoitetaan päätöksen tekoa, johon asiakas itsekkin voi vaikuttaa ja joka perustuu parhaaseen käytettävissä olevaan sekä tutkimuksista ja projektien arvioinneista saatuun tietoon. The Center of Health Design's Association julkaisee lehteä HealthCareDesign ja levittää jatkuvasti kokemuksia ja kehittämistyön tuloksia. Ulrich (2001, 2004) kirjoittaa useissa lähteissä siitä, kuinka hyvä hoitoympäristö vähentää stressiä ja parantaa hoitotuloksia. Tällä hetkellä luodaan ja kehitetään monia terapeutisia ja parantavia ympäristöjä, joista ei vielä ole tieteellistä näyttöä, mutta on myös luotu vastaavia ympäristöjä joista näyttöä tutkimuksin on jo saatu. Caseja on kuvattu pelkästään USA:ssa satoja tehohoitoyksiköiden suunnittelusta ja remonteista. Arkkitehdit kehittävät jatkuvasti sairaalas suunnittelua. Pohjoismaissa potilaan yksityisyyden tarve, turvallisuus, paremmat hoitoympäristöt, omaisille varattu tila, tehokkaat työympäristöt sekä infektioiden torjunta ja laatutyö ohjaavat ja haastavat suunnittelua. Suunnittelijoille nämä kaikki kokemukset, tiedot ja tutkimukset toimivat työn lähtökohtana heidän pyrkimyksissään luoda käytössä olevaan tietoon perustuen paras mahdollinen tilasuunnittelullinen ratkaisu tilaajalle. Niin tässäkin Paletti-hankkeessa tehdyssä kehittämistyössä, jonka tavoitteena oli luoda mallinnus jota voidaan hyödyntää uusia ympäristöjä suunniteltaessa tai vanhoja remontoimassa. Sitä muokataan resurssien edellyttämin tavoin erityisesti saattohoitoympäristöjä luotaessa. Tällaista mallinnusta ei ole tehty Suomessa aiemmin.

Jo vuonna 1995 The Society of Critical Care Medicine:ssa kirjoitettiin ohjeistusta siitä, mitä hoitoympäristössä tulisi olla: luontoyhteys, ikkuna, kello, kalenteri, tarjotinpöytä, tyynykaiutin ja radio, television kaukosäädin. Hamiltonin ja McCuskey Shepleyn (2010) mukaan palliatiivisessa hoidossa olevan potilaan hoitoympäristö muuttuu ja eroaa tehohoitoyksiköstä siten, että potilaalle hoidossa läsnä on vähemmän teknologiaa ja tutkimuslaitteita sisältävä ympäristö, jossa rauhallisuus, luontoyhteys, luonnonvalo ja omaisten läsnäolo mahdollistetaan. Tilaa tulisi voida hyödyntää erilaisiin keskusteluihin ja tunnekokemusten käsittelyyn. Surua on voitava käsitellä hoitoympäristössäkin.

Musiikki ja luontoyhteys vähentävät osapuolten kokemaa stressiä. Omaisten stressiin voidaan vaikuttaa mahdollistamalla heidän läsnäolonsa potilaan luona, tiedottamalla heitä (esim. puhelin, Skype), ja tarjoamalla mahdollisuus wc:n ja suihkun käyttöön jos oleskellaan potilaan luona. Suotavaa olisi tarjota myös kirjasto, josta saa lukemista. Hyvä ympäristö ja toiminnallisuus vaikuttavat myös hoitajien stressitasoon, koska he voivat nähdä omaisia ja keskustella heidän kanssaan ja tehdä hoitotyönsä hyvin. Käytettäessä erilaisia työmenetelmiä tilassa tulisi huomioida myös eri ammattiryhmien tilankäyttötarpeet (esim. fysioterapia, täydentävät hoitomuodot, hengellisyyden hoito). Nelson et al. (2001) sekä Ulrich (2001) ovat myös kuvanneet ympäristön merkitystä stressin vähentämiseksi. Yksityisyys, äänimaailman hallittavuus, nähtävien asioiden valinta ja levon mahdollistaminen ovat tärkeitä seikkoja. Äänimaailmaa voidaan parantaa esim. akustovilla pinnoilla, kolahdusta estävillä hidastimilla tai kumistoppareilla, käyttämällä hälytyslaitteissa vilkkuvaa valoa kovan äänen sijaan ja yhden hengen huoneilla.

Hamilton & McCuskey Shepleyn (2010) koostavatkin toimittamassaan case-tapauksia esittelevässä kirjassa, että ympäristön avulla voidaan tukea myös potilaan ja omaisen hallinnan tunnetta. Yksityisyys, oman sosiaalisen tilan tarve ja reviiri tulee huomioida. Lisäksi hallinnan tunne ja vaikuttamismahdollisuudet kohdistuvat myös valaistuksen ja äänimaailman säätelyyn. Sosiaalinen tila ja tuki hoitoympäristössä ovat tärkeämpää kuin esteettinen kauneus. Sosiaalisen tuen tarjoamis- ja osoittamismuotoja ovat Malkin (2000) mukaan esim. tv, nojatuoli, vuode, kasvit, tavaroiden säilytystila sekä hierontalaitteet.

Useissa kansainvälisissä artikkeleissa ja projekteissa, kuten EHE ja Hospice Forum Danmark, on todettu, että hyvä hoitoympäristö vaikuttaa myönteisesti sekä potilaan elintoimintoihin että hoitohenkilöstön hyvinvointiin. Ulrich (2004) on tutkinut ja selvittänyt hoitoympäristöjen vaikutusta sekä potilaisiin että henkilöstöön ja todennut, että hyvä ympäristö vähentää mm. kivun ja stressin tuntemista, lisää turvallisuutta, parantaa hoitotyön kokonaislaatua ja vaikuttaa henkilöstön työhyvinvointiin. Nykänen ym. (2008) korostavat, että näytöllä voidaan tarkoittaa myös esteettisiä ominaisuuksia ja ympäristön sosiaalisia vaikutuksia.

Iso-Britanniassa on aktiivisesti kehitetty sairaala- ja hoivaympäristöjä. Mallinnuksessa huomioitiin myös ns. Tanskan mallin suosituksia ja EHE-ohjelman hoitoympäristön suunnittelun periaatteita sekä jatkokehitettiin niitä maakunnassa tehtyjen valokuvausten, kyselyn, keskustelujen ja Iso-Britanniassa tehtyjen benchmarking-käyntien perusteella. Kuntakierrosten yhteydessä toteutetussa kyselyssä huomioitiin Kivelän kirjallisuuskatsauksessaan (2012) esiintuomat näkökulmat ja niitä tarkennettiin yksityiskohtien avulla hyvän saattohoitoympäristön eri osatekijöiden merkityksen selvittämiseksi. Tärkeitä ovat perhekeskeisyyttä, yksityisyyttä, turvallisuutta sekä viihtyisyyttä ja esteettisyyttä tukevat tilaratkaisut. Opinnäytetyössään Kallio ja Iso-Markku (2012) ovat tarkastelleet hoitoympäristöjä lasten kannalta. Paletti-hankkeessa suunnittelussa huomioitiin myös lapsiomaist, joskin lasten saattohoitoympäristön luomisessa tulee mallinnuksen periaatteita soveltaa lapsen näkökulma huomioiden.

Värit, muodot ja materiaalit ovat hyvin tärkeitä sisustuksellisia elementtejä. Suunnittelussa on hyvä tarkastella väriopin keskeisiä käsitteitä sekä pohtia väripsykologian kannalta värin vaikutusta ihmiseen (Rihlama 1997). Paletti-hankkeessa visualisoiduissa ja mallinnetuissa ympäristöissä huomioidaan myös joitakin klassisen fengshuin periaatteita pienimuotoisesti. Edellä mainittujen osalta tarkastellaan erityisesti käytettävien värien, materiaalien ja muotojen suhdetta toisiinsa. Tämä on Suomessa hyvin vähän tutkittu aihe, joten on perusteltua tuoda tietoa myös näistä ratkaisuista ja tarkastella sekä pilotoida niiden käytettävyyttä.

- » Valaistus on muuten sairaalassa ihan liian kirkas - väärät lamput silmien päällä...
- » Kun on sairastanut ja ollut sairaalassa, on siellä niin yksitoikkoista ja kolkkoa...väriä ei ole...
- » palvelutalossa olisi mukavaa saada olla loppuun saakka ja inhimillistä, kun on tutut tavarat ja hoitajat. Sairaalassa olet yksin...Minulla on ollut koira, vaan ei enää...olisihan se hyvä, jos saisi sukulaisia ja niiden elukoita käymään...
- » Ja luontoa pitää nähdä. Nyt kun näen katon ja sen yli, niin toivoisin toisen paikan...
- » Tuoksut olisi hyvä, jos niitä saisi, ehkä ei haista, mutta ei sairaalan hajut ole hyväksi...
- » Minun omaiset yöpysivät kyllä siskolla, mutta tässäkin jos voisi, jos hoitajilta saisi lisäpeittoja ja muita tarvikkeita...olisihan ne omaiset viimeisinä päivinä tärkeitä...
- » Tärkeintä olisi saada olla kivuton...ja että hoidetaan miten ihminen itse tahtoo... Hoitotahto, ei minulta ole sitä kysytty, mutta pitänee puhua itse jollekin.
- » Ihanteellinen saattokoti olisi järven rannalla, ikkunasta näkyisi vesistö, kuulisi luonnon äänet ikkunasta, jos sen avaa ja luonto- se on tärkeä osa, kun minäkin olen talonmiestyötä tehnyt ja aina ollut ulkoilmassa. Nyt on toisin, kun ei pääse ulos...
- » Mukava, että olette kiinnostuneet meidän asioista ja hyvällä asialla. Kyllä ihmisen sairaana olo on kärsimystä, ei sitä tarvitse lisätä hoitajien kiireellä ja huonoissa paikoissa makaamalla...

Palliatiivisen potilaan ajatuksia hyvästä saattohoitoympäristöstä

Taustatietoa suunnittelua ja mallinnusta varten koottiin Pohjois-Karjalan kunnista ja hoivakodeista valokuvaamalla nykyisiä ympäristöjä ja toteuttamalla niissä tiloja koskeva webropol-kysely. Kyselyyn vastasi yksilö- ja yhteisövastaajina hoitohenkilökuntaa, potilasryhmän edustaja ja lähihoitajaopiskelijoita. Muutama vastaajista vastasi myös omaisen näkökulmasta osallistuttuaan itse läheisensä saattohoitoon. Potilaan ja omaisten esiintuomat toiveet ovat tulleet sellaisenaan huomioiduksi suunnittelun periaatteita laadittaessa.

Usein hoivakodeissa on oma huone, omat huonekalut ja koriste-esineet, tavallinen sänky, tutut ja turvalliset asiat lähellä. Sairaalayksiköiden osalta vastauksissa korostui, että potilaalla on sama huone kuin ennenkin eli huoneessa voi olla muitakin potilaita/asukkaita. Jotkut toivat esiin myös sen, että ympäristö on vaativa, laitospäinen, kylmä väritään, huono valaistukseltaan ja jopa ilmaisu "riisuttu" käytettiin pitkäaikaiseen asumiseen tarkoitettuun laitoshoitoon liittyen. Huoneiden kattovalaisimet ovat tyyppisiä loisteputkivalaisimia verkkoritilöin, seinät usein harmaanvalkeat. Sairaalassa hoito toteutuu osastolla yleensä kahden hengen potilashuoneissa. Joissakin kunnissa hoitoyksiköissä on erillinen saattohoituhuone.

Hoitajien mielestä teknologian käyttö ja mahdollisuudet koettiin vieraaksi. Esiin tuotiin mm. idea skype-yhteysmahdollisuudesta omaisiin, joskaan sitä ei vielä käytetty. Katon värillä tai rakenteella ei koettu olevan merkitystä tai se oli vähäinen. Sen sijaan aikuisopiskelijoiden vastauksissa värien ja pintojen merkitys koettiin tärkeämpänä, samoin muu sisustaminen ja teknologian hyödyntämisen mahdollisuudet. Lemmikkien vierailumahdollisuus koettiin tärkeäksi kaikkien vastaajajoukkojen osalta.

Hoitohenkilöstö toivoi isompia huoneita ja tilaa myös omaisen sängylle/vuodesohvalle. Sängyt olisi hyvä saada jopa vierekkäin. Apuvälineitä nostamiseen/siirtämiseen tarvitaan ja niitä tulisi käyttääkin aktiivisemmin. Happi- ja imu olisi hyvä olla jokaisessa huoneessa. Tarvittaisiin tuoleja, asentotyynyjä, valaisimia lempeää valaistusta varten ja sisustustuotteita enemmän. Jotain herkkää ja kaunista saattohoituhuoneeseen tv, radiosoitin, mikro ja vedenkeitin ja jääkaappi. Sairaalatekstiilit tulisi uusia raikkaisiin ja tuoda niihin vähän väriäkin. Yhtenäinen kalustus (pöytä, sänky, lipasto) ja tekstiilit (verhot, matto, päiväpeite) ovat toivottuja.

Erään opiskelijan ilmaisu "Ihan erilainen kuin nykyinen laitoshuone" kuvaa hyvin tahotilaa ympäristöstä, jossa saattohoitopotilasta alalle tulevat työntekijät haluaisivat potilasta hoidettavan. Opiskelijoiden vastauksissa korostui se, että ympäristön tulee olla tarkoituksenmukainen ja siellä on värillisiä seinäpintoja (vaaleat sävyt) sekä sisustustekstiilejä. Musiikki voisi soida halutessa ja huoneilman tulisi olla lämmin ja vedoton. Opiskelijat toivat esiin myös sen, että hoitajien positiivisuus ja lämmينhenkisyys, kiireettömän kohtaamisen taito on osa viihtyisää ympäristöä.

SUUNNITTELUN PERIAATTEET JA TOTEUTUSESIMERKIT

Suunnittelussa huomioitiin näyttöön ja kirjallisuuteen perustuvia seikkoja sekä haastatteluissa ja kyselyissä esiin tulleita toiveita ja näkökulmia. Näiden perusteella laadittiin periaatteet, joita sovellettiin esimerkkeinä yhdenlaisista ratkaisuksista. Visuaalista mallinnusta varten tehtiin ensin pohjapiirros, jossa eri toiminnalliset alueet tulevat esiin ja rakennusohjeistus (RT-kortisto) huomioiduksi. Sen jälkeen laadittiin valaistussuunnitelma, valittiin materiaalit, mallikalusteet ja värimaailma sekä lisättiin viihtyisyystekijöitä. Mallinnus rakennettiin 3D-muotoon pääelementeiltään, jotta tarkastelu ja periaatteiden soveltamisen esimerkit ovat opasta lukevilla tai ehostusta tekeville tahoille konkretisoituja. Lisäksi periaatteita testattiin Joensuussa, Siilaisen terveystieteiden sairaalassa kolmessa potilashuoneessa tehdyissä pienissä ehostuksissa sekä Pohjois-Sairaan sairaanhoito- ja sosiaalipalveluiden kuntayhtymän 2K-yksikössä. Näistä on kuvat ja selitykset sovellusesimerkeistä eri periaatteita tarkentavien kappaleiden yhteydessä.

Saattohoitohuoneen suunnittelun ja ehostuksen periaatteet ovat:

- » Luontoelementit ja luonnon materiaalien käyttö
- » Valaistus ja ilmanvaihdon säädeltävyys sekä ilmansuuntien vaikutuksen huomiointi
- » Tilan hahmotettavuus
- » Värisävyt valitaan ikkunailmansuunnan mukaan
- » Yksilöllisyys ja arvokkuus ohjaavat myös tilan muuntelua ja käyttöä
- » Perhettä tukevat ratkaisut otetaan huomioon
- » Turvallisuus ja viihtyvyys syntyvät tuttuudesta ja toimivuudesta
- » Ympäristössä käytetään aktiivisesti hyödyksi taidetta, musiikkia ja käsityötä
- » Ajanmukaisuus, kestävyys, taloudellisuus ja muunneltavuus

Mallinnuksen 3D-kuvat

3D-mallinnus tehtiin noin 25 m² kokoiseen huoneeseen. Suunniteltaessa uutta tilaa on mahdollista sijoittaa sivuseinälle kapeampi ikkuna ja ikkunallinen ovi, josta voisi saada tilaan rai-kasta ilmaa tai käynnin parvekkeelle/puutarhaan. Lisäksi huoneen sisäänkäynnin yhteyteen voidaan tarvittaessa sijoittaa erillinen eteistila. Alla olevissa kuvissa on hieman selitetty eräitä periaatteita. 3D-mallinnukseen viitataan myös periaatteita tarkentavissa oppaan kohdissa.



Kuva 1. Näkymä potilaan suunnasta tilaan. Potilas näkee matalammalle sijoitetusta ikkunasta ulos, suoraan eteensä ja sisäänkäynnille. Taustalla oleva minikeittiö ja kylpyhuone jäävät katseelta suojaan. Esteettisyyden huomiointi on tärkeää hoitoympäristöissäkin.

Kuva 2. Epäsuora-valaistus, yleisvalaistus ja kattoratkaisut käyttöön myös hoitoympäristöissä.

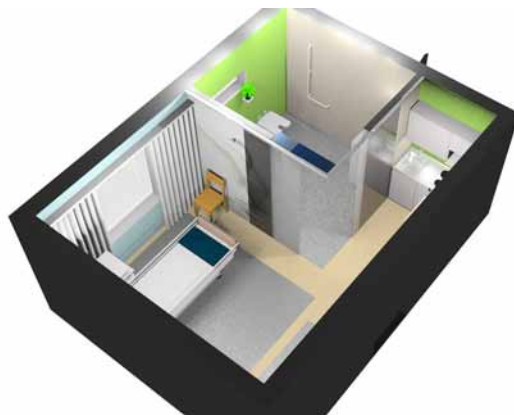


Kuva 3. Tilan eri osien hahmotettavuutta voidaan korostaa pintojen erilaisilla väreillä ja materiaalein. Kyselyissä toivottiin vaalean sinistä, beigeä, valkoista, hopeaa ja keltavihreää.

Kuva 4. Näkymä omaisen alueelta tilan eri osiin. Minikeittiöön on sijoitettu tila mikroaaltouunille, kahvin- ja vedenkeittimille, liedelle (ei nykyisin tarpeellinen), minijääkaapille, astioille ja tarvikkeille sekä roska- ja vesipisteelle. Lukittava pieni alakaappi on omaisen tavaroita varten. Keittiökaapiston päälle voidaan sijoittaa ilmalämpöpumppu, josta se ei aiheuta vedontunnetta.



Kuvat 5 ja 6. Tilan eri osat havainnekuvin. Käyttämällä erilaisia pintojen värejä voidaan tilan hahmotettavuutta parantaa. Myös valaistuksen suunnittelun avulla voidaan hahmottamista ja tilan käyttöä parantaa huomattavasti.



Kuva 7. Tilaa muunneltavuudelle. Omaisen sohvasänkyä voidaan siirtää tarvittaessa lähelle potilasta tai sijoittaa välialueelle yksi tai useampi tuoli. Potilassänkyä voidaan myös siirtää ja liikutella sekä tuoda tilaan suihkulaveri ja siirtää potilas omaan kylpyhuoneeseen sillä.



Kuva 8. Päätyseinä on vaalea taivaan sininen. Printtitarra muistuttaa omaisia ja hoitajia potilaalle tärkeästä läsnäolosta ja hänen toiveidensa huomioimisesta. Runkopatjasänky toimii sohvana ja omaisen vuoteena. Potilassängyn päädyssä sivulla on kääntövarressa oleva pieni äly-tv. Se mahdollistaa kuvien, ohjelmien ja mielimusiikin kuuntelun. Lipastoon saadaan sijoitettua hoitotarvikkeet potilaan katseen ulottumattomiin, mutta myös potilaan omille kuville ja tavaroille on lipastossa ja sen päällä tilaa. Pieni naulakkotila on vierailevia omaisia varten. Hyllyille voidaan sijoittaa pienesineitä tai vaihdettavia tauluja sekä silkkiviherkasveja luomaan tunnelmallisuutta.



Kuva 9. Kylpyhuoneen oviaukossa liukuovet mahdollistavat suihkutuolin ja suihkulaverin käytön. Esteettömyys sekä avustamiseen tarvittava tila on myös huomioitu.

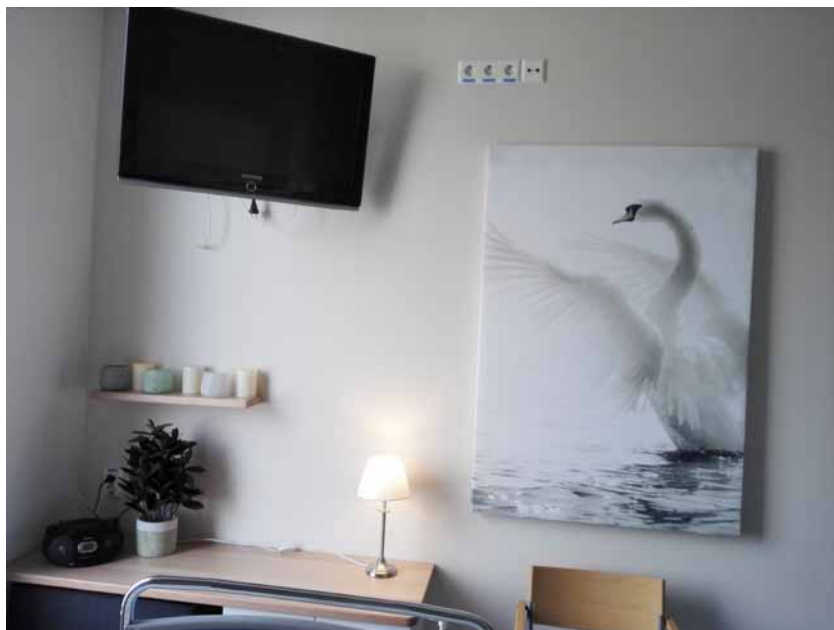
Luontoelementit ja luonnonmateriaalien käyttö osana hyvää ympäristöä

Luontoelementtien ja luonnonmateriaalien käyttöön on lukuisia vaihtoehtoja, kuten puutarhat, kukka-istutukset, silkkikasvit ja pleksi tai lasi jolla on kuvaprintti/teippaus. Myös tekstiileihin valittavat materiaalit ja kuviointi voivat korostaa luontoaihetta, samoin kattomaalaukset, akustiikkaelementit tai paneeliverhot. Valokuvasta voidaan tehdä tapetti halutun kokoisena, samoin valokuvasta voidaan painaa kaakeleihin kuvio tai printtikangas. Valmiita tuotteita löytyy kaikista kuva-aiheista ja näistä löytyy edullisemmin ratkaisuvaihtoehtoja. Tärkeää on miettiä, millaisen mielikuvan valittu kuvio tai kuva luo tilaan ja mikä on sopiva kuvan mittasuhte. Suuria kuviota tulee katsella aina kauempaa.

3D-mallinnukseen valittiin musta-valkea joutsen-tapetti, joka kuvaa lentoon lähtöä tai joutsenen laskeutumista kevyesti, herkästi. Mielikuva on positiivinen myös negatiivisessa tunnetilassa katsottuna. Kyseessä on kansallislintumme, johon liittyy vahvoja piirteitä sen lajiominaisuuksien vuoksi, lisäksi se on kaunis ja uljas lintu. Vastaavanlaisesta rohkeutta tarvitaan myös kuoleman kohtaamisessa. Mustavalkoisena tapetti sopii moniin valittuihin värikokonaisuuksiin.

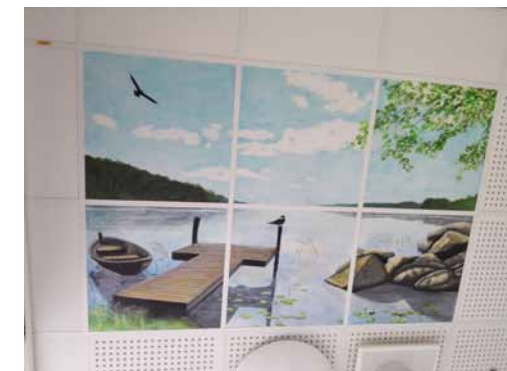


Kuva 10. Potilaan näkymä ennen ehostusta.



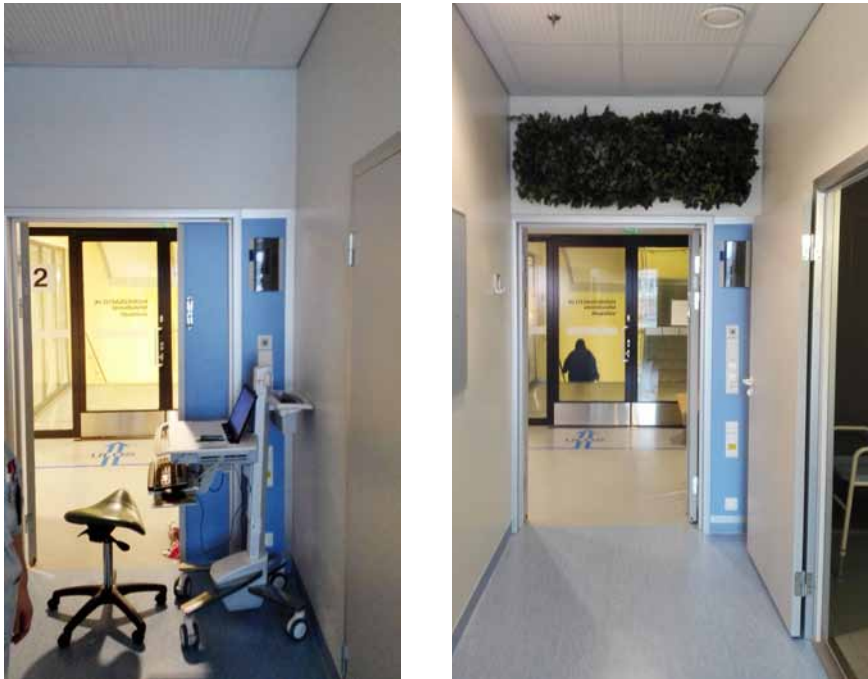
Kuva 11. Näkymä ehostuksen jälkeen. Taulu on teetetty PKSSK:n 2K potilas-huoneeseen canvaspohjalle haluttuun kokoon ja sijoitettu potilaan näkökenttään vastakkaiselle beigeiksi maalatulle seinälle. Pienesineet, silkkiviherkasvi ja pöytälamppu tuovat tilaan lämpöä ja väriä.

Kattomaalauksissa voidaan käyttää esim. pilvitaivas-maalausta, joka sijoitetaan erilliselle pohjalle tehtynä ikään kuin tauluksi kattopintaa vasten. Taulun taakse tehdään epä-suoravalaistus led-nauhalla/loisteputkivalaisimin tasaisen pehmeän valon saamiseksi sivusuuntaan. Kattokoriste voidaan myös toteuttaa digiprinttinä akustoivalle levyille. Akustoivana elementtinä yleisesti seinä- ja kattopinnoilla voidaan käyttää akustoivia kattolevyjä tai seinäkkeitä. Kattoon sijoitettava levy voi olla myös irrotettava ja se voidaan tarvittaessa päällystää vaikka potilaan mielijulisteella.



Kuvat 12 ja 13. PKSSK, 2K-osasto, akustoiviin 60x 60cm kattolevyihin tehty maalaus, jossa huoneen perusvärit toimivat pääväreinä ja se on suunniteltu potilaiden toiveaiheesta, suomalaisesta järvimaisemasta. Näkymä hoitajille ja omaiselle on nurinpäin hieman rauhaton, mutta potilaalle tarkoitettu näkymä puolestaan rauhallinen näkymä, jossa yksityiskohtia.

Viherkasvien kohdalla kannattaa käyttää harkintaa. Niiden hoitaminen, mullassa olevat homeitiöt ja kasvin valontarve vaativat hieman enemmän kuin silkkiviherkasvit. Ne sijoitetaan huoneeseen ja kylpyhuoneeseen tuomaan vehreyttä. Niitä voidaan pestä ja desinfioida tarvittaessa. Pienikokoiset silkkiviherkasvit soveltuvat erilaisiin tiloihin hyvin ja pehmentävät nurkkatiloja. Ruukku valitaan huoneessa muutoin käytettävistä sävyistä, samoin kukkien sävy mikäli valitaan kukkiva kasvi. Ruukkujen muoto on mieluiten pyöreä pehmeämmän muotokielen takia. Mikäli käytetään puumateriaalia tai sen jäljitelmiä valitaan yksi puulaji käytettäväksi. Liian montaa erilaista puulajia käyttämällä luodaan levottomuutta samoin kun liian suurella värimäärällä tai värin sävyjen ristiriidoilla. Kalustus on hyvä pitää yksinkertaisena ja neutraalina. Näin se on aikaa kestävä ja monesti myös helpommin yhdisteltävä.



Kuvat 14 ja 15. Esimerkki PKSSK, 2K:n kapea käytävämainen oviympäristö. Vasemalla kuva ennen ehostusta, jolloin tunnelma on varjoisa ja kylmä. Oikealla ehostettu tila, jossa sivuseinät on maalattu beigellä ja sijoitettu viherseinäke oven yläpuolelle tuomaan pehmeyttä ja väriä. Ilmoitustaululle voidaan sijoittaa tiedote- ja opaslehtisiä sekä naulakkoon vierailevan läheisen ulkovaatteet.

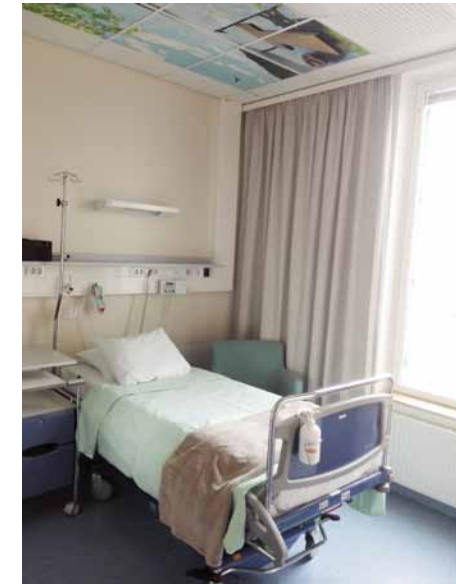


Kuvat 16 ja 17. Joensuun kaupungin, Siilaisen sairaalan 1B osastolle lisätyt silkkiviherkasvit värillisissä ruukuissaan, vaalean taivaansinisen tason päällä ja puukäsinojallinen nojatuoli tuovat luontoelementtiä sisätilaan. Värit löytyvät myös tilassa olevasta verhosta, joka peittää putkiston ja kovan maalarin valkoisen seinäpinnan.

Potilaan sängyn jalkopäähän voidaan asettaa torkkuhuopa, joka on tehty puuvillasta, villasta tai lammastaljasta. Väri valitaan käytetyistä sisustusväreistä valkoista lukuun ottamatta, sillä saattohoituhuoneessa olisi hyvä käyttää valkoisia liinavaatteita, joka luo tunteen puhtaudesta, ilmavuudesta ja kepeydestä. Liinavaatteiden värinkesto laituskäytössä on oltava 95 asteisen pesun kestävä, minkä vuoksi käytettävä värivalikoima on hyvin niukka.



Kuvat 18. PKSSK 2K, ennen ehostusta.



Kuva 19. Torkkupeitto lämmittää tarvittaessa niin potilasta kuin hänen omaistaan. Beiget verhot ovat runsaat, pehmentävät ja peittävät ainoastaan seinäpintaa, eivät ikkunanäkymää. Sälekaihtimet voidaan nostaa päivisin täysin ylös tarpeen mukaan tai sulkea. Verholla voidaan myös peittää ikkunaseinä. Pieni pyörillä oleva nojatuoli siirtyy tilassa tarpeen ja tarkoituksen mukaan.

- » Suosi silkkiviherkasveja kauniissa ruukuissa. Ruukun värinä yksi huoneen muista väreistä.
- » Tekstiilit, joissa puuvillaa, villaa ja mahdollisesti luonto- tai eläinaiheinen kuviointi tuovat tilaan elävyyttä. Ei suuria kuvioita!
- » Kattomaalaukset, akustiikkaelementit tai verhot pehmentävät äänimaailmaa ja niihin saa painettua lähes mitä tahansa kuvia.

Valaistuksen, ilmanvaihdon ja ilmansuuntien vaikutus saattohoitoympäristöön

Valaistus ja ilmanvaihdon säädeltävyys sekä ilmansuuntien vaikutuksen huomiointi luovat lisäarvoa saattohoitoympäristölle. Valaistus voidaan tehdä epäsuorasti, päivävalolamppuja ja himmentimiä käyttäen. Lisäksi käytetään tarkoituksenmukaisia työ-, yö- ja pöytävalaisimia. On tärkeää huomioida päivänvalon määrä ja sen vaikutus valittuihin väreihin ja lisäksi valaisimissa käytettävä lampputeho ja valon lämpötila, jotka nekin vaikuttavat värisävyyteen. Ihanteellisinta olisi päivävalolamppujen käyttö ja se että huoneeseen tulisi luonnon valoa ikkunasta. Siirrettävillä pöytävalaisimilla luodaan helposti kodinomaista tunnelmaa ja pehmeyttä. Valaisimen valinnassa huomioidaan tilassa muuten käytettävät muodot, värit ja teema, mikäli sellaista käytetään.

3D-mallinnuksessa käytetään epäsuoraa valaistusta ja suunnattavia valonlähteitä katos- sa. Ne toimivat reuna-alueella kylpyhuoneessa ja huoneen sivuseinillä kahden yleisvalon lisäksi riittävänä ja muunneltavana valonlähteenä auttaen tilan hahmotettavuutta. Yksittäisillä esineillä on paljon merkitystä. Joutsen-teemaan soveltuisi höyhenin päällystetty pöytävalaisin, joka toisi tapetin kuvan elävämmäksi herkällä tavalla. Myös yksinkertainen peruspöytävalaisin pyöreällä varjostimella toimii tilassa hyvin. Valaisimen jalka tulee olla harjattua terästä, jottei kromin kiiltävyys ja kovuus häiritse.

Sairaalahuoneita suunniteltaessa sängyn pääpuolen päätyihin sijoitetaan yleensä valaisin, sähkö ja happi-imu -yhdistelmä kiskomaiseen rakenteeseen ja imupussin teline hieman alemmas seinään kiinnitettäväksi. Usein Suomessa happi- ja imutoiminnot sijoitetaan seinälle. Voisiko ne olla uusissa rakennuksissa sijoitettuna vaihtoehtoisesti lattiarakenteeseen? Käytettäessä tällaisia leveitä seinävalaisimia valotehon säädettävyys ja erityisesti sen ylöspäin suuntautuminen on tärkeä ottaa huomioon. Seinälle suunnattu valokeila voi korostaa esim. kaunistakuvaa tai tekstiä. Printtitarroja saa melko edullisesti eri toimittajilta joko valmiina teksteinä, kuvioina tai omista teksteistä ja kuvista teetettynä.



Kuvat 20-22. Vasemmalla iltapäivävalossa huone, kun sälekaihtimet on nostettu varjon puoleisessa huoneessa ylös. Keskellä samaan huoneeseen valkoisena teetetty printtitarra, joka näkyy pehmeästi illan valossa, kun verho on laskettu, mutta auki. Oikealla ilman kattomaalausta olevassa tilassa Siilaisen 1B:n huoneessa sama tarra tumman ruskeana. Värillä ja valon laadulla on väliä.

Saattohoitohuoneessa on huolehdittava vedottomasta ilmanvaihdosta sekä ilman raikkaudesta ja lämpötilan sopivuudesta potilaalle ilmalämpöpumpulla tai tuulettimella. Loppuvaiheessa hengityksen vaikeutuessa lisähappi ja tuulen vire tuntuvat usein hyvältä, mutta kylmä, liian kovasta ilmastoinnista johtuva vedon tunne ei ole hyväksi. Pesutilanteita ennakoiden huoneen lämpötilaa on hyvä voida nostaa hieman. Kesäisin tilat voivat lämmitä liikaa ja tästä syystä ilmalämpöpumpun sijoittaminen huoneessa kohtaan josta se ei puhalla suoraan potilaaseen on mahdollinen vaihtoehto viilennyksen aikaan saamiseksi. 3D-mallinnuksessa ilmalämpöpumpulle on varattu tila minikeittiön kalusteen päälle.

- » Tarkista, ettei yleisvalaisin häikäise potilasta silmiin.
- » Suosi päivävaloa joko ikkunasta tai lamppuvalinnoissa! Avaa sälekaihdin! Nosta verhot!
- » Hanki pöytä- tai lattiavalaisimia epäsuoraan valaistukseen. Kiinnitä huomiota huoneen väreihin, materiaaleihin ja tunnelmaan sopivan valaisimen hankkimiseksi. Vähemmän on enemmän!
- » Teetä seinätarrat teksteistä, kuvista tai kuvioista. Helppo liimata ja saatavissa toiveaiheesta!
- » Tunnustele ilmanvaihtoa eri aisteillasi ja säädä tila vedottomaksi! Mikäli ilmalämpöpumppu on käytettävissä, säädä lämpötilaa aktiivisesti potilasta kuullen ja havainnoiden.

Tilan hahmotettavuus perustana harmonialle ja käytettävyydelle

Suunniteltaessa hoitoympäristöjä on huomioita erilaiset tilan käyttötarpeet ja niiden alueet. Hyvässä saattohoitoympäristössä on potilaan alue, hoitajille riittävä työtila ja hoitoalue, hygieniapiste, omaisten alue sekä wc- ja kylpyhuonetilat. Nämä WHR Architects:n käyttämät ja näyttöön perustuvassa hoitoympäristöjen suunnittelussa huomioitavat alueet on huomioitu myös mallinnuksessamme. Erilaisia tilan osia erotetaan toisistaan sisustussuunnittelullisin keinoin eli käyttämällä erilaisia materiaaleja, värejä tai muita visuaalisia keinoja.

Yksityisyyden huomiointi, hyvät opasteet, valolla korostetut tilan osat ja esteettömyys ovat perusta toimivalle ympäristölle. 3D-mallinnuksessa lattiassa käytetään päälattiamateriaalia, johon tehdään toisella sävyllä mattomainen alue potilaan hoitoalueeksi ja luomaan tilantuntua lattiapintaan. Kylpyhuoneessa oviaukon kohdalla väri vaihtuu myös vaalean harmaaseen. Sävy valitaan läheltä tilassa käytettäviä värejä, tässä tapauksessa joutsen-tapetin keskittumaa harmaata. Tila on kynnyksetön ja täyttää esteettömyysohjeet. Kylpyhuoneessa on tehostevärinen seinä ja se avautuu leveästi auki kulman molemmiin puolin liukuovien ansiosta. Lasi laskee valoa läpi, mutta käytettäessä opaalisia tai teippauksia, se antaa riittävän suojan.



Kuva 23. 3D-mallinnus, jossa tilaa voi hahmottaa pintojen värien ja materiaalien avulla.

Huoneeseen sijoitetaan kaksi yleisvalaisinta esim. kattopintaan upotettava valaisin tai kodinomaisuuden tuntua lisäävä plafondi-yleisvalaisin. Niiden tehtävänä on valaista yleinen kulku- ja työskentelyalue niin hoitajille kuin omaisillekin. Ikkunan eteen kattopintaan sijoitetaan suunnattavat pienet ledit. Yksi voi valaista potilaan saamaa kukkakimppua sairaalapöydällä, yksi ikkunan edustaa ja yksi lentoon lähtevää joutsenta seinäpinnalla.

Kylpyhuoneessa yleisvalaistus tehdään epäsuoran päävalaistuksen avulla sijoittamalla loisteputkivalaisimet listan tai kattorakenteen reunan taakse. Näin valo tulee seinäpintaa pitkin tasaisesti joka puolelta oviaukkoa lukuun ottamatta, eikä häikäise suihkulaverilla oltaessa. Lisäksi peilikaapin päälle sijoitetaan erillinen valaisin ja kattoon yleisvalaisin tarvittaessa käytettäväksi. Minikeittiössä yläkaappien alareunaan asennettu led-nauha valaisee työtilaa ja tehostevärinen seinä antaa ryhtiä ja väriä valkoiselle kalusteelle taustavärinä.

Opasteet, kuten huonenumero, on oltava selkeät. Huoneen oveen kiinnitetään yläreunaan numero tai muu tunniste oven ulkopuolelle. Saattohoitohuonetta ei tarvitse erikseen korostaa, mutta ovesta voi olla rauhallisuuteen ja meluttomuuteen viittaava tarra-teksti, kuva tai muu haluttu symboli. Tässä mallinnuksessa lintua käytetään huoneen sisällä tehosteena, joten sellainen voi aivan hyvin olla nähtävissä oven ulkopuolellakin.



Kuvat 24 ja 25. Huoneeseen on sijoitettu pöytävalaisin ja tason päälle pienet työskentelyvalot. Tilassa on myös yleisvalaisin sekä ns. hoitovälisin potilaspäin pätyseinässä. Puutasot ja tuoli tuovat tilaan paitsi lämpöä, myös kontrastia ja eri toiminta-alueiden hahmotettavuutta. Tasoa voidaan käyttää eri tavoin työpisteenä, omaisen ruokailupisteenä sekä lipaston lailla.



Kuva 26. Riskijätepurkki, paperiteline ja hanskat sekä desinfiointipisteet ovat osittain potilaan näkökentän ulottumattomissa, mutta hoitajien käytettävissä.

- » Valitse lattiamateriaaleja, joilla voit jakaa pintaa erivärisiin alueisiin. Suosi myös puujäljitelmäkuvioita lattiapinnassa! Vältä perinteisiä muovimattovärejä, kuten sininen ja vihreä!
- » Tarkista, ovatko opasteet selkeät ja sopivatko opasteet tilan tyyliin ja kokonaisuuteen!
- » Tarkista, voitko suunnata valoa ja korostaa valon avulla tilan eri osia tai sisustusta.
- » Tarkista, että työskentelyalue on riittävän suuri ja hyvin valaistu.

Värisävyjen valinta ikkunan ilmansuunnan mukaan

Värisävyjen valinnassa kannattaa huomioida värin sävyn muuttuminen valon määrän ja suunnan mukaan. Värit vaikuttavat ihmisiin suuresti myös heidän tiedostamattaan. Tutkimusten mukaan Malkin (2000, 2003) hoitoympäristöissä tulisi käyttää valospektrin alku-, keski- ja loppupään värejä. Tämä tarkoittaa esim. violettiä ja sinistä sekä keltavihreää ja punaista. Suoraan näitä värejä ei kuitenkaan voida sanoa suositeltaviksi sisustuksen perusväreiksi. Niiden sävyjä tulee hyödyntää eri valoisuus- ja kylläisyysasteissa. Ihmissilmä havaitsee värejä siten, että värin lämpötilan ollessa 1800 Kelviniä miellämme havainnon punaiseksi valoksi, jossa emme juuri näe hyvin. Hehkulampun 2700 Kelviniä lämpimäksi, kellertäväksi valoksi ja 3000 Kelvinin halogeenivalo muuttuu kodeissa käytettäväksi kirkkaaksi ja viileämmäksi valoksi. Julkisissa tiloissa valaistetaan usein 4000 Kelvinin loisteputkilla. Päivänvalon ja päivänvalolamppujen lämpötila 5000K on sisätiloissa usein kylmäksi koettu väri, joskin siitä suuremmat värilämpötilat havaitaan sinisempänä valona.

Hankkeen haastattelujen ja kyselyn mukaan väreistä suosituimmaksi mainittiin beige, keltavihreä, vaalean sininen ja näiden lisäksi erilaiset tehostevärit. Tutkimusten mukaan potilaiden mielipiteissä keltaista suositaan muita värejä hieman enemmän kuin terveinä oltaessa. Valkoista ei juurikaan mainita. Näiden tietojen pohjalta valittiin päivänvalossa

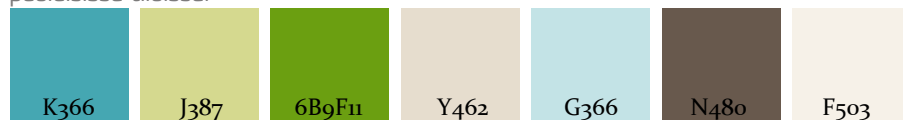
värejä valon ja varjon suhteen tarkastelemalla sopivat maalisävyt käytettäväksi suomalaisessa suunnittelussa ja mallinnuksessa. Mallinnuksessa valittiin perusvärisävyt, jotka toimivat hyvin sellaisenaan molemmissa (valo- ja varjopuolen) ilmansuunnissa taustaväreinä ja tehostesävyt joilla tunnelmaa säädellään helposti päivänvalon määrän mukaan.

Länsi-itä ilmansuuntaan avautuvissa, varjoisissa ikkunanäkymissä suositaan lämpimämpiä sävyjä kuin itä-lounas -suuntaan olevissa, enemmän auringonvaloa saavissa tiloissa. Valkoinen perussävy F503 soveltuu yleissävyksi. Myös G503 on hyvä sävy. Mallinnuksessa esim. keittiön seinä kylpyhuoneeseen päin on valkoinen varjoisammalla puolella keittiötilaa ja kalusteet minikeittiössä myös valkoisia (jasmiinin valkoinen). Sitä käytetään myös verhojen taustana, tynnyissä, liinavaatteissa ja katossa. Kun huoneeseen paistaa aurinko, värit saavat täysin uuden sävyn ja ovat voimakkaampia ja lähemmäs tulevia. Jos valitaan paljon keltavihreän sävyjä, ne voivat olla liian kirkkaita ja lämpimiä etelän puoleisessa huoneessa auringonvalon lisäessä niiden keltaisuutta. Siksi runsaasti valoa saavissa tiloissa suositaan mieluummin viileämpiä sinipohjaisia yhdistelmiä sekä valkoista ja beigeä, jos halutaan säilyttää raikkauden tuntua. Varjoisemmalla puolella puolestaan lämpimät, keltapohjaiset sävyt herättävät tilan eloon ja soveltuvat sinne erittäin hyvin. Keltaista tai oranssia voidaan tuki käyttää tehostevärinä valittujen lisäksi pieninä määrinä.

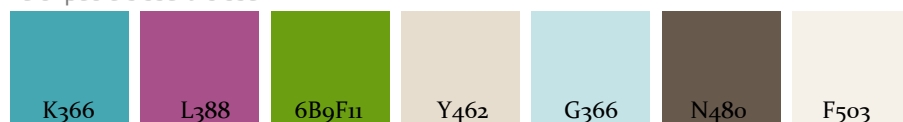
Oviseinän ja keittiön sivuseinän sävy on Tikkurila hento puuterinbeige Y462. Myös lämmin beige G464 on hyvä sävy kun päivänvaloa on vähän. Potilassängyn päätyseinän ja ikkunaseinän sävynä on vaalea taivaan sininen Tikkurila G366 tai väri 4604, joka on hennompia sininen. Näihin voi yhdistää vaalean puun tai tammen sävyisen puujäljitelmalattiapinnan tai sitten yksivärisen valkoisen, keskiharmaan tai vaalean beigen muovimaton. Parketti ja laminaattilattioita ei hankauksen ja liukkauden sekä puhdistettavuuden kanssa suositella julkisessa käytössä. Toki soveltuviakin puuilmettä tuovia vaihtoehtoja löytyy esim. akustoivammasta vinyylikorkeilattista, joka myös kestää vettä, iskuja ja painetta hyvin.

Tehostesävyinä pienessä määrin toimii valkoinen (F503 tai G503). Valkoinen on kuitenkin hieman kova ja kliininen, kuten myös kalusteissa ja sairaalasängyssä oleva valkoinen. Valkoista sävyä yleensä ottaen kannattaa käyttää beigeen tai keltaiseen taipuvana varjoisissa tiloissa. Yleisesti käytetyn ns. maalarinvalkoisen voi unohtaa! Puhtaamman valkoisen vaikutus on huomattavasti keventävä, avartava ja raikas. Muut valitut tehostesävyt ovat petrolin sininen (K366), keltavihreä (J387) sekä fuksian (L338) tai syklaamin (S338) sävyt. Ne soveltuvat hyvin myös yhdessä käytettäväksi, mutta erityisesti vihreää suositellaan ikkunanäkymältään länsi-koillisen ilmansuuntiin avautuviin huoneisiin.

Länsi-itä -ilmansuuntiin avautuva ikkunanäkymä ja siihen sopivat värit varjon puoleisissa tiloissa:



Itä-lounas -ilmansuuntiin avautuva ikkunanäkymä ja siihen sopivat värit valonpuoleisissa tiloissa:



- » Tarkista ilmansuunta, johon ikkunanäkymä on. Onko luonnonvaloa riittävästi? Mihin aikaan vuorokaudesta?
- » Rauhoita tilassa olevia lukuksia värejä ja selkeytä tilaa muutamaa väriä käyttäen.
- » Käytä tehostevärejä syklaami, oranssi, punainen, petroli, vihreä ja ruskea harkiten.
- » Tarkista, ettei valkoisen sävy ole maalarin valkoinen eli harmaaseen taittuva. Vaihda se F503 tai G503 sävyyn.

Yksilöllisyys ja arvokkuus ohjaavat tilan muuntelua ja käyttöä

Toive hyvästä ympäristöstä elämän viime vaiheissa voidaan huomioida jo hoitotahdossa. On merkityksellistä suunnitella ja kirjata hoitotahtoonsa, tai ilmaista hoitosuunnitelmaan palliatiivisen hoidon aikana myös saattohoitoympäristöön liittyviä asioita. Mitä haluaa tuoda huoneeseen mukaan? Mikä esine on arvokkain potilaalle? Mikä kuva antaa voimaa tai rauhoittaa? Millainen musiikki tai tuoksu tuntuisi hyvältä? Näin mahdollistetaan omat pienesineet lipaston päällä sekä mielimusiikki, tuoksut, maut ja ihmiset, joiden potilas haluaa olla lähellä.

3D-mallinnuksessa minikeittiö ja omaisen leposija on samassa tilassa, mutta keittiöalue sijoitetaan potilaasta kauemmaksi. Tuoksumailman luomiseksi tällä huoneeseen sijoitetulla minikeittiöllä on merkitystä myös potilaan ruokailun kannalta, jos potilas haluaa ja pystyy jotakin vielä maistamaan. Lisäksi voidaan käyttää 100 % eteerisiä öljyjä raikastamaan tilaa. Kalusteet ovat valkoisia. Minikeittiön pöytäpinta muodostuu metallisesta allaskannesta, jossa on liesi ja se jatkuu vielä harmaalla laminaattitasolla, jotta sen alle saadaan lukollinen alakaappi. Siellä voidaan säilyttää omaisen laukkua ja tavaroita. Yläkaapit jaetaan kuivaus- ja astiakaappiin sekä mikroaaltouunikaappiin. Ovi on maalattu puhtaan valkoisella ja yläkaappi on matala. Omaisen sänky voidaan tarvittaessa siirtää potilassängyn viereen. Lipaston päälle tai sairaalapöydälle voidaan sijoittaa cd-soitin tai tärkeitä pienesineitä, mikä mahdollistaa potilaalle niiden näkemisen käännettäessä häntä puolelta toiselle.



Kuvat 27 ja 28. PKSSK 2K-osasto ennen ehostusta, jolloin omaiselle ei ollut tilaa eikä kalusteita.



Kuvat 29 ja 30, PKSSK 2K-osaston hoitotarvikkeiden säilytys ennen ehostusta vasemmalla. Ehostuksen jälkeen hoitotarvikkeet sijoitetaan kaappiin ja laatikostoihin. Kaapisto purettiin osittain, jotta voitiin tehdä minikeittiö ja uudet säilytystilat hoitotarvikkeille. Oikealla on potilaan tavaroille lukittava kaappi. Komero, jossa alhaalla vetolaatikossa tilaa hoitotarvikkeille, jotka sijoitetaan koreihin. Minijääkaappi, mikroaaltouuni ja säilytystila kahvin- ja vedenkeitimille sekä hoitotarvikkeille. Lisäksi hyllytilaa hoitotarvikkeille tason yllä olevissa kaapeissa. Toinen kaapeista astioille ja toinen tarvikkeille.

- » Ole kiinnostunut siitä, mitä potilas ja hänen omaisensa toivovat.
- » Muunna tilaa tarpeen mukaan ja käytä potilaalle tärkeitä esineitä toivon ja lohdun tuojina.
- » Miten musiikki ja omat esineet on otettu huomioon?

Perhettä tukevien ratkaisujen huomioiminen - turvallisuus ja viihtyvyys syntyvät tuttuudesta ja toimivuudesta

On tärkeää mahdollistaa yhteydenpito omaisiin ja tarvittaessa lääkärin konsultaatiot esim. äly-tv:n ja webkameran avulla (Skype). Voidaan myös hyödyntää verkossa olevia maisemakuvia, musiikkia tai ohjelmia. Mallinnuksessa ja ehostetussa esimerkkiympäristössä omaiselle järjestetään yöpyminen, sillä huoneessa on runkopatjasänky/patjarahi. Päiväaikaan sängystä tehdään sohva lisäämällä valitusta sävyistä ja hillityin kuvioin päällystetyt tyynyt, tai vuoderahi pakataan sivuun. Tyynyt toimivat selkänojana ja päätynä, luoden divaanimaista tunnelmaa ja se puolestaan tukee rauhallisen oleskelun mielikuvaa. Huoneeseen sijoitetaan kevyt siirrettävä tuoli/jakkara. Tilaa on potilassängyn ja sohasängyn välissä tarvittavaa muuntelua varten. Sairaalapöytä on pyörällinen, valkoinen/metallinen, lukittavalla laatikostolla oleva pöytä. Saattohoitopotilas ei juuri itse kykene pöytää käyttämään, mutta henkilöstö ja omaiset voivat hyödyntää tasoa, laatikostoa ja sijoittaa päälle kukkia tai valokuvia/esineen katseltavaksi.

Minikeittiö ja suuri kylpyhuone ovat myös omaisten käytössä ja he voivat olla rakkaansa lähellä haluamassaan määrin. Edellä kuvattujen tilaa ja sen toimivuutta koskevien tekijöiden lisäksi turvallisuuden kokemukseen vaikuttavat myös viihtyvyys ja tuttuus. Omien tavaroiden, tv/radio/video/tablettitietokoneen, lapsiomaisten tarvikkeiden ja välineistön sijoittelu on harkittua. Mallinnuksessa säilytystilaa on myös lipastossa ja seinänaulakossa. Tv asennetaan ns. kääntyvään seinävarteen potilassängyn ja ikkunaseinän väliselle seinäalueelle, sillä tv on saatava pois näköpiiristä ja ikkunanäkymän tieltä. Usein tv on potilasta vastakkaisella seinällä. Tällöinkin käänneltävyys on hyvä ottaa huomioon.

Lapsiomaiset huomioidaan sijoittamalla lasten tarvikkepakkaus lipaston alalaatikkoon tai muuten helposti saataville. Lapsille on hyvä varata piirustuspaperia, puuvärit, jonkinlaiset kuvalliset pelikortit (kaiken ikäiselle) ja leikkihoitotarvikkeita (pelkojen vähentäminen, ihmisen heikkouden/haurauden käsittely jne.) sekä jokin hieman ääntä päästävä lelu, esim. lasta aktivoiva kirja. Äly-tv toki helpottaa myös lapsiomaisten huomioimista.

Turvallisuuskokulmasta on hyvä tarkastella potilasturvallisuutta sekä hoitajien turvallisuutta. Ergonomisen työskentelyn, meluttomuuden ja aseptisen toiminnan mahdollistaminen on tärkeää. Näyttöön perustuvien tutkimusten mukaan hyvä ja rauhallinen ympäristö vähentää stressiä sekä työskentelyn aikana tapahtuvia virheitä. Tiedottaminen ja omaisten hoitoon osallistuminen puolestaan vähentävät valituksia hoidon laatuun liittyen.



Kuva 31. Ehostuksessa tehtiin taso, joka alle saadaan kuution muotoinen rahivuode sekä kaappitilaa potilasvaatteille ja omaisen tavaroille hänen yöpyessä potilaan luona. Vuoderahin voi helposti siirtää, jolloin tasoa voidaan käyttää työpisteenä ja siirtää tilassa oleva irto/nojatuoli tason ääreen. Maalarinvalkoinen seinämaali on vaihdettu ikkunaseinällä Kallan valkoiseen [G503] ja muilla seinillä beigeen [Y462]. Ikkunatasolle ja potilaan vieressä olevalle, siirrettävissä olevalle sairaalapöydälle voidaan sijoittaa kehystetty kuva tai esine.

- » Järjestä omaiselle tilaa yöpymiseen, ja mahdollisuus ruokailuun tai virvokkeiden nauttimiseen.
- » Uusittaessa televisioita hankitaan äly-tv ja Wi-Fi- yhteys, jotta omaisiin saadaan yhteys verkkoturvallisuutta vaarantamatta.
- » Tarkista, että omaisille on tarjolla torkkupeite, tyynyjä, muistiinpanovälineitä sekä paikka omien tavaroiden säilyttämiseen vierailun aikana.
- » Huomioi omainen ja havainnoi tuen tarpeita, ohjaa asiantuntijoiden luo sekä ole läsnä, kun hänellä on siihen tarve

Kauneutta aisteille - pienillä asioilla on suuria vaikutuksia tilaan

Kuviin liittyvien mielikuvien on oltava positiivisia niin omaisella, potilaalla kuin hoitajallakin. Silloin aihe on hyvä. Mallinnuksessa käytettiin printtitarraa, joka näkyy potilaan omaisille ja hoitohenkilöstölle. ”Sinä merkitset, koska olet juuri Sinä” on käännös Dame Sicely Saundersin (hospice-ajattelun luoja) periaatteesta tehdä kuolevan potilaan hoitotyötä yksilölläisesti, tarpeen- ja oireenmukaisesti hoitaen.

Vuodevaatteet, torkkupeitteet, verhot jne. valitaan suunniteltujen värisävyjen mukaan. Hyvin pieniä kuvioita kannattaa myös välttää. Mallinnuksessa runkosänkyyn sopii beigeä seinää vasten hyvin vaalean harmaa. Harmaa yhdistää sairaalalalusteiden metallisävyä ja toimii taustana värikkäämmille tyyneille sekä sopii tapettiin ja mattoalueisiin. Tyynyt, torkkupeitteet ja verhot valitaan mieluiten yksivärisinä. Suorat verhot ikkunan sivuilla peittävät seinäpintaa ja mahdollisesti siellä olevia putkistoja. Verhojen tehtävä on pehmentää ja akustoida ympäristöä. Julkisen tilojen palosuojattujen kankaiden kuosivalikoima on rajattu, joten tästä syystä seinälle on helpompaa saada haluttua väriä kuin verhoihin. Valkoinen verho on aina löydettävissä. Nykyisin puuvillapohjaiset kankaat saadaan hyvin käsiteltyä paloturvalliseksi niihin suihkutettavalla aineella, mutta palosuojattuja kankaita toimittavat yritykset ovat kasvattaneet kuosivalikoimaansa jatkuvasti. Tämä mahdollistaa myös kuvioitujen tekstiilikuosien käytön. On muistettava, että selkeä, värimaailmaan sopiva kuviovalinta on verhovalinnassa tärkeää. Yksinkertaista ja kaunista.

Taulut voivat olla sävymaailmaan soveltuvia ja aiheiltaan erilaisia, ja niitä voidaan vaihdella potilaan toiveen mukaisesti. Musiikkia voidaan soittaa joko internetyhteyden kautta äly-tv:stä / tablettitietokoneelta tai cd-soittimilla.

Tilailluusiota voidaan luoda fototapetin ja maalausten avulla sekä käyttämällä vaaleita sävyjä seinäpinnoilla ja pieniä tehostevärialueita. Kattoon voidaan sijoittaa myös maalaus tai kangas ja luoda siten potilaalle kaunista katseltavaa. Peilin avulla voi myös luoda tilailluusion, mutta peili ei saisi heijastaa mitään ikävää tai rumaa. Saattohoitohuoneessa on hyvin tarkkaan harkittava, mihin peilin sijoittaa. Tavasmaalaus kosteassa tilassa lisää tilantuntoa. Näin tila turvasiliukuovien auki ollessa yhä yhdistyy huoneen puolella oleviin sävyin ja harmonia säilyy. Ikkunanäkymän tulisi olla luontoon ja vapaata tilaa saisi olla ikkunan takana. Mikäli saattohoitohuoneessa on lämmityspattereita, ne kätetään seinänvärisiin koteloinnein, jossa on esim. pystysuora rimoitus ilman liikkumista varten. Näin saadaan tilaan myös ikkunalaute helposti.

Hoitotarvikkeet sijoitetaan säilytysrasioihin myös lipastoon laitettaessa tai pieniin, kauniisiin pöydälle sijoitettaviin laatikkoihin /säilytysrasioihin. Ne voivat olla punosta muistuttavaa muovia tai metallia. Pääasia, että ne ovat puhdistettavia ja kätkevät erilaisia irtoesineitä/tarvikkeita.

**Ympäristössä
käytetään aktiivisesti
hyödyksi taidetta,
musiikkia ja käsityötä.**



Kuva 32. Seinähyllylle sijoitetaan pieniä huoneen värimaailmaan sopivia lasiesineitä, esim. tuikkukynttilöille tarkoitettuja pieniä lasilyhtyjä. Niiden tarkoitus on tuoda tilaan elävyyttä, ei suinkaan se, että niissä poltetaan kynttilää (ei saa). Led-tuikun lyhtyyn voi tuki sijoittaa.

- » Käytä tilassa taidetta, tehosteväreihin sopien
- » Mieti, millaisia tilailluusiota tarvitaan ja hae niihin ratkaisut
- » Testaa, millaisia mielikuvia erilaiset kuvat tai taide herättävät potilaissa ja omaisissa. Tulkintaerot ovat mahdollisia ja tunteiden vaikutus on suuri.

Ajanmukaisuus, kestävyys, taloudellisuus ja muunneltavuus suunnittelun periaatteina

Ajanmukaisuus, kestävyys, taloudellisuus ja muunneltavuus ovat tärkeitä suunnittelua ohjaavia periaatteita. Lisäksi pintamateriaalien on oltava pesun ja desinfioinnin kestäviä. Pintojen yleisvärinä käytetään mahdollisimman valkoista tai hieman lämmintä valkoisen (Esim. F503 tai G503) sävyä jota sitten tehostetaan valitun väriyhdistelmän sävyillä. Kirjavia, suurikuvioisia tekstiilejä käytetään harkiten. Aistielinten toiminnan heikentyessä on hyvä pitää ärsykkeet mahdollisimman selkeinä. Valkoisen sopii hyvin kattoväriksi niin maalatuun kuin kasetoituun kattoon. Silloin kattoon kiinnitetty maalaus, lasityö tai digiprintattu akustiikkalevy erottuu paremmin.

Seinäpinnoilla valkoista pesunkestävää maalia voi käyttää taivaansinisen sijaan myös ikkunaseinällä, mikäli muuta valittua väriä tai muutaman värin yhdistelmää tuodaan esille verhoilla. Tässä suunnitelmassa valitussa ikkunaseinän välittömässä läheisyydessä oleva joutsen-tapetti asettaa omat haasteensa viereisen seinän värivalinnalle. Rauhallisuuden ja harmonian on säilyttävä, ilman liian kylmää vaikutelmaa.

Ikkunaseinä on vaalean taivaan sininen (esim. Tikkurila G366) jolloin se toimii hyvin ikkunasta näkyvän luontonäkymän kehyksenä, mutta sopii myös joutsen-teemaan. Potilaan pään puoleinen päätyseinä maalataan myös vaalean taivaan siniseksi. Sähkökiskon, happi- ja imuliittimien yläpuolelle sijoitetaan tarraprintti, jonka väri valitaan yhdistelmän muista väleistä, tässä tapauksessa tumman ruskea. Ei kuitenkaan suosita mustaa tekstiä sen kovuuden ja suuren kontrastisuuden vuoksi.

Fototapettia pyyhkimisen kestäväälle pohjalle painettuna käytetään koko seinän kokoisena. Tämä voidaan toteuttaa vaihtoehtoisesti vaihdettavan luontoaiheisen roll-upin tai printatun kangastaulun avulla, jolloin seinä voidaan maalata valkoiseksi. Erilaisia roll-upkuvia ja canvas-kuvia voidaan teettää esimerkiksi maisemista, kasveista, taivaasta tai eläimistä.

Minikeittiön taustapääty maalataan jollakin valitulla (fuksialla tai keltavihreällä) tehostevärillä tai sivuseinässä käytetyllä beigellä. Keittiön toinen sivuseinä maalataan valkoisella. Tehostevärillä maalatut seinät toimivat hyvänä taustana kalusteille. Ne tuovat myös viherkasvit ja muut tekstiilit, ruukut, pöytävalaisimet, kuvakehykset jne. esiin.

Kalusteet valitaan tilaan käyttötarkoituksen ja käyttäjämäärän mukaan. Minikeittiö, siirrettävät huonekalut kuten tuoli, apupöytä, lipasto ja runkopatjasänky mahdollistavat tilan muuntelun, jos omainen haluaa osallistua hoitoon. Taulut voidaan korvata viherseinäkkeillä tai jos huoneen värimaailmaan löytyy kaunis taulu, se voidaan sijoittaa esim. seinähyllylle.

Wc ja kylpyhuone suunnitellaan erilaiset toimintakykyisyyden asteet huomioiden. Tästä syystä kylpyhuonekalusteet valitaan harkiten, jotta tilaa jää riittävästi keskialueelle. Suihkuun on päästävä itsenäisesti, esim. rollaattorin avulla, suihkupyörätuolilla tai suihkusängyllä. Myös avustajalle on oltava tilaa, joten tästä syystä wc-kylpyhuone on suunniteltu suureksi. Mikäli toimintakykyä olisi itsenäiseen istumiseen tai huonetta käyttäisi joskus muukin potilas kuin saattohoitopotilas, käytetään tukikahvoja. Seinällä on suihkutukikahva, suihkun voi sijoittaa kahteen eri korkeuteen, seinällä on myös käännettävä suihkutuoli, jossa voi istua myös kuivautuessa. Wc-istuin voidaan varustaa sähkösäätöisellä korkeudensäädöllä sekä tukikahvoilla. Sen ympärillä on takana ja sivuilla tilaa avustavalle henkilölle. WC-allas on alta avoin, jolloin sen käyttö pyörätuolissa on mahdollista ja kääntösäde tilassa täyttää vaatimukset. Altaan yllä on kulmapeilikaappi tarvikkeiden säilytystä varten. Sivussa on seinäkaappi ja pyyhkekoukut. Ikkuna ylhäällä, vaakasuntaisesti sijoitettuna mahdollistaa luonnon näkemisen paljastamatta ihmistä. Väreinä käytetään valkoista perusväriä wc-kalusteissa ja seinäpinnalle valitaan väriyhdistelmän sävyjä. Lattia on yksivärinen luistamaton kostean tilan muovimatto tai laatta. Katto on koristemaalattu tai valkoinen. Tässä esimerkissä käytämme vaalean beigeä ja vihreää seinillä sekä keskiharmasta märkätilan muovimattoja ja laattaa seinä- ja lattiamateriaaleina. Väriä kylpyhuoneeseen tuodaan silkkiviherkasvilla ja tekstiileillä sekä seinäkaapilla.



Kuvat 33 ja 34. PKSSK 2K potilashuoneen wc ennen ja jälkeen ehostuksen. Seinä maalattiin muuhun kokonaisuuteen sopivalla kaakelimaalisävyllä, tavarat sijoitettiin omille paikoilleen ja lisättiin suihkuverho.



Kuvat 35 ja 36. Nurkkaovi vaihdettiin valkoiseen ja irralliset tarvikkeet sijoitettiin omille paikoilleen.

- » Tarkista, onko tila muunneltavissa.
- » Käytä värejä ja materiaaleja, jotka kestävät aikaa tai ovat helposti vaihdettavissa toiseen esim. potilaan lempiväriin mukaan (esim. kukkaruukun sävy, taulun esittämä kuva, pöytäpinnat vaaleaa puuta/ puujäljitelmiä)

Fengshui-näkökulman soveltaminen

Fengshui-sisustusoppia sovellettiin 3D-mallinnuksessa pienimuotoisesti, esimerkiksi Yin- ja Yang-alueiden kautta tai viiden elementin (Wuxing) teorian kautta. Potilas sijoitetaan pois ovelta ikkunaan sijoituvilta linjoilta. Korkeintaan potilassängyn jalkojen puoleinen pääty voi sijaita tällä alueella. Jos potilas on sekä ikkunan että ovilinjan välissä, hän reagoi herkästi sekä ulkopuolella että oviympäristössä oleviin ärsykkeisiin, halusipa tai ei. Samankaltainen sijoittamissuositus löytyy myös tanskalaisesta saattohoitokodin suunnitteluohjeistuksesta.

Mikäli potilas joudutaan sijoittamaan ovi-ikkuna-linjalle, voidaan ohjata katsetta erilaisiin tehostein tai näköestein, kuten sermit, hyllyt, seinäkkeet tai kauniit pinnoilla olevat yksityiskohdat. Hyvä lähtökohta on sijoittaa potilassängyn pään puoleinen pääty pitkälle seinälle, josta potilaan näkökenttä ulottuu toiselle sivulle oviauolelle ja ikkunaan toiselle puolelle. Jotain kaunista on hyvä sijoittaa näkökenttää potilaan katsoessa suoraan eteenpäin. Fengshuiin mukaan ei olekaan kyse siitä, miltä tila näyttää vaan siitä, miltä tila tuntuu. Kehomme reagoi ärsykkeiden kokonaisuuteen. Sama periaate huomioidaan myös omaisen lepopaikan sijoittamisessa. Ikkunan edessä ja kulkuväylillä ollaan vain hetkisen aikaa, niihin soveltuu parhaiten siirrettävät tuolit. Potilasta ei tulisi fengshuiin mukaan sijoittaa minkään roikkuvan tai teräväkulmaisen esineen alle. Niinpä upotetut valaisimet, jotka eivät myöskään sijoittelunsa vuoksi aiheuta häikäisyä, ovat hyvä tapa valaista tila, kuten myös epäsuora valaistus seinä- ja kattopintoja pitkin.



Lisäksi voidaan hyödyntää tietoa eri elementeistä (Puu, Tuli, Maa, Metalli ja Vesi). Kukin elementti tukee, hillitsee tai rajoittaa toisiaan. Elementtien tasapaino, huomioiden tilan ilmansuunnan vaikutus, mahdollistaa harmonisten tekijöiden valinnan. Kullakin elementillä on mm. oma kehollinen elinparinsa, väri, olosuhde, vuodenaika, tunnetila, muoto, materiaali, aisti ja ulkoinen elin. Värit ja muodot ovat helpoimpia huomioitavia asioita sisustettaessa, mutta myös materiaalivalinnoilla voidaan lisätä harmoniaa. Värit ovat merkittävässä osassa luotaessa tilan perustunnelmaa. Väriopin mukainen harmonia ja fengshuissa tarkoitettava harmonia eivät siis ole sama asia. Fengshuissa pyritään saamaan energia, Qi, tasapainoiseen liikkeeseen ja väri vain on yksi tapa ilmentää elementtiä. Lähes valkoinen tila voi olla elementteiltään harmoninen, kun siinä huomioidaan muodot, materiaalit, kuvat ja kuviot. Tärkeää on myös huomioida se, että värin vaaleus korostaa muotoa, kirkkaus enemmän esineen väriä. Värin kylläisyyden, valöörin sekä värien yhteiskäytön harmonian ja disharmonian huomiointi on osaa hyvää suunnittelua. (Banks 2007, Hytönen, 2003.)

Oranssi, punainen ja violetin sävyt edustavat Tuli-elementtiä, mikä tarkoittaa mm. kehossamme psyykeä, unta, verenkiertoa, sydäntä ja ohutsuolen toimintaa. Maan sävyt, kuten keltainen ja ruskea edustavat Maa-elementtiä, jolla nähdään kiinalaisessa lääketieteessä ja fengshuissa olevan yhteys ruoansulatuselimistöön ja pernan toimintaan. Metallielementtiin kuuluvat metallisävyt, valkoinen ja harmaa edustavat hengitystoimintoja ja paksusuolen toimintaa. Vesi-elementtiin yhdistettävät värit musta ja tummansininen puolestaan tukevat virtsaamistoimintoja, lymfajärjestelmää, hormonitoimintaa ja muittoimintoja. Puu-elementtiin kuuluvat vihreä ja turkoosi. Ne tukevat tunteiden tasapainoa, niveliä ja jänteitä, luovuutta, verenkiertoa sekä veren puhdistumista ja kuljettamista.

Puuvaikutelma ja luonnonmateriaalit villaa lukuun ottamatta tasapainottavat tunteita ja tukevat suunnitelmallisuutta sekä luovuutta. Luonnon elementteinä erityisesti aidot kukat ja viherkasvit puhdistavat ilmaa, muistuttavat luonnon kiertokulusta ja virkistävät ihmistä. Niiden käyttö mullassa olevien itiöiden ja hoitamisen vuoksi on haastavaa. On hyvä huolehtia siitä, että saattohoitoympäristössä on aitoa puuta, kasveja, puuvillaa sekä luontokuvia.

Eläimet, eläinperäiset materiaalit sekä ihmisiä ja eläimiä esittävä taide ovat potilaan mieleen ja sen tasapainoon vaikuttavia Tuli-elementtiä edustavia asioita, aivan kuten dynaamiset muodot, aito tuli ja punaisen eri sävyt. Suurina määrinä ne kiihdyttävät elintoimintoja, erityisesti sydäntä ja voivat aiheuttaa levottomuutta. Näitä käytetään siis harkituissa paikassa hyvin pieninä määrinä. Esim. läheisten kuva, tekstit eri pinnoilla, valittu valkoinen joutsen-tapetti kauempaa katseltuna ei vielä luo levottomuutta. Jos ko. joutsen-tapetti sijoitettaisiin potilasvuoteen välittömään läheisyyteen, se ärsyttäisi aktivoiden kokoajan potilasta ja lisäisi levottomuutta.

Maa-elementti on huomioitu 3D-mallinnuksessa valitsemalla vaalea beige ja tummempi neeliön muotoinen mattoalue huoneeseen. Suunnitelmassa käytetään puhdasta valkoista mini-keittiössä, seinällä, ovissa ja lipastossa sekä hieman harmaata edustamaan Metalli-elementtiä. Nämä tukevat ennen kaikkea energian mestaria eli hengityselimiä ja lisäävät tilantuntua ja kepeyttä eivätkä ärsytä aistielimiä. Kohtuullinen määrä metalliesineitä vaikuttaa samoin. Vesi-elementtiä löytyy luonnollisesti kylpyhuonetilasta vesipisteinä. Ikkuna- ja peilipintojen voidaan myös tulkita edustavan Vesi-elementtiä. Mustaa voidaan käyttää pienesineissä, kukkaruukuissa, tekstiileissä tms. Vesi-elementtiin kuuluvan mustan värin käyttö on kuitenkin hoitoympäristöissä hyvin tarkoin harkittava asia, sillä se luo hahmottamiseen ”aukkomaisia” alueita. Toisaalta se toimii hyvänä taustavärinä pienellä alueella, esimerkiksi kauniille valokuvakokoelmalle. Puu-elementti on huomioitu suunnitelmassa omaisen sohasängyn päällisessä, jossa on puuvillaa, kukka-aiheisissa selkänojatyynyissä sekä silkkiviherkasveissa ja puisissa kalusteissa. Tuli-elementtiä käytetään vain tehosteena eläinaiheisessa tapetissa, lampunvarjostimessa sekä kukkaruukuissa tai villaisessa torkkupeitteessä.

LOPUKSI

Kotilainen (2014) kysyi artikkelissaan, olisiko sairaalaan mahdollista synnyttää lämminhenkinen hoitoympäristö- ja hoitokulttuuri. Paletti-hankkeen kehittämistyön ja pilotointikokemusten perusteella vastaamme, että ainakin tahtotila siihen on olemassa. Hyvän (saatto)hoitoympäristön suunnittelussa on huomioitava mm. turvallisuus, esteettömyys, ergonomia, toiminnallisuus, yksityisyys ja viihtyvyys. Saattohoitoympäristön suunnittelu lähtee kuolevan ihmisen tarpeista, saa ominaispiirteensä hoitokulttuurista sekä hoitohenkilöstön asenteesta työtään ja potilaitaan kohtaan.

Hoitohenkilöstö joutuu sopeutumaan siihen, etteivät välineet ole irrallaan pöydillä, vaan säilyttimissä, laatikossa tai oven takana potilaan silmän kantamattomissa ja että sairaalassa on kodikkaampaa. Silkkiviherkasvit ja taulut tai pienesineet saattavat aluksi vaikuttaa oudoilta hoitoympäristössä ja aiheuttavat erilaista työtä myös laitoshuoltajille. Aluksi tällaiset seikat herättävät jopa närää ja kysymyksiä, kuuluuko tällainen sairaalaympäristöön tai tuleeko tästä lisätyötä ja kustannuksia? Lääkärit ja hoitajat saattavat toivoa mielivärejään seinäpinnoille ja kuten tiedämme, mieltymykset ovat kovin yksilöllisiä ja erilaisia. Värien valintaan on kuitenkin oltava tilasuunnittelulliset perustelut jossa huomioidaan kokonaisuus, ei yksilöiden mieltymykset. Ympäristö on yksi tärkeä väline hyvän hoidon toteuttamiseksi ja siitä on kansainvälistä tieteellistä näyttöä niin tehohoidossa kuin muissa hoidollisissa yksiköissä. Meidän on tiedostettava ympäristön merkitys aiempaa enemmän, ja siksi tulee myös pohtia sekä keskustella, missä määrin ammattilaiset ovat valmiita poistumaan mukavuusalueiltaan tai muuttamaan tottumuksiaan sairaan tai kuolevan ihmisen hyväksi. Näin luomme yhdessä ratkaisuja, jotka mahdollistavat sen, että hyvä hoitoympäristö on kaikkien etu.

LÄHTEET

Banks, A. 2007. Fengshui-aapinen. Jyväskylä: Gummerus.

Gustavsson, P. 2006. Hospice forum Danmark. Programme for the Good Hospice in Denmark- an outline for the hospice as a part of palliative care. SIGNAL architects. Copenhagen: Realdania.

Hamilton, K. & McCuskey Shepley, M. 2010. Design for Critical Care. An evidence-based approach. Oxon: Architectural Press Routledge.

Hytönen, E. 2003. Lohikäärmeen lääketiede. Helsinki: Ming-Men Oy.

Kallio, T. & Iso-Markku, R. 2012. Millainen on hyvä hoitoympäristö neurologistesti sairaalle lapselle. Opinnäytetyö. Tampereen ammattikorkeakoulu. Tampere.

The King's Fund's 2012. Environmental Design AuditTool- principles for the design of residential and day care homes and hospices. London: Prince's foundation.

The King's Fund's 2008-2010. Enhancing the healing environment Programme. London: Prince's foundation.

The King's Fund's 2012. Hospices department of health capital Grant Programme. London: Prince's foundation.

Kivelä, K. 2012. Hoitoympäristöjen suunnittelu - potilaan näkökulma. Kirjallisuuskatsaus. Kandidaattityö. Tampereen yliopisto. Tampere.

Kotilainen, H. 2014. Tilaa lähtemiselle. Suomen lääkärilehti 3/2014; 69

Levin, D.J. 2008. Defining evidence based-design. Healthc. Des 8.

Malkin, J. 2000. Healing environments and family enmities. In Hamilton D.K. ICU2010. Houston, Texas: Center for Innovation in Health Facilities.

Malkin, J. 2003. The business case for creating a healing environment. Hospital Engineering & Facilities Management, The Center for Health Design.

Nelson et al. 2001. Self-reported symptom experience of critically ill cancer patients receiving intensive care. Crit. Care Medicine, 29

Nykänen, E., Porkka, J., Aittala, M., Kotilainen, H., Räikkönen, O., Wahlström, M., Karesto, J., Yli-Karhu, T., Larkas-Ilpatti, E. 2008. HospiTool käyttäjälähtöinen sairaala. Helsinki: Edit Prima oy.

Passi, K. ja Viitala, M. 2011. Hoitoympäristö vanhusten hyvinvoinnin tukena. Opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Seinäjoki

Phares, E. 2011. Evidence-Based Design in healthcare Interior design Practice. A study of perception, use & motivation. Saarbrücken: Lambert academic Publishing.

Phiri, M. 2015. Design Tools for evidence-based healthcare Design. London: Routledge.

Rakennustieto. RT NET-kortisto.

Rihlana, S. 1997. Laajennettu värioppi. Tampere: Rakennustieto Oy.

Ulrich, R. 2001. Effects of healthcare environmental design on medical outcomes. In Dilani, A. Design and Health- the therapeutic benefits of design. Proceedings of the second International conference on Design & Health 200. Stockholm.

Ulrich, R., Xiaobo, Q. & Zimring, C. 2004. The role of the physical environment in hospital of the 21st Century: A once-in-a-lifetime Opportunity. Report to Center for health systems and design, College of architecture.

LIITTEET



Liite 1. Ympäristön arviointi- ja parannusideatyökalu

Seuraava luettelo on suunniteltu saattohoitoympäristön arviointityökaluksi sisustajan ja henkilöstön yhteiseen/erilliseen arviointiin sekä keskustelujen pohjaksi.



Arvioi ympäristön nykytilaa seuraavien näkökulmien kautta, kirjaa nuolen osoittamaan kohtaan parannusehdotus

Tuoksut välittömästi tilaan tultaessa

» _____

Huoneen koko: noin _____ m²

Tilan rauhallisuus ja harmonia- tunne tilassa oleskeltaessa, mistä vaikutelma syntyy?

» _____

Näkymä nykyisestä potilaspaikasta

» _____

Potilas paikan sijainti suhteessa oveen ja ikkunaan, ei saisi olla suoraan ovi-ikkunalinjalla (levoton sijainti, väliin seinäke, verho, hylly tms.)

» _____

Ilman suunnat, johon ovi osoittaa _____ ja johon ikkuna avautuu _____

Luontoelementit ja luonnonmateriaalien käyttö:

» _____

Erilaiset elementit: näkyvät muodot, nykyiset värit, erilaiset materiaalit, joita näkyvissä tai käytetty

» _____

Valaistus: päivänvalo, himmennys, epäsuoravalistus, valaisinten sijoittelu jne.

» _____

Ilmastointi - vedottomuus? säädeltävyys?

» _____

Tilan hahmotettavuus- yksityisyys- julkisuus, hyvät opasteet

» _____

Esteettömyys ja tila liikkumisväylillä/työskentelyalueilla

» _____

Yksilöllisyys ja arvokkuus: hoitotahdon ja ihmisen oma vaikutusmahdollisuus, omat tavarat, niiden sijoitus

» _____

Omaisten leposijat, minikeittiö ja yöpymismahdollisuus

» _____

Turvallisuus ja mukavuus/viihtyvyystekijät: tv/radio/video, omaisten ja lasten huomioon ottamisen tavat tilassa

» _____

Seinäpinnat

» _____

Kattopinta ja katon väri

» _____

Käytetyt tekstiilit ja niiden väri sekä kuvio

» _____

Taide- ja käsityöelementit: sisustustekstiilit taulut, taide-esineet ja näiden mahdollinen merkitys/tulkinnat potilaan kannalta

» _____

Perhettä tukevat tilaratkaisut ja muut tila-illuusioiden kuten peilien käyttö, ikkunat, patterien kätkeminen, hoitotarvikkeiden sijoittelu

» _____

Wc ja pesutilat

» _____

Kalusteet

» _____

Muunneltavuus

» _____

Palliativisen- ja saattohoidon osaamisen vahvistaminen ja rakenteiden kehittäminen asiantuntijayhteistyönä Pohjois-Karjalan maakunnassa (Paletti) -hankkeessa on kehitetty saattohoitoympäristöä näyttöön perustuvaan suunnitteluun, rakennus- ja tilasuunnitteluohjeisiin, erilaisiin kyselyihin ja pilotointeihin perustuen. Yksi hankkeen tuloksista on tämä opas **”Hyvä saattohoitoympäristö on kaikkien etu - opas suunnittelutyöhön”**. Opas auttaa tiedostamaan hoitoympäristön merkitystä sekä helpottaa ympäristöjen kehittämistä moniammatillisessa yhteistyössä.

Oppaassa tuodaan esiin saattohoitoympäristön suunnittelussa ja ehostamisessa huomioitavia erityispiirteitä potilaan, omaisten ja hoitohenkilöstön tarpeet huomioiden. Siinä kuvataan ja havainnollistetaan kehittämistyön tuloksena syntyneet suomalaisen hoitotyön kulttuuriin soveltuvat suunnittelun periaatteet hyvän hoitoympäristön luomiseksi. Opas sisältää 3D-mallinnuskuvia sekä esimerkkiratkaisuja kunkin periaatteen soveltamisesta aitoihin ympäristöihin ja mm. valmiiksi valitut maalisävyt käytettäväksi. Liitteenä on ympäristön suunnittelun arviointi- ja ideointityökalu, jota voivat käyttää niin henkilöstö, omaiset kuin suunnittelijatkin. Opas soveltuu niin arkkitehtien, suunnittelijoiden kuin henkilöstön käyttöön ja toimii toivottavasti tulevaisuudessa innoittajana Suomessa tehtävälle näyttöön perustavalle hoitoympäristöjen suunnittelulle ja tutkimukselle.



POHJOIS-KARJALAN SAIRAANHOITO-
JA SOSIAALIPALVELUJEN KUNTAYHTYMÄ



Pohjois-Karjalan
ammattiopisto

Pohjois-Karjalan
aikuiskoulu



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2007–2013



Euroopan unioni
Euroopan aluekehitysrahasta
Euroopan sosiaalirahasta