



# HYVINVOINTIA TEKNOLOGIASTA

Etäpalvelujen käyttö ikäihmisten psyykkisen ja  
sosiaalisen toimintakyvyn tukena

2021-2022



# Taustaa

- Sosiaali- ja terveyspalvelujen yhtenä tehtävänä on ikäihmisen toimintakyvyn ylläpitäminen ennaltaehkäisevästi ja kuntoutuksen avulla (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022).
- Hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tukeminen lisää elämänlaatua, vähentää kaatumisriskiä ja vahvistaa kykyä selviytyä päivittäisistä askareista. Tärkeää on tukea ihmisen omia voimavaroja ja toimintakykyä perustarpeista huolehtimisen rinnalla. (ETENE 2008).
- Vanhuspalvelulaki (980/2012) sekä Sosiaali- ja terveysministeriön laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:29) korostavat kotiin vietäviä palveluja, joilla voidaan tukea iäkkään henkilön hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä, itsenäistä suoriutumista ja osallisuutta.
- Hyvinvointiteknologia on ollut jo pitkään osa kotiin vietäviä sosiaali- ja terveyspalveluja. - Erilaisia hankkeita on ollut valtakunnan tasolla jo 1990-luvun puolivälistä alkaen
  - Tulevaisuuden sote-keskus ohjelman hankkeisen (PirSOTE, PirKOTI) yhtenä tavoitteena on parantaa palvelujen saatavuutta lisäämällä digitaalisia palveluja
  - Kotona asumisen teknologiat ikäihmisille (KATI) -ohjelma edistää uusien teknologioiden hyödyntämistä kotona asumisessa, kotihoidossa ja kotiin tuotavissa palveluissa. Ohjelma täydentää Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus -ohjelmaa.
- Ylöjärven kotihoidossa etähoivaa on toteutettu jo helmikuusta 2020 alkaen.



# Ikäihmisten hyvinvointi ja toimintakyky

- **Hyvinvointi:** jaetaan yleensä kolmeen ulottuvuuteen: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin ja koettuun hyvinvointiin tai elämänlaatuun. Yksilöllisen hyvinvoinnin osatekijöiksi taas luetaan sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. Tärkein hyvinvoinnin mittari on henkilökohtainen kokemus omasta terveydestä ja hyvinvoinnista.
- **Elämänlaatu:** Hyvä elämänlaatu ei pidä sisällään vain hyvinvoinnin edistämistä tai eriasteisen huolenpidon tarpeen arviointia ja siihen vastaamista. Riippumatta iästä ja toimintakyvystä ihmisellä täytyy olla mahdollisuus elää hyvää ja omanlaistaan elämää omassa ympäristössään.
- **Toimintakyky:** Ihmisen fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista – siinä ympäristössä jossa hän elää. Tasapainotila kykyjen, elin- ja toimintaympäristön sekä omien tavoitteiden välillä.
- Toimintakykyä edistävät esimerkiksi
  - sairauksien ehkäiseminen ja hyvä hoito
  - hyvä ravitseminen
  - liikunnallisen ja muun aktiivisuuden tukeminen
  - toimintakykyongelmien varhainen tunnistaminen ja niihin puuttuminen
  - elinympäristön muokkaaminen toimintakykyä tukevaksi.
- Hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tukeminen lisää elämänlaatua, vähentää kaatumisriskiä ja vahvistaa kykyä selviytyä päivittäisistä askareista.
- Hyvinvointia ja toimintakykyä edistäviä palveluita ovat esimerkiksi kotikäynnit, neuvontapalvelut ja ryhmätoiminta, jolla edistetään fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä.



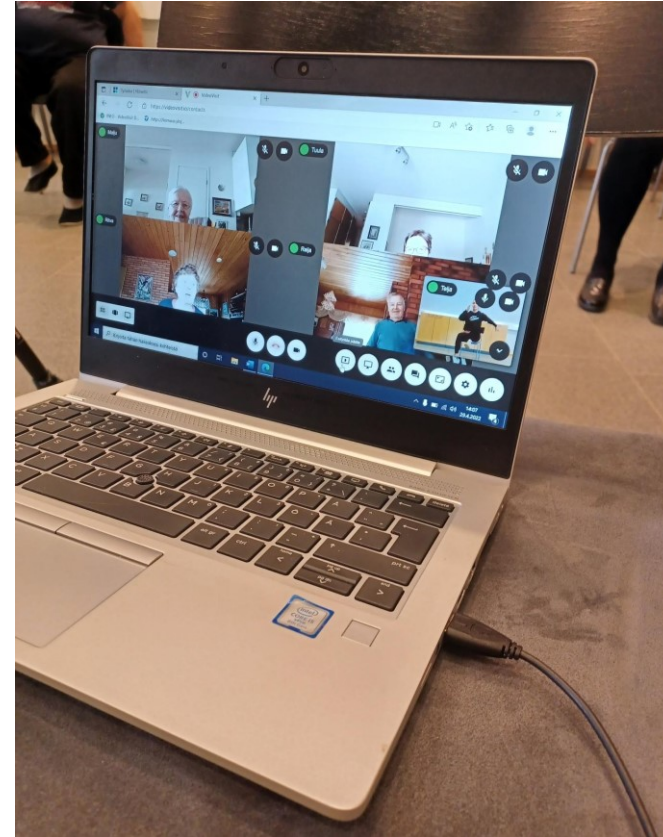
# Hyvinvointia kohtaamisista – kokeilu 24.12.-30.12.2021

- Jouluna 2021 toteutetussa kokeilujaksossa pääpaino oli psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa.
- Kokeilussa oli mukana kymmenen kotihoidon palvelujen piirissä olevaa ikäihmistä, joihin otettiin ensiyhteys 24. -25.12 välisenä aikana.
- Ajanjakso valikoitui tarkoituksella joulun aikaan, jolloin palvelujen tarjonta usein vähenee
- Kokeilujaksoon osallistuminen oli vapaaehtoista ja siitä tiedotettiin kotihoidon työntekijöiden kautta.
- Etäkäynnillä hoitaja otti tietokoneellaan kuvapuheluyhteyden ikäihmisen luona olevaan tablettitietokoneeseen. Käynneillä mm.
  - muisteltiin jouluperinteitä
  - toteutettiin erilaisia joulutraditioita
  - keskusteltiin ajankohtaisista teemoista
- Käynnin kesto vaihteli ikäihmisen tarpeiden mukaisesti (keskimäärin 20-30min).
- Kokeiluun osallistuneille tarjottiin mahdollisuutta lisäkäynteihin (1-3x) ja kaikki tähän mahdollisuuteen tarttuivat.
- Suurin osa osallistujista toivoi palvelun jatkumista myös kokeilujakson jälkeen.



# Sisältöä arkeen etäryhmätoiminnalla- kokeilu 1.3.- 31.5.2022

- Keväällä 2022 toteutetussa kokeilussa oli tarkoitus tukea kotona asuvien ikääntyneiden toimintakykyä etäryhmätoiminnoilla.
- Kokeilusta tiedotettiin lähitorilla ja tietoa kokeilusta vietiin eteenpäin myös asiakasohjauksen, kotihoidon ja omaishoidon tuettujen kotikäyntien kautta.
- Kokeiluun osallistui ikäihmisiä erilaisista elämäntilanteista käsin: kotihoidon asiakkuus, omaishoidon asiakkuus, ja suurin osa ilman muuta palveluverkkoa.
- Ryhmään ilmoittautui kuusi ikäihmistä. Ikähaarukka oli 75-96 vuotta.
- Hanketyöntekijä vei ryhmäläisille laitteet, ohjelman, ohjeet laitteiden käyttöä varten, lomakkeen laitteen käytöstä kokeilussa sekä palautekyselyn ja materiaalipaketin taide- ja kulttuurihetkeä varten. Laitteen käyttämistä ja ohjelmaa käytiin huolellisesti ryhmäläisten kanssa läpi.
- Sisältö tuotettiin yhteistyössä Ylöjärven kaupungin kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelujen, sosiaali- ja terveystieteiden sekä alueen yhdistyksen kanssa.
- Ohjelmakertoja oli alkuperäisessä ohjelmassa 8 (liite 2.) Tämän lisäksi ohjelmaan tuotettiin yksi ylimääräinen topoteekin katselu sekä tuolijumppa.
- Etäryhmien kestot vaihtelivat 45-60 minuutin välillä.



# Vaikutukset

- Parhaimmillaan vahvistaa kuulluksi tulemisen kokemusta, sillä etäkäynnin aikana huomio on täysin ikäihmisessä eikä kiire tai muut häiritsevät tekijät vaikuta kohtaamiseen negatiivisesti.
- Etäkäynnillä on läsnä myös paljon terveyttä ja voimavaroja
- Ryhmäläiset olivat vertaisia keskenään
- Vuorovaikutus työntekijän ja osallistujien kanssa on koettiin hyväksi ja kokeiluun osallistuneet olivat aktiivisia toimijoita
- Yhteydenotot koettiin merkityksellisinä ja piristävinä

*”Tuntui ihan kuin olisitte olleet täällä”*

*”Kylläpä tämä piristi mieltä”*

## Fyysinen toimintakyky

- Omatoimisuuden ja toimintakyvyn tukeminen
- Liikkumisen ohjaus
- Kuntoutus

## Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen

- Sosiaalisten suhteiden lisääminen
- Yksinäisyyden vähentäminen

## Psyykkisen toimintakyvyn vahvistaminen

- Turvallisuuden vahvistaminen
- Positiivinen mielenterveys ja
- Mielenterveyden tukeminen

## Kognitiivinen toimintakyky

- Vuorokausirytmien tukeminen
- Muistin ja tarkkaavaisuuden tukeminen
- Uuden oppiminen

## Muut

- Lääkehoidon seuranta ja toteutus



# Haasteet

- Suurin haaste on ollut toiminnan jalkauttaminen systemaattiseksi osaksi hektistä ikäihmisten palvelujen arkea
- Psykkisen toimintakyvyn tukemisen ja edistämisen merkityksen tunnistaminen
- Kokeilujaksoilla palvelussa on ollut teknisiä haasteita, kuten selaimen toimimattomuutta, äänen puuttumista ja kuvanlaadun ongelmia sekä valmisteluun kulunut aika

## Teknologia

- Laitteiden ongelmat
- Lisälaitteiden yhteensopivuus
- Verkko-ongelmat
- Laitteiden toimittaminen

## Asenteet ja ennakkoluulot

- Henkilökunnan
- Asiakkaan
- Omaisten

## Osaaminen

- Ohjeiden monimutkaisuus ja löydettävyys
- Erilaiset valmiudet (asiakkaat, omaiset, työntekijät)
- Mielenterveyden edistämisen osaaminen

## Muut

- Kustannukset
  - Asiakasmaksut
- Tukipalvelujen saatavuus
  - 24/7 kotihoito



# Mahdollisuudet

- Etähoiva mahdollistaa
  - Useamman asiakaskohtaamisen vuorokaudessa, kun asiakkaiden välisiin siirtymisiin ei enää kulu aikaa
  - Konsultaatiot
  - Omaisyhteistyön
  - Asiakkaan toimijuuden vahvistamisen
  - Keskustelupainotteisten käyntien tarjoamisen
- Etäpalvelulla voidaan monipuolistaa kotiin annettavia palveluja, kuten ryhmä –ja virkistystoiminnalla

## Asiakas

- Yksilökäynnit
- Ryhmäkäynnit
- Virkistystoiminta
- Etäkuntoutus
- Vertaistuki

## Omainen

- Omaisyhteistyö
- Omaisten yhteydenpidon turvaaminen
- Vertaistuki

## Työntekijä

- Kotikäynnit etäyhteydellä
- Konsultaatiot ja yhteistyön
- Erityistyöntekijöiden käynnit
- Tulkkipalvelut

## Muuta

Etäpalvelu on myös ympäristöystävällinen toimintamuoto





## Etäpalvelujen käyttöönoton prosessi

### Ennen käyttöönottoa

- Tarpeen tunnistaminen ja etäpalvelun esittely asiakkaalle
- Laitteen ja mahdollisten omaistunnusten tilaus varausjärjestelmästä: linkki
- Suunnitelmasta kirjaaminen potilastietojärjestelmään PAHOSU ja lisätiedot

### Käyttöönottaessa

- Laitteen toimittaminen asiakkaalle ja yhteyden testaaminen
- Lupalomakkeen allekirjoitus
- Lupalomakkeen säilytys toimistolla ja siirto asiakkuuden mukana

### Käytön aikana

- Palvelun käyttö hoito- ja palvelusuunnitelman mukaisesti
- Päivittäinen kirjaaminen

### Palvelun päättäminen

- Varausjärjestelmään tehdään ilmoitus asiakkuuden poistosta ja laitteen vapautumisesta muille käyttäjille. Varausjärjestelmä löytyy osoitteesta linkki
- Kirjaaminen potilastietojärjestelmään PAHOSU, tieto asiakasohjaukseen
- Laitteen palautus toimistolle





Suvi Saarinen  
Hankekoordinaattori, sairaanhoitaja (YAMK)  
P. 041 730 8442  
suvi.saarinen@ylojarvi.fi  
[www.ylojarvi.fi](http://www.ylojarvi.fi)

