



Kuntoutustarpeen tunnistaminen

Toimintakyvyn arviointi osana pitkäaikaissairaiden määräaikaiskäyntejä

2022

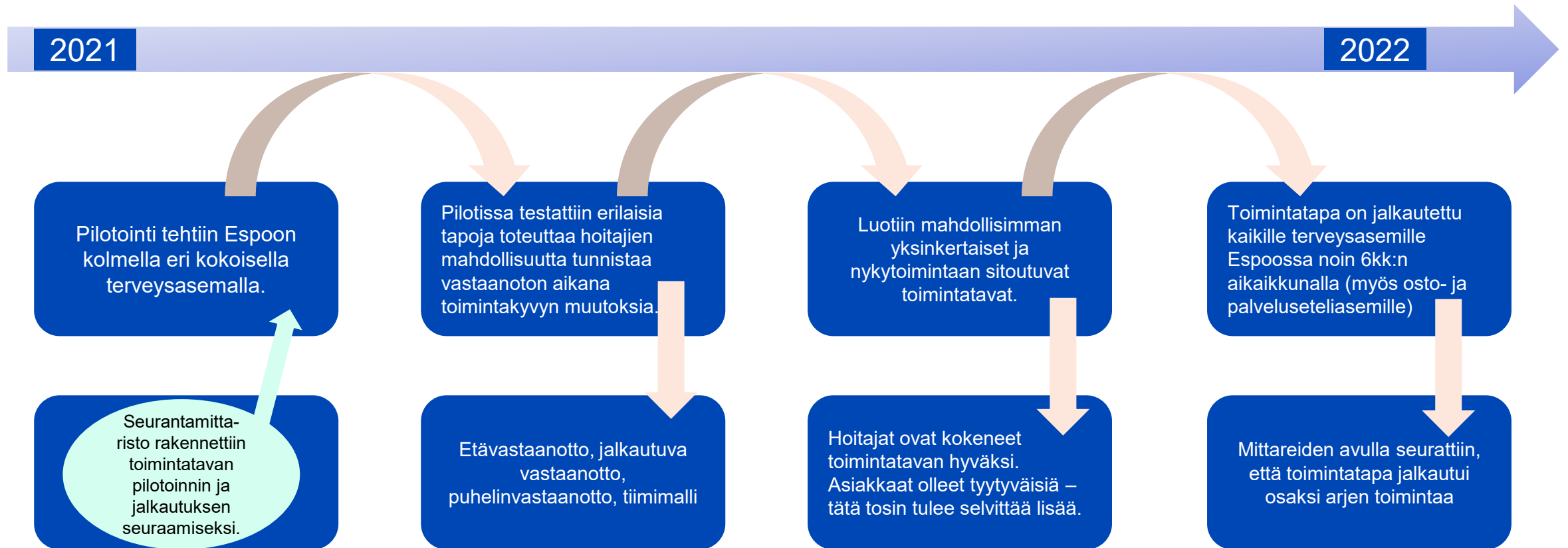
Sanna Silventoinen

Mistä uudessa toimintatavassa on kyse?

- Espoossa on aloitettu toimintatapa, jonka avulla terveysaseman hoitajien määräaikaikäynneillä huomattuihin pitkäaikaissairaiden toimintakyvyn muutokseen reagoidaan systemaattisesti, ennaltaehkäisevästi ja riittävän ajoissa.
- Pitkäaikaissairaudet ns. kansantaudit aiheuttavat niitä sairastaville monien haittojen lisäksi myös muutoksia toimintakykyyn ja sitä kautta vaikuttavat itsenäiseen suoriutumiseen omassa arjessa.
- Emme puutu toimintakyvyn laskuun riittävän ennakoivasti, vaan pääosin palvelut kohdentuvat seurauksien hoitoon kuten lonkkamurtumiin.
- Tavoitteena on tukea yhdessä potilaan itsenäistä ja turvallista selviämistä omassa arjessaan. Tarkoitus on puuttua riittävän ajoissa toimintakyvynmuutokseen hoitotyön ja kuntoutuksen keinoin.

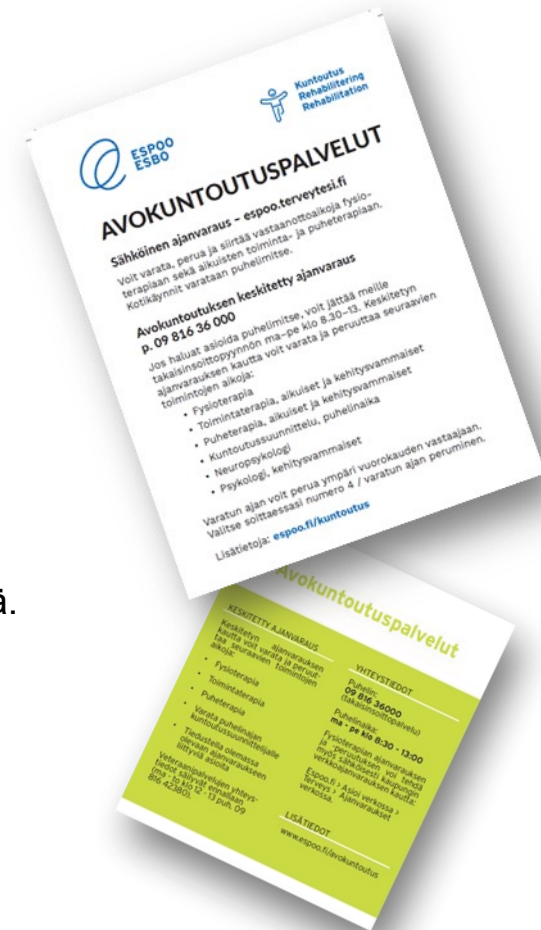


Toimintatapaa pilotoitiin vuonna 2021 keväällä ja jalkautettiin syksyllä 2021



Mitä toiminnassa muutettiin ja miten Espoossa nyt toimitaan?

- Terveysasemien hoitajat käyttävät määräaikaikäynneillä kirjauksessaan tiettyä yhtenäistä fraasia ns. asialistaa.
- Lisäsimme tähän fraasiin kaksi Kyllä/Ei –vastausta vaativaa kysymystä asiakkaan toimintakyvystä.
 - **Liikkumisen vaikeudet (säännöllinen horjahtelu, ”vähältä piti” –tilanteet, kaatumiset)-> Ei/Kyllä (jos kyllä → ohjaa fysioterapiaan arvioon)**
 - **Arjen toiminnoista suoriutuminen selkeästi vaikeutunut (siirtymiset kodin tiloissa, peseytyminen, pukeutuminen, ruoanlaitto, kodin askareet, sormien ja käsien toiminta) -> Ei/Kyllä (jos kyllä → ohjaa toimintaterapiaan)**
- Kysymysten sisältö käydään läpi keskustellen potilaan kanssa ja tämän avulla selvitetään tarvitaanko kuntoutuksen interventiota.
- Hoitajan vastaanoton kesto ei muutu/kasva, sillä kysymykset on pidetty lyhyenä.
- Hoitaja kirjaa omaan näkymään syitä kuntoutukseen ohjaamiselle (FYS tai TOI tai molemmat) → tästä apua avokuntoutuksen ajanvaraukselle ja terapeuteille kun asiakas tulee vastaanotolle. Tämä toimii ns. lähetteenä.
- Kuntoutukseen ohjataan kuntoutusta tarvitsevat asiakkaat eli **kuntoutukseen ohjauksen kriteeristö ei muutu** → asiakkaat löydetään vain aiempaa paremmin!
- Perusliikunnan lisääminen → Liikuntapalvelut, esim. aika liikuntaneuvojalle/ soitto liikuntapalveluihin.
- Jos hoitaja kokee, että asiakas hyötyy kuntoutuksesta antaa hän avokuntoutuksen ajanvarausesitteen ja pyytää varaamaan ajan.
- Toimintatapa on käytössä monikanavaisissa palveluissa, etänä videovastaanoitoilla, puhelimesta, jalkautuvilla vastaanotoilla, osana tiimimallia



Pitkäaikaissairaudet määräaikaistarkastuksissa

- Valtimosairaat (rr)
- Diabetes
- Astma
- COPD
- Reuma (pth:n hoitovastuulla olevat)
- Psykoosi



Miten hoitajat osaavat ohjata kuntoutukseen?

- Kaikkien terveysasemien hoitajien kanssa käytiin toimintamalli läpi osana hoitajien tiimikokouksia.
- Lisäksi käsiteltiin esimerkein eri määräaikaikäynneillä hoidettavat kansansairaudet läpi ja mitä niiden osalta tulee huomioida.
- Koulutus kesti noin 15-20min/tiimi.
- Tehtiin ohjeet osaksi uusien hoitajien perehdytysmateriaalia.
- Fysioterapian osuudessa korostettiin pääosin että, jos potilas tuo esiin selkeitä liikkumisen vaikeuksia, kaatumisia tai ”läheltä piti”-tilanteita arjen liikkumisessa on syytä ohjata varaamaan aika fysioterapiaan.
- Toimintaterapian osuus vaihtelee sairausryhmästä riippuen.



Mitä tällä toimintatavalla tavoitellaan?

- Tavoitellaan sitä, että kuntoutus olisi oikea-aikaista ja sitä kautta mahdollisimman vaikuttavaa.
- Pidetään asiakkaat toimintakykyisempinä → vältetään mm. turhat murtumat ja tuetaan kotona selviämistä.
 - Joka kolmas yli 65-vuotias kaatuu ainakin kerran vuodessa → ennaltaehkäistään tätä, sillä lonkkamurtuman seurauksena iäkkäiden toimintakyky ei palaudu → erilaisten palveluiden tarve kasvaa ja palvelut jäävät pysyviksi.
- Määräaikaissurannat ovat säännöllisiä, joten asiakkaan tilannetta on mahdollista myös seurata säännöllisesti myös toimintakyvyn osalta.
- Tälle on ollut selkeä tarve – nyt palveluohjaus on saatu kuntoon!
- **Kuntoutuksen tarve todetaan terveysasemalla →** kuntoutuksen ammattilaiset tekevät tarkemman arvion toimintakyvystä ja suunnitelman kuntoutuksen etenemisestä.

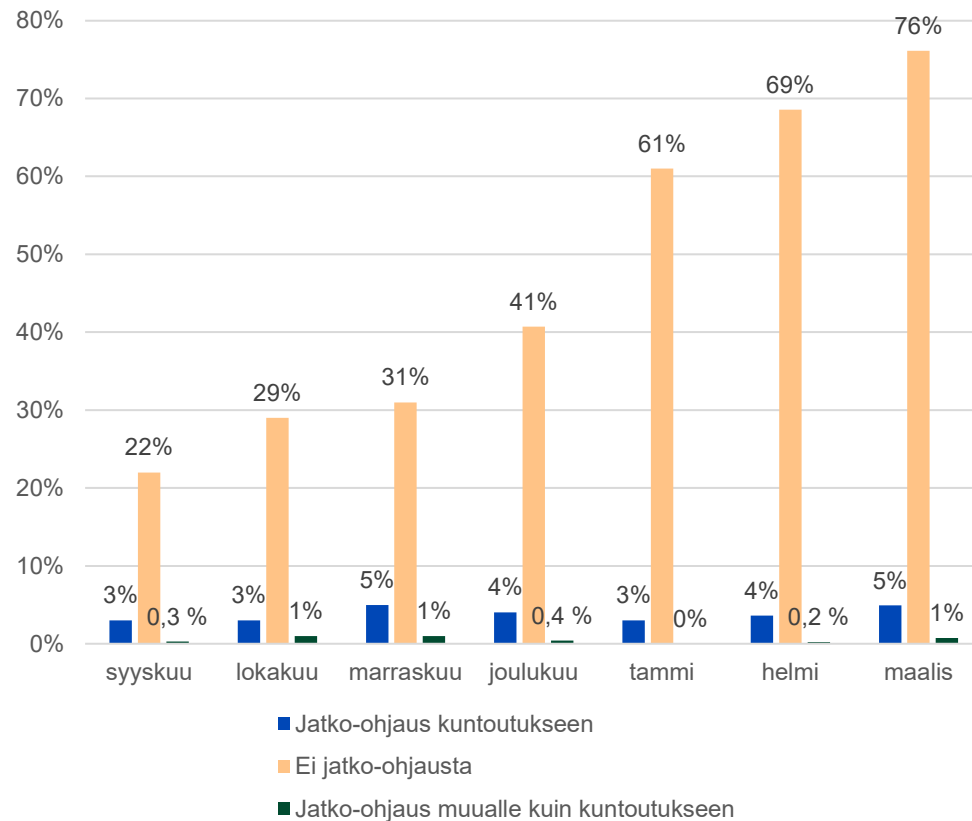
Mitä askeleita kannattaa ottaa kohti uutta toimintatapaa

- Pidä toiminta mahdollisimman yksinkertaisena ja sido toimintatapa olemassa oleviin rakenteisiin (uudet lisätyötä vaativat toiminnot vaativat jalkautumiseen työn eri rakenteiden ja arjen eri käytäntöjen uudistamista)
- Hoitajat ovat todella osaavia, joten hyviä ideoita toteutukseen on saatu juurikin heiltä
- Mittaa toimintaa ja jalkautumista
 - Rakenna mittaristo heti alusta alkaen mukaan, jotta toimintaa voi seurata.
- Koulutuksen suunnittelu osaksi jo olemassa olevia rakenteita (tiimit, muut yhteiset kokoontumiset).
- Hoitajien perehdytysmateriaaleihin on tehty perehdytysvideo, joten kertakoulutukset asemille riittävät ja uuden hoitajat voivat perehtyä asiaan videon avulla.
- Kaikki ohjeet ovat yhteisissä tietokannoissa.
- Väliarviot – miten on onnistuttu 1-3kk välein. Mitä mittarit kertovat?
- Johdon tuki on tärkeä!



Mitä mittarit kertoivat?

Määräaikaikäynneiltä ohjattu kuntoutukseen (FYS+TOI) vuosina 2021-2022 %-määrä



- Pilotoinnin aikana kuntoutukseen ohjaus oli suurempaa.
- Jalkautuksen aikana kuntoutukseen ohjaus vakiintui 3-5% osuudelle → järkevä luku!
- Seurattiin myös kuinka moni hakeutui kuntoutukseen ohjauksen jälkeen → tämä on asia johon voidaan jatkossa vielä vaikuttaa.
- Seurattiin myös sitä kuinka monta käyntiä / asiakas kuntoutuksessa oli → ka.1 käynti
→ Voidaan olettaa, että suurin osa selvisi ohjauksella ja neuvonnalla/ yksittäisellä interventiolla vastaanotolla/kotikäynnillä

Tulevaisuus

- Espoo siirtyy osaksi Länsi-Uudenmaan hyvinvointialuetta.
- Toiminnan oletetaan jatkuvan Espoossa kuten aiemmin.
- Toimintatapa on tavoitteena jalkauttaa tulevaisuudessa koko alueelle.
- Suunnitelmat jalkautuksesta tehdään lähivuosina.

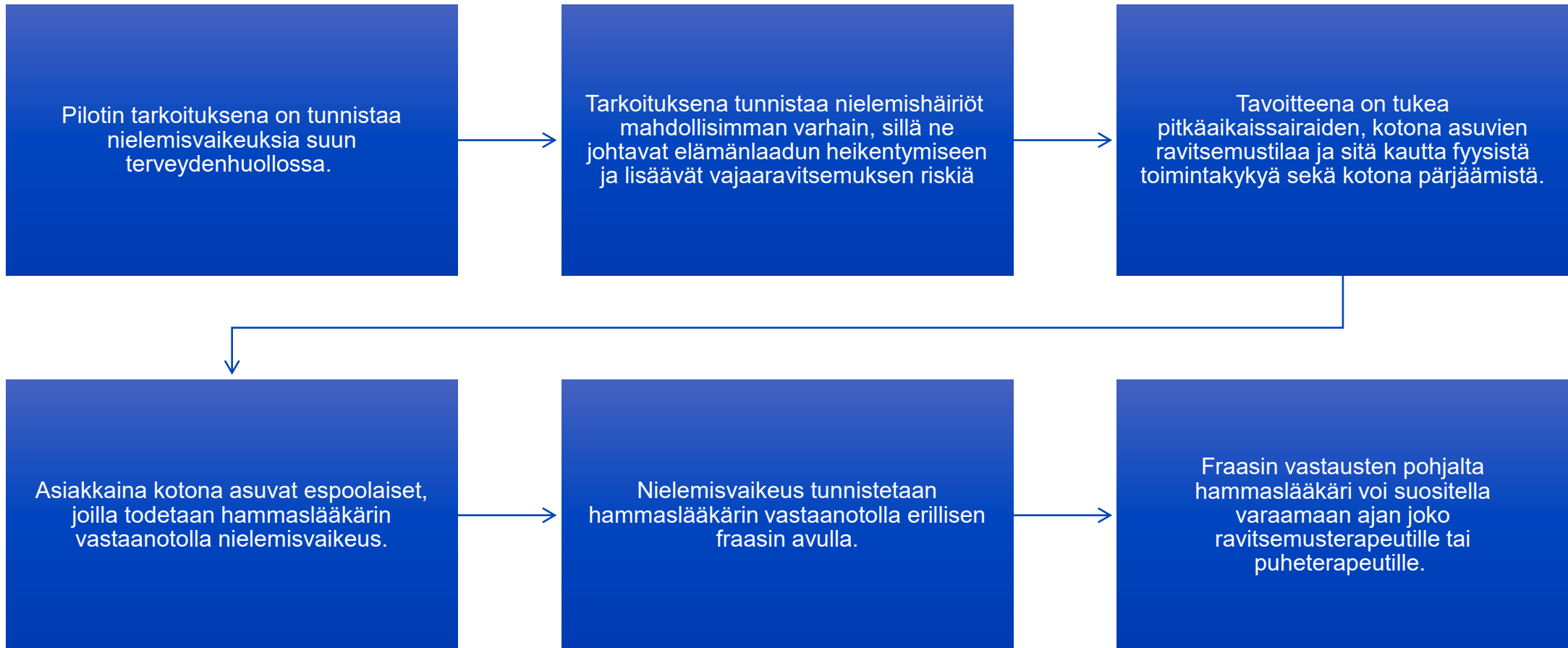




Nielemisvaikeuksien tunnistaminen osana suun terveydenhuoltoa

Riikka Elomaa
2022

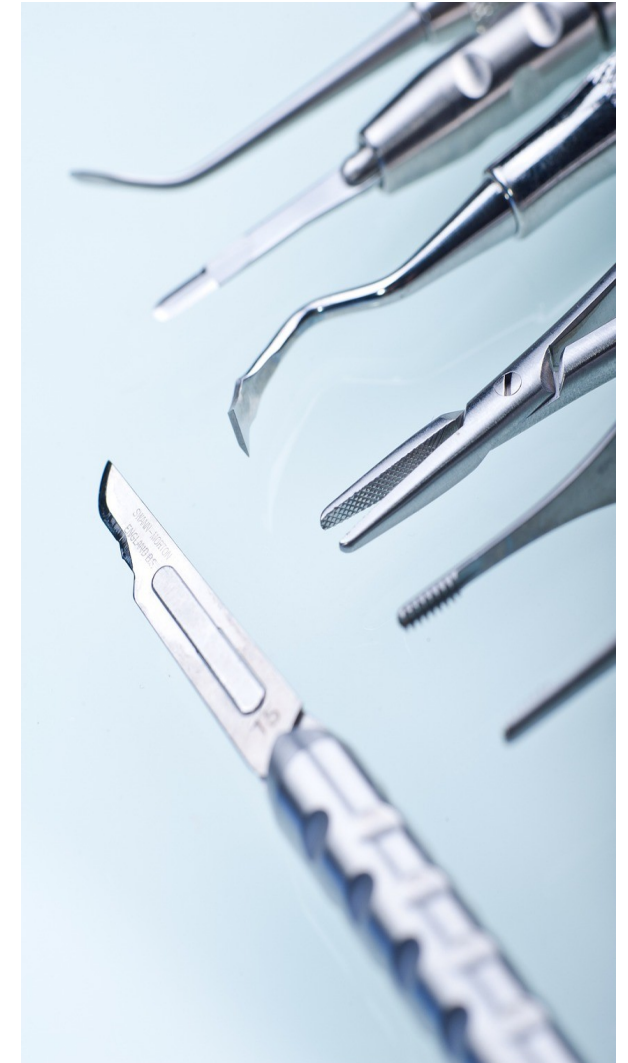
Nielemisvaikeuksien tunnistaminen suun terveydenhuollossa



Hammaslääkäreiden käyttämä fraasi

Nielemisen arviointi RAV/PUHE terapia:

- Saatko syötyä ja juotua kaikkea mitä haluat? (leipä, liha, sitkeä ruoka, kuumat ja kylmät juomat) **Kyllä/Ei**. Selvitä johtuuko hampaista vai nielemisestä.
- Yskittääkö ruoka tai juoma? Onko nieleminen hidasta tai hankalaa? - **Kyllä/Ei**. Jos **Kyllä** -> Onko näin usein esim. joka aterialla, päivittäin, viikoittain tai harvemmin? Ovatko tilanteet haastavia, pitkäkestoisia ja onko tukehtumisen tunnetta/vaaratilanteita? Onko helppoa saada tilanne korjattua yskimällä? -> Ohjaa **puheterapeutin** arvioon antamalla ajanvarausesite ja pyydä asiakasta varaamaan aika.
- Onko syömäsi ruokamäärä vähentynyt nielemisen vaikeutumisen vuoksi? **Kyllä/Ei**, jos **Kyllä**, ohjaa **ravitsemusterapiaan** arvioon antamalla ajanvarausesite ja pyydä asiakasta varaamaan aika.



Prosessi pähkinänkuoressa



Puheterapian mahdollisuudet nielemisvaikeuksien hoidossa

Tavoitteena mahdollistaa turvallinen ruokailu ja vaikuttaa nielemistä helpottaviin tekijöihin

Ohjeet

- ruoan koostumuksen ja juomien mahdollinen sakeuttaminen
- kerrallaan suuhun laitettavan ruokamäärän vähentäminen
- turvallinen ruokailuasento ja –tilanne
- apuvälineet
- suun puhdistaminen ja makuuasennon välttäminen ruokailun jälkeen



Ravitsemusohjauksen sisältö

- Arvioidaan ruokavalion riittävyys ravintoanamneesin tai ruokapäiväkirjan avulla
- Etsitään helposti nieltäviä, houkuttelevia ja maistuvia ruokavaihtoehtoja
- Keskustellaan tarvittaessa ruokahalun parantamisesta, mm. soseutetun ruoan ulkonäkö on tärkeä
- Neuvotaan tarvittaessa nesteiden sakeuttaminen sakeuttamisjauheiden avulla
- Ohjataan lisäämään energian ja ravintoaineiden saantia eri keinoin, sopivilla ruoka-aineilla, rasvalisillä, kastikkeilla, täydennysravintojuomilla ja –vanukkailla.
- Tarvittaessa käytetään letkuravitsemusta ravitsemuksen tukena



Pilotin mittarit - terapeuttien vastaanotolla täytettäväksi

- Pilottiin liitetään mukaan kyselylomake, joka arvioi ikääntyneiden (yli 65 vuotta) henkilöiden aliravitsemusriskiä

[\(MNA-finnish.pdf \(mna-elderly.com\)\)](https://mna-finnish.pdf(mna-elderly.com))

