

SISÄILMASTA OIREILUUN LIITTYVISTÄ AVUNTARPEISTA

Fyysinen terveys

- Potilaan tilannetta ymmärtävä lääkäri
 - tilannekohtainen välttämiskäytäntö
 - muiden sairauksien poissulku
- Oma valmistautuminen terveydenhuollon käynnille
 - Valmistaudu vastaanottokäynnille (hengitysliitto.fi)
- Ymmärrettävää ja tavoitettavaa tietoa
 - oireiden mahdollinen/osittainen toiminnallisuus
 - kehoa tukea ruokavalio
- Apuvälineet
- Lääkitys
- Kuntoutus

Terveydellisten merkitysten arviointi + tilanteen seuranta

Toimintaympäristö

- Rakennuksen selvitykset
- Selkeä ja säännöllinen viestintä rakennuksen tilanteen selvittämiseen liittyen
- Asunto
 - sopivan asunnon löytyminen (koenukkuminen)
 - puhdas hätämajoitus/väistötila
- Työ
 - sopivan työtilan löytäminen (työkokeilu)
 - työn muokkaaminen (työpaikkakyvyttömyys, täsmätyökyky)
 - alan vaihto (kouluttautuminen)

POTILAAN/
ASIAKKAAN
KOHTAAMINEN
SIELLÄ, MISSÄ
HÄN ON.

Henkinen jaksaminen

- Kuulluksi tuleminen
- Ymmärrettävää ja tavoitettavaa tietoa
 - oireiden mahdollinen/osittainen toiminnallisuus
 - kehoa tukea ruokavalio
- Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukeminen, kokonaiskuormituksen arviointi (rinnakulkijuus haastavassa tilanteessa, riippumatta substanssista).
- Ratkaisukeskeinen vertaistuki
- Traumaterapia + muut henkistä jaksamista tukevat palvelut
 - läheisten ymmärrys ja tuki + omat rajat (puheeksi ottaminen + tukimateriaali)

Taloudellinen toimeentulo

- Ehkäisevä toimeentulotuki (puhdas irtaimisto uuteen kotiin)
- Joku diagnosoitavan sairauden mukaan myönnettävä tuki? Toimintakyvyn arviointi ja sen perusteella vs diagnoosi?
- Avustus tai kohtuuehtoista lainaa varoituneen asunnon tilanteessa. (asumisen rahoitus -ja kehittämiskeskus)

Ammattilaiset kaipaavat ainakin

- Tietoa ennen kaikkea seuraavista
 - työpaikan tai kodin olosuhteista
 - eri toimijoiden roolien selkiyttäminen
- Lisäkoulutusta ennen kaikkea seuraavista
 - sisäympäristössä oireilun selvittämisen toimintamalli
 - oireilevan omahoidon ohjaus
 - toiminnalliset hengityshäiriöt ja niiden hoito
- Työkaluja ennen kaikkea seuraavista
 - sisäympäristössä oireilun selvittämisen toimintamalli
 - oireilevan kokonaistilanteen ja kuormitustekijöiden kartoittaminen
 - terveydellisten merkitysten arviointi

Aiheeseen liittyvän ahdistuksen lieventäminen, asenteisiin vaikuttaminen ja välineitä oireilevan kohtaamiseen.

Ratkaisuja ja toimivia käytäntöjä on mahdollista löytää moniammatillisella ja moninäkökulmaisella yhteistyöllä!