

Asukkaiden elämänlaatua seurataan laatumittareilla

Tupahoivassa tehdään jatkuvaa tutkimuksellista toiminnan kehittämistä. Kehittämistyö perustuu mm. talossa asuvien ikääntyneiden (16) elämänlaadun arviointiin, sillä talon keskeisin tehtävä on tuottaa hyvää elämänlaatua muistisairaille asiakkailleen.

Tupahoiva on erikoistunut vaikeaa muistisairautta sairastavien ihmisten hoitoon ja huolenpitoon. Asukkailla on tyypillisesti vakavia muutoksia käyttäytymisessä, joten heidän elämänsä ja hoitamisensa isommissa palveluyksiköissä olisi hyvin haasteellista ja jopa riski heidän elämänladulleen.

Koska asukkailla on jo varsin pitkälle edennyttä muistisairautta, heidän elämänlaatunsa arvioinnissa käytettiin luotettavaa havainnointimenetelmää. Elämänlaatuarviointi havainnoimalla toteutettiin kertaluonteisena, mutta asiakkaalla esiintyviä oireita ja löydöksiä arvioitiin edeltäneen viikon perusteella. Näin välttyttiin päiväkohtaisten muutosten vaikutuksilta. Havainnoimalla arvioitiin asukkaiden havaittavaa käyttäytymistä 11 eri tilanteessa; havainnot ovat pääasiassa henkilön toiminnan tasosta ja tunnetiloista (mielialaan liittyvät oireet, käyttäytymiseen liittyvät häiriöt ja fyysiset oireet). Asteikko on viisiportainen. Arvioitava henkilö saa havainnoinnin perusteella pisteitä; kokonaispistemäärä on 11–55 pistettä. Elämänlaatu on sitä parempi, mitä alhaisempi pistemäärä on.

Asukkaiden elämänlaatusuoritteiden keskiarvo on 16 pistettä. **Tulos kertoo asukkaiden elämänlaadun olevan keskimäärin erittäin hyvällä tasolla.** Yksilötasollakin tarkasteltuna asukkaista peräti kolme neljäsosaa kokee erittäin hyvää elämänlaatua ja loputkin hyvää tai vähintäänkin kohtuullista elämänlaatua. Tulos kertoo, että asukkaat voivat elää Tupahoivassa omaa, hyvää arkeaan ja nauttia elämästä omien ehtojensa ja voimavarojensa mukaisesti.

Koska muistisairauksiin liittyy usein myös masentuneisuutta, toinen arviointimenetelmä mittasi ikääntyneiden muistisairaiden masennusoireita niiden vaikeusasteen tunnistamiseksi. Mittarin 19 kysymystä kuvaavat masentuneisuutta viidellä osa-alueella: mielialaan liittyvät oireet, käyttäytymiseen liittyvät häiriöt, fyysiset oireet, säännöllisesti toistuvat ilmiöt sekä vääristyneet mielikuvat. Asiakkaalla esiintyviä oireita ja löydöksiä arvioitiin havainnointia edeltäneen viikon perusteella. Mittarin kokonaispistemäärä on 0–38 pistettä, ja mitä korkeampi pistemäärä, sitä

masentuneempi henkilö on. Alle 6 pistettä merkitsee, ettei henkilöllä ole masentuneisuutta. Tulosten mukaan **Tupahoivan asukkailla ei ole masennukseen tai masentuneisuuteen viittaavia oireita.** Pisteiden keskiarvo oli 2,1 pistettä.

Tulokset kertovat asukkaiden mielekkäästä arjesta

Tupahoivan toiminnan ideologiaan kuuluu luonnollisena osana se, että elämänlaatumittausten tuloksia hyödynnetään arjen työssä. Arki on tärkeintä. Jos on arvio siitä, että asukkaalla on elämänlaatua heikentäviä asioita, niihin kiinnitetään erityistä huomiota ja mietitään keinoja kuinka saada niitä muutettua siten, että ne häiritsevät asukkaan normaalia arkea mahdollisimman vähän. Ollessani Tupahoivassa olen todennut, että siellä on kehitetty aktiivisia toimintatapoja mm. asukkaiden levottomuuden vähentämiseksi, on huolehdittu ympäristön esteettisyydestä, virikkeellisyydestä ja rauhallisuudesta (TV:n käytön suunnittelu, taustamelun vähentäminen, musiikin suunnitelmallinen käyttö, taide, ulkoilu), on kehitetty asukkaan kivun tunnistusta ja otettu käyttöön lääkkeettömiä kivunhoitokeinoja sekä kinestetiikkaan perustuvia toimintatapoja. Kinestetiikka on voimavaralähtöinen toimintamalli, joka perustuu ihmisen luonnollisten liikemallien ja aistitoimintojen ymmärtämiseen. Sen avulla tuetaan asukkaan oman toimintakykyisyyden ja omantunnonarvon säilymistä. Lisäksi Tupahoivassa on kehitetty arkisia käytänteitä, joilla voidaan vähentää muistisairaiden asukkaiden sairaudesta johtuvaa äänekkästä valitusta, vaikerointia, huutamista, ärtyisyyttä tai vihastunutta käyttäytymistä. Hyvä arki on paljon pieniä mutta tärkeitä asioita.

Riitta Räsänen, YTT, TtM, erikoissairaanhoidaja
laatuarvion tekijä
Laatuhoiva Oy