

## IKÄIHMISTEN KUNTOUTUSNEUVOLA – TOIMINTA-AJATUS JA VÄLINE KUNNILLE ENNALTAEHKÄISEVÄÄN KUNTOUTUMISEEN

### MITÄ?

Ikäihmisten kuntoutusneuvola on moniammatillinen toimintamalli ja -ajatus, jonka tavoitteena on edistää ikäihmisten hyvinvointia ja toimintakykyä asiakkaiden tarpeiden ja paikallisten palvelujen tarjonnan pohjalta. Kuntoutusneuvolan toiminta toteutuu alueellisesti sosiaali-, terveys- ja liikuntatoimen, järjestöjen ja palveluntuottajien monialaisena yhteistyönä.

Ikäihmisten kuntoutusneuvolan toiminta-ajatuksessa huomioidaan asiakkaan arvot, tarpeet ja voimavarat, ennaltaehkäisevä toiminta, tilanteen varhainen havaitseminen, käytännön verkostotyö ja palvelujen helppo saatavuus.

Ennaltaehkäisevä toiminta on suunnitelmallista ja harkitsevaa, nykytilanteeseen joustavasti reagoivaa ja tulevaisuuden tilanteet huomioon ottavaa toimintaa.

län karttuessa itsensä kunnossa pitämisestä tulee tällöin tapa elää. Oman elämäntavan vaikutus toimintakykyyn tiedostetaan ja tilanteisiin reagoidaan / haetaan myönteistä näkökulmaa / vaikutetaan hyvissä ajoin.



## MENETELMÄT

### Verkostoyhteistyö ja vaikuttaminen

Kuntoutusneuvolassa kehitetään alueellisten toimijoiden välistä yhteistyötä, osallistutaan julkiseen keskusteluun ja vaikutetaan paikalliseen päätöksentekoon. Kuntoutuspalveluita koordinoidaan sekä asiakaskohtaisesti että seudullisesti mm. työryhmätyöskentelyn avulla. Paikallinen kuntoutusneuvola kehittää ennaltaehkäiseviä palveluja alueen sosiaali-, terveys- ja liikuntatoimen, järjestöjen ja palveluntuottajien monialaisena yhteistyönä.

### Toimintakykyä ja kuntoutumista edistävä toiminta

Ikäihmisten kuntoutusneuvolan toimintamallin kuntoutumista edistävä toiminta perustuu asiakkaan tasa-vertaisuuteen, arvoihin, tarpeisiin ja voimavaroihin.

Kuntoutusneuvolan toimintamallissa ennaltaehkäisevän toimintakykyä ja kuntoutumista edistävän toiminnan tavoitteena on tukea iäkkään henkilön myönteistä ikääntymistä havaitsemalla varhaisessa vaiheessa niitä merkityksellisiä asioita, jotka auttavat ylläpitämään toimintakykyä. Tavoitteina on:

- selvittää asiakkaan arjen sujumisen kannalta tarkoituksenmukaisia seikkoja
- tukea kotona selviytymistä ja muutoksiin sopeutumista
- rohkaista osallistumista aktiiviseen toimintaan
- arvioida kuntoutuspalvelujen tarvetta

Vastaanottotoiminta on asiakkaalle helposti lähestyttävää ohjausta ja neuvontaa, jonne voi hakeutua mm. varaamalla ajan, lähetteellä tai asiakas kutsutaan vastaanotolle. Asiantuntijalla on aikaa asiakkaalleen. Vastaanotolla ikäihmisellä on mahdollisuus löytää aktiivisuutensa merkitys toimintakyvyn ylläpitämiseksi. Tarpeen mukaan vastaanottotoimintaa voidaan tehdä asiakkaan kotona.

Kuntoutusneuvolassa asiakkaalla on mahdollisuus saada tietoa esimerkiksi erilaisista toimintakykyä ylläpitävistä toiminnoista, mm. ryhmistä. Kuntoutusneuvola järjestää kohdennettua ja avointa ryhmätöimintää.

Asiakkaille järjestetään ennaltaehkäisevään kuntoutumiseen liittyviä tilaisuuksia ja teemapäiviä.

### Asiantuntijapalvelut

Kuntoutusneuvola tarjoaa ikäihmisen ennaltaehkäisevään kuntoutumiseen liittyviä asiantuntijapalveluja seudulliselle verkostolle, läheis- ja omaishoitajien tukemiseen ja terveyden- ja sosiaalialan ammattilaisille ja ammatilliselle koulutukselle. On tärkeää kehittää kaikkien sosiaali- ja terveysalalla toimivien työntekijöiden ammatillista osaamista ikäihmisten ennaltaehkäisevän kuntoutumisen edistämiseksi. Ikääntyvien ihmisten toimintakyvyssä tapahtuvien muutosten varhainen havaitseminen ja voimavarojen huomiointi asiakkaan kanssa edellyttää ammattilaiselta asiakkaan kuntoutumista edistävän työotteen hallintaa. Kysymyksessä on konkreettinen ammattitaidon alue, joka tulee sisäistää kaikissa ammattiteissa, joissa ollaan tekemisissä iäkkäiden asiakkaiden kanssa.

Yhteistyöryhmien kanssa tehdään seudullisten tarpeiden mukaan ikäihmisen ennaltaehkäisevään kuntoutumiseen liittyvää selvitys- ja kehittämistyötä.

Kuntoutusneuvolatoiminta antaa mahdollisuuden kuntoutukseen liittyvän materiaalin ylläpitämiseen ja tuottamiseen. Kuntoutusneuvolaan kootaan asiakkaan saataville toimijoiden julkaisuja ja tiedotteita. Neuvolassa asiakas voi käydä materiaalia läpi yhdessä asiantuntijan kanssa.

## MIKSI IKÄIHMISTEN KUNTOUTUSNEUVOLA?

Ikääntyessä henkilön toimintakyky laskee luonnollisten vanhenemismuutosten myötä. Riski sairastua tai vammautua kasvaa. Toimintamallin ideologian avulla asiakas voidaan saavuttaa varhaisessa vaiheessa ja vähentää näin palvelutarpeen lisääntymistä. Tärkeää on tavoittaa myös erityisryhmät ja sosiaalisten kontaktien ulkopuolelle jäävät ikäihmiset.

Tilanteeseen hyvissä ajoin vaikuttamalla voidaan välttää taloudellisesti kalliita seurauksia. Pitkällä tähtäimellä ennaltaehkäisevällä toiminnalla säästetään kunnan voimavaroja ja vähennetään tulevaisuudessa laitoshoidon tarvetta.

Mallin käyttöönotto edellyttää kunnalta uutta näkökulmaa asiakkaan ennaltaehkäisevään kuntoutumiseen. Tavoitteena on, että ikäihmisten kuntoutusneuvola vaatii kohtalaisen vähän uutta resursointia.

Tämä tapahtuu:

- hyödyntämällä tehokkaasti olemassa olevaa palvelujärjestelmää verkostoitumalla
- hyödyntämällä olemassa olevia palvelumalleja
- jakamalla uudella tavalla olemassa olevia resursseja

Verkostoitumista hyödyntämällä mukaan toiminnan järjestämiseen saadaan myös mm. järjestöt, yksityiset palveluntuottajat, kansaneläkelaitos, seurakunnat ja yksityiset erityistyöntekijät, jolloin kustannukset jakautuvat useammalle taholle. Käytännön tason verkostotyö on mallin yksi oleellinen piirre.

Työterveyshuollon ja useimmat Kelan kuntoutuspalvelut päättyvät samalla kun kuntoutuksen tarve lisääntyy kaikissa yli 65-vuotiaiden ikäryhmissä. Palvelut suunnitellaan yhä useammin vain huonokuntoisemmalle väestölle ja mm. kotipalvelujen peittävyys on vähentynyt.

Ennaltaehkäisevän kuntoutumisen painoalueita ja jokaisen kansalaisen perusoikeuksia ovat liikumis- ja toimintakyvyn ylläpitäminen mahdollisimman pitkään. Ikäihmisten toimintakyvyn ylläpitämisen ja ennaltaehkäisevän kuntoutumisen tulee siis olla tärkeä osa kuntien vanhuspalvelustrategioita.

## MISSÄ?

Ennaltaehkäisevänä toimintana ikäihmisten kuntoutusneuvola tulee sijoittua organisaatiossa loogisesti ennen hoiva- ja hoitotoimenpiteitä, varhaisena interventiona. Toimintamallin eri osa-alueita voidaan jakaa kunnan tarpeiden mukaan koko kunnan ja alueiden kesken. Haja-asutusalueilla kuntoutusneuvolan toiminnat voivat ”jalkautua” myös asiakkaan luo (esimerkiksi kuntoutusneuvolabussi).

Ikäihmisten kuntoutusneuvolatoiminnan kehittämisprojektista löytyy tietoja internet-sivuilta: [www.kuntoutukseney.fi](http://www.kuntoutukseney.fi).

Torniossa 13. 5.2004

Oili Harri-Lehtonen, projektipäällikkö  
 Immu Isosaari, projektityöntekijä Pieksämäki  
 Petri Laitinen, projektityöntekijä Mikkeli  
 Sirpa Luomaranta, projektityöntekijä Tornio  
 Anne Talvenheimo-Pesu, projektisuunnittelija  
 Aila Tartia-Jalonen, projektityöntekijä Kajaani  
 Aulikki Viippola, projektityöntekijä Helsinki