



## IKÄIHMISTEN KUNTOUTUSNEUVOLA – TOIMINTAMALLI KUNTIEN ENNALTAEHKÄISEVÄÄN TOIMINTAAN

### 1. Mikä on ikäihmisten kuntoutusneuvola ?

Se on ennaltaehkäisevän kuntoutuksen moniammatillista toimintaa. Ikäihmisten kuntoutusneuvolan toimintamallin (Kuvio 1.) tavoitteena on edistää iäkkäiden henkilöiden ja ikääntyvien vammaisten hyvinvointia ja toimintakykyä asiakkaiden tarpeiden ja paikallisen palvelutarjonnan pohjalta. Kuntoutusneuvolan toiminta toteutuu sosiaali-, terveys- ja liikuntatoimen, järjestöjen ja palveluntuottajien monialaisena yhteistyönä.

Ennaltaehkäisevä toiminta on suunnitelmallista, voimavara- ja lähtöistä sekä muuttuneisiin elämäntilanteisiin joustavasti reagoivaa toimintaa. Erityisesti iän karttuessa omasta kunnosta huolehtimisen vaikutus toimintakykyyn tiedostetaan ja toimintakyvyn rajoittumista uhkaaviin tilanteisiin reagoidaan hyvissä ajoin.



Kuvio 1. Ikäihmisten kuntoutusneuvolan toimintamalli.

## 2. Lähtökohtana asiakaskeskeisyys

Ikäihmisten kuntoutusneuvolassa kuntoutus nähdään iäkkään ihmisen ja hänen lähiympäristönsä muutos- tai kasvu- ja oppimisprosessina. Lähtökohtana ovat ihmisen elämäntilanne ja -historia, arvot, tarpeet, roolit, voimavarat ja identiteetti. Toiminnassa pyritään yhdessä ikäihmisen kanssa löytämään elämänhallinnan keinoja tilanteessa, jossa mahdollisuudet sosiaaliseen selviytymiseen ovat uhattuina tai jo heikentyneet.

Sosiaalihuollon asiakaspalvelulaki korostaa asiakkaan osallistumista itseään koskevaan päätöksentekoon. Asiakkaalla on oikeus saada ammattitaitoista neuvontaa ja ohjausta hänelle soveltuvista palveluista. Asiakaskeskeisyys on yhteistyöhön ja kumppanuuteen perustuvaa toimintaa, jonka mukaan ammattihenkilö kunnioittaa asiakasta ottamalla hänet mukaan päätöksentekoon, ajamalla asioita hänen kanssaan ja häntä varten tai muutoin huomioimalla asiakkaan kokemukset ja tiedot.

Yksilön kuntoutumistarve ja asiantuntijoiden määrittämä kuntouttamistarve eivät aina ole yhdenmukaiset. Yksilön tarve ilmenee usein ajallisesti aikaisemmin kuin ns. 'yhteiskunnallinen' kuntouttamistarve. Asiantuntijakeskeisyyden korostaminen kuntoutustarpeiden määrittelyssä ei ole ongelmatonta. Asiakkaan suojeleminen ja "holhaus" on asiakkaan kannalta hyvä tavoite, mutta saattaa vähentää hänen motivaatiotaan yhteistyöhön. Kuntoutusneuvolassa ikäihmisen motivoituminen yhteistyöhön on toiminnan onnistumisen ehto.

## 3. Toimintamuodot ja menetelmät

Verkostoyhteistyö ja vaikuttaminen on Ikäihmisten kuntoutusneuvolatoiminnan perusta. 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 edistävän toiminnan tavoitteena on:

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

Kuntoutusneuvolan vastaanottotoiminta tarjoaa asiakkaalle helposti lähestyttävää ohjausta ja neuvontaa. Tarpeen mukaan vastaanotto voidaan toteuttaa asiakkaan kotona tai järjestää ennaltaehkäisevä kotikäynti. Kuntoutusneuvola organisoii ja järjestää kohdennettua ja / tai avointa kuntoutumista edistävää ryhmätoimintaa sekä tilaisuuksia ja teemapäiviä. Kuntoutusneuvolassa asiakkaalla on mahdollisuus saada tietoa esimerkiksi erilaisista toimintakykyä ylläpitävistä palveluista kotipaikkakunnallaan.

Ikäihmisten kuntoutusneuvola toimii ennaltaehkäisevän ja kuntouttavan toiminnan asiantuntijana alueellaan. Asiantuntijapalveluita tarjotaan seudulliselle verkostolle, läheis- ja omaishoitajille, terveyden- ja sosiaalialan ammattilaisille ja opiskelijoille. Ikäihmisten toimintakyvyssä tapahtuvien muutosten varhainen havaitseminen ja voimavarojen huomioiminen asiakkaan kanssa edellyttää ammattilaiselta asiakkaan kuntoutumista edistävän työotteen hallintaa.

Yhteistyöryhmien kanssa tehdään seudullisten tarpeiden mukaan ikäihmisen ennaltaehkäisevään kuntoutumiseen liittyvää selvitys- ja kehittämistyötä. Kuntoutusneuvolassa kerätään, ylläpidetään ja kehitetään kuntoutukseen liittyvää materiaalia sekä hyödynnetään muita tietopalveluita. Asiakkaiden ja ammattihenkilöiden käyttöön kootaan eri toimijoiden julkaisuja, tiedotteita, koulutus- ja muuta materiaalia.

#### 4. Miksi ikäihmisten kuntoutusneuvola kannattaa?

Ikääntyessä ihmisen toimintakyky rajoittuu luonnollisten vanhenemismuutosten seurauksena, jolloin riski sairastua tai vammautua lisääntyy. Työterveyshuollon ja useimmat Kelan kuntoutuspalvelut päättyvät samalla kun kuntoutuksen tarve kaikissa yli 65-vuotiaiden ikäryhmissä lisääntyy. Palvelut kohdennetaan yhä useammin vain huonokuntoisille ja kipeimmin niitä tarvitseville eikä kotipalvelujen tarjonta pysty vastaamaan lisääntyneeseen kysyntään. Sosiaali- ja terveystieteiden palvelut pyritään järjestämään ensisijaisesti yleislakien nojalla. Niillä henkilöillä, jotka eivät saa yleislakien perusteella riittäviä palveluja, on oikeus erityislaeissa säädettyihin palveluihin. Ikäihmisten ennaltaehkäisevän kuntoutuksen järjestämistä ei ohjata erillisillä säädöksillä.

Kuntoutusneuvolassa asiakkaan elämäntilanne ja kevyempien palveluiden tarve voidaan arvioida jo varhaisessa vaiheessa ja vähentää siten pitkäaikaisen palvelutarpeen lisääntymistä tai ainakin siirtää sitä myöhäisempään vaiheeseen. Kuntoutusneuvolan toimintaa kohdennetaan myös erityisryhmiin kuuluville ja sosiaalisten kontaktien ulkopuolelle jääville ikäihmisille, joiden toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen on tiedostettu sosiaali- ja terveydenhuollon haaste.

#### 5. Toiminnan käynnistäminen

Toiminnan käynnistäminen edellyttää kunnalta uutta näkökulmaa ennaltaehkäisevään kuntoutukseen ja oman palvelujärjestelmän uudelleenorganisointia. Ikäihmisten kuntoutusneuvolatoimintaa voidaan resurssoida eri tavoin, esimerkiksi:



***Hyödyntämällä tehokkaasti olemassa olevaa palvelujärjestelmää ja -tarjontaa.***

Kunnat pyrkivät vastaamaan väestön tarpeisiin, mutta nykyinen sosiaali- ja terveydenhuolto on kehittynyt asiakkaan kannalta tarpeettoman monitahoiseksi ja –mutkaiseksi. Kunnissa on jo nyt tarjolla useita kuntoutusneuvolan tarjoamia palveluita, jotka voivat kunnan oman toiminnan lisäksi olla järjestöjen tai yksityisten palveluntuottajien järjestämiä. Jotta ikäihmiset osaisivat hyödyntää palveluja, tarvitaan ohjausta niiden pariin (neuvontapiste, vastaanotto). Tiedon välittäminen vaatii ammattihenkilöiden ja asiakkaiden välille matalakynnyksistä yhteyttä, toimivaa asiakassuhdetta ja lyhyttä reagointiaikaa (tarpeen arviointi, seula). Kuntoutusneuvolan tavoitteena on ohjata asiakkaat heille sopivien palvelujen piiriin oikeaan aikaan (kokonaisvaltaisuus).

Suomessa on muutakin ikäihmisille tarkoitettua kuntoutumista edistävää toimintaa, jonka saavutettavuudesta tiedetään yleensä vähän. Sillä voi kuitenkin olla merkittävä vaikutus toimintakykyyn ja yksilön palvelutarpeeseen. Oikein suunnattu tiedotus em. palveluista voisi säästää kunnan voimavaroja (asiakkaiden omatoimisuus).



*Verkostoitumalla muiden toimijoiden kanssa* yhteistyön kehittämiseksi, mahdollisten päällekkäisyyksien vähentämiseksi ja kustannusten jakautumiseksi useammalle taholle (järjestöt, yksityiset palveluntuottajat, Kela, seurakunnat, yksityiset erityistyöntekijät). Käytännön tason verkostotyö on kuntoutusneuvolatoiminnan keskeisimpiä menetelmiä.



*Hyödyntämällä olemassa olevia palvelumalleja*, joilla jo nyt arvioidaan asiakkaiden tilannetta tai jotka toimivat linkkinä kodin ja hoitavan yksikön välissä. Palveluketjujen ympärille koottavat asiakkaan tarpeen mukaiset ja kotona selviytymistä tukevat lisäpalvelut voisivat olla yksinkertaisin tapa käynnistää ikäihmisten kuntoutusneuvolatoimintaa.

Suurin osa kuntien, erityisesti lääkinnällisen kuntoutuksen palveluista on kohdistettu jo apua tarvitseville, mutta kuntoutusneuvola on ennaltaehkäisevää toimintaa, joka tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia uuteen ajatteluun. Ikäihmisen kuntoutusneuvolamallin pohjalta voidaan kehittää palveluverkko, johon asiakas voi liittyä jo heti eläkkeelle jäädessään ja jonka eri palveluja voi portaattomasti ottaa käyttöön oman toimintakyvyn ja elämäntilanteen niin vaatiessa.

Monet järjestöt ovat kehittäneet uusia ja toimiviksi todettuja toimintamalleja, jotka eivät kuitenkaan ole siirtyneet pysyviksi käytännöiksi kuntiin. Esimerkiksi kuntoutumista edistävän työotteen soveltaminen käytännön toimintaan edellyttää sitoutumista, asenteiden muutosta, koulutusta ja käytännön menetelmiä - ei välttämättä suuria taloudellisia panostuksia.



*Jakamalla uudella tavalla olemassa olevia resursseja* mm. siirtämällä painopistettä laitoshoidosta ennaltaehkäisevään työhön ja avopalveluihin. Asiakkaiden ohjautuminen oikea-aikaisesti tarkoituksenmukaisiin palveluihin vapauttaa resursseja (mm. sairaaloiden kuormittuneet poliklinikat). Koska kuntien henkilöstöresurssit ovat rajatut, on niitä kohdennettava uudelleen ja eri ammattiryhmien työn sisältöä kehitettävä. Sopivaa henkilöstöä työskentelee jo nyt ikäihmisten parissa. Kysymys on työtehtävien uudelleen järjestämisestä.

Nähtäväksi jää, voitaisiinko tulevaisuudessa entistä toimintakykyisemmät ikääntyvät ikäluokat nähdä voimavarana hyvinvointipalveluiden järjestämisessä. Heille suunnatulla kevyemmällä palvelutarjonnalla voidaan vapauttaa resursseja erityisryhmien kuntoutumisen ja hyvinvoinnin edistämiseen, motivointiin, ohjaukseen ja neuvontaan.



*Tekemällä yhteistyötä muiden kuntien kanssa.*

Ennaltaehkäisevänä toimintana ja varhaisena interventiona ikäihmisten kuntoutusneuvola sijoittuu kunnan sosiaali- ja terveydenhuollon palvelustrategiassa, organisaatiossa ja palveluketjussa peruspalveluihin avosektorille ennen raskaampia palvelumuotoja. Kuntoutusneuvolan eri osa-alueita voidaan sijoittaa kunnan tarpeiden mukaan koko kunnan ja/tai eri maantieteellisille alueille tai kohderyhmille. Haja-asutusalueilla kuntoutusneuvolatoiminnan onnistuminen ja palvelun kohdentaminen sitä eniten tarvitseville saattaa edellyttää toiminnan viemistä lähemmäksi asiakasta (kotikäyntitoiminta, kuntoutusneuvolabussi). Projektin kokemusten perusteella toimintaa voidaan menestyksellisesti toteuttaa myös useampien kuntien välisenä yhteistyönä (seutukunnat).