

Muistisairaiden asumisesta – jokaiselta kykyjensä mukaan, jokaiselle tarpeidensa mukaan

Muistisairaudet heikentävät edetessään ihmisen kykyä huolehtia asioistaan ja itsestään, mutta eivät vähennä hänen tarpeitaan. Perustarpeiden lisäksi muistisairas kaipaa läheisyyttä, sosiaalisia suhteita, arvostusta ja mahdollisuutta toteuttaa itseään.

Haluaisitko muistisairaana asua dementia-kylässä, jossa ihmiset elävät keskellä normaaleja aktiviteetteja liikkuen ja osallistuen voimiensa ja kiinnostuksensa mukaan. Alueella olisi monia palveluita kuten ravintola, kauppa ja kauppoja. Hollannissa tällainen on olemassa: Hogeweyk lähellä Amsterdamia. Yksi yksiköistä on sisustettu indonesialaisittain, koska Indonesiasta kotoisin olevia vanhoja ihmisiä on Hollannissa runsaasti. Ruokakin on itämaista. Olennaista on se, että kaikki työntekijät ovat sitoutuneita toimimaan muistisairaana ehdoilla ja ovat yhteisesti vastuussa kaikista asukkaista. Alueelle on vain yksi sisäänkäynti, jolla kulkua valvotaan. Kustannuksetkaan eivät ole nousseet pilviin, koska muun muassa lääkityksiä on voitu vähentää ja henkilökunnan osaamista käytetään monipuolisesti.

Suomessa muistisairaiden tarpeet on pitkään määritetty ulkopuolelta – riittää kun ravinnosta, lämmöstä ja turvallisuudesta huolehditaan. Pitkälle edenneessä dementiassa voi olla vaikeaa arvioida, mitä ihminen itse kaipaa, mutta myös lievässä muistisairaudessa palvelujärjestelmä tarjoaa jäykkiä, ennalta määritettyjä palveluja sen sijaan, että ne räätälöitäisiin henkilön omien tarpeiden mukaan. Terveenä oltaessa laadittu hoivatahto auttaa myös vaikeasti dementoituneen henkilön tarpeiden huomioimista.

Muistisairaiden asuminen kotona mahdollisimman pitkään on Suomessa virallinen ta-

voite. Palvelujärjestelmän kehittymisen myötä tässä on saavutettu hyviä tuloksia, mutta paljon on vielä tehtävää. Erityisesti omaishoitajien tukeminen on osoittautunut haastavaksi. Jos ulkopuolista apua ei tarvita päivittäistöissä – puoliso huolehtii pukemisesta ja pe-suissa ohjaamisesta sekä jakaa lääkkeet – on henkisen tuen saaminen vaikeaa.

Yksinasuville muistisairaille kotipalvelu tarjoaa monenlaista apua – ruoasta, lääkkeistä ja hygieniasta huolehditaan. Käynnit ovat kuitenkin hyvin lyhyitä, ja yksinäisyys ja turvattomuus ovatkin monen vanhan ihmisen suurimpia ongelmia. Toisinaan kotona jatkaminen ei enää ole inhimillisesti kohtuullista, vaikka henkilö juuri ja juuri vielä pärjääkin.

Toisinaan tuki myös passivoi, kun asiat tehdään muistisairaana puolesta sen sijaan että tehtäisiin jotain yhdessä hänen kanssaan. Osalle ruoka-automaatti on hyvä ratkaisu, sillä siihen voi ladata eri ruokia, ja käyttäjä saa itse valita milloin ja mitä syö. Optimaalista olisi, jos hoitaja tai auttaja voisi yhdessä sairastuneen kanssa miettiä, mitä milloinkin tehtäisiin. Ruokaa voitaisiin laittaa yhdessä, joskus voitaisiin leipoa piirakka ja jonkun toisen kanssa puolestaan lähteä konserttiin tai kalaan. Monella muistisairaalla on taitoja ja motivaatiota tehdä asioita, jotka ovat ennenkin olleet tärkeitä ja tuottavat iloa. Ihmissuhteet ja yhdessä tekeminen tukevat kotona asumista pitempään.

Monet elämän mielekkyyttä ja toimintakykyä ylläpitävät asiat eivät edellytä terveydenhuollon osaamista. Toisaalta yhteiskunnalla ei välttämättä ole varaa järjestää muistisairaille kaikkea mahdollista kivaa. On kuitenkin myös tieteellistä näyttöä siitä, että yksilöllisesti räätälöidyt, tarvelähtöiset tukitoimet saavat ai-



kaan säästöjä: pitkäaikaishoitoon siirtyminen viivästyy.

Ei-lääketieteellisen hoivan tarpeen ovat huomanneet myös yksityiset yrittäjät. Markkinoille on tullut useita hoivayrityksiä, jotka tarjoavat juuri sitä tukea, jota asiakas tai omainen toivoo – pientä puuhastelua kotona tai vaikka uimahallissa käyntiä. Hinta on samansuuruinen kuin kotisiivouksenkin ja samaan tapaan verovähennyskelpoista. Omaisten ja edunvalvojien tulisi huolehtia siitä, että muistisairaiden mahdollisia varoja käytetään heidän hyvinvointiinsa. Niille, joilla ei ole tähän varaa, tulisi miettiä yhteiskunnan tukitoimia kuten palveluseteleitä.

Sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä. Monen omaiset ovat kaukana tai heitä ei ole. Nykyaikainen tekniikka Skype-yhteyksineen voi toimia yksinäisyyden lievittäjänä. Tärkeää on tehdä tietotekniikasta niin helppoa, että muistisairaskin kykenee sitä käyttämään – tarvittaessa avustettuna.

Suomalainen hyvinvointivaltio vastaa kohtalaisen hyvin muistisairaiden perustarpeisiin. Monimutkaisemmat tarpeet – erityisesti yksilölliset toiveet ja entisen elämäntyylin jatkuminen – jäävät usein tyydyttämättä. Muistisairaiden hoidossa tulisi siirtyä yhä enemmän yksilön tarpeista lähtevään ajatteluun. Tällainen tarvelähtöinen hoito on paitsi inhimillistä, todennäköisesti myös kustannustehokasta.

Miten sinä haluaisit asua muistisairaina?

