

Toimintaterapeutin rooli arkikuntoutuksessa

Satu Niskanen

Arkikuntoutus on kotikuntoutuspalvelu, joka perustuu ikääntyneen määrittelemiin omatoimisuutta tukeviin kuntoutumisen tavoitteisiin (Kjerstad, Tuntland 2016). Arkikuntoutuksessa ikääntyneen oma sitoutuminen sekä motivaatio ovat keskeisiä palvelun toteutuksessa ja arkikuntoutus alkaakin kysymyksellä: "Mistä arjen toimista haluat suoriutua itsenäisesti?" (Tuntland & Ness 2014). Arkikuntoutuksen toteutustavat vaihtelevat jonkin verran eri maiden välillä ja myös saman sisällä toteutuksessa on alueellisia eroja. Tässä artikkelissa keskitytään Pohjoismaissa toteutettavaan arkikuntoutukseen sekä toimintaterapeutin rooliin Pohjoismaisen arkikuntoutuksen toteutuksessa.

Arkikuntoutus toteutuu monen eri ammattikunnan yhteistyössä ja yksi ammattikunta ei yksinään pysty vastaamaan kaikesta arkikuntoutukseen liittyvästä työstä. (Tuntland & Ness 2014.) Arkikuntoutuksessa toimintaterapeutin ammattitaitoa tarvitaan muuttamaan asiakkaan yksilölliset tavoitteet käytännön toiminnaksi niin, että toiminta on asiakkaalle mielekästä ja lisää elämän mielekkyyttä. Toimintaterapeuteilla on ammattitaito ja kokemus arvioida, analysoida ja kuvailla päivittäisiä toimia huomioimalla asiakkaalle merkitykselliset asiat, asiakkaan elämän historian sekä asiakkaan toimintaedellytykset. (Ergoterapeutforeningen 2018.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos tutki ikääntyneiden palvelujen tilaa Suomessa vuonna 2016. Kehusmaan ym. (2017) kyseisen tutkimuksen pohjalta laaditussa raportissa korostetaan, että kotikuntoutuksen organisoinnilla ja vastuuttamisella toimintayksikössä on iso merkitys, ja että kuntoutuksen toimeenpanoon tulisi nimetä vastuutyöntekijä, jonka tehtävänä on seurata kuntoutumistavoitteiden saavuttamista (ks. Duodecim 2016). Toiminta- ja fysioterapeutin keskeisenä tehtävänä arkikuntoutuksessa onkin ohjata kuntoutumisprosessia ja seurata kuntoutumisen etenemistä (Kjerstad & Tuntland 2016). Toimintaterapeutti ohjaa kuntoutumisprosessia toimintakyvyn

arvioinnin, kuntoutumissuunnitelman laatimisen, henkilökunnan neuvonnan sekä tavoitteiden saavuttamisen arvioinnin avulla.

Toimintakyvyn arviointi

Asiakkaan toimintakyvyn arvioinnin tueksi toimintaterapeutti toteuttaa asiakkaalle kotikäyntinä teema-haastattelun, joka perustuu Canadian Occupational Performance Measure, COPM-itsearviointimenetelmään (Tuntland ym. 2015). COPM arviointimenetelmä on suunniteltu toimintaterapeuttien käyttöön tunnistamaan asiakkaan itsensä havaitsemaa muutosta päivittäisen elämän toiminnoista suoriutumisessa (Law ym. 2005a, Kantanen 2011). Haastattelun aikana asiakas määrittää ensin itselleen tällä hetkellä tärkeät itsestä huolehtimiseen, tuottavan toimintaan tai vapaa-aikaan liittyvät toiminnot, joihin hän haluaa kuntoutumisen avulla muutosta. Sen jälkeen asiakas pisteyttää itse oman suoriutumisensa sekä tyytyväisyytensä suoriutumiseensa. (Law ym. 2005b.) Haastattelun avulla toimintaterapeutti tukee asiakasta hänelle merkityksellisten tavoitteiden asettamisessa. Lisäksi toimintaterapeutti arvioi asiakkaan tavoitteiden mukaisesti asiakkaan toiminnallisuutta, toimintakykyä, taitoja ja valmiuksia sekä fyysisistä, sosiaalista ja kulttuurillista ympäristöä. (Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry 2017.) Tarvittaessa toimintaterapeutti käyttää arviointimenetelmänään standardoituja testejä sekä havainnointia tai haastattelua.

Kuntoutumissuunnitelma

Laajan, moniammatillisen arvioinnin pohjalta toimintaterapeutti laatii yhdessä asiakkaan ja moniammatillisen tiimin kanssa kuntoutumissuunnitelman (Tuntland & Ness 2014). Kuntoutumissuunnitelman laatimiseen ja saavutettavissa olevien tavoitteiden asettamiseen toimintaterapeutti tuo erityisosaamisensa toiminnan analyysin avulla. Toiminnan analyysissa valittu toiminta pilkotaan osiin niin, että voidaan tunnistaa ne toiminnan vaiheet, joissa asiakkaalla on vaikeuksia suoriutua. (Creighton 1992, Whitehead 2014.) Toimintaterapeutti hyödyntää asiantuntemustaan lääketieteellisestä ennusteesta ja asiakkaan toimintakyvystä valitakseen sopivimman lähestymistavan asiakkaan kuntoutumisjaksoon (Whitehead 2014).

Neuvonta ja ohjaus

Tavoitteiden asettamisen jälkeen toimintaterapeutti neuvoo ja ohjaa avustavaa henkilökuntaa ikääntyneen ohjaamisessa, jotta ikääntynyt saavuttaa asettamansa tavoitteet (Tuntland & Ness 2014). Neuvontatehtävä koostuu kolmesta tekijästä: kotihoidon työntekijöiden tukeminen ja ammatillisen kehittymisen ohjaaminen sekä tuotettujen palveluiden laadun varmistaminen (Zingmark 2013, Tuntland & Ness 2014). Toimintaterapeutti tukee ja ohjaa kotihoidon henkilöstöä niin, että he pystyvät työssään tukemaan ikääntyneiden asiakkaiden itsenäistä suoriutumista ja riippumattomuutta arkielämässä (Tuntland & Ness 2014, Soppela & Suominen 2017). Lisäksi toimintaterapeutti voi tarjota ohjausta ja neuvontaa apuvälineisiin, ortooseihin sekä erilaisiin kuntoutuspalveluihin liittyen (Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry 2017, Soppela & Suominen 2017). Toimintaterapeutin toteuttama henkilökunnan ohjaaminen voi olla konkreettista yhdessä tekemistä asiakkaan luona tai sanallista ohjaamista yhteistyöpalaverissa.

Tavoitteiden saavuttamisen arviointi

Toimintaterapeutin työalueeseen kuuluvat erityisesti ADL-toimintoihin liittyvät haasteet ja kognitiivisten vaikeuksien vaikutukset toiminnalliseen suoriutumiseen (Ness ym. 2012, 26, Soppela & Suominen 2017). Aikaisemman tutkimuksen perusteella toimintaterapeutit tukevat usein ikääntyneen suoriutumista esimerkiksi peseytymisessä, pukeutumisessa, ruokailussa, sisätiloissa liikkumisessa, siirtymisissä, portaisissa liikkumisessa, wc-toiminnoissa, aterian valmistuksessa, keittiötoiminnoissa, ulkotiloissa liikkumisessa sekä asioinnissa. Lisäksi kuntoutukseen sisällytetään tarvittaessa myös muita toimintoja. (Whitehead 2014, Soppela & Suominen 2017.) Kuntoutumisjakson lopuksi toimintaterapeutti tukee asiakasta tavoitteiden saavuttamisen arvioinnissa. Asiakas arvioi

Tutustuithan jo tähän?

Soppela, Sannimaija; Suominen, Saila (2017). Ikääntyneen asiakkaan toimintaterapia arki-kuntoutuksessa: Opas toimintaterapeuteille. Opinnäytetyö. Oulun ammattikorkeakoulu.

Oppaan kohderyhmänä ovat pääasiassa arkikuntoutuksen parissa työskentelevät toimintaterapeutit, mutta myös alan opiskelijat sekä muut arkikuntoutuksessa toimivat ammattihenkilöt. Oppaan on tarkoitus olla helposti ja nopeasti käytettävä tiedonhaun väline toimintaterapeuteille etsittäessä tietoa arkikuntoutuksesta. Oppaan sisältö perustuu toimintaterapian kirjallisuuteen sekä arkikuntoutukseen liittyviin tutkimuksiin, artikkeleihin ja raportteihin. Arkikuntoutukseen liittyvää tietoa on kerätty pääasiassa pohjoismaisista lähteistä.

Opinnäytetyöprojektin tuotoksena syntyneeseen oppaaseen on tiivistetty ajankohtaista ja näyttöön perustuvaa tietoa ikääntyneen asiakkaan toimintaterapiasta arkikuntoutuksen yhteydessä. Opas kuvaa toimintaterapeutin roolia ja työtehtäviä arkikuntoutuksen moniammatillisen tiimin jäsenenä. Opasta voidaan käyttää myös toimintaterapian ammatillisen osaamisen perusteluna päättävillä tahoille esimerkiksi silloin, kun suunnitellaan arkikuntoutuksen henkilöstöresursseja ja arkikuntoutusprosessin toteuttamista käytännössä.

Opinnäytetyö löytyy osoitteesta www.theseus.fi. Oppaan tekijänoikeudet ja muokkausoikeudet ovat oppaan tekijöillä eli Sannimaija ja Soppelalla ja Saila Suomisella.

Opasta voi tiedustella sähköpostiosoitteista sannimaija1@gmail.com ja suominensaila@gmail.com

COPM-itsearviointimenetelmän avulla ja toimintaterapeutin tuella omaa suoriutumistaan ja tyytyväisyyttä suoriutumiseensa valitsemissa tavoitteiden osalta. Näin asiakas ja työntekijät saavat palautteen onko asetettuja tavoitteita saavutettu. •

Lähteet:

- Creighton, C. 1992. The origin and evolution of activity analysis. *The American Journal of Occupational Therapy*, 46(1), 45-48.
- Duodecim. 2016. Kuntoutuminen. Teoksessa I. Autti-Rämö, A-L. Salminen, M. Rajavaara ja A. Ylinen (toim.).
- Ergoterapeutforeningen. 2018. Everyday Rehabilitation & Occupational Therapy. Tanska. <http://www.etf.dk/sites/default/files/uploads/public/documents/Publikationer/everydayton.pdf> Viitattu 28.3.2018.
- FSA. 2014. Vad är rehabilitering? Vardagsrehabilitering. Viitattu 11.2.2017. <http://www.arbetsterapeuterna.se/Nyhetsarkiv/Nyhetslista-2014/Vad-ar-rehabilitering/>.
- Kantanen, M. 2011. COPM. Toimia. Toimintakyvyn mittaamisen ja arvioinnin kansallinen asiantuntijaverkosto. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/mittariversio/95/> päivitetty 31.01.2018, viitattu 6.4.2018.
- Kehusmaa S., Erhola K., Luoma M-L. 2017. Kotihoidon henkilöstön kuntoutusosaamista on vahvistettava. Tutkimuksesta tiiviisti 20, elokuu 2017. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.
- Kjerstad, E. & Tuntland, H. 2016. Reablement in community-dwelling older adults: a cost-effectiveness analysis alongside a randomized controlled trial. *Health Economics Review*, 6(15), 1-15.
- Law, M., Baptiste, S., Carswell, A., McColl, M. A., Polatajko, H. & Pollock, N. 2005a. COPM Canadian Occupational Performance Measure. CAOT Publications ACE. 4 painos. Ontario, Canada.
- Law, M., Baptiste, S., Carswell, A., McColl, M. A., Polatajko, H. & Pollock, N. 2005b. COPM Canadian Occupational Performance Measure. CAOT Publications ACE. 4 painos. Ontario, Canada. Suomentanut Mary Kantanen ja Mary-Ann Kaukinen. Vaasa: Englanninkielinen alkuteos 2005.
- Ness, N. E., Laberg, T., Haneborg, M., Granbo, R., Færevaaag, L. & Butli, H. 2012. Hverdagsmestring og hverdagsrehabilitering. Rapport. Norsk Ergoterapeutforbund.
- Soppela, S. & Suominen, S. 2017. Ikääntyneen asiakkaan toimintaterapia arkikuntoutuksessa. Opas toimintaterapeuteille. Opinnäytetyö Toimintaterapian tutkimusohjelma, Oulun ammattikorkeakoulu.
- Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry. 2017. Toimintaterapianimikkeistö. Teoksessa T. Savolainen ja V. Aralinnä (toim.).
- Tuntland H., Aaslund, M. K., Espehaug, B. Førland, O. & Kjekken, I. 2015. Reablement in community-dwelling older adults: a randomised controlled trial. *BMC Geriatrics*, 15(145), 1-11.
- Tuntland, H. & Ness, N.E. 2014. Hverdagsrehabilitering. Gyldendal Akademisk.
- Whitehead, P. J., Drummond, A. E., Walker, M. F., Parry, R. H., McGeorge, I. D. & Latif, Z. 2014. Occupational Therapy in HomeCare Re-ablement Services (OTHERS): study protocol for a randomized controlled trial. *NCBI*. 15(447), 1-7.
- Zingmark, M. 2013. Alla professioner är viktige för en utvecklad vardagsrehabilitering. *Ergoterapeuten (norsk)*, 3: 26-29.

TIEDE JA YHTEISKUNTA

Autismiseminaari

Helsingissä 11.9.2018



Autismi arkipäivässä, tässä hetkessä ja tulevaisuudessa.

Puhujina arvostettuja lääketieteen, psykologian, pedagogiikan ja neurotieteiden ammattilaisia, mm. ihmisen kehityksen ja psykiatrian professori **Connie Kasari**.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

www.autismisaatio.fi // p. 044 308 3708

Hinta 150 € sis. lounaan ja kahvin.