

6.4 Kotikuntoutuksen ohjaus ja toteutus

CASE 4

Kotikuntoutus huoli-ilmoituksen jälkeen

Naapuri tekee huoli-ilmoituksen yksin asuvasta 74-vuotiaasta henkilöstä. Sosiaalityöntekijä ja kotihoidon palvelupäällikkö menevät käymään hänen luonaan. He toteavat, että henkilö on hyvin alipainoinen. Saatujen esitietojen perusteella asiakkaalla on keskivaikea masennus. Hän liikkuu sisällä huonekaluihin tukeutuen. Hän ei käy ulkona muutoin kuin lähellä olevassa kaupassa noin kerran viikossa. Hänellä on kovasti kipuja, joihin hän syö isoja annoksia tulehduskipulääkettä. Työntekijät varaavat henkilölle ajan lääkärille, joka arvioi lääkityksen sopivuutta. Sen jälkeen hän käy psykiatrisen sairaanhoitajan, fysioterapeutin ja ravitsemusterapeutin vastaanotolla. Työntekijät tekevät asiakkaalle erilaisia mittauksia ja testejä, kuten ravitsemustilan arviointiin tarkoitetun MNA-testin.

Lopuksi järjestetään asiakkaan suostumuksella yhteinen tapaaminen, johon tulevat asiakkaan lisäksi häntä hoitaneet työntekijät ja kotihoidon lähihoitaja. Tapaamisessa asiakas ja työntekijät sopivat tiiviistä kahden kuukauden pituisesta kotikuntoutusjaksosta. Tavoitteiksi asetetaan ravitsemustilan paraneminen, mielialan kohentuminen, kipujen helpottuminen sekä lihaskunnon ja liikkeiden hallinnan parantuminen. Lähihoitaja käy asiakkaan luona kolme kertaa viikossa ja toteuttaa asiakkaan kanssa sovittua kuntoutusohjelmaa. Fysioterapeutti tapaa asiakasta kahden viikon välein asiakkaan kotona. Tämän jälkeen tehdään loppuarviointi, jatkosuunnitelma ja seuranta.



Kuntoutus Asiakkaan aktiivista toimintaa, jolla hän edistää fyysistä, psyykkistä, sosiaalista tai kognitiivista toimintakykyään.

Kotikuntoutus Tavoitteellinen, yksilöllinen ja tiivis kuntoutusjakso kotona; voi sisältää arviointijakson ja tehostetun kuntoutusjakson.

Kotikuntoutuksen moniammatillinen työryhmä Tiimi, johon voivat kuulua lähihoitaja, toimintaterapeutti, fysioterapeutti, sosiaalityöntekijä, sairaanhoitaja, lääkäri, psykiatrisen sairaanhoitaja, päihdehoitaja, muistikoordinaattori, farmaseutti, ravitsemusterapeutti ja/tai puheterapeutti.

Kotikuntoutus on tavoitteellista ja suunniteltua

Kotikuntoutuksen kohderyhmänä ovat erityisesti ne ikääntyneet asiakkaat, joiden **toimintakyvyssä** on tapahtunut merkittävä **muutos** lyhyessä ajassa esimerkiksi kaatumisen, leikkauksen tai sairastumisen takia. Myös **sairaalajaksolta kotiutuvalle** intensiivinen kotikuntoutusjakso voi olla tarpeen. Mielialaan tai riippuvuuskäyttäytymiseen liittyvät muutokset voivat edellyttää kotikuntoutusjaksoa. Läheisten tuki on tärkeää kotikuntoutuksen suunnittelussa ja toteuttamisessa. Jos asiakkaan kuntoutus vaatii monta asiakaskäyntiä, voidaan osa käynneistä tehdä virtuaalisesti. Kotikuntoutusta toteuttaa usein kotihoidossa työskentelevä lähihoitaja joko yksin tai moniammatillisen työryhmän kanssa. Kotikuntoutusjakso kestää keskimäärin 3–6 viikkoa. Tutkimuksen mukaan sairaalasta kotiutumisen jälkeen kotikuntoutusta saaneet asiakkaat selviytyivät hieman paremmin päivittäisistä toiminnoistaan ja olivat myös niissä aktiivisempia kuin ne, jotka eivät saaneet kotikuntoutusta. He olivat myös tyytyväisempiä saamaansa palveluun.

Kun asiakas kuntoutuu riittävästi, hän voi jatkaa harjoittelua esimerkiksi päiväkeskuksen ryhmässä, virtuaalisesti tai itsenäisesti

