



KÄVELYROBOTTI AUTTAA HANNA ALAHÄIVÄLÄÄ KUNTOUTUMAAN

s. 9



SISÄLTÖ

- Maija Mattila aloitti hoitopäällikkönä **2**
Pääkirjoitus **3**
Valinnanvapaus parantaa palvelua **4**
Neuropsykiatrinen valmennus **6**
Oikein mitoitettut palvelut **7**
Nopea kuntoutuminen motivoi **8**
Hanna kuntoutuu Lokomatissa **9**
Vahva panostus koulutukseen **10**
Puheterapia helpottaa arkea **11**
Kotina Kitinkannus **12**
Helpotusta kipuun fysioterapialla **14**
Kitinkannus laajensi Kokkolaan **15**

KITINKANNUKSEN ASIAKASLEHTI 2018

JULKAISIJA:

Kitinkannus ry

PÄÄTOIMITTAJA:

Katri-Helena Syri

TUOTTAJA:

T:mi CommJob / Jorma Uusitalo

KUVAT:

Jäljen Jättiläinen / Jaakko Mylly,
Jorma Uusitalo

KANNEN KUVA:

Aivoinfarktista kuntoutuva
Hanna Alahäivälä Kitinkannuksen
Lokomat-kävelyrobotissa. Kuvassa
myös fysioterapeutit Merja
Juotasniemi (vas.) ja Piia Vuotila.

ULKOASU JA TAITTO:

Oy Fristyle Ab

PAINOPAIKKA:

Grano Oy

PAINOSMÄÄRÄ:

25 000 kpl

MAIJA MATTILA ALOITTI HOITOPÄÄLLIKKÖNÄ



- **Hoito-osasto vastaa Kitinkannuksen hoitotyön tehtävistä ja tekee tiivistä yhteistyötä kuntoutuksen kanssa, uutena hoitopäällikkönä keväällä aloittanut Maija Mattila kertoo.**

Sairaanhoitaja (ylempi AMK) Maija Mattila on aloittanut Kitinkannuksen hoito-osaston uutena hoitopäällikkönä. Mattilalle talo on tuttuakin tutumpi, sillä hän on työskennellyt Kitinkannuksessa sairaanhoitajana lähes Kitinkannuksen alkuajoista saakka.

- Hoito-osaston johtamisen ja toiminnan kehittämisen lisäksi vastuullani on huolehtia henkilöstön hyvinvoinnista. Osallistun myös käytännön hoitotyöhön. Laadun kehittämisessä olemme tehneet yhteistyötä Centria-ammattikorkeakoulun kanssa, ja laatutyöhönkin paneudumme entistä syvällisemmin, myös Kitinkannuksen laatuvaatavina toimiva Mattila kertoo.

Hänen mukaansa asiakkaiden tarpeisiin vastataan ennen kaikkea henkilöstön jatkuvalla koulutuksella, tarkentamalla hoitajien työnkuvia sekä lisäämällä entisestään moniammatillista yhteistyötä.

- Meillä on hoitotyöstä tosi vankka kokemus sekä kuntouttavaan hoitotyöhön sitoutunut henkilökunta. Mikä parasta, meille on tullut uusiakin työntekijöitä mukanaan uusia tuulia, Mattila toteaa. ■



TEHOSTETUN KÄDEN KÄYTÖN KURSSIT AIVOVERENKIERTO- HÄIRIÖN SAIRASTANEILLE

Seuraavat kurssit

Kurssi numero 65925 19.11.2018 alk.
Kurssi numero 70332 6.5.2019 alk.
Kurssi numero 70333 23.9.2019 alk.

Sairausryhmä

Aivoverenkiertohäiriöt

Kenelle

- työelämässä oleville, sinne palaaville kuntoutuksella oleville, opiskeleville ja työelämästä poissaoleville kuntoutujille, jotka ovat sairastaneet aivoverenkiertohäiriön ja joilla on tarvetta tehostettuun käden kuntoutukseen,
- kuntoutujan läheiselle tai omaiselle
- työ- ja toimintakykyä voidaan turvata ja parantaa kuntoutuksella ja kuntotusmotivaatio on hyvä
- halvaantuneessa yläraajassa on tahdonalaista liikettä siten, että ranteen ja sormien nivelten ojentaminen onnistuu aktiivisesti
- sairastumisesta on kulunut 3kk-3v, kotiutumisesta vähintään 1kk

- kuntoutuja pystyy vastaanottamaan suullisia ja kirjallisia ohjeita
- muistin alenemaa ei ole todettu muistitestissä (MMSE yli 24 pistettä)
- yläraajan käyttöä ei estä kipu, kohonnut lihaskäkykyys, spastisuus jne.

Kurssille hakeutuminen:

Hakemukset vastaanottaa ja kuntoutuspäätökset tekee Kela. Kurssi on kokonaan Kelan kustantama!

Hae vaikeavammaisten (alle 65-vuotiaat) kurssille lomakkeella **KU104**
Hae harkinnanvaraiselle (yli 65-vuotiaat) kurssille lomakkeella **KU132**

Hakemuksen liitteeksi lääkärin **B-lausunto** tai julkisessa terveydenhuollossa tehty **kuntoutussuunnitelma**

Kysy lisätietoja kuntoutuspäällikkö Päivi Kotka p. 044 5754 538

PÄÄKIRJOITUS

SE MITÄ EI VIELÄ OLE, ON AINA MAHDOLLISUUS

Kukaan meistä ei valitse sairautta, mutta toivottavasti pian voimme vieläkin vapaammin valita missä sairautta hoidetaan. Sote-uudistus tulee toteutuessaan laajentaman valinnanvapautta entisestään. Kitinkannuksella on tässä muutoksessa mahdollisuus tarjota Keski-Pohjanmaan alueella laitospäästä sekä avokuntoutusta jokaiselle sitä tarvitsevalle.



Kuntoutus on todistetusti vaikuttavaa Kitinkannuksessa. Vaasan Yliopiston Levón-instituutin tekemä vaativan laitospäästämisen vaikuttavuustutkimus kertoo nämä tosiasiat. Tutkimuksessa mukana olleista Kitinkannuksen vaativan laitospäästämisen asiakkaista 80 prosenttia kuntoutui kotikuntoiseksi. Lisäksi kaikki asiakkaat kokivat myönteistä vaikutusta toimintakykynsä sekä parantanutta elämänlaatua. Tutkimuksen tärkein viesti on, että kuntoutuksen oikea-aikaisuus takaa parhaan lopputuloksen, ja asiakkaalle se tarkoittaa varminta tietä takaisin kotiin. Kotiin palataan lisäksi aikaisemmin ja siellä vietetään laadukkaampaa elämää pidempään. Kotihan on paras paikka, jossa halutaan asua niin pitkään, kun se on mahdollista.

Toimintakyvyn ylläpidon jatkuvuutta voidaan tukea erityisesti avokuntoutuksella. Kitinkannuksen Kannuksen yksikössä tarjoamme avopalveluna allas-, toiminta- ja fysioterapiaa sekä Lokomat-kävelyrobotiterapiaa. Kokkolaan avatussa uudessa avoyksikössä tarjoamme toiminta- ja fysioterapiaa, ja palvelua tuotetaan lisäksi asiakkaille kotiin. Avokuntoutus kotiin vietynä tukee liikkumista tutussa ympäristössä.

Suomen ensimmäinen kävelyrobotti, Lokomat, on auttanut jo monia palauttamaan kadonneen kävelykykynsä sekä korjaamaan kävelyyn syntyneitä virheitä. Kitinkannuksesta löytyy myös kattava laitteisto yläraajojen kuntoutuksen toteuttamista varten. Yhdessä moniammatillisen tiimin kanssa toteutamme

“
**KUNTOUTUKSESSA
KANTAVA VOIMA ON
TIETOISUUS SIITÄ,
ETTÄ SE MITÄ EI
VIELÄ OLE, ON AINA
MAHDOLLISUUS.**

yksilöllisesti kuntoutusta, jonka sisältö muotoutuu jakson aikana tilanteiden muuttuessa. Kasvua ja kehitystä tapahtuu asiakkaissa sekä henkilöstössä. Yhdessä menemme samaan suuntaan kohti tavoitetta, kohti parasta mahdollista toimintakykyä.

Osaavan henkilöstömme ammattitaito juontaa juurensa pitkäjänteisestä koulutuksesta ja vahvasta kokemuksesta, jota löytyy lähes

kolmelta vuosikymmeneltä. Muuttuvassa yhteiskunnassa jatkuvalla koulutuksella on iso merkitys, jotta tiedot ja taidot pysyvät ajan tasalla. Sitoutunut henkilöstö kokee koulutuksen palkitsevana, mutta paras palkinto on aina kuitenkin se, kun saavutetaan asetettujen tavoitteet yhdessä asiakkaan kanssa. Askel askeleelta tavoite on lähempänä, ja lopulta kaikki mahdollinen on tehty, ja asiakas on valmis siirtymään kotiin.

Kokonaisuus ratkaisee. Ammattitaitoisen ja kokeneen henkilöstön työpanos, monipuolinen ja nykyaikainen laitteisto sekä esteetön ja viihtyisä ympäristö on se kombinaatio, mikä tuottaa asiakkaalle parhaan lopputuloksen. Kun asiakas motivoituu pitämään toimintakykynsä yllä ja jatkaa kotona harjoittelua tuetuna ja lopulta yksin, me Kitinkannuksessa voimme olla tyytyväisiä.

■ KATRI-HELENA SYRI
Toimitusjohtaja

Valinnanvapaus on sote-uudistuksessa katalysaattori, joka pakottaa palveluiden tuottajat koko ajan miettimään, kuinka asiakkaille tarjotaan mahdollisimman laadukkaita palveluita, sanoo elinkeinoasioiden päällikkö Susanna Kallama Suomen Yrittäjistä. Jotta jokaisella ihmisellä on aito mahdollisuus käyttää valinnanvapauttaan, tarvitaan Kallaman mukaan vahvaa, ja ennen kaikkea puolueetonta ja neutraalia palvelu-ohjausta.

SUSANNA KALLAMA SUOMEN YRITTÄJISTÄ:
**VALINNANVAPAAUS
PARANTAA PALVELUA
JA LISÄÄ KUSTANNUS-
TEHOKKUUTTA**

Hallintohumpilla ei vielä muuteta sote-palveluiden laatua tai sisältöä. Sen sijaan valinnanvapaus pakottaa toimijat tuottamaan asiakkaan näkökulmasta laadukkaampia palveluita, koska asiakas äänestää jaloillaan. Yhteiskunnan näkökulmasta valinnanvapaus parantaa kustannustehokkuutta ja vaikuttavuutta, Kallama toteaa.

Asiakkaan polku on suunnitellussa sote-kokonaisuudessa hänen mielestään yksinkertaisempi kuin julkisuudessa usein annetaan ymmärtää. Tavallisen kansalaisen silmissä iso peruskuva on hämärtynyt, kun julkisuutta ovat hallinneet monimutkaisuuden tuntua lisänneet yksityiskohdat.

- Valinnanvapaus sisältää asiakkaalle erilaisia työkaluja, joista ensimmäinen on sote-keskuksen valinta, jonka jokainen henkilö saa valita itse, mikäli valinnanvapaus laajenee hallituksen esittämällä tavalla. Ellei asiakas halua tehdä valintaa, maakunnallisella järjestäjällä on velvollisuus osoittaa sote-keskus asiakkaalle, Kallama avaa valinnanvapauden ensimmäistä askelta.

Sote-keskus voi olla yksityinen tai julkinen, ja niistä saa perustason terveyspalveluita sekä sosiaaliineuvontaa.

- Me Suomen Yrittäjissä tietekin toivomme ihmisten käyttävän valinnanvapautta tässä yhteydessä. Sen lisäksi on tärkeää, että julkiset järjestäjät eli maakunnat panostavat siihen, että ihmiset ymmärtävät, että heillä on sote-keskukselta päätettäessä oikeus valita vapaasti.

Sote-keskuksilla on mahdollisuus erottaa muista satsaamalla erilaisiin kilpailutekijöihin. Niitä voivat olla vaikkapa sijainti, nopea hoitoon pääsy, digitaaliset palvelut

tai erityisesti pitkäaikaissairauksista kärsivien arvostama pysyvä, hyvä hoitosuhde.

Kallama toivookin, etteivät maakunnat määrittele liian tiukasti sote-keskusten vaatimuksia. Sen sijaan kannattaa luottaa siihen, että kysyntä muotoilee sote-keskuksista asiakkaille oikeanlaisia.

Jos sote-keskuksen palveluvalikoima ei riitä, vaihtoehtoina ovat asiakasseteli tai henkilökohtainen budjetti. Siinä tilanteessa henkilö lähetetään maakunnalliseen liikelaitokseen, missä hänelle tehdään palvelutarpeen arviointi palveluista, joihin hän on seuraavaksi oikeutettu.

- Arvioinnin valmistuttua asiakkaalle annetaan määrätyissä palveluissa lakisääteisesti asiakasseteli tai henkilökohtainen budjetti. Lisäksi maakunnat voivat käyttää näitä kahta elementtiä laajemminkin, kuin laki vaatii, Kallama muistuttaa.

Hänen mielestään on inhimillistä, että ihminen saa itse päättää, kuka tulee hänen kotiinsa tai mistä hän palvelunsa hankkii.

- Tämä vie asiakkaan itsemääräämisoikeutta oikeaan suuntaan. Jotta valinnanvapaus aidosti toimii, tarvitaan kuitenkin vahvaa ja erityisesti neutraalia ja puolueetonta asiakasohjausta, eräänlaista asiakkaan rinnalla kulkemista. Kun asiakas saa esimerkiksi fysioterapiaan oikeuttavan asiakassetelin, hänelle täytyy palveluohjauksessa kertoa avoimesti, että sinulla on oikeus tällaiseen kuntoutustuotteeseen, ja tässä ovat vaihtoehdot, joista voit valita palveluntuottajan.

Kallama toteaa palveluohjauksen roolin korostuvan niiden joukossa, jotka tarvitsevat palveluita perustervettä ihmistä

enemmän. Julkisuuteen on jo noussut tapauksia, joissa puolueeton ja neutraali palveluohjaus on kyseenalaistettu.

- Tiedän sekä yksityiseltä sektorilta että julkiselta puolelta sairaanhoitopiireistä tapauksia, joissa henkilökuntaa on ohjeistettu olemaan lähettämättä asiakkaita muualle hoitoon. Sen toiminnan täytyy loppua, jotta asiakas saa äänensä kuuluviin.

Ongelmallisina Kallama näkee varsinkin julkiset kuntayhtymät, joissa tällä hetkellä sekoittuvat palveluiden järjestäjän ja palveluiden tuottajan roolit.

- Jotta valinnanvapaus toimii aidosti, näiden roolien täytyy olla erillään, eikä mikään tuotantotapa saa olla itseisarvollisesti suosituimmusasemassa. Varsinkin, kun lakiesityksessä minunkin mielestä aika vahvasti kirjataan asiakkaan oikeus omaan valintaan. Enkä myöskään tarkoita sitä, etteikö julkinenkin toimija voisi olla paras ja tehokkain vaihtoehto, mutta toiminnan pitää olla avointa. Tähän liittyy, että julkisellakin puolella avataan oman tuotannon kustannukset.

Kallaman mukaan huonoimmassa vaihtoehdossa vaarantuu koko valinnanvapauden perusajatus.

- Siitä kärsivät kaikki, jos julkinen sektori käyttää järjestäjävaltaansa suosimalla omaa tuotantoaan. Se heikentää väistämättä yritysten sekä yrittäjien toimintamahdollisuuksia ja kaventaa asiakkaiden valinnanvapautta. On myös palveluiden järjestäjän etu, että tarjolla on paljon erilaisia toimijoita, ja ihmisillä aito valinnanvapaus, koska nimenomaan siitä lähtee liikkeelle palveluita parantava sekä kustannustehokkuutta lisäävä dynamiikka. ■

"KITINKANNUS TÄRKEÄ OSA VALINNANVAPAUTTA"

Kitinkannuksen rooli valinnanvapaudessa tulee selkeimmin esille silloin, kun asiakkaalla on käytössään asiakasseteli tai henkilökohtainen budjetti.

- Olemme toki tälläkin hetkellä valinnanvapauden piirissä, koska meiltä voi saada Soiten myöntämällä palvelusetelillä avofysioterapiaa sekä toiminta- ja allasterapiaa, muistuttaa Kitinkannuksen toimitusjohtaja Katri-Helena Syri.

Hän pitää sote-uudistuksen isona etuna sitä, että toteutuessaan uudistus laajentaa entisestään ihmisten valinnanvapautta.

- Kitinkannus on maakunnassa merkittävä valinnanvapauden piirissä oleva kuntoutuspalveluiden tuottaja. Me varmistamme osaltamme valinnanvapaudelle olennaisen palveluiden saatavuuden.

- Kitinkannuksessa on laaja ja alan huipputeknologiaa edustava välineistö sekä ammattitaitoinen ja sitoutunut henkilökunta. Sen lisäksi meidän kuntoutus on tutkitusti vaikuttavaa, sillä vaativan laitospalveluiden asiakkaista peräti 80 prosenttia kuntoutui tutkimusjakson aikana kotikuntoisiksi, Syri viittaa Levón-instituutin tekemään tutkimukseen.



NEUROPSYKIATRINEN VALMENNUS

TUKEE ARJEN- JA ELÄMÄNHALLINTAA

Aivoverenkiertohäiriö iskee kuin salama kirkkaalta taivaalta. Jo sairastuminen itsessään on ihmisille kriisi, minkä lisäksi aivoverenkiertohäiriö aiheuttaa jokapäiväistä arkea vaikeuttavia toiminnallisia muutoksia sekä psyykkisiä häiriöitä. Neuropsykiatrinen valmennus tuo ratkaisuja arjen haasteiden kanssa elämiseen ja vahvistaa sairastuneen voimavaroja, osaamista ja uuden oppimista.

Kitinkannuksen hoito-osastolla yli 12 vuotta sairaanhoitajana työskennellyt Anna-Reeta Konttila on suorittanut muun muassa psykiatrisen hoidon erikoisammattitutkinnon sekä neuropsykiatrisen valmentajakoulutuksen. Hänen mukaansa aivoverenkiertohäiriön sairastaneen sekä aivovamman saaneen valmennuksessa on tärkeää huomioida muuttunut elämäntilanne.

- Neuropsykiatrisessa valmennuksessa ihminen kohdataan tasavertaisesti, aidosti ja hyväksyvästi. Usein kuntoutukseen tultaessa akuutein vaihe on jo ohi. Seuraavaksi ryhdytään etsimään ja tukemaan niitä voimavaroja, joita sairastunut voi hyödyntää uudessa tilanteessa, ja samalla rakennetaan eheää minäkuva.

Neuropsykiatrisia oireita aiheuttavat erityisesti otsalohkon alueen vauriot. Sairastumisen seurauksena ilmenee usein käyttäytymisen sekä persoonallisuuden muutoksia, ja masennuksesta kärsii lähes

puolet aivoverenkiertohäiriöihin sairastuneista.

- Aivovamman jälkeen tavallisimpia neuropsykologisia oireita ovat häiriöt tarkkaavaisuuden säätelyssä, muistin ja oppimiskyvyn heikkeneminen, toiminnanohjaukseen liittyvät sekä kielelliset vaikeudet, oiretiedostamattomuus, vireystilan lasku ja mielialavaihtelut, Konttila luettelee.

Neuropsykiatrinen kuntoutus on vaativaa, sillä asiakkaan voi olla vaikea hallita tunteitaan ja käyttäytymistään. Kun henkinen suorituskyky on puutteellinen, se saattaa rajoittaa kykyä ilmaista ja käsitellä asioita. Lisäksi toiminnanohjauksen ja tunnesäätelyn oireet esiintyvät usein yhdessä.

Koska potilaat ovat hyvin yksilöllisiä, keinot parantaa toimintakykyä ovat nekin yksilöllisiä. Konttilan mukaan kaikessa tekemisessä kantavia teemoja ovat kuitenkin intensiivinen ja moniammatillinen kuntoutus sekä kuntouttavan hoitotyön yhdistäminen arjen toimintoihin.

OIKEIN MITOITETUT PALVELUT



▲ - **Oma roolini on toimia valmentajana ohjaamassa ja tukemassa kuntoutujaa, Anna-Reeta Konttila sanoo.**

◀ **Kuntouttava hoitotyö yhdistetään arjen toimintoihin. Kuvassa Anna-Reeta Konttila ja Erkki Rauhala valmistautumassa lounaalle.**

- Oma roolini on toimia valmentajana ohjaamassa ja tukemassa kuntoutujaa. En tee asioita asiakkaan puolesta, vaan ohjaan häntä suoriutumaan itse vaikkapa kaupassa asioimisesta. Kun aikaisemmin tavarat löytyivät vanhasta tottumukselta tietyiltä paikoilta hyllyistä, ja maksaminen sujui automaattisesti, nekin asiat pitää opetella uudestaan.

Toimintakykyä, esimerkiksi seisaalleen nousemista, saatetaan joutua harjoittelemaan vaihe vaiheelta pilkkomalla suoritus pienempiin osiin. Joskus taas henkilöltä onnistuu syöminen, mutta hän tarvitsee syömisen aloittamiseen sanallista tai kirjallista ohjausta.

Konttila on nähnyt työssään myös vertaistuen tärkeyden, sillä äkillinen sairastuminen herättää epävarmuutta ja monia kysymyksiä niin sairastuneessa kuin hänen läheisissään.

- Parhaimmillaan neuropsykiatrinen valmennus auttaa löytämään ratkaisuja ja välineitä haasteiden kanssa elämiseen sekä lisää myönteisiä tunnekokemuksia, lujittaa sairastuneen itsetuntoa ja vahvistaa tunnetta oman elämänsä hallitsemisesta.

Konttila sanoo, että hoitotyössä auttavat ennen kaikkea tieto ja kokemus, mutta niiden lisäksi tarvitaan sitoutumista ja aitoa kiinnostusta kuntoutujaa ja hänen yksilöllisiä haasteitaan kohtaan.

- Minua tässä työssä palkitsee erityisesti asiakkaan kuntoutuminen, ja varsinkin se, jos asiakas kuntoutuu niin hyvin, että hän voi muuttaa takaisin omaan kotiinsa. Kotiutuminen on iso asia myös meille hoitajille, koska siinä näkee kuntoutumisen koko kaaren. Sen, mistä on lähdetty liikkeelle ja sen, mihin on yhdessä päästy. ■

Kuinka sujuvat päivittäisessä arjessa pukeutuminen ja riisuuntuminen, wc-käynnit sekä peseytyminen, tai siirtyminen sängystä tuoliin ja vaikkapa normaalista päivärtymistä kiinni pitäminen? Entä millaisia palveluita henkilö tarvitsee pystyäkseen asumaan kotonaan, ja millaisia esteettömyyteen liittyviä ratkaisuja siellä tarvitaan? Muun muassa tällaisia asioita selvitetään Kitinkannuksessa järjestettävillä toimintakyvyn arviointijaksolla.

Toimintakyvyn huolellinen ja mitattavissa oleva arviointi varmistaa, että sairaudesta toipuvalle ja omaan kotiinsa palaavalle henkilölle osataan mitoittaa oikeanlaiset palvelut ja kotiympäristö tukemaan kotona asumista.

- Kitinkannus panostaa vahvasti laadukkaaseen toimintakyvyn arviointiin. Arviointijaksot kestävät vähintään kaksi viikkoa, ja sinä aikana arvioimme asiakkaan kotikuntoisuutta ja avutarvetta moniammatillisena yhteistyönä. Tarvittaessa järjestämme myös verkostopalavereita joissa selvitetään, mitä palveluita kotikunta pystyy asiakkaalle järjestämään, ja millaisia ratkaisuja me suosittelemme, kertoo toimintaterapeutti Anja Timlin.

Jakson aikana hiotaan ja harjoitellaan erilaisia arjen askareita siivoamisesta astianpesukoneen täyttöön, leipomiseen ja kaupassa käyntiin. Yksi tärkeä osa-alue on oma-aloitteisuus; hoksaaako henkilö päivärtymin kellonaikoinen lähteäkseen omatoimisesti esimerkiksi aamupalalle, ja tuleeko hän tapausmisiin ajallaan ja sovitusti varustautuneena.

- Varsinkin nuoret haluavat elää mahdollisimman normaalisti arkea ja käyttää askareisiin sen ajan, mikä niihin normaalisti kuluu. On luonnollisesti heitäkin, joiden toimintakyky ei riitä kotona asumiseen. Heille mietitään yksilöllisiä asumisvaihtoehtoja palveluineen. Joskus järkevä ratkaisu on palveluasuminen, Timlin toteaa.

Hänen mukaansa toimintakyvyn arvioinnissakin tärkeintä on asiakasnäkökulma.

- Jaksoilla asiakkaille pyritään järjestämään aktiviteetteja sekä hälventämään pelkoja ja tarjoamaan vertaistukea uudessa elämäntilanteessa. Tavoitteena on tukea asiakasta käyttämään hänen omia kykyjään parhaalla mahdollisella tavalla, ja kannustaa heitä asumaan omassa kodissaan. ■



- **Toimintakyvyn arvioinnilla varmistetaan, että asiakkaalle mitoitetaan oikeanlaiset palvelut, toimintaterapeutti Anja Timlin sanoo.**



Tapio Jääskä ja fysioterapeutti Riina Puutio ovat tehneet tuloksekasta yhteistyötä Jääskän tapaturman jälkeisessä kuntoutuksessa.

TAPIO JÄÄSKÄ VAKAVAN TAPATURMAN JÄLKEEN:

NOPEA KUNTOUTUMINEN RUOKKII MOTIVAATIOTA

Tapio Jääskälle sattui kotilallaan Ullavan Norpassa viime jouluna vakava työtapaturma, jossa hengenlähtökin oli lähellä. Kesti pitkään, ennen kuin 22-vuotias nuorukainen pystyi tapaturman jälkeen edes seisomaan. Lähes vuotta myöhemmin syyskuussa kaikki näyttää jo paljon paremmalta. Jääskän mukaan kuntoutusjaksot Kitinkannuksessa sekä edelleen jatkuva viikoittainen kuntoutus ovat parantaneet toimintakykyä merkittävästi.

Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen Melan mukaan kaikista maatalouden tapaturmista konetapaturmien osuus on viidesosa. Näistä huolto- ja korjaustöissä sattuu kolmasosa konetapaturmien ollessa keskimääräistä vakavampia.

Tapio Jääskän kohdalla kyseessä piti olla muutama minuutti hoidettava rutiiniluonteinen traktorin etukuormaajan paineakun kiinnitys. Toisin kävi, sillä syystä tai toisesta tapahtui inhimillinen virhe, jonka seurauksena kuormaaja rysähti hänen päälleen.

- Siinä ei ehtinyt tehdä yhtään mitään, kun hieman koholla ollut etukuormaaja tippui mahan päälle. Ilman kuormaajassa olleita paalipihtejä olisin puristunut vielä pienempään tilaan. Taskussani ollut puhelin soi juuttuneena ollessani kolmesti, mutta kuormaaja

painoi puhelinta niin, etten saanut sitä esille, Jääskä muistelee.

Hän oli tajuissaan koko ajan. Kesti lopulta peräti tunnin, ennen kuin avunhuudot tavoittivat auttamaan kiirehtineet perheenjäsenet ja tuttavat. Etukuormaaja saatiin nostettua sivuun pienkuormaajalla, minkä jälkeen paikalle saapuivat Ullavan ensivaste ja ambulanssi.

Sairaalassa ensimmäinen viikko kului teho-osastolla Kokkolassa. Vakavalla tapaturmalla oli myös vakavat seuraukset: lihakset olivat pitkään puristuksissa ilman happea, ja siitä aiheutui erilaisia lihaskaurioita. Voi oman

” MINULLE JÄI KUNTOUTUS- JAKSOISTA TODELLA HYVÄT KOKEMUKSET

kolmen päivän dialyysihoidon jälkeen niiden toiminta alkoi normalisoitua.

Kitinkannuksen kuntoutusjaksole Jääskä saapui vakuutusyhtiön läheteellä ensimmäisen kerran tammikuun lopulla. Kaikki kolme kuntoutusjaksoa olivat kestoltaan kolme viikkoa. Ne sisälsivät niin fysioterapiaa, allasjumpaa kuin painokevennettyä kävelyä.

- Minulle jäi kuntoutusjaksoista todella hyvät kokemukset, sillä toimintakyky parani nopeasti. Tullessani ensimmäisen kerran Kitinkannukseen kävely onnistui varovasti ja tuetusti Eva- telineellä, mutta tukea piti ottaa voimakkaasti käsillä. Hyvin pian kuntoutuksen alettua kävelin rollaattorin kanssa, maalis-kuun lopulla kepeillä, ja toukokuusta olen kävellyt kokonaan ilman tukea.

Jaksojen jälkeen Jääskä on jatkanut kuntoutumistaan Kitinkannuksessa. Ensimmäisen kolmesti ja nykyään kahdesti viikossa. Tällä hetkellä ohjelmassa on runsaasti muun muassa allasjumpaa, porraskävelyä sekä kuntosaliharjoittelua.

- Kotona pyörielen, kävelen ja touhuan kaikenlaista. Tässä vaiheessa on vielä auki, kuinka hyväksi toimintakyky palautuu. Tarkoitus kuitenkin on, että pystyn tekemään tulevaisuudessakin tilan töitä.

Jääskä sanoo tapaturman palautuvan mieliin aika ajoon.

- Olihan se kova kolaus ja paljon joutui miettimään sitä, kuin tästä päästään eteenpäin. Edistyminen kuntoutumisessa on kuitenkin lisännyt motivaatio ja vienyt asioita eteenpäin. Kitinkannuksessa on hyvät puitteet ja mahtava henkilökunta, jonka kanssa töitä voi tehdä hyvillä mielin, hän kehuu. ■

aikansa, ennen kuin Jääskä pystyi edes hatarasti seisomaan. Munuaisetkin olivat vaarassa, mutta



Hanna ja Marko Alahäivälä tietävät, että kuntoutumisessa pätevät monet kilpaurheilusta tutut periaatteet, kuten määrätietoisuus ja pitkäjänteisyys.

HANNA ALAHÄIVÄLÄ KUNTOUTUU LOKOMATISSA

Periksi antamaton asenne, kilpaurheilusta tutuksi tullut tavoitteellisuus sekä Lokomat-kävelyrobotti ovat tärkeässä roolissa 17-vuotiaan Hanna Alahäivälän kuntoutuessa vuosi sitten yllättäneestä aivoinfarktista.

Alahäivälän kotimaisemissa Haapajärven Pitkänkankaalla käyty polkujuoksukilpailu sai viime elokuussa dramaattisen käänteen, kun kisaa loppusuoralla johtaneelta nuorelta kilpahiihtäjältä menivät jalat yllättäen alta. Hän tuupertui maahan pystymättä nousemaan enää ylös.

- Ajattelin, että syynä oli nestehukka ja se, että olin ottanut kisassa itsestäni kaiken irti. Pystyin puhumaan eikä kenellekään tullut infarkti edes mieleen, ennen kuin Oulaskankaan sairaalassa lääkäri huomasi vasemmalla puolella toiminnallisen eron, Alahäivälä kertoo. Aivoinfarktin syyksi selvisi lopulta kaulavaltimon dissekaatio.

- Kaikenlaisia asioita joutui tapahtuman jälkeen käymään läpi, mutta nyt mieli on erittäin hyvä, ja keskityn vain kuntoutumiseen. Sekin on mahtavaa, että pakollisen välivuoden jälkeen aloitin elokuussa lukio-opinnot.

Jo tehohoidossa olleessaan Alahäivälä sai arvokasta kannustusta häntä katsomassa käyneeltä Pekka Hyysalolta. Validian kuntoutusjakson jälkeen pyörätuolia on tarvittu käytännössä vain pidemmällä reissuilla, ja Lokomat-harjoittelu Kitinkannuksessa on edistänyt kuntoutumista entisestään.

- Lokomatista on ollut iso apu. Videoiden

perusteella näkee hyvin, miten kuntoutuminen on mennyt hurjasti eteenpäin, ja esimerkiksi ryhti parantunut. Metri- ja minuuttimäärät ovat kasvaneet, ja tasapaino sekä koordinaatio kehittyneet. Vuosi sitten ei olisi todellakaan uskonut, että pääsimme tänä kesänä jopa mustikkametsään, tyttärensä valmentajanakin toiminut Marko Alahäivälä iloitsee.

Hänen mukaansa Hanna-tyttären kuntoutumisessa pätevät monet kilpaurheilusta ja harjoittelusta tutut periaatteet: kuntoutumisessa auttavat määrätietoisuus, pitkäjänteisyys, lihahuolto, rasituksen sekä levon suhde ja ylipäätään laadukas tekeminen.

Tällä hetkellä Hanna Alahäivälä käy Kitinkannuksessa 1-2 kertaa viikossa Selänteen maksusitoumuksella.

- Tykkään paikasta tosi kovasti, sillä henkilökunta on osaavaa ja ystävällistä. Kävelemään on kiva tulla kun huomaa, miten paljon kävelyrobotista on apua, hän kertoo.

Tunteikas hetki koettiin elokuun puolivälissä infarktin "vuospäivänä". Tuolloin Hanna juoksi loppuun infarktin takia juoksematta jääneen noin 300 metrin pituisen loppusuoran. Syyskuun alussa hän matkasi Turkuun Pekka Hyysalon kutsumana osallistuakseen Fight-BackRun-tapahtumaan. Siellä taivalta kertyi Aurajoen rannalla 2,7 kilometriä. ■

VAHVA PANOSTUS

KOULUTUKSEEN

Ammattitaitoinen ja sitoutunut henkilökunta on perusedellytys Kitinkannuksen tarjoamalle vaikuttavalle kuntoutukselle ja hyvälle hoidolle. Toimitusjohtaja Katri-Helena Syrin mukaan Kitinkannus tukee vuosittain järjestettävää täydentävää koulutusta, joka tähtää työntekijöiden osaamisen syventämiseen.

Työnantaja räätälöi koulutuksia yhdessä henkilöstön kanssa myös sen perusteella, millaiset osaamisalueet työntekijää itseään erityisesti kiinnostavat.

- Aivoverenkiertohäiriöihin liittyvää AVH-osaajakoulutusta, aivotreeniohjaajakoulutusta, kuntouttavan hoitotyön ja kehittyvän vanhustyön koulutusta, sosiaalialan koulutusta, selkäydinvammoihin liittyvää koulutusta sekä esimieskoulutusta, Syri poimii esimerkkejä laaja-alaisesta koulutuksesta.

Hän korostaa, että säännölliseen ja tasapuoliseen koulutukseen on monta hyvää syytä: koulutuksesta saa evääksi tuoreimmat tiedot, ideat ja toimintamallit, minkä lisäksi koulutus tekee työstä mielenkiintoisen, ja se myös sitouttaa henkilöstöä.

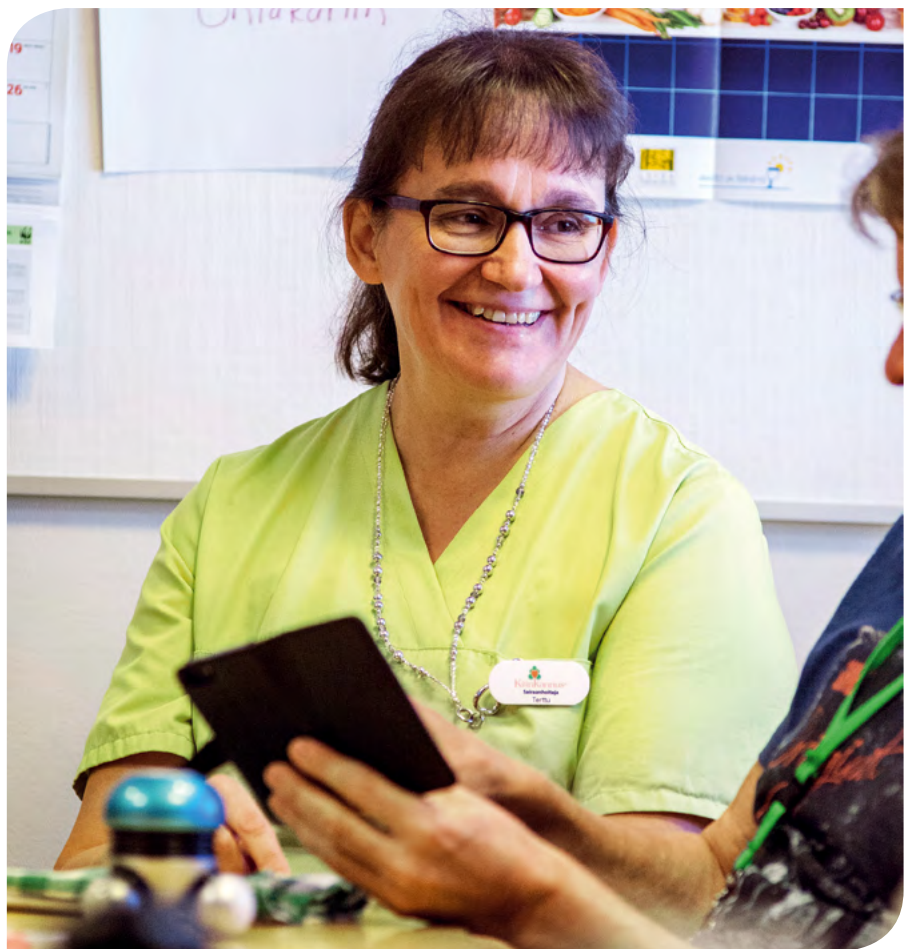
- Jotta uutta tietoa pystytään hyödyntämään mahdollisimman laajasti, koulutuksiin osallistuneet jakavat tietoa niin omalle ammattiryhmälleen kuin tiimien sisällä. Olen tosi iloinen siitä aktiivisuudesta, miten meillä henkilökunta huolehtii omasta ammattitaidostaan. Tämän takia koulutuksia jaksotetaan vuositasolla, jolloin jokaiselle taataan vuorolleen mahdollisuus lähteä kouluttautumaan, Katri-Helena Syri sanoo.

Sairaanhoitajat Terttu Ranta-Nilku ja Anna-Reeta Konttila suuntaavat ensi vuoden vaihteessa AVH-ohjaajakoulutukseen, joka keskittyy aivoverenkiertohäiriöistä kärsivien asiakkaiden hoitotyöhön.

- Olemme Anna-Reetan kanssa vastuuhenkilöitä ja ohjaajina myös Kelan kustantamissa käden tehostetun käytön AVH-koulutuksissa, eli tuleva koulutus tukee myös sitä palvelua, Terttu Ranta-Nilku sanoo.

AVH-potilaista suurin osa on aivoinfarkti- ja aivoverenvuotopotilaita. Heidän hoitotyö on erittäin vaativaa jo sen takia, että asiakkaat ovat hyvin yksilöllisiä. Tämä korostaa entisestään kouluttautumisen tärkeyttä.

- Koska Kitinkannuksen palveluista tiedetään yhä laajemmin, meille lähetetään enenevässä määrin myös selkäydinvammapotilaita sekä erilaisista selkäydinsairauksista kärsiviä. Sen lisäksi että teemme tiivistä yhteistyötä



Sairaanhoitaja Terttu Ranta-Nilku suuntaa vuodenvaiheessa AVH-ohjaajakoulutukseen.

Kitinkannuksen sisällä, olennainen osa hoitotyötä on tiivis yhteydenpito lähettävän tahon kanssa sekä kotiutusvaiheessa esimerkiksi asiakkaan kotikunnan kanssa, Ranta-Nilku toteaa.

Työsuhteet ovat Kitinkannuksessa perinteisesti pitkiä. Katri-Helena Syri sanoo, että talossa on työntekijöitä, jotka ovat olleet Kitinkannuksen palveluksessa alusta saakka, eli vuodesta 1991.

- Teemme yhteistyökumppaneidemme kanssa kahden vuoden välein työhyvinvointikyselyn. Kitinkannuksessa on käytössä varhaisen välittämisen malli, jonka avulla pystymme

tarjoamaan työntekijöille tukea aikaisessa vaiheessa esimerkiksi silloin, jos vaarana on työuupumus. Koska työ on usein fyysisesti ja psyykkisesti vaativaa, sen vastapainoksi henkilökunnalle järjestetään myös monenlaista yhteistä tekemistä, Syri kertoo panostuksista henkilöstön työkykyyn ja työhyvinvointiin.

Hän sanoo huomanneensa senkin, että Kitinkannukseen tullaan mielellään työharjoitteluun eri puolilta Suomea.

- Työharjoittelijat ovat valmistuttuaan meille arvokas voimavara, ja ilahduttavan paljon olemme saaneetkin hakemuksia avoimille olleisiin työpaikkoihin. ■



- Puheterapiassa asiakkaan kanssa harjoitellaan sellaisia asioita, jotka ovat hänelle arjessa tarpeellisia, Heini Annala sanoo.

PUHETERAPIASTA APUA ARJEN KOMMUNIKOINTIIN

Puheterapeutti FM Heini Annala kertoo olleensa opiskeluajoista asti kiinnostunut aikuisneurologiasta. Puheterapeuttina hänen tärkein tavoitteensa on edistää asiakkaan kommunikointia ja vuorovaikutusta arjessa. Kitinkannuksen erityisyydeksi hän nostaa moniammatillisen yhteistyön, jonka keskiössä on aina asiakas.

Kitinkannuksessa Heini Annalan suurin asiakasryhmä on aikuisikäiset aivoverenkiertohäiriöön sairastuneet, minkä lisäksi hän auttaa aivovammapotilaita.

- Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneet tarvitsevat yleensä toiminta- ja fysioterapiaa, mutta jokainen sairastunut ei automaattisesti kärsi kielellisistä ongelmista, hän kertoo.

Kun ongelmia puheen tuottamisessa ilmenee, kyse voi olla dysartriasta eli motorisesta puhehäiriöstä. Se johtuu puheen tuotossa tarvittavien liikkeiden poikkeavasta toiminnasta, kuten halvauksesta. Yleisimmin sairastunut kärsii kuitenkin afasiasta, kielellisestä häiriöstä, joka on seurausta aivojen vauriosta.

- Afasiaan liittyy usein sekä puheen ymmärtämisen että puheen tuoton vaikeudet. Pahimmillaan ymmärtämisen vaikeus tarkoittaa sitä, että henkilö ei yhdistä sanaa ja sen merkitystä, tai käskyä ja sen tarkoittamaa toimintaa, Annala selvittää.

- Tuottamisen vaikeudet ovat lievimmillään sitä, että puhuja joutuu kiertelemään ja kaartelemään, koska hän ei saa sanaa mieleensä. Tai sitten hän ei pysty tuottamaan puhetta lainkaan. Joskus joudumme aloittamaan asiakkaan kanssa ihan alusta myös kielen käyttöön ja ihmisten väliseen vuorovaikutukseen liittyvät säännöt käymällä läpi vaikkapa sitä, millaisia asioita toisille on soveliaista sanoa.

Myös nielemisen ongelmat kuuluvat puheterapeuteille.

- Usein aivoverenkierron häiriöt ulottuvat suun ja nielun alueelle. Todella palkitsevia ovat sellaiset tilanteet, joissa asiakkaan nieleminen kuntoutuu niin hyvin, ettei enää tarvita letkuruokintaa, vaan hän voi syödä taas normaalisti, Annala sanoo.

Puhekyky palautuu harvoin täysin ennalleen. On sellaisiakin tapauksia, joissa puhe kuulostaa toisen korvissa normaalilta, mutta

puhujan itsensä mukaan puheen motorinen tuottaminen ei enää tunnu samalta kuin ennen sairastumista.

- Useimmiten puheterapiaa tehdään kahdestaan asiakkaan kanssa harjoittelemalla niitä asioita, jotka ovat hänelle tarpeellisia. Tavoitteena on, että henkilö pystyy toimia mahdollisimman hyvin arjen tilanteissa ja ylläpitämään sosiaalisia suhteitaan. Kitinkannuksessa toimii myös ryhmiä, joissa näitä asioita käydään läpi.

Erytyskiitoksen Heini Annala antaa Kitinkannukselle siitä tavasta, miten koko henkilökunta ajattelee asioita yksittäisen asiakkaan näkökulmasta.

- Tällä eri terapeutit tekevät todella paljon yhteistyötä keskenään, ja toimintaterapeutit sekä fysioterapeutit ovat tuoneet omaan työhönsä myös puheterapiaa. Henkilöstö ottaa hienosti selville asioita, jotta asiakkaille löytyvät juuri heille parhaat ratkaisut. ■



KOTINA KITINKANNUS

Kitinkannus tarjoaa myös pysyvää asumispalvelua asiakkaan toimintakyvystä riippumatta. Tapaturmaisesti vammautuneen Raili Hollannin koti on ollut tammikuusta 2015 alkaen Kitinkannuksessa, missä hän voi täysihoidon lisäksi osallistua vaikkapa päivittäiseen virike- ja ryhmätoimintaan. Lapsetkin ovat levollisin mielin tietäessään, että Raili-äiti on vuorokauden ympäri luotettavissa käsissä.

Raili Hollanti syntyi Sievissä mutta asui perheineen Ruotsissa lähes 37 vuotta. Jäätyään eläkkeelle hän muutti aikaisemmin menehtyneen aviopuolisonsa kotiseudulle Kannukseen. Vuonna 2011 Hollannille sattui tapaturma, joka johti selkäydinvammaan,

kahden niskaniikaman murtumiseen ja neli-raajahalvaukseen.

- Olin käsityökeskuksessa huovuttamassa silkki- ja kaulaliinaa. Kun työ oli valmis, oikaisin itseni lähtökseni kotiin. Minulle tuli kuitenkin huono olo, jonka takia otin kiinni rappusten

kaiteesta. Ilmeisesti pyörryin, ja putosin matalan kaiteen yli pari metriä.

Hollanti kuljetettiin sairaalaan Kokkolaan ja sieltä Ouluun.

- Minut leikkasi oikein hyvä lääkäri joka kannusti, että periksi ei kannata antaa. Ajat-



Raili ja Arto Hollanti ovat viettäneet monta yhteistä hetkeä Kitinkannuksen viihtyisässä pihapiirissä.

Kitinkannus tuli hänelle tutuksi jo tuona aikana kahdesti viikossa ohjelmassa olleiden toiminta- ja fysioterapiakäyntien ansiosta.

- Tammikuussa 2015 kuntoni heikkeni, enkä voinut olla enää suihkutuolissakaan matalan verenpaineen takia. Olin tykännyt Kitinkannuksesta alusta saakka, joten soitin tänne ja kysyin, löytyisikö minulle kamaria. Tiesin, että Kitinkannuksessa on luotettava ja osaava henkilökunta, Raili Hollanti hymyilee muistellessaan ratkaisua, joka oli lopulta helppo tehdä.

Asumispalveluun kuuluvat täysihoito sekä hoito- ja huolenpito ympäri vuorokauden, minkä lisäksi tarjolla on päivittäin virike- ja ryhmätoimintaa. Jokaiselle asiakkaalle tehdään lisäksi yksilöllinen hoito- ja palvelusuunnitelma.

Raili Hollanti kertoo kotiutuneensa Kitinkannukseen mainiosti. Yksi arkea merkittävästi helpottava tekijä on esteetön ympäristö, jonka ansiosta liikkuminen onnistuu sisällä ja ulkona ilman hoitajien apua.

- Täällä minulla on kavereita ja hyvät mahdollisuudet harrastaa. Matalan verenpaineen takia en pysty nousemaan ylös aamulla, mutta silloin voin suunnitella loppupäivän ohjelmaa. Iltapäivällä menen kahville, ja siitä päivä jatkuu normaalisti.

- Jalkani eivät ole palautuneet, mutta ompelu ja muu käsillä tekeminen on oikein mieluista. Käsityöt ovat se kaikkein tärkein juttu. Kun olen ompelukoneella, oikea käsi

kaasuttaa ja vasen ohjaa, Hollanti nauraa.

Hän kertoo osallistuvansa aktiivisesti virkistysmatkoille, joita on tehty muun muassa Ohtakariin ja Toivosen kotieläinpuistoon.

- Päiviin mahtuu tosi paljon sosiaalista kanssakäymistä, ja porukkinakin on sopivan ikäistä. On kiva nähdä erilaisia kuntoutusasiakkaita, joista monet tulevat myös uudesta. Skip-Bo-korttipeliä pelaamme hyvän ystäväni kanssa lähes joka ilta. Siinä toimintaa saavat sekä sormet että aivot.

Yhteydenpito tuttavien Suomessa ja Ruotsissa puolestaan onnistuu Facebookissa, Skypellä ja sähköpostilla.

Myös lapsille äidin turvallinen ja laadukas arki on luonnollisesti tärkeä asia.

- Olemme siskoni kanssa todella tyytyväisiä, että äidille löytyi tällainen ratkaisu. Omaisina pääsemme helpolla, koska täällä asiat sujuvat. Äiti tarvitsee esimerkiksi öisin käännön, jonka Kitinkannuksen oma, tuttu ja turvallinen yöhoitaja hoitaa, Ylivieskassa asuva Arto Hollanti kertoo.

Sama laadukkuus pätee hänen mukaansa ruokailuihin, lääkehoitoon sekä hygienia-asioihin. Lääkäripalvelutkin ovat tarvittaessa saatavilla.

- Äiti on hyvin omatoiminen, ja hänellä ajatus pelaa terävästi. Silloin kun omaisena ei tarvitse puuttua asioihin, se on merkki siitä, että hommat toimivat ja paikkaan voi luottaa täysin, Arto Hollanti toteaa. ■

telin itsekin, ettei pidä murehtia vaan jatkaa eteenpäin niillä eväillä, jotka olivat jäljellä.

Edessä odottivat luonnollisesti pitkät sairaala- ja kuntoutusjaksot. Oulun jälkeen vuorossa oli vajaan neljän kuukauden kuntoutus Validiassa, minkä jälkeen Hollanti muutti asumaan Validian asuntolaan Vaasaan.

- Tyttäreni asui Vaasassa, ja pystyin totuttelemaan muutaman kuukauden ajan kotona asumiseen. Ennen kuin palasin pitkältä reissulta kotiin Kannukseen, vietin vielä viikon Kannuksen terveyskeskuksessa.

Kotonaan Raili Hollanti asui kolme vuotta.



- Käsityöt ovat minulle se kaikkein tärkein harrastus, Raili Hollanti sanoo.

HELPOTUSTA KIPUUN FYSIOTERAPIALLA

Kipu on ihmiselle aina totta, ja kipua on lähes tyttävä hyvin yksilöllisesti. Kipuun on myös tärkeä puuttua jo alkuvaiheessa, ettei se muutu krooniseksi. Fysioterapeutti Riitta Leinonen halusi tietää kivusta enemmän, ja hakeutui vuoden kestäneeseen kipua käsittelevään koulutukseen. Se oli Leinosen mukaan yksi hänen elämänsä parhaimpia päätöksiä.

- Koulutuksen ansiosta käytännön hoitotyössä on nyt helpompi havainnoida asiakasta kokonaisvaltaisemmin riippumatta siitä, missä kipuja esiintyy. Välillä tarvitaan vähän salapoliisityötäkin, kun ryhdytään syvällisemmin selvittämään, miksi ihminen altistuu kivulle. Joskus ihmisillä on selittämättömiä kipuja, joihin ei löydy koskaan selvää syytä. Missään tilanteessa ihmistä ei kuitenkaan saisi jättää yksin kipunsa kanssa, Riitta Leinonen painottaa.

Hän tarjoaa Kitinkannuksessa kivunhoitoa tärkeänä osana fysioterapiaa.

- Pyrin auttamaan asiakasta fysioterapian keinoin niin, että kipu helpottaisi. Aina kipua ei voi poistaa kokonaan mutta tavoite on, että ihminen pärjäisi kipunsa kanssa. Tarvittaessa ratkaisuja etsitään moniammatillisesti yhdessä lääkärin, toimintaterapeuttien, omien kollegoiden ja sairaanhoitajien kanssa.

Joissakin tapauksissa vastauksia löytyy perehtymällä henkilön kipuhistoriaan. Kivun



-Rauhallinen läsnäolo ja potilaan kuuntelu ovat tärkeä osa kivunhoitoa, fysioterapeutti Riitta Leinonen sanoo.

kokemiseen saattavat vaikuttaa niin ympäristö kuin fyysiset ja psyykkiset asiat. Esimerkiksi se, miten vanhemmat ovat aikanaan suhtautuneet lapsensa kipuun.

Yksi tärkeä tavoite hoito- ja fysioterapiatyössä on estää kivun kroonistuminen. Kroonisesta kivusta puhutaan silloin, kun kipu kestää yli kolme kuukautta.

- Aika usein kipua ei hoideta tarpeeksi. Muun muassa selkävivusta kärsivillä uhkana on kivun muuttuminen krooniseksi, elleivät he pääse riittävän nopeasti tutkimuksiin ja ohjaudu sitä kautta alan asiantuntijoiden puheille. Nopeaa reagoitua tarvitaan silloinkin, kun avokuntoutukseen tulleella tuki- ja liikuntaelinvaivoista kärsivällä ilmenee kivun pahenemista, tai aivohalvauskuntoutujalla alkaa ilmaantua pareettisen yläraajan kipuilua. Nopealla puuttumisella voidaan pyrkiä ehkäisemään kipujen pahentuminen tai kokonaan uudet kivut.

Asiakkaat Leinonen ottaisi vahvasti mukaan kivunhoitoa käsittelevään päätöksentekoon.

- Tänä päivänä ihmiset haluavat tietoa omasta sairaudestaan ja sen hoidosta. Siitä syystä meidän tulisi terveydenhuollon ammattilaisina antaa riittävästi aikaa asiakkaalle. Asiakasta kuuntelemalla saatetaan välttyä jopa turhilta toimenpiteiltä, tai päätyä hyvässä yhteisymmärryksessä operaatioon, josta hänelle on oikeasti hyötyä. ■

KITINKANNUKSESSA PALVELEE NYT AMICA-RAVINTOLA

Kitinkannuksen ravintolapalvelut on tuottanut syyskuun alusta lähtien Fazer Food Services, jonka Amica-ravintolat ovat laajasti tunnettuja muun muassa terveydenhuoltoalalla.

- Koska annamme sairaalatasoista hoitoa, ravintolapalveluidenkin on vastattava näitä tarpeita. Hyvä ruoka kuuluu olennaisesti laadukkaaseen kuntoutukseen, joten Fazer Food Services on meille oikein mieluinen kumppani, Kitinkannuksen toimitusjohtaja Katri-Helena Syri sanoo. Kitinkannuksen ammattitaitoinen keittiöhenkilökunta jatkaa työtään uuden työnantajan palveluksessa.

Amica palvelee Kitinkannuksessa viikon jokaisena päivänä. Arkisin kello 11-13 tarjottava lounas on laajentunut keittolounaalla. Lounasvaihtoehtoja on nyt kolme; pääruoka, keitto ja salaattilounas. ■



KITINKANNUS LAAJENSI

AVOPALVELUITAAN KOKKOLAAN

Kitinkannuksen avopalveluita saa nyt myös Kokkolasta. Kitinkannuksen toimipiste sijaitsee hyvinvointikeskus Aurorassa, minkä lisäksi Kitinkannus vie palveluita asiakkaiden kotiin.

- Ensi vaiheessa tuotamme fysio- ja toimintaterapiapalveluita Auroran toimipisteessä Laivanvarustajankadulla, ja teemme myös kotikäyntejä asiakkaiden luo. Jatkossa on mahdollista, että laajennamme palvelutarjontaa muillekin alueille, Kitinkannuksen toimitusjohtaja Katri-Helena Syri kertoo.

Aikaisemmin kesällä toimintansa aloittaneen Kokkolan toimipisteen ansiosta Kitinkannus pystyy palvelemaan läheltä kotikuntoutuksessa jatkavia asiakkaitaan. Kysyntää on ollut jo lupaavasti, sillä esimerkiksi toimintaterapiaa on ollut niukasti tarjolla.

Kokkolan yksikön ajanvaraus hoidetaan Kitinkannuksen päätoimipaikasta, puh. 044 575 4523 (vai 044 575 4564). Hyvinvointikeskus Aurora sijaitsee osoitteessa Laivanvarustajan-
katu 5 Minimanin läheisyydessä. ■

Fysioterapeutti Riina Puutio palvelee Kitinkannuksen asiakkaita myös Kokkolan toimipisteessä hyvinvointikeskus Aurorassa.



- Viihtyisiltä näyttävät Keltasirkun uudet tilat, toteavat Kitinkannuksen toimitusjohtaja Katri-Helena Syri (vas.), asumispalvelujohtaja Heikki Aspfors, ohjaaja Maria Niemi-Korpi, intervalliasiakas Kalevi Potta ja vastaava ohjaaja Karoliina Junkala. Kuvasta puuttuvat kotikuntoutusohjaaja/neuropsykiatrinen valmentaja Leena Tiala sekä ohjaaja Paula Pöykkylä.

KELTASIRKKU MUUTTI KITINTALOON

Kitintalo sai elokuussa uudet asukkaat Keski-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen kuntouttavan asumisyksikön Keltasirkun muutettua Eskolasta Kitinkannuksen naapuriin.

- Olemme tosi iloisia, että pääsimme meille paremmin sopiviin asianmukaisiin puitteisiin. Aikaisemmat tilat eivät enää vastanneet tämän päivän vaatimuksia esimerkiksi sosiaalitilojen osalta. Sekä asukkaat että henkilökunta ovat olleet muutosta innoissaan, kertoo yhdistyksen toiminnanjohtaja Leena Veiskola.

Hänen mukaansa yhdistys oli etsinyt jo jonkin aikaa asumisyksikölleen uusia tiloja. Kitintalossa on yhdeksän asuntoa, joista yksi saneerattiin intervalliasiakkaiden käyttöön.

- Yhteistyö Kitinkannuksen kanssa voi laajeta jatkossa, sillä olemme avoimia kaikenlaiselle yhteiselle tekemiselle, Veiskola toteaa.

Yhdistys tuottaa asumis-, työ- ja päivätoimintapalveluita sekä kotikuntoutusta mielenterveysasiakkaille. Näiden lisäksi asiakkaille tarjotaan neuropsykiatrista yksilö- ja ryhmävalmennusta.

Keltasirkussa on kahdeksan asiakaspaikkaa ja henkilöstöä neljä työntekijää, joista yksi toimii kotikuntoutusohjaajana ja neuropsykiatrisena valmentajana. Henkilökunta on paikalla päivisin maanantaista lauantaihin. Keltasirkun lisäksi yhdistyksellä on 11 muuta yksikköä eri puolilla Keski-Pohjanmaata. ■





Kitinkannus®
VAIKUTTAVAA KUNTOUTUSTA JA YKSILÖLLISTÄ HOITOA

Toimitusjohtaja Katri-Helena Syri
p. 044 5754 551, katrihelena.syri@kitinkannus.fi

Kuntoutuspäällikkö Päivi Kotka
p. 044 5754 538, paivi.kotka@kitinkannus.fi

Kuntoutusihteeri Sirpa Lehtinen
p. 044-5754 523, sirpa.lehtinen@kitinkannus.fi

Hoitopäällikkö Maija Mattila
p. 044 5754 553, marja.mattila@kitinkannus.fi

Laitospalvelupäällikkö Heidi Erkkilä
p. 044 5754 526, heidi.erkkila@kitinkannus.fi

KITINKANNUS RY Kitinkuja 2, 69100 Kannus | Info p. 044 5754 523 | info@kitinkannus.fi | www.kitinkannus.fi

LUKIJAKILPAILU

VASTAA lukijakisaamme ja voit voittaa palkinnoksi **VIRKISTYSPÄIVÄN KITINKANNUKSESSA KAHDALLE**. Päivä sisältää lounaan ja päiväkahvin, kuivavesihieronnan, suolahoidon sekä päivän yhteiset liikunta- ja virikeryhmät. Arvomme palkinnon kaikkien oikein vastanneiden kesken. Ilmoitamme voittajalle henkilökohtaisesti, ja voittaja ilmoitetaan myös Kitinkannuksen kotisivuilla.

Vastaukset kysymyksiin löydät tämän lehden sivuilta. Rastita oikea vaihtoehto. Lähetä vastaukset **31.10.2018** mennessä.

1) Mihin aikaan Kitinkannuksen lounas tarjotaan arkisin?

- A** 10.30–12.00 **B** 10.30–15.00 **C** 11.00–13.00

2) Kuka on Kitinkannuksen uusi hoitopäällikkö?

- A** Maija Mattila **B** Raili Mattila **C** Maiju Mattila

3) Mikä on Kitintaloon muuttaneen K-P:n sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen asumisyksikön nimi?

- A** Leppäkerttu **B** Keltasirkku **C** Kangaskiuru

VASTAAJAN NIMI, SÄHKÖPOSTIOSOITE JA PUHELINNUMERO:

Nimi

Sähköposti

Puhelinnumero

?

YHTEYSTIETOJANI SAATETAAN KÄYTTÄÄ KITINKANNUKSEN SUORAMARKKINOINTIIN

■ YHTEYSTIETOJANI EI SAA KÄYTTÄÄ KITINKANNUKSEN SUORAMARKKINOINTIIN

(LUVAN VOI HALUTESSAAN MYÖHEMMIN PERUA P.044 5754 538)

Kitinkannus
maksaa
postimaksun



Kitinkannus®
VAIKUTTAVAA KUNTOUTUSTA JA YKSILÖLLISTÄ HOITOA

KITINKANNUS
TUNNUS 5015114
69003 VASTAUSLÄHETYS