

Ikäihmisten keskuudessa toteutettu palveluohjauksellinen interventio ja sen hyvinvointivaikutukset

Sirpa Kannasoja, Mari Kivitalo & Kati Närhi, Jyväskylän yliopisto
Hanna Ristolainen, Elisa Tiilikainen, Anneli Hujala & Sari Rissanen,
Itä-Suomen yliopisto

Osahankkeen tavoite ja toteutus

- Tavoitteena oli löytää vaikuttavia keinoja vähentää hyvinvointi- ja terveyseroja ikääntyvän väestön keskuudessa
- Suunniteltiin yhdessä ikäihmisten ja ikäihmisten palveluissa työskentelevien kanssa osallistavan ryhmämuotoisen palveluohjauksen toimintamalli (interventio)
 - Fokusryhmähaastatteluiden perusteella ikäihmiset kaipasivat sosiaalista tukea, tietoa ja varmuutta palveluista sekä halusivat päästä pois kotoa.
 - Toteutus Jyväskylän, Joensuun, Kuopion, Lappeenrannan, Imatran ja Ruokolahden alueilla.
- Tutkitaan toimintamallin vaikutuksia terveyteen, hyvinvointiin ja elämänlaatuun

Tutkimuksen kulku

Intervention suunnittelu yhdessä ikäihmisten ja vanhuspalveluiden esimiesten kanssa
(Jyväskylä, Siun sote, Eksote)

Tutkimukseen ilmoittautuminen

1. Kyselylomake (N=392)

Päiväkirjat ryhmä-
tapaamisista
(N=120) ja
ryhmäkeskustelut
palveluohjaajien
kanssa (N=3 x 4)

Interventioryhmä (N=185)

Kontrolliryhmä (N=207)

3 kk kyselylomake (N=182)

3 kk kyselylomake (N=193)

Loppukeskustelut
ryhmä-
tapaamisissa
(N=24)

6 kk kyselylomake (N=179) +
intervention liittyvä kysely

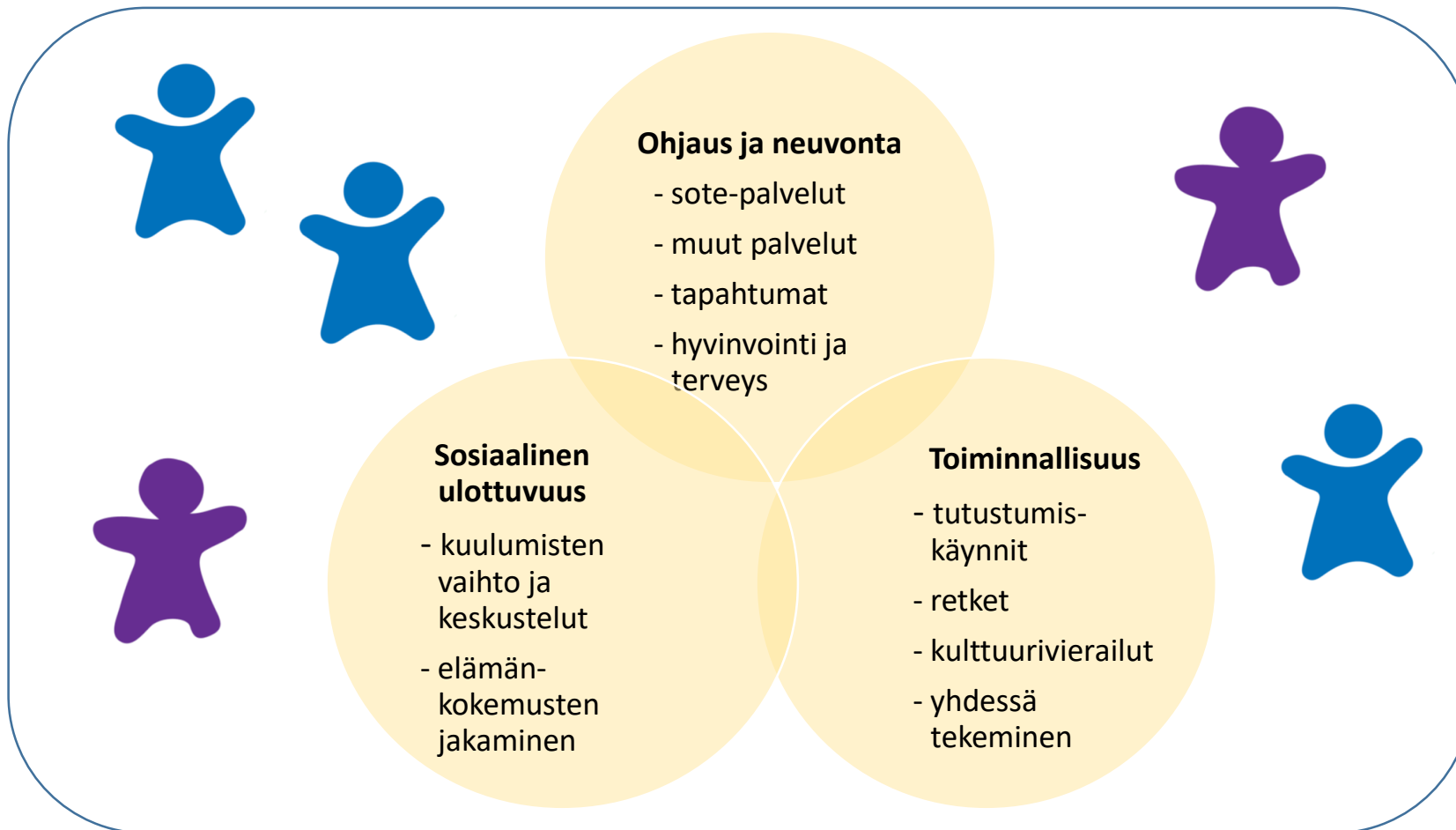
6 kk kyselylomake (N=189)

Kutsu ilmoittautua tutkimukseen

- Vähintään 65-vuotias
- Kokoaikaisesti eläkkeellä
- Yksin asuva
- Ilmaisee vähintään yhdellä terveyden tai hyvinvoinnin osa-alueella puutteita (esimerkiksi yksinäisyyttä, turvattomuutta, kroonista kipua tai tarvitsee apua arjessa)
- On käyttänyt viimeisen puolen vuoden aikana vähintään kahta sosiaali- ja terveyspalvelua (esim. lääkäri, terveydenhoitaja, sosiaalityöntekijä tai palveluohjaaja)

Osallistava ryhmämuotoinen palveluohjaus

- 24 ryhmää:
- Jyväskylä
 - Joensuu
 - Lappeenranta
 - Kuopio
 - Ruokolahti
 - Imatra



Osallistujat



6–9 ikäihmistä / ryhmä



Palveluohjaaja ja tutkija



Ulkopuoliset asiantuntijat

VIISI TAPAAMISTA PUOLEN VUODEN AJANJAKSOLLA
- Sisällöt suunniteltiin yhdessä ikäihmisten kanssa

JATKOTAPAAMISET

Esimerkkejä ryhmätapaamisten sisällöistä

- Tietoa
 - Ikäihmisten ruokavaliosta ja liikunnasta
 - Asumisesta
 - Uni- ja muistiasioista
 - Palveluista ja tapahtumista
 - Sotesta ja valinnanvapaudesta
- Tutustumista
 - Taidenäyttelyt, museot ja teatteri
 - Päiväkeskukset
 - Senioritalot
 - Uimahalli
- Muuta virkistymistä
 - Kävelyretket
 - Nuotioretki
 - Lounastaminen
 - Kahvittelu



Osallistujista tarkemmin

	Miehet (n=65)	Naiset (n=323)	Yhteensä (N=389)
Ikä			
65–74	49,2	39,6	41,2
75–84	16,9	43,9	39,4
85–99	33,8	16,5	19,4
Elämänlaatu			
Osallistujat	27,7	24	24,6
Yli 65-vuotiaat suomalaiset	57,3	54,9	55,9
Yksinäisyys			
Osallistujat	45,5	28,1	31,1
Yli 65-vuotiaat suomalaiset	6,3	8,9	7,7
Osallistuminen (aktiviteetit)			
Osallistujat	43,8	37,3	38,4
Yli 65-vuotiaat suomalaiset	24,8	31,3	28,4

Kotoa ihmisten seuraan ulospääsyt esteitä

1) Konkreettiset ulospääsyt ongelmat

- Vaikeus saada avustajaa
- Lähiympäristö on vaikeakulkuinen

2) Matkustamisen ongelmat

- Pitkä matka
- Hankalat kulkuyhteydet

3) Terveystilaan liittyvät ongelmat

- Yleinen terveydentila
- Kivut, säryt ja väsymys
- Liikuntakyvyn ongelmat

4) Aistiongelmat

- Näkö-, kuulo-, tunto-, hajuaistiongelmat
- Muistiongelmat

Mitä enemmän esteitä, sitä vähemmän toimintamahdollisuuksia.

Toimintamahdollisuudet tarkoittavat yksilön mahdollisuuksia toimia saavuttaakseen haluamiaan asioita elämässään.

Mitä vähemmän toimintamahdollisuuksia, sitä yksinäisempi.

Tuettava yksilön toimintamahdollisuuksia rakenteellisella tasolla

Erilaisten kohteiden saavutettavuus ja ympäristön turvallisuus

- Avustajan saanti
- Liukkauden esto
- Lumen auraukset
- Opasteet
- Turvakaiteet
- Riittävä valaistus
- Levähdyspaikat
- Edullinen ja toimiva julkinen liikenne



Kotoa ihmisten seuraan ulospääsyt esteitä

1) Psykososiaaliset ongelmat

- Heikko itsetunto
- Ulkonäköön tai ulkomuotoon liittyvät vaikeudet
- Alakuloisuus, epätoivo, ahdistus tai masennus
- Sosiaalisten tilanteiden jännittäminen ja pelko

2) Tiedon puute tapahtumista tai palveluista

3) Heikko taloudellinen tilanne

Mitä enemmän esteitä, sitä vähemmän toimintamahdollisuuksia saavuttaa haluamiaan asioita elämässään.

Mitä vähemmän toimintamahdollisuuksia, sitä yksinäisempi.

Tuettava yksilön toimintamahdollisuuksia yksilö-, ryhmä- ja rakenteellisella tasolla

- Vaikeiden asioiden ylittäminen ryhmätilanteiden tai terapian avulla
- Edullisia ja ilmaisia liikunta- ja muita harrastusmahdollisuuksia
- Edullisia lippuja tapahtumiin
- Helppoja ja edullisia matkustuskeinoja, esim. taksiliput, toimiva julkinen liikenne
- Toimeentulo
- Tietoa tapahtumista ja palveluista
- Ryhmämuotoista toimintaa



Tutkimukseen osallistuneiden sote-tapaamiset

- Terveyskeskuslääkärillä 96 %
- Sairaalan poliklinikalla 72 %
- Hammaslääkärillä 72 %
- Hammasteknikon, -hoitajan tai suuhygienistin vastaanotolla 45 %
- Terveysten- tai sairaanhoitajan vastaanotolla 75 %
- Yksityisellä lääkäriellä 49 %
- Fysio- tai toimintaterapeutin vastaanotolla 48 %
- Sairaalan ensiavussa 42 %
- Joku muu, esim. kotihoidon työntekijä 19 %
- Hyvinvointi- tai terveystioskilla 19 %
- Palveluneuvojan tai palveluohjaajan vastaanotolla 15 %
- Sosiaalityöntekijän vastaanotolla 9 %

Tietoa tarvittiin

- 1) Terveyspalveluista
- 2) Sairauksista
- 3) Hoitoon hakeutumisesta
- 4) Sosiaalipalveluista
- 5) Kulttuuripalveluista
- 6) Vapaa-ajan toiminnoista
- 7) Unihäiriöistä
- 8) Erilaisista vaikuttamismahdollisuuksista
- 9) Ikääntyneiden kotihoidosta
- 10) Liikunnasta



Keneltä tietoa haetaan



- Lääkäriltä
- Terveyden- tai kotihoidon työntekijältä
- Ystäviltä
- Perheenjäseniltä
- Sosiaalityöntekijältä
- Palveluohjaajalta

Ryhmätoiminnalla vaikutuksia

- Luottamus toisiin ihmisiin vahvistui
- Luottamus julkiseen valtaan ja hallintoon vahvistui

- Jos ikäihmisellä oli hyvä elämänlaatu (ennen interventiota arvioituna)
 - Luottamus toisiin ihmisiin vahvistui
 - Luottamus kunnan päätöksentekoon vahvistui

- Jos ikäihmisellä oli heikko elämänlaatu (ennen interventiota arvioituna)
 - Luottamus julkiseen sosiaalihuoltoon vahvistui
 - Yksinäisyys väheni

Ryhmätoiminnasta havaittu ja koettu hyöty

Sosiaalinen tuki

uusia ystäviä ja tuttavvia,
vertaistuki ja keskustelut
tärkeitä, yhteenkuuluvuus

Vaihtelua arkeen

normaalista arjesta
poikkeavaa tekemistä,
odotettu meno

Tietoisuus ja

toimintamahdollisuudet
tärkeää uutta tietoa, uusia
palveluita, tiedon levittäminen



Voimaantuminen

iloa ja virkistystä ryhmästä, luottamus
tulevaisuuteen, uusia näkökulmia oman
elämän tarkasteluun, inspiraatiota ja
vinkejä arkeen

Muutoksia arjessa ja osallistumisessa

aktiivisuus ja osallistuminen tapahtumiin ja
toimintoihin lisääntynyt, liikkuminen ja
ravitsemustottumuksien miettiminen

Yhteenvetoa

- Suunniteltu ryhmämuotoista toimintaa asiakasryhmän tarpeista käsin
- Toimintamallin erityisenä kohderyhmänä ne, jotka pärjäävät kohtalaisen hyvin kotona, mutta joilla kuitenkin haasteita hyvinvoinnissa ja terveydessä
- Tunnistettu hyvinvointia heikentäviä tekijöitä ja näiden tekijöiden vähentämisen mahdollisuuksia ja tasoja
 - Esimerkiksi yksinäisyyden lieventämiseksi rakenteelliset, yksilön ulkoiset tekijät kuntoon ja tarjolle yksilö- ja ryhmätasoisista toimintaa
- Tunnistettu ryhmämuotoisen toiminnan vaikuttavia elementtejä suhteessa osallistujiin
 - Sosiaalinen tuki
 - Vaihtelu arkeen
 - Tietoisuus ja toimintamahdollisuudet
- Arvioitu ryhmämuotoisen toiminnan vaikutukset eri ryhmissä (+/- QoL)
 - Luottamus
 - Yksinäisyys
 - Tiedon haun kohde siirtynyt kenties tarkoituksenmukaisempaan kohteeseen
 - sosiaaliset kysymykset sosiaalialan ammattilaisille

Johtopäätöksiä ja pohdintaa

- Ikääntyvien tuen tarpeet hyvin moninaisia
 - Tarvitaan kokonaisvaltaista ymmärrystä erilaisista yksilön elämäntilanteeseen liittyvistä haasteista
- Tarvitaan monipuolisempia menetelmiä vastaamaan ikäihmisten vaihteleviin ja moninaisiin tarpeisiin
 - Tarvitaan esimerkiksi erilaisia tiedon välittämisen väyliä
- Palveluiden suunnittelu ja kehittäminen tulee toteuttaa yhteistyössä ikäihmisten kanssa
 - Käyttäjälähtöiset palvelut ovat vaikuttavia
- Palveluissa huomioitava kokonaisvaltaisuus: sosiaalinen ja tiedollinen tuki, yhteinen toiminta sekä palveluiden saavutettavuus

Johtopäätöksiä ja pohdintaa

- Yksilön tarpeista lähtevällä ryhmämuotoisella palveluohjauksella on mahdollista edistää hyvinvointia
- Ennaltaehkäisevässä mielessä toimintamalli soveltuu monenlaisissa elämäntilanteissa eläville ikäihmisille
- Osallistavaa ryhmämuotoista palveluohjausta voidaan implementoida hyödyntäen eri sektoreiden välistä yhteistyötä, esimerkiksi yhteistyössä oppilaitosten ja/tai kolmannen sektorin kanssa
- Ryhmämuotoisten toimintamallien jalkautuminen osaksi palveluohjauksen käytäntöjä mahdollistaisi ikäihmisten kokonaisvaltaisemman hyvinvoinnin tukemisen osana yhä hyvin terveyspainotteista palvelujärjestelmää



Kiitos!

www.promeq.fi

Yhteystiedot:

Yliopistotutkija Sirpa Kannasoja, sirpa.kannasoja@jyu.fi, 040 805 4228

Projektitutkija Hanna Ristolainen, hanna.ristolainen@uef.fi, 050 439 0671