

Tavoitteena turvallinen ja toimiva arki

– uusi suositus tuo raamit ikääntyneiden palvelutarpeen arviointiin





Mari Laine

ft, vapaa toimittaja
mari.j.laine@gmail.com

TOIMINTAKYKY



Artikkeli on Fysioterapia-lehden toimintakäytäntöä käsittelevän juttusarjan yhdestoista osa. Sarja tehdään yhteistyössä THL:n sekä Toimintakäytännön mittaamisen ja arvioinnin kansallisen asiantuntijaverkoston TOIMIAN kanssa.

Ikäihmisten kuntoutus on kokenut radikaalejakin muutoksia, kun vanhenevaa väestöä koetetaan hoitaa supistuvien resurssien. Ikääntyneiden toimintakäytännön arviointia oli siksi tarpeen päivittää nykyhetkeen, kertovat uutta TOIMIA-suositusta työstäneet asiantuntijat.

Kuntoutusta tarvitsevia ikäihmisiä on koko ajan enemmän. Samalla on nipistettävä kustannuksista, jotta palveluja riittäisi kaikille. Kun yhtälöön lisätään vielä asiakaslähtöisyyden periaate, lähtökohdat ikääntyneiden toimintakäytännön arviointiin eivät ehkä ole ne kaikkein helpoimmat.

Uusi TOIMIA-suositus pyrkii osaltaan edistämään yhdenmukaisia toimintatapoja tilanteessa, jossa iäkkäiden toimintakäytännön arviointia osana palvelutarpeen arviointia.

Palvelutarpeen arviointi tehdään tilanteessa, jossa on huoli, että iäkäs henkilö ei enää selviä arjestaan ilman toisen ihmisen apua. Arviointi kattaa aina toimintakäytännön eri ulottuvuudet eli fyysisen, psyykkisen, kognitiivisen ja sosiaalisen toimintakäytännön. Lisäksi kartoitetaan arjessa suoriutumista siinä ympäristössä, missä henkilö pääasiassa asuu ja elää.

Uuden TOIMIA-suosituksen tavoitteena on yhdenmukaistaa käytäntöjä, joilla iäkkäiden palvelutarpeita on tähän asti selvitetty, sanoo geriatrisen dosentti **Harriet Finne-Soveri**. Hän toimii myös vierailevana tutkimusprofessorina THL:ssä.

– Taustalla on se, että palveluita on Suomessa allokoitu erilaisille ihmisille erilaisin perustein, Finne-Soveri sanoo.

Fysioterapeuttien koulutuksessa korostuu fyysisen toimintakäytännön mittaaminen, mutta iäkkäiden asiakkaiden kohdalla kokonaisuuden hahmottaminen on tärkeää. Esimerkiksi opiskelijan tulee ymmärtää, millaista on sosiaalisen tai psyykkisen puolen arviointi tai miten arvioidaan ravitsemusta.

Iäkkäiden palvelut sijoittuvat sekä terveydenhuoltolain että sosiaalihuoltolain alle. Finne-Soverin mukaan ongelmia on aiheuttanut etenkin se, että näiden lainsäädäntöjen lähtökohdat ovat keskenään hyvin erilaiset. Sen seurauksena myös iäkkäille määritellyt palvelut ovat kunnissa vaihdelleet.

– Koska kunnilla on itsemääräämisoikeus, niin käytännössä ihmiset ovat eri kunnissa olleet hyvinkin eri asemassa.

Finne-Soveri kuvailee palveluiden jakautumista epätasaisesti, minkä lisäksi olemassa on ollut mielivallan mahdollisuus.

– Valtaosa ammattilaisista haluaa tehdä asiat oikein ja noudattaa pelisääntöjä, mutta pelisääntöjä on vaikea noudattaa, jos ei tiedä mitkä ne ovat, Finne-Soveri sanoo.

– Yksi osa ongelmaa on ollut lisäksi se, että kentällä on laadittu erilaisia arviointimenetelmiä ilman mitään osaamista mittareista. Tämä on siis ollut melkoinen soppa.

Palveluita on Suomessa allokoitu erilaisille ihmisille erilaisin perustein. Tämä on ollut melkoinen soppa.

–HARRIET FINNE-SOVERI

Suositus ei ole keittokirja, josta soppaan laitetaan kaikki ainekset

Uudessa TOIMIA-suosituksessa toimintakäytännön arviointiin suositellaan kansallisesti yhtenäisiä mittareita. Suosituksen mittarivalikoimasta on tarkoitus valita käyttöön vähintään yksi kultakin toimintakäytännön osa-alueelta. Esimerkiksi fyysisen toimintakäytännön arviointiin suositellaan lyhyttä fyysisen suorituskyvyn testistöä (SPPB, Short Physical Performance Battery) tai käden puristusvoimamittausta, kun taas kognitiivista toimintakäytännön arviointia kartoittaa MMSE-asteikolla (Mini Mental State Examina-



Ammatillinen näkemys on keskeinen, kun valitaan arvioitavat asiat. Liikkeelle voi lähteä arjessa pärjäämisestä ja turvallisuudesta, jonka jälkeen tarpeet vaihtelevat yksilöllisesti: jollain se voi olla esimerkiksi fyysinen toimintakyky, toisella yksinäisyys, toisella ruokailu, toisella huono muisti.

nation). Psykkisen toimintakyvyn ja arjesta suoriutumisen arviointiin suosituksessa esitetään kumpaankin kolme vaihtoehtoista mittaria.

– Suositus ei ole kuin keittokirja, josta soppaan laetaan kaikki ainekset. Tarvitaan ammatillista näkemystä siitä, mitkä ovat tärkeimmät asiat arvioida, huomauttaa erityisasiantuntija **Satu Havulinna** THL:stä.

– Arjessa pärjäämiseen ja arjen turvallisuuteen liittyvistä näkökulmista voi lähteä liikkeelle. Sen jälkeen arvioinnin tarpeet vaihtelevat yksilöllisesti: jollain se voi olla esimerkiksi fyysinen toimintakyky, toisella yksinäisyys, toisella ruokailu, toisella huono muisti.

Finne-Soverin tavoin Havulinna peräänkuuluttaa yhtenäisten arviointimenetelmien tärkeyttä.

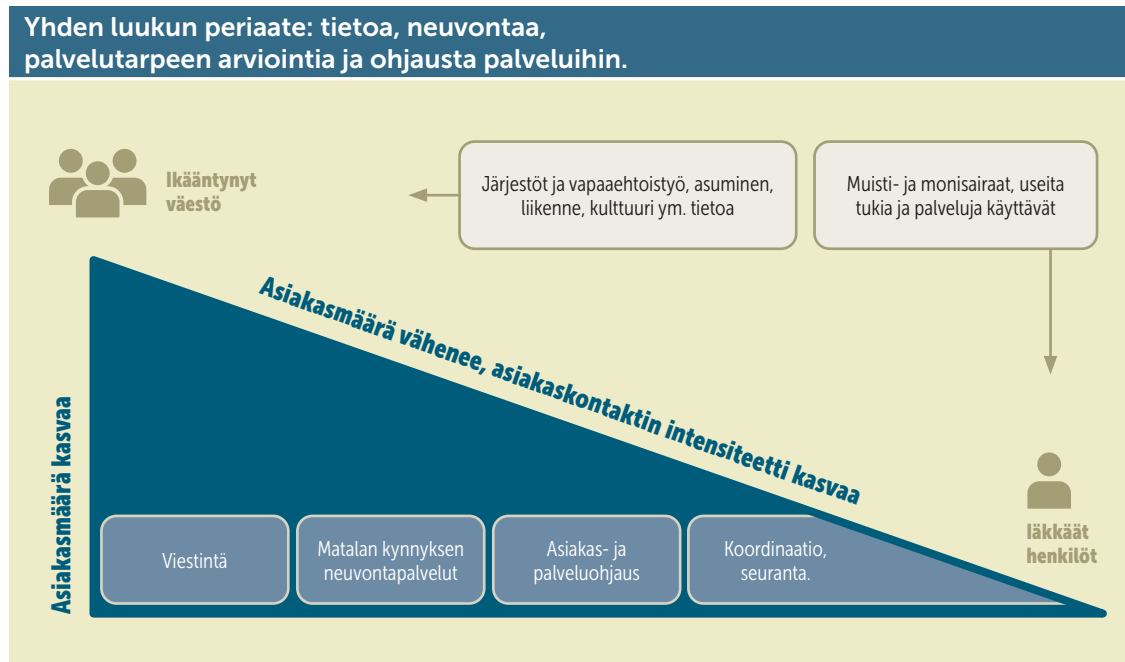
– Kyse on ihmisen oikeusturvasta. Kun kaikki asiakkaat arvioidaan samalla tavalla ja näiden mittausten tiedot ovat palvelupäätösten perusteena, niin tiedetään, että palvelua saa yhtenäisillä perusteilla, Havulinna sanoo.

– Suositus myös auttaa tiedon siirtämisessä ammatilliselta toiselle, sillä usein iäkäs asiakas siirtyy palvelusta toiseen. Fysioterapeuteillekin mittarit ovat hyvä yhteinen kommunikaatioväline.

Mittaamista ei pidä tehdä vain mittaamisen vuoksi

Suositus ”Iäkkäiden henkilöiden toimintakyvyn mittaaminen palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä” on alun perin julkaistu TOIMIA-tietokannassa vuonna 2011. Suositusta päivitettiin, jotta se vastaa paremmin nykyhetken kansallisia linjauksia ja toimintakyvyn arvioinnin käytäntöjä.

– Palveluiden ja hoidon kokonaisuus on muuttunut, kun iäkkäitä ihmisiä ylipäänsä on entistä enemmän ja siten myös enemmän niitä, jotka tarvitsevat palveluita. Asiakkaille on saatava yksilöllisempää hoitoa ja



Kuvio 1. Asiakas ja palveluohjauksen malli. (Lähde: Noro & Karppanen, STM 29/2019)

kohdennettava se paremmin tarpeiden mukaan, Havulinna sanoo.

Arjessa suoriutumista tulee arvioida kattavasti, moniammatillisesti, monipuolisesti ja luotettavasti. Tärkeää on kuulla asiakkaan oma näkemys tilanteestaan aina kun se on mahdollista. Iäkkään henkilön omaisen tai läheisen osallistuminen arviointiin on myös suotavaa.

– Mittarien käyttäminen ei sinällään ole vaikeaa, mutta miksi niitä käytetään, mitä tulos kertoo asiakkaasta, ja miten käytän mittauksen tulosta asiakkaan kuntoutuksessa – se on se haasteellinen osuus, sanoo gerontologian ja kuntoutuksen yliopettaja **Marja Äijö Savonia**-ammattikorkeakoulusta.

– Mittaamista ei pidä tehdä mittaamisen vuoksi, vaan sille on aina oltava perusteet ja sen on tuettava asiakkaan kuntoutumista.

Palvelutarpeen selvityksen pohjalta päätetään, millaista apua ja tukea iäkäs henkilö mahdollisesti tarvitsee ja miten tarvittavat toimenpiteet toteutetaan. Suosituksessa kuitenkin huomautetaan, että aina arviointi ei välttämättä johda säännölliseen palveluun. Usein riittävät vähäisempi tuki ja asiakkaan omat toimet.

On tärkeää ymmärtää, mistä asiakas tulee

Toimintakyvyn arviointi antaa tärkeää tietoa siitä, miten iäkkään toimintakykyä ja arjessa selviytymistä on mahdollista tukea. Arvioinnissa kiinnitetään huomiota

Kyse on myös ihmisen oikeusturvasta. Kun kaikki arvioidaan samalla tavalla, palvelua saa yhtenäisillä perusteilla.

–*SATU HAVULINNA*

asiakkaan voimavaroihin ja toimintakyvyn heikkene-
misen varhaiseen tunnistamiseen.

– Mittareiden käyttö auttaa pääsemään juurisyiden jäljille, jolloin asiakkaan mahdollisuudet itsenäiseen elämään voivat parantua huomattavastikin. Tähän liittyy myös vuorovaikutuksen tärkeys eli ikäihmisen kuuleminen. Ihmiset osaavat kyllä sanoa, mihin elämä kompastuu, Finne-Soveri sanoo.

THL:n Havulinna korostaa, että suosituksesta on hyötyä myös niille fysioterapeuteille, jotka eivät suoraan työskentele palvelutarpeen arviointien parissa.

– Suositus antaa hyvän kuvan siitä, mitä palvelutarpeen arvioinnissa tehdään. On tärkeää, että hoito- ja

RAI-järjestelmä tekee laajemmin tuloaan ikäihmisten arviointiin

SÄÄNNÖLLISIÄ PALVELUITA tarvitsevien asiakkaiden toimintakyvyn arvioinnissa tulee jatkossa laajasti käyttää RAI-arviointivälineistöä. Siihen kuuluvat mittarit on kuvauksena sisällytetty uuteen TOIMIA-suositukseen.

Eduskunta hyväksyi kesä–heinäkuun taitteessa lakimuutoksen, joka koski eritoten iäkkäiden henkilöiden ympärivuorokautisen hoidon henkilöstömitoitusta. Uuden mitoituksen – 0,7 työntekijän henkilöstömitoitus asiakasta kohden – on tarkoitus astua voimaan porrastetusti vuoden 2023 huhtikuuhun mennessä.

Lakiin kirjattiin samalla maininta RAI-mittariston valtakunnallisesta käyttöön otosta.

”Kunnan on käytettävä RAI-arviointivälineistöä iäkkään henkilön toimintakyvyn arvioinnissa, jos hän – – tarvitsee säännöllisesti annettavia sosiaalipalveluja hoitonsa ja huolenpitoonsa turvaamiseksi. Lisäksi kunnan on huolehdittava, että RAI-arviointivälineistöä käytetään myös silloin, kun iäkäs henkilö saa edellä tarkoitettuja kunnan järjestämiä palveluja ja hänen olosuhteissaan tapahtuu olennaisia muutoksia.”

Lakitekstissä RAI-välineistön käyttöä perustellaan muun muassa sillä, että mittaristo kuuluu ”luotettaviin toimintakyvyn arviointivälineisiin”.

TOIMIA-suosituksessa esitetyt toimintakyvyn eri osa-alueiden muut mittarit soveltuvat täydentämään RAI-arviointia. Ne sopivat arviointivälineiksi myös silloin, kun palvelutarve todetaan alustavissa haastatteluissa vähäiseksi ja asiakasta tuetaan ohjaamalla hänet esimerkiksi kolmannen sektorin järjestämään toimintakykyä tukevaan toimintaan.

Lainsäädännön uudistuminen yhtenäistää osaltaan iäkkäiden asiakkaiden toimintakyvyn arviointia lähitulevaisuudessa, ennakoi geriatrian dosentti **Harriet Finne-Soveri**.

– Tämä yhtenäistää jo laakisääteisesti toimintakyvyn arviointia, mutta kyseessä on vasta pitkän tien alku, Finne-Soveri sanoo. ■

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista annetun lain muuttamisesta: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2020/20200565>

RAI-järjestelmän yleiskuvaus: <https://www.terveysportti.fi/dtk/tmi/tmm00181>

TOIMIA-suositukset ohjaavat tulevien fysioterapeuttien koulutusta

TOIMIA-SUOSITUKSET TOIMIVAT erinomaisena tietopankkina tulevien fysioterapeuttien opetuksessa, sanoo gerontologian ja kuntoutuksen yliopettaja **Marja Äijö** Savonia-ammattikorkeakoulusta.

– Toimintakykymittarit ja TOIMIA-suositukset ovat äärimmäisen hyviä opetusta ohjaavia ja helpottavia työkaluja. Koska kyseessä ovat valtakunnalliset suositukset, kaikki ammattikorkeakoulut pystyvät ottamaan ne opetukseensa ja yhtenäistämään toimintatapojaan, Äijö sanoo.

Äijön mukaan ammattikorkeakoulujen kuuluu jo perusopintojen aikana ohjata opiskelijoita käyttämään tarkoituksenmukaisia toimintakykymittareita. Opiskelijoiden on omaksuttava oikea protokolla mittarien käyttöön, jotta mittauksen tulos on luotettava, Äijö korostaa.

– Meillä TOIMIA-mittarit ja -suositukset on jalkautettu kiinteästi osaksi opetusta. Näin meillä on entistä valmiimpia opiskelijoita toimimaan kentällä ja toteuttamaan toimintakyvyn arviointia oikealla tavalla, Äijö sanoo.

– Toivottavasti myös harjoitteluissa on mahdollisimman paljon tilanteita, joissa opiskelijat pääsevät harjoittelemaan mittarien käyttöä oikeiden asiakkaiden kanssa.

Fysioterapeuttien koulutuksessa korostuu fyysisen toimintakyvyn mittaaminen, mutta Äijön mukaan iäkkäiden asiakkaiden kohdalla kokonaisuuden hahmottaminen on erittäin tärkeää.

– Kun kyseessä on iäkäs asiakas, opiskelijan tulee ymmärtää, millaista on sosiaalisen tai psyykkisen puolen arviointi tai miten arvioidaan ravitsemusta, Äijö sanoo.

Äijön kokemuksen mukaan fyysistä toimintakykyä kartoittavien mittarien käytön harjoittelu on opiskelijoille pääsääntöisesti mielekästä ja suhteellisen mutkatonta. Sen sijaan opiskelijoita mietityttää esimerkiksi se, miten asiakkaan kanssa saa rakennettua hyvän dialogin haastattelutilanteessa.

– Nämä ovat asioita, jotka pitää opetella, jotta mittaria voi luotettavasti käyttää: miten puhut, miten käyttäydyt, miten luot sen tilanteen.

– Toisaalta fyysistä toimintakykyä kartoittavissa yksinkertaisissakin mittareissa on se haaste, että mittaus pitää tehdä luotettavasti, tarkasti ja aina samalla protokollalla. Sen ymmärtäminen, miksi se on tärkeää, kasvaa opiskelijoilla opintojen myötä.

Äijö uskoo, että tulevien fysioterapeuttien kautta toimintakykytiedon määrä kentällä kasvaa.

– Eri asia on se, laitetaanko tieto käytäntöön. Mittarien käyttöönotto on joskus hyvin pitkä prosessi ja edellyttää myös tiukkaa johtajuutta. ■

kuntoutusketjussa on ymmärrys siitä, mistä asiakas tulee ja mitä palveluita, hoitoa tai kuntoutusta hänelle on aiemmin suunniteltu tai tehty. Ettei nähdä vain puita vaan nähdään se metsä sieltä ympäriltä, Havinlinna havainnollistaa.

Matalan kynnyksen palveluja pitäisi saada helposti

Palvelutarpeen selvittäminen on lakisääteistä. Marja Äijön mukaan haasteena onkin, että kun iäkkäiden määrä jatkuvasti kasvaa, vastaavasti palveluohjauksen tarve on valtava.

– Tavoitteena on, että tämän suosituksen mittareista saatavan tiedon avulla osaisimme ohjata ihmistä niin,

Tavoitteena on, että tämän suosituksen avulla asiakas pääsee mahdollisimman oikea-aikaisesti palveluiden piiriin.

–MARJA ÄIJÖ

että hän pääsee mahdollisimman oikea-aikaisesti palveluiden piiriin, ja vain ja ainoastaan niihin palveluihin, mitä hän tarvitsee, Äijö sanoo.

On myös tärkeää, että ikäihmiset saisivat ajoissa ja riittävän helposti tietoa hyvän terveyden ja kunnan ylläpitämisestä eli niin sanottuja matalan kynnyksen neuvontapalveluja.

– Ne on tarkoitettu ihmisille, joiden toimintakyky on vielä hyvä ja sairauksien hoito hyvässä tasapainossa. Pienellä innostuksella ja motivaatiolla ihminen voi mennä vuosiakin eteenpäin, Äijö sanoo.

– Isompana haasteena ovat ne ihmiset, joilla toimintakyvyssä on jo laskua ja taustalla useampia pitkäaikaisia sairauksia. Tuolloin tarvitaan enemmän moniammatillisuutta. Ajatus kuitenkin olisi, että runsasta tukea tarvitsevia asiakkaita olisi mahdollisimman vähän, eli heidät tavoitettaisiin ajoissa jo ennen kuin toimintakyky laskee. ■



TOIMIA

TOIMIA-TIETOKANTA ON

kaikille avoin työväline toimintakyvyn mittaamiseen ja arviointiin. Tietokannassa julkaistujen suositusten ja mittarien validiteettia, reliabiliteettia ja käytettävyyttä on arvioitu systemaattisesti. www.toimia.fi

Toimintakyvyn osa-alueiden mittarit.

Toimintakyvyn osa-alue	Mittari	Mittarin soveltuvuusarvio TOIMIA-tietokannassa*	ICF-siltaus
Fyysisen toimintakyky	SPPB, Lyhyt fyysisen suorituskyvyn testistö (Short Physical Performance Battery)	Vihreä	Ei
	Käden puristusvoima	Vihreä	Kyllä
Psyykkinen toimintakyky	GDS-15, Myöhäisiän depressioseula (Geriatric Depression Scale)	Vihreä	Kyllä
	CES-D, Depressio-oireiden tunnistaminen (The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)	Vihreä	Ei
	Cohen-Mansfieldin levottomuusasteikko	Vihreä	Kyllä
Kognitiivinen toimintakyky	MMSE-asteikko (Mini Mental Scale Examination)	Vihreä	Kyllä
Sosiaalinen toimintakyky	SPS (Social Provision Scale)	Keltainen	Kyllä
Arjesta suoriutuminen	Barthelin indeksi	Vihreä	Kyllä
	IADL-asteikko (The Lawton Instrumental Activities of Daily Living Scale, instrumental activities of daily life)	Vihreä	Kyllä
	RAVA-mittari (Rajala-Vaissi -mittari)	Keltainen	Kyllä
Toimintakyky ja palvelutarpeet	interRAI-välineistö (Resident Assessment Instrument)	Harmaa	Ei

* Mittarin soveltuvuusarvio TOIMIA-tietokannassa

Vihreä: Soveltuu, riittävästi tutkittua tietoa. Mittarin validiteetista ja reliabiliteetista on saatavilla riittävästi tutkittua tietoa arvioidussa käyttötarkoituksessa.

Keltainen: Soveltuu varauksella, jonkin verran tutkittua tietoa. Mittarin validiteetista ja reliabiliteetista saatavilla oleva tutkimustieto ei ole yhdenmukaista tai tutkittua tietoa tarvitaan lisää kyseiseen käyttötarkoitukseen.

Harmaa: Mittarin perustiedot on saatavilla, mutta psykometristä tai asiantuntija-arviointia ei ole tehty.