

TEKNOLOGIALLA HYVINVOINTIA JA OSAAMISTA 6.11.2014

Kansalaistaidoista omahoitoon



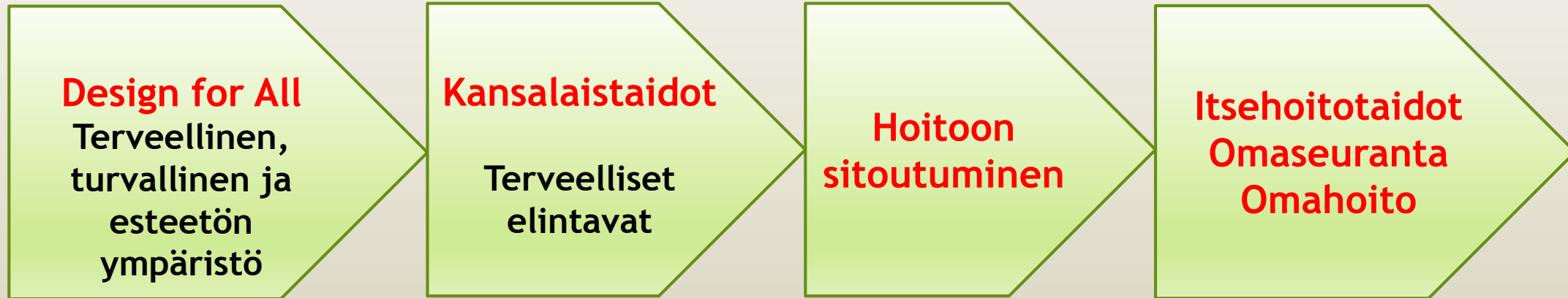
Kerttu Oikarinen

Lapin Sydänpiirin pj.

Suomen Sydänliiton 1. varapj.

ASIAKKAAN → POTILAAN OMAHOITOPROSESSI

Täyttää elämää kaikille - asenteet, osaaminen, pystyvyyden tunne



Hyvä terveyden perusta rakennetaan jo ennen syntymää

Lapsilla ja nuorilla on oikeus tervettä kasvua ja kehitystä tukevaan elinympäristöön, jonka rakentaminen on aikuisten vastuulla

Työikäiset pitävät huolta omasta ja läheistensä terveydestä

Toimintakyky ja mielekäs tekeminen säilyvät ikääntyessä

Kansansairauksien riskitekijät tunnetaan, mitataan, hoidetaan ja seurataan ajanmukaisessa ohjauksessa

Hoitoon hakeutuminen ja pääsy ovat nopeita ja oikea-aikaisia

Kaikkien kansansairauksien tutkiminen, diagnosointi ja hoito ovat hoitosuosituksen mukaisia

Kuntoutus ja vertaistuki ovat osa hyvää hoitoa

Sosiaalinen turvallisuus, yhteisöllisyys ja terveellinen ympäristö kuuluvat kaikille

Kansalaistoimintaa kaikesta sydäimestä (Sydänliitto)

TERVEYS KANSALAISTAIDOKSI

Terveellinen elämäntapa läpi elämänkulun ja toimintaympäristön terveellisyys, turvallisuus ja esteettömyys - OAJ ja suuret kansanterveysjärjestöt ajavat (Aivoliitto, Diabetesliitto, Sydänliitto).

Terveystiedon lukutaito - ihmisillä on motivaatiota terveystiedon etsimiseen, he löytävät terveystietoa, ymmärtävät sitä sekä osaavat käyttää ja arvioida terveystietoa.

Oman terveydentilan tarkkailu, parempi huolenpito itsestä ja sairastuessa halu tuntea oma hoito- ja kuntoutusprosessi ja vaikuttaa niihin on lisääntynyt (Sitra)

HOITON SITOUTUMINEN

Hoitoon sitoutuminen on potilaan vastuullista ja aktiivista itsensä hoitamista terveydentilan edellyttämällä tavalla yhteistyössä terveydenhuoltohenkilöstön kanssa (Kyngäs 2001)

Ongelmat hoitoon sitoutumisessa pitkäaikaisesti sairailta - noin 50 % on hoitoonsa sitoutuneita.

Lyhytaikaisiin hoitoihin sitoutuu noin 95 %.

Lääkehoito 32 - 79 %

Seulonnat 55 - 73 %

Liikuntaohjeet 10 - 72 %

Terveyttä edistävät elintapaohjeet 8 - 70 %

Seurantakäynnit 40 - 66 %

Ruokavalio 45 - 80 %

OMAHOITO on tulevaisuutta

Omahoito on potilaan itsensä toteuttamaa, ammattihenkilön kanssa yhdessä suunnittelemaa ja kulloiseenkin tilanteeseen parhaiten sopivaa näyttöön perustuvaa hoitoa. Siinä painotetaan potilaan autonomiaa sekä ongelmanratkaisu- ja päätöksentekokykyä.

Omahoidon tukemisessa ammattihenkilö toimii valmentajana, joka räätälöi potilasta kuultuaan yhdessä hänen kanssaan juuri hänelle ja hänen elämäntilanteeseensa sopivan hoidon. Omahoidossa potilas ottaa vastuun omista ratkaisuistaan. (Terveyskirjasto)

Sähköisten omahoitopalvelujen avulla voidaan siirtää terveydenhuollon painopistettä sairaanhoidosta terveyden edistämiseen, niillä halutaan parantaa kustannustehokkuutta, vähentää terveydenhuollon jonoja ja tarjota palveluja 24 / 7, kaventaa kansalaisten terveyseroja, tasapuolistaa tarjontaa alueellisesti ja madaltaa kynnystä kääntyä terveydenhuollon ammattihenkilöiden puoleen.

Tutkimusten mukaan jopa 80 % terveyteen liittyvistä ongelmista voitaisiin hoitaa virtuaalisesti ilman vastaanottokäyntiä. (Sitra)

2000-luvun kansalaistaidot - kyseessä on ajattelutavan muutos!

Digitaalisen teknologian (informaatio-, media- ja digitaalinen sosiaalinen pääoma) käyttötaitoja tulevaisuudessa kaikille - ikä, varallisuus, koulutus, etninen tausta tai johonkin erityisryhmään kuuluminen ei saisi syventää eroja (Olander 2014):

Informaatiotaidot: hakukoneiden älykäs käyttö ja hallinta, tiedon kokoaminen eri lähteistä, tiedonrakentelu tiimeissä ja parvissa (blogit, wikit, jaetut dokumentit).

Mediataidot ja sosiaalisen median taidot: verkkojulkaisutaidot, digiportfolio, mediarikkaiden esitysten luominen, nettityökalujen käyttö, kuvittamisen osaaminen.

Digitaalinen sosiaalinen pääoma: netti-identiteetin hallinta, tietoturvan ja tekijänoikeuksien tuntemus, työnhaku sosiaalisen median keinoin, ammatillisten verkostojen rakentaminen.

Muutoshasteita

Sähköisten omahoitopalvelujen hyötyjen saavuttaminen edellyttää tieto-, teknologia-, asennemuutosta terveydenhuollon ammattilaisten, päätöksentekijöiden ja kansalaisten parissa. Osaamisvaatimukset kasvavat ja oppimiskäsitykset muuttuvat. Tästä seuraa suuria haasteita ja mahdollisuuksia myös kouluttajille - miten uudistua ja kulkea kehityksen kärjessä.

Lapin AMK vastaa: ENVI, PBL, simulointi-, netti-, chat-, some-, iPad-, älypuhelin-välitteinen opetus

SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLON TOIMINTAYMPÄRISTÖ MUUTOKSESSA

Perinteisen terveydenhuollon rinnalle tulee nykyistä enemmän ja parempia sähköisiä palveluja

Sähköiset palvelualustat

Oma terveystili

Kotikäyttöiset mittarit

Sähköinen terveystarkastus ja -valmennus

Oirearviointilomakkeet

Terveyskioski, hyvinvointiasema liikekeskukseen, ITTE-omahoitopiste

Sähköinen konsultaatio, VIRTU-asiointi

Vetreeni-terveyspalvelu ikäihmisille tablettitietokoneilla

Virtuaaliklinikka

Liikkuvat terveyspalvelut, ONNI

Kansanterveysjärjestöillä on suuri rooli Sote-palvelurakennemuutoksessa (Laura Rätty LK 9.10.2014).

Järjestö- ja kansalaisyhteiskunta vastaa haasteisiin, joihin lainsäädäntö tai viranomainen ei voi puuttua.

Järjestöt eivät voi korvata viranomaistoimintaa, mutta joissakin tilanteissa ne tavoittavat tuen tarpeessa olevan paremmin.

Quattro helix-periaate tutkimus- kehitys- ja innovaatiotoiminnassa, jolloin korkeakoulujen, julkisen sektorin ja elinkeinoelämän lisäksi huomioidaan kolmannen sektorin mahdollisuudet.

PALVELURAKENNEMUUTOS JA AMMATILLISET OSAAMISVAATIMUKSET TERVEYDENHUOLLOSSA

Esimerkkinä sairaanhoitajat ja terveydenhoitajat

Sairaanhoitajan osaamisalueet	Terveydenhoitajan osaamisalueet
<p>Asiakaslähtöisyys Hoitotyön eettisyys ja ammatillisuus Johtaminen ja yrittäjäyys Sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaympäristö Kliininen hoitotyö Näyttöön perustuva toiminta ja päätöksenteko Ohjaus- ja opetusosaaminen Terveyden ja toimintakyvyn edistäminen Sosiaali- ja terveystalvelujen laatu ja turvallisuus</p>	<p>Asiakaslähtöisyys Hoitotyön eettisyys ja ammatillisuus Johtaminen ja yrittäjäyys Sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaympäristö Kliininen hoitotyö Näyttöön perustuva toiminta ja päätöksenteko Ohjaus- ja opetusosaaminen Terveyden ja toimintakyvyn edistäminen Sosiaali- ja terveystalvelujen laatu ja turvallisuus</p>
<p>Oppimisen taidot, Eettinen osaaminen, Innovaatio-osaaminen, Kansainvälistymisosaaminen</p>	<p>Terveyttä edistävä terveydenhoitajatyö Yksilön, perheen ja yhteisön terveydenhoitajatyö Terveellisen ja turvallisen ympäristön edistäminen Yhteiskunnallinen terveydenhoitajatyö Terveydenhoitajatyön johtaminen ja kehittäminen</p> <p>Työyhteisöosaaminen</p>

ESIMERKKEJÄ OMAHOITOPROSESSIN TUKEMISESTA KANSANTERVEYSJÄRJESTÖISSÄ

Vapaaehtoistyö:

Lähimmäisen kohtaaminen ja kiireettömyys

Omatoimisuuden tukeminen

Kotiin meneminen ja kuunteleminen, naapuriapu

Tiedon ja kokemusten jakaminen

Kannustaminen harrastamaan ja irtaantumaan kotoa esim. liikuntapalvelut, kerhotoiminta, ohjelmalliset kahvihetket, tanssit, retket ja matkat ym. vireystoiminta

Kyyditseminen harrastuksiin

Vertaistuki

Yksinäisten auttaminen

Osallistuminen järjestötyöhön

Terveyden edistämisen perinteiset ja sähköiset menetelmät, työvälineet ja koulutukset ammattilaisille ja kansalaisille

Ostopalvelut:

Tuotteistetut ja maksulliset palvelut

VERTAISTOIMINTA KANSANTERVEYSJÄRJESTÖISSÄ

Esimerkki Yksi elämä / Aivoliitto ry:stä

Aivoliitto, Diabetesliitto ja Sydänliitto tekevät laajaa yhteistyötä Yksi elämä-hankekokonaisuudessa, jossa kehitetään mm. vertaistoimintaa.

Vertaistukihenkilö on itse aivoverenkiertohäiriön, AVH-tapahtuman, kokenut maallikko. Hän on Aivoliiton kouluttama vapaaehtois-työntekijä, joka on AVH-potilaan ja hänen perheensä käytettävissä sairauden eri vaiheissa.

Tukihenkilöt antavat vertaistukea keskustelemalla, kuuntelemalla ja jakamalla kokemuksia. Heiltä saa myös tietoa Aivoliiton ja paikallisjärjestöjen toiminnasta. AVH-tukihenkilö on vaitiolovelvollinen.

OMAHOITOPROSESSI OSANA HOITO- JA PALVELUKETJUJA

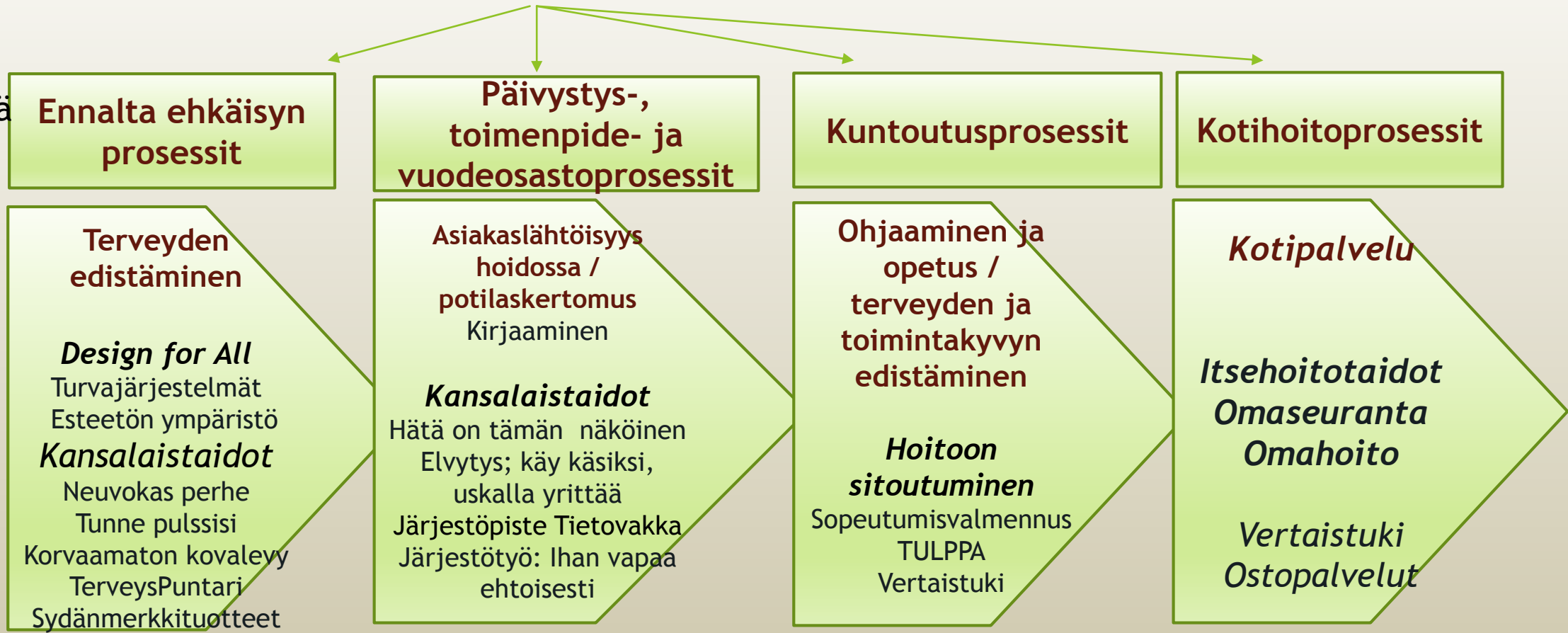
Aivohalvauspotilas ja lonkkaleikkauspotilas

Kunta järjestää
lakisääteiset
sote-palvelut

Kolmas sektori
kehittää,
kouluttaa,
valmentaa,
tukee
ammattilaisia
ja kansalaisia

Edellyttää
tietoa ja
osaamista

Edellyttää
kunta-
järjestö-
yhteistyötä



Ammattihenkilöiden koulutus ja täydenniskoulutus / kansalaisten valmentaminen

Yliopistot, AMKit, toinen aste, yritykset, järjestöt, organisaatiot itse

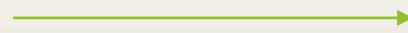
Hallinto, johtaminen, strategiat, poliittinen päätöksenteko

Maakuntasopimus / Järjestöstrategia / Kuntien hyvinvointikertomukset / Kuntien hyvinvointipoliittiset linjaukset / Terveydenhuollon organisaatioiden strategiat

Resursointi / Palvelurakenne / Palvelutarjotin / Kumppanuussopimukset

JÄRJESTÖJEN SÄHKÖISIÄ PALVELUJA AMMATTILAISILLE JA KANSALAISILLE

www.tunnepulssisi.fi



**Ehkäise aivoinfarkti ranneotteella
Karatemummot yllättävät...**

www.sydanmerkki.fi/tuotteet

www.sydanliitto.fi

www.diabetesliitto.fi

www.aivoliitto.fi

www.yksielama.fi

Tunne pulssisi - Verkkokoulutus

Tunne pulssisi potilastarina - Marjatta Kuusela

Tunne pulssisi - ennen ja nyt

Eteisvärinä ja yleiset hoitoperiaatteet - M. Syväne

Eteisvärinä ja aivoinfarktin ehkäisy - K. Rantanen

Pulssin tunnustelu ja sen opettaminen asiakkaalle

www.hyva-sydanyhdisys.fi/videoita

Elvytys -Käy käsiksi, uskalla auttaa, 2014

Hätä on tämän näköinen - Aivoinfarkti

Hätä on tämän näköinen - Sydäninfarkti

Ihan vapaaehtoisesti, 2014 - YouTube

Perintö, 2013

Tule Sydänystäväksi, 2013