



Pääkirjoitus

Uusilta hyvinvointialueilta kuuluu huolestuttavia tietoja. Monet alueet ovat ilmoittaneet leikkaavansa ikääntyneiden palveluista samaan aikaan kun kaikkein vanhimpien ja eniten palveluja tarvitsevien ihmisten määrä kasvaa edelleen tulevina vuosina. Etenkin aiotaan lyhytnäköisesti säästää jo nyt liian vähäisestä ympärivuorokautisesta hoidosta hoitopaikkoja vähentämällä. Samaa aikaan halutaan myös säästää kotihoidosta. Miten eniten apua tarvitsevat muistisairaajat ihmiset tulevat pärjäämään ja mihin he menevät, jos ympärivuorokautinen hoitopaikka ei enää ole mahdollisuus? Tämä on kestämätön yhtälö, joka tulee ruuhkauttamaan päivystyksiä ja terveydenhuoltoa sekä muita viranomaisia, kun yksin kotona pärjäämätön ikäihminen viedään päivystykseen tai hän lähtee yksin vaeltamaan kodistaan eikä osaa tulla takaisin. Tämä on jo nähty monesti. Myös tuiki tärkeät päivätoiminnan paikat ovat joillain alueilla leikkurin alla. Päivätoiminta on tärkeää sekä muistisairaalle ikääntyneelle itselleen että hänen omaishoitajalleen, joka saa pienen hengähdystauon läheisen hoitamisesta. Toisaalta etähoitoakin on ehdotettu ratkaisuksi vähentämään kustannuksia. Kuitenkin eniten hoitoa tarvitsevat ikääntyneet, joilla on jo muistisairauksia tai vaikeuksia liikkua, eivät välttämättä pysty käyttämään digilaitteita tai muita etäpalveluja vaan tarvitsevat konkreettista apua, käsiä ja aitoa läsnäoloa.

Vuoden viimeinen Gerontologia-lehti sisältää totuttuun tapaan neljä vertaisarvioitua tieteellistä artikkelia. Tässä numerossa käsitellään RAI-tiedon hyödyntämistä ikääntyneiden kotihoidon organisaatioissa, ikääntyneiden kotona asumisen tukemista, vanhuspalveluiden henkilöstön työ-

hyvinvointia sekä terveyden lukutaitoa ja muistisairauksia. Tiedeartikkeleiden lisäksi lehdessä on kirjoituksia keskusteluja-, ajankohtaista-, konferenssikuulumisia- ja kielen päällä -palstoilla.

Suvi Kuha ja kumppanit selvittivät johtajien näkemyksiä RAI-tiedon hyödyntämisestä ikääntyneiden kotihoidossa. Johtajien näkemyksen mukaan yksiköiden hoitajien RAI-osaamisessa, RAI-arvioinnin tekemiseen liittyvissä käytännöissä sekä toiminnan seurannassa ja arvioinnissa oli vielä kehitettävää. Parhaiten toteutui hoitajien RAI-osaaminen, eniten kehitettävää oli toiminnan seurannassa ja arvioinnissa. Myös johtajien itsearvioidussa RAI-järjestelmään liittyvässä johtamisosaamisessa havaittiin merkittäviä puutteita. Kirjoittajien mukaan henkilöstöä tulee ikääntyneiden kotihoidon organisaatioissa kouluttaa systemaattisesti RAI-tiedon hyödyntämisestä ja koulutus tulee kohdentaa oikein.

Terhi Myller ja Mari Mynttinen ovat tehneet kirjallisuuskatsauksen ikääntyneiden kotona asumisen tukemisesta. Artikkelin on ajankohtainen, koska tulevaisuudessa on tarjolla entistä vähemmän ympärivuorokautisen hoidon paikkoja ja ikääntyneiden oletetaan asuvan kotonaan entistä pidempään. Kirjoittajien mukaan keskeisiä asioita ikääntyneiden asumisen tukemisessa ovat ikäystävälliset yhteisöt ja asuinympäristöt sekä sosiokulttuurisen työotteen vahvistaminen asumisessa, palveluissa ja asumisen ennakkoinnissa. Etenkin ikääntyneen terveydentilan heikkeneminen, tarvittavien palveluiden puuttuminen tai riittämättömyys sekä sosiaalisten suhteiden puutteista johtuva yksinäisyys ovat tärkeitä asioita huomioitavaksi. Tulosten pohjalta kirjoittajat esittävät toimenpide-ehdotuksia, joita voidaan hyödyn-

tää ikääntyneiden kotona asumisen suunnittelussa ja tukemisessa.

Jaana Paltamaa, Eija Janhunen ja Riitta Räsänen selvittivät vanhuspalveluiden henkilöstön työhyvinvointia ja sitä tukevia tekijöitä. Tutkimuksessa selvisi, että työnkuvien selkeyttäminen ja vaikuttavien toimintamallien käyttö lisäävät työpaikan houkuttelevuutta, veto- ja pitovoimaa. Henkilöstön asenne omaan työhönsä oli positiivinen, mutta työn kuormittavuus ja riittämättömyyden tunne aiheuttivat ristiriitaa omien arvojen kanssa. Työn suorittamista helpottaa se, että jokainen työntekijä tietää tehtävänsä, vastuunsa ja pelisäännöt organisaation omavalvontasuunnitelmaan perustuen.

Mika Uiton, Merja Hoffrén-Mikkolan ja Katri Turusen artikkelissa käsitellään terveyden lukutaitoa ja muistisairauksia sekä näkemyksiä tuen tarpeesta ja osaamisvaatimuksista. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa, jonka avulla sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaiset voivat tukea muistisairausriskissä olevia, muistisairaita ja heidän läheisiään sekä huomioida paremmin heidän terveyden lukutaitoonsa liittyviä tarpeita. Tulokset osoittivat terveyden lukutaidon olevan tärkeä voimavara, joka edistää muistisairaiden, muistisairausriskissä olevien sekä heidän läheistensä toimijuutta terveydenhuollossa. Tukeakseen muistisairausriskissä olevia, muistisairaita sekä heidän läheisiään ammattilaisten tulee hallita riittävä muistisairauksiin liittyvä osaaminen ja ymmärrys sekä hyvät viestintä- ja vuorovaikutustaidot. Ammattilaisten tulisi myös varmistaa, että potilas- ja asiakaslähtöisyys toteutuu ja että muistisairaat ja heidän läheisensä saavat tarvitsemansa tuen, taustasta, terveyden lukutaidosta tai kognitiivisista kyvyistä riippumatta.

Keskusteluja-palstan kirjoituksessaan Tuula Kukkonen, Terhi Myller ja Anne Airaksinen kertovat koulutuksesta, jolla pyritään vahvistamaan ikäystävällisyyttä. Ikäystävällisyydellä tarkoitetaan asennetta, tietoa ja toimintatapoja, joilla huomioidaan kaikenikäiset yhdenvertaisesti ja edistetään jokaisen kansalaisen mahdollisuuksia täysivaltaiseen kansalaisuuteen, iästä

riippumatta. Karelia-ammattikorkeakoulussa on kehitetty opetusta ikäystävällisyydestä. EAFS-hankkeessa on rakennettu moniammatillisessa opettajayhteistyössä opintojakso, joka perustuu ilmiöpohjaiseen pedagogiikkaan. Opintojakson tavoitteena on, että opiskelija ymmärtää ikääntymisen ilmiönä ja sen merkityksen yhteiskunnassa sekä osaa analysoida ikääntymisen ilmiötä oman alansa näkökulmasta. Näin opiskelija osaa työskennellä ja johtaa yhteiskehittämisen prosessia tehokkaasti ja ammattimaisesti monialaisissa ryhmissä sekä hallitsee monialaisen kehittämisen ja osaa hyödyntää monialaista osaamistaan oman alansa toiminnan kehittämisessä.

Ajankohtaista-palstalla Kaijus Ervasti ja kumppanit kertovat, että Itä-Suomen yliopiston Hyvinvointioikeuden keskuksessa on viireillä useita tutkimushankkeita haavoittuvassa asemassa olevien ikääntyneiden ryhmien oikeudensaantimahdollisuuksista. Kirjoittajien mukaan suomalainen oikeus- ja yhteiskuntajärjestelmä ei ole kylliksi valmistautunut väestön ikääntymiseen, jolloin syntyy uudenlaisia oikeudellisia tarpeita ja ongelmia. Tästä esimerkkejä ovat digitalisaatio ja sen myötä asioinnin siirtyminen internetiin sekä palvelujärjestelmän harventuminen. Lisäksi sosiaali- ja terveydenhuollon kehitykseen sisältyy paljon haasteita, kuten rahoitus, palveluiden saatavuus ja henkilökunnan puute, jotka vaikuttavat suoraan ikäihmisiin. Monilla on myös kokemuksia ikäsyrrinnästä ja siitä, ettei iäkkäiden ääni kuulu riittävästi. Kirjoittajien mukaan tarvitaan tutkimukseen perustuvia kehittämistoimia haavoittujen epäkohtien korjaamiseksi ja tutkimustiedon aikaisempaa laajempaa hyödyntämistä päätöksenteossa.

Konferenssikuulumisia-palstalla Jenni Kulmala kertoo Alzheimer Europe -kongressista, joka järjestettiin Helsingissä lokakuussa. Kongressissa keskusteluun nostettiin monia uudempiä elinympäristöön liittyviä riskitekijöitä, kuten ilmansaasteet, joiden merkitykseltä muistisairauksien riskiin on meneillään laa-

joja tutkimushankkeita ympäri Eurooppaa. Suomen uraa uurtava tutkimus aivoterveysten edistämisen interventtioiden mallimaana näkyi ja kuului vahvasti. Eri maissa toteutettavien FINGER-tutkimukseen pohjautuvien tutkimusten toteuttaminen on käynnissä ja tulee tuottamaan entistä tarkempaa tietoa siitä, miten ikääntyvien aivoterveystta voidaan tukea parhaalla mahdollisella tavalla. Myös muistisairauksien varhainen diagnostiikka ja siihen liittyvät haasteet ovat monessa maassa tutkimuksen kohteena. Kongressissa muistisairaat ja heidän läheisensä pääsivät ääneen. Lisäksi muistisairauksiin liittyvät eettiset kysymykset olivat esillä. Kirjoittaja kertoo, että konferenssissa tutkimus, käytännön kehittämistyö ja muistisairauden kanssa joka päivä eläminen kohtasivat ainutlaatuisella ja koskettavalla tavalla.

Terhi Lampio ja kumppanit tuovat kuulumisia Kasvun ja vanhenemisen tutkijoiden syysseminaarista, jossa käsiteltiin ikääntyneiden ihmisten arkea ja asemaa digitalisoituvasa yhteiskunnassa. Lokakuussa järjestetyssä seminaarissa kuultiin asiantuntijapuheenvuoroja kansallisen ja EU-tason ikäpolitiikan, yhdenvertaisuuden, ikääntyvien medialukutaitojen sekä ihmisen ja teknologian välisen vuorovaikutuksen näkökulmista. Hallitusohjelmassa digitaaliset palvelut, etäpalvelut ja liikkuvat palvelut kuvataan välineenä sosiaali- ja terveyspalveluiden järjestämiseen, niiden saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseen sekä uusien toimintamallien luomiseen. Digitaalisten välineiden käytön yleistyessä niiden suunnittelu-työn tulisi lähteä vahvemmin liikkeelle erilaisten käyttäjäryhmien tarpeista, rajoitteista ja vahvuuksista. Digitalisaatio tuo mukanaan myös tietoturvaan liittyviä uhkia, ja laitteiden tietoturallinen käyttö edellyttääkin niin kansallisen kuin kansainvälisenkin sääntelyn kehittämistä. Yhteiskunnan digitalisaatio ulottuu enenevässä määrin ikääntyneiden elämän monelle osa-alueelle. Osa ikääntyneistä ei kuitenkaan halua tai osaa käyttää digitaalisia palveluita. Palveluiden järjestämisessä onkin

tärkeää huomioida ikääntyneiden ihmisten teknologian käytön rajoitteita ja turvata yhdenvertaisuus, palvelujen saatavuus ja niiden saavutettavuus ikääntyneiden näkökulmasta.

Annele Urtamo ja Hanna Öhman kertovat kuulumisia kansainvälisestä EUGMS-kongressista, joka niin ikään järjestettiin Helsingissä syyskuun loppupuolella. Kongressin teemana oli hyvä vanheneminen muuttuvassa maailmassa, ja se toi yhteen geriatrian ja gerontologian alan toimijoita ja tutkijoita ympäri maailmaa. Kongressissa kuultiin esityksiä muun muassa muistisairauksien ja gerastenian ehkäisystä ja hoidosta, kaatumisten ehkäisystä, lääkehoidon optimoinnista, ikäihmisten yksinäisyydestä sekä teknologian mahdollisuuksista hoidossa ja kuntoutuksessa. Uusia ja ajankohtaisia aiheita ohjelmassa olivat esimerkiksi etälääketiede, gerotiede, planetaarinen ruokavalio ja ilmastonmuutos. Antoisat kongressipäivät kokosivat pohtimaan ja varmistamaan hyvää vanhenemista muuttuvassa maailmassa.

Kielen päällä -palstalla Kaarina Hippi ja Hanna Lappalainen kertovat kirjoituksessaan siitä, miten nuoret erottuvat vanhemmista ikäpolvista kielenkäyttönsä perusteella. Kirjoittajat ovat haastatelleet sekä nuoria että vanhoja ihmisiä ja kysyneet näiden kielellisistä vaiheista ja mielipiteistä. Nuoret mainitsevat itse internetin kautta käyttöön tulevat lyhenteet, lainasanat ja englannin kielen omalle kielenkäytölleen tyypillisinä piirteinä. Nuorten käyttämä kieli aiheuttaa ymmärtämisvaikeuksia vanhoille ihmisille, joille tällaiset ilmaukset eivät ole tuttuja. Arjessa nuoret kuitenkin kertovat mukauttavansa puhettaan kohtaamisissa vanhempien ihmisten kanssa.

Samalla palstalla Pirkko Muikku-Werner käsittelee kirjoituksessaan *elämän* ulottuvuutta kielenkäytössä. *Elää*-verbi on peräisin yli 4 000 vuotta sitten puhutusta kantaauralista. Nykyisinkin elää-sanaa käytetään useissa sananlaskuissa ja sanonnoissa. Sanotaan vaikka, että eletään ihmisiksi. Joku saattaa elää muistoissaan tai omassa ajatuksissaan. Jollekin asial-

le kyetään omistautumaan; hän elää musiikille. Voimme käydä läpi tai joutua kokemaan erilaisia tilanteita: joskus eletään niukkuuden, joskus vaurauden aikaa. Kirjoittaja johdattaa tekstissään nokkelasti elää-verbistä johdettujen sanojen maailmaan ja niiden käyttöön arkisissa tilanteissa, lauluissa ja kirjallisuudessa.

Aikani päätoimittajana alkaa tulla päätökseensä. Vielä uutta päätoimittajaa tilalleni ei ole

nimitetty, mutta etsintä on käynnissä. Kiitän antoisasta päätoimittajakaudesta lehden toimittamista eli Heliä ja Annaa sekä lehden koko toimituskuntaa hyvästä yhteistyöstä. Hyvää joulua ja antoisia lukuhetkiä kaikille Gerontologia-lehden lukijoille, arvioijille ja kirjoittajille.

Satu Jyväkorpi, päätoimittaja