



## Ikääntyneiden muistisairaiden henkisyden tukeminen heidän hoito- ja elinympäristöissään

Kristiina Juudin

### Tausta

Olen väitöskirjatutkimuksessani pyrkinyt ymmärtämään ikääntyneiden muistisairaiden henkisyden tukemista heidän hoito- ja elinympäristöissään.

Sairaanhoitajaopintoihini kuuluva ensimmäinen harjoittelujakso oli minulle samalla elämäni ensimmäinen kohtaaminen muistisairauksien kanssa. Tämä on harvinaista, koska muistisairaiden määrä Suomessa ja maailmanlaajuisestikin on kasvanut niin, että muistisairaudet koskettavat yhä suurempaa osaa maailman väestöstä. Muistisairaudethan eivät kosketa vain sairastunutta itseään, vaan laajasti hänen perhettään ja läheisiään. Jopa siinä määrin, että muistisairauden on sanottu olevan läheisten sairaus. Tällä tarkoitetaan sitä, että läheiset kärsivät muistisairaudesta mahdollisesti jopa enemmän kuin sairastunut itse.

Joka tapauksessa muistisairauteen sisältyy aina monen tasoista luopumista. Kognition alentuessa päivittäistoiminnoista selviytyminen vaikeutuu. Muistisairaudet ovat eteneviä, eikä niihin ole parantavaa hoitoa. Tämä tarkoittaa sitä, että sairastunut tarvitsee vähitellen yhä enemmän ulkopuolista apua selviytyäkseen arjesta, esimerkiksi henkilökohtaisen hygienian ja ravitsemuksen hoidossa. Muistisairaudet etenevät yksilöllisesti mutta saattavat vaikeuttaa edetessään sekä sanallista että sanatonta ilmaisua. Vaikea-asteisena muistisairaus voi vetää ihmisen ikään kuin oman kehonsa jäykistyvän kuoren sisälle, ja hänen voi olla yhä vaikeam-

paa ilmaista itseään edes sanattomasti elein ja ilmein. Aivot unohtavat, kuinka kehoa liikutetaan. Tässä vaiheessa hoitaminen saattaa supistua peruselintoiminnoista huolehtimiseen.

Ihminen ei kuitenkaan koskaan ole vain fyysinen, kehollinen, olento. Hänen sisällään säilyy aina ihmisyyden ydin: minuuden olemus, yhteinen jaettu ihmisyyden, joka on kaiken ihmisten välisen yhteyden edellytys. Kun ihminen ei pysty ilmaisemaan itseään, meidän on lähdettävä siitä oletuksesta, että hän kuitenkin on läsnä ja fyysisen lisäksi myös psyykinen, sosiaalinen ja henkinen kokonaisuus.

### Käsitteet

Mitä sitten tarkoitan henkisydellä? Tutkimukseni keskeinen käsite on väitöskirjani edetessä muuttanut muotoaan. Tutkimusta aloittaessani puhuin hengellisyydestä. Tämä ymmärrettiin usein uskonnollisävytteisesti, ja koin tarpeelliseksi peruskäsitteelläni ilmaista, että sen sisältö oli tutkimuksessani laaja ja kattoi myös uskontojen ulkopuoliset elämäntavot. Jonkin aikaa käytin aiheesta suomeksi viestiäni käsitteitä 'henkisyys ja hengellisyys'. Lopulta päädyin käyttämään vain henkisyden käsitettä, jonka koen kattavan myös hengellisyyden kaikissa muodoissaan.

Ei käsitteen *spirituality* sisällöstä kansainvälisessä kirjallisuudessa ole saavutettu täyttä yhteisymmärrystä. Ehkä sitä ei voi ilmiön yksilöllisyyden vuoksi yleispätevästi määritellä.

Henkisyys on jotain, mikä rakentaa persoonamme. Se ohjaa yksilöllisyyttämme ja toimii sisäisenä voiman lähteenä. Henkisyys on siis sisäinen, aineeton ulottuvuus, joka motivoi meitä olemaan yhteydessä muihin ja ympäristöömme. Se saa meidät etsimään merkitystä ja tarkoitusta sekä kaipaamaan myönteisiä ja luottamuksellisia suhteita toisiin.

Aiempien tutkimusten mukaan henkisyys saattaa korostua ihmisen ikääntyessä tai vakavan sairauden tullessa kohdalle. Henkisyyden on todettu auttavan selviytymään, kun oma heikkous konkretisoituu. Henkisyyden tueminen on helpottanut muistisairaiden käytösoireita, masennusta, levottomuutta ja ahdistuneisuutta.

Ikääntyneet muistisairaat elävät ja saavat hoitoa ja hoivaa monenlaisissa ympäristöissä. Elinympäristön on todettu vaikuttavan muistisairaisiin jopa voimakkaammin kuin niihin ikääntyneisiin, joilla muistin alenemaa ei ole. Onkin kiinnitetty huomiota esimerkiksi tilojen väreihin, turvallisuuteen, vihreyteen, rauhallisuuteen ja sosiaalisuutta ylläpitäviin rakenteisiin. Ikääntyneen muistisairaahan henkisyttä tukevaa ympäristöä ei kuitenkaan ole aiemmin juurikaan tutkittu.

## Tutkimusongelma

Tämä oli siis tilanne, kun aloitin väitöskirjatutkimukseni. Oli syytä olettaa, että ikääntyneillä muistisairailla muistiongelman laajuudesta huolimatta oli henkisiä tarpeita. Oli myös syytä olettaa, että näihin tarpeisiin ei läheskään aina onnistuttu heidän hoito- ja elinympäristöissään vastaamaan. Kuitenkin aiemman tutkimustiedon valossa näytti siltä, että muistisairaat voisivat hyötyä siitä, että heidän henkisyytensä huomioitaisiin.

Halusin tämän vuoksi ymmärtää henkisyyttä muistisairaiden hoitotyössä kokonaisuutena. Kun mietin avainhenkilöitä tähän ymmärtämiseen, oli selvää, että tulisi selvittää ainakin, miten ikääntyneet muistisairaat itse ilmiön koke-

vat. Ja koska haluttiin selvittää ilmiötä nimenomaan hoitotyön ympäristöissä, hoitohenkilökunnalla uskottiin olevan kokemusta ilmiöstä. Ikääntyneiden muistisairaiden läheisten rooli korostuu usein, ja muistisairaalla saattaakin olla läheisiä, jotka ovat hyvin selvillä heidän hoidostaan ja elämästään yleensä. Läheinen saattaa joissain tilanteissa toimia omaishoitajanaakin. Siksi ajattelin, että myös heidän näkökulmansa voisi auttaa ymmärtämään ilmiötä.

Haastattelin tutkimustani varten yhteensä kymmentä (10) ikääntyntä muistisairasta, yhdeksää (9) heidän läheistään ja seitsemäätoista (17) hoitajaa. Lisäksi valokuvasimme hoitotyön ympäristön henkisyttä tukevia elementtejä keskustelujen perusteella. Haastatteluissa päästiin syvälle sisälle ihmisten henkisyyden kokemuksiin, jotka olivat usein hyvinkin tunnepitoisia. Osallistajat liikuttuivat kyyneliin, lausuivat runoja, itkivät ja nauroivat; muistelivat ja pohtivat. Koen itseni etuoikeutetuksi, kun olen päässyt kuulemaan näitä kokemuksia, joista ei usein kerrota ulkopuolisille. Olen kiitollinen osallistujille tästä luottamuksesta.

## Keskeiset tulokset

Väitöskirjani koostuu neljästä osajulkaisusta, joiden tulokset yhdistämällä kehitin kuvailevan teorian ikääntyneiden muistisairaiden henkisyuden tukemisesta heidän hoito- ja elinympäristöissään.

Tulosten mukaan hoitajan oma henkisyys ja hänen käsityksensä henkisydestä vaikuttaa siihen, missä määrin hän voi tukea muistisairaahan henkisyttä. On tärkeää, että hoitaja on tietoinen omasta henkisydestään ja reflektoi omia ajatuksiaan. On myös tärkeää, että hoitaja on tietoinen oman tapansa lisäksi muistakin tavoista ilmentää henkisyttä. Tämä on lähtökohtana sille, että henkisyuden tukemisen lähtökohtana on ikääntyneen muistisairaahan elämäntähtämys eikä hoitajan oma katsomus tai uskonnollinen vakaumus.

Hoitohenkilökunta tunnistaa henkisiä tarpeita hoitotyössä sanattoman ja sanallisen ilmaisun kautta sekä perehtymällä muistisairaahan ihmisen elämänhistoriaan, josta usein nousee henkisyteen viittaavia asioita; niitä elementtejä, joiden kautta ihminen on saanut kokea merkitystä ja tarkoitusta elämässään tai joiden kautta hän on näitä kokemuksia etsinyt. Joillekin henkisyys liittyy uskoon tai muuhun elämänkatsomukseen, toisille taas läheiset merkitykselliset ihmissuhteet ovat tärkein henkyyden elementti. Jotkut kokevat yhteyden omaan sisimpäänsä ja ympäröivään maailmaan luonnon tai taiteen kautta. Henkisyys on hyvin yksilöllistä, ja sitä tukee jo se, että hoitaja on kiinnostunut muistisairaasta ihmisenä, hänen persoonastaan, ja kohtaa hänet arvokkaana vertaisenaan. Henkisyys ei ole niinkään hoitotyön toimintoja vaan hoitamisen asennetta, samalla viivalla olemista.

Miten hoitotyön ympäristö sitten sijoittui tähän teoreettiseen malliin henkyyden tukemisesta? Se sijoittui siihen hyvin laajasti. Ympäristö oli tietenkin se fyysinen kokonaisuus, missä muistisairas ihminen elää ja on, saa hoitoa ja hoivaa. Ympäristö oli myös sosiaalinen kokonaisuus, joka koostui kaikista sillä hetkellä läsnä olevista ihmisistä, mutta myös niistä ihmissuhteista, jotka eivät juuri siinä hetkessä ole läsnä mutta ovat olleet rakentamassa ihmistä tai merkitsevät muuten hänelle paljon. Henkisyys ilmenee ympäristön fyysisissä ja sosiaalisissa elementeissä yksilöllisen symboliikan kautta. Ympäristön kautta muistisairas ihminen voi minuuden pirstaloituessa saada tukea omalle persoonalleen. Ympäristön symboliikka voi tukea hänen henkisyttään muistuttamalla hänelle merkityksellisistä asioista; olla tukemassa häntä ja hänen hoitoonsa osallistuvia vastausten etsimisessä eksistentiaalisiin kysymyksiin:

Mihin minä kuulun?

Mihin olen matkalla?

Mitä minusta jää jäljelle?

Näiden kysymysten kautta päästään sille lähteelle, josta muistisairaahan ihmisen elämän merkityksellisyys ja tarkoituksen kokemukset kumpuavat.

## Johtopäätökset

Tunnettu tosiasia on se, että ikääntyneiden hoitotyöstä kiinnostuneita hoitajia on vähän ja työvoimapula ikääntyneiden hoitotyössä – sekä kotihoidossa että ympärivuorokautisen hoidon ympäristöissä – on kasvava trendi. Tutkimukseni mukaan henkyyden huomiointi hoitotyössä hyödyttää ikääntyneitä muistisairaita mutta myös hoitohenkilökuntaa. Samalla kun henkyyden tukeminen vahvistaa merkityksen ja tarkoituksen kokemuksia muistisairaahan elämässä, voi se tuoda merkityksen ja tarkoituksen kokemuksia hoitajan työhön. On eri tavalla merkityksellistä kohdata ihminen kokonaisuutena kuin vain kehollisena olentona. Varmaankin kaikki tunnistamme tämän eron, kun mietimme jokapäiväisiä kohtaamisia ihmisten kanssa. Kun löydämme yhteyden toisen ihmisen kanssa, saamme tuosta yhteydestä voimaa. Haluamme kaikki kokea kuuluvamme siihen, missä olemme. Haluamme kokea kuuluvamme yhteen niiden ihmisten kanssa, jotka ovat lähellämme, ja siihen fyysiseen ympäristöön, missä elämme. Henkisyys on tämän kuulumisen tunteen tiedostettua tai tiedostamatonta etsimistä. Se ulottuu sanoitetun maailman ulkopuolelle eikä siten ole kognitioon sidottu. Ikääntynyt muistisairas on elämänsä kokemusten kautta rakentunut omaksi itseksensä, ja henkyyden kautta voimme tukea hänen minuuttaan siten, että hän saa loppuun asti olla oma persoonansa eikä häntä supisteta ihmisenä vain sairautensa tai fyysisen kehonsa kautta määriteltäväksi.

## Kirjoittaja

**Kristiina Juudin**, TtT  
Turun yliopisto  
kristiina.juudin@utu.fi

*Hoitotieteen alaan kuuluva väitöskirja  
”Supporting the spirituality of older people with  
dementia in their caring and living environments”  
tarkastettiin Turun yliopistossa 1.11.2024.*

## Väitöskirjan alkuperäiset artikkelit:

- Toivonen K, Stolt M, Suhonen R. Nursing support of the spiritual needs of older adults living with dementia: a narrative literature review. *Holist Nurs Pract* 2015;29(5):303–12. <https://doi.org/10.1097/HNP.0000000000000101>
- Toivonen K, Charalambous A, Suhonen R. Supporting spirituality in the care of older people living with dementia: a hermeneutic phenomenological inquiry into nurses’ experiences. *Scand J Caring Sci* 2018;32(2):880–8. <https://doi.org/10.1111/scs.12519>
- Toivonen K, Charalambous A, Suhonen R. Supporting the spirituality of older people living with dementia in nursing care: A hermeneutic phenomenological inquiry into older people’s and their family members’ experiences. *Int J Older People Nurs* 2023;18(1):1–11. <https://doi.org/10.1111/opn.12514>
- Toivonen K, Charalambous A, Suhonen R. A caring and living environment that supports the spirituality of older people with dementia: a hermeneutic phenomenological study. *Int J Nurs Stud* 2023;138:e104414. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2022.104414>