

Kokemuksia etäkuntoutuksesta - Kelan etäkuntoutushankkeen tuloksia

Hoito- ja kuntoutuspalvelujen sähköistäminen yleistyy Suomessa. Kela käynnisti vuonna 2015 etäkuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishankkeen, jonka tarkoituksena oli tuottaa tietoa etäkuntoutuksen sovellusmahdollisuuksista ja käytännöistä Kelan järjestämän kuntoutuksen ehtojen määrittelemiseksi. Hanke käynnistettiin tutkimusosuudella, jonka lopputuotos Etäkuntoutus-kirja julkaistiin vuonna 2016. Julkaisun tavoitteena oli toimia etäkuntoutuksen oppaana sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille sekä selkeyttää etäkuntoutuksen käsitteitä, vaatimuksia ja sovellusalueita.

Etäkuntoutusta on Suomessa kehitetty erilaisissa kehittämishankkeissa ja kokeiluissa 2000-luvun alkupuolelta asti. Kelan Etäkuntoutushankkeen kehittämisosuuden

(2016–2019) tavoitteena oli luoda uudenlaisia etäteknologiaa hyödyntäviä kuntoutuspalveluita sekä kehittää Kelan olemassa olevia kuntoutuspalveluita. Tarkoituksena oli tuottaa tietoa, jota hyödyntämällä etäkuntoutus voidaan ottaa vakiintuneeksi osaksi Kelan järjestämää kuntoutusta. Toimeen tartuttiin 13:ssa Kelan rahoittamassa kehittämisprojektissa, joihin sisältyi kehittämisosuuden arviointi tai tutkimus.

Kela on julkaissut Etäkuntoutus-hankkeen kehittämisprojektien keskeisimmät tulokset kirjassa: Salminen Anna-Liisa ja Hiekkala Sinikka (toim.). Kokemuksia etäkuntoutuksesta. Kelan etäkuntoutushankkeen tuloksia. Helsinki, Kela, 2019. Kirjan sähköinen versio on ladattavissa verkosta: <https://www.kela.fi/tutkimusjulkaisut>.

THL kehittää kuntoutuksen tietopohjaa uudessa hankkeessa

Kuntoutuksen tietopohja (KUTI) -hankkeen avulla Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) edistää Kuntoutuksen uudistamiskomitean THL:ta koskevia toimenpide-ehdotuksia. Kuntoutuksen uudistamiskomitean loppuraportissa ehdotetaan muun muassa kuntoutuksen järjestäjiä ja tuottajia seuraamaan kuntoutuksen vaikuttavuutta käyttämällä yhtenäisiä indikaattoreita. Lisäksi raportissa ehdotetaan THL:n tehtäväksi pe-

rustaa yhteistyöelin, jonka tehtävänä on valtakunnallisten toiminta- ja työkyvyn mittareiden arviointi sekä tietojärjestelmien ja yhtenäisen kirjaamisen hyödyntäminen arvioinnin yhtenäistämiseksi. THL:n ydin-tehtäviä ovat sosiaali- ja terveydenhuollon tietorakenteiden määrittelytyö ja tietopohjan kehittäminen. KUTI-hanke on osa tämän tehtävän toteuttamista kuntoutuksen osalta.

THL myönsi KUTI-hankkeelle rahoituk-

sen vuodeksi 2019. Hankkeen tavoitteena on rakentaa edellytykset kuntoutuksen tietopohjalle. Yhtenäinen tietopohja kehittää yksittäisen asiakkaan toimintakyvyn ja kuntoutumisen seurantaa. Se mahdollistaa myös toimintakykytiedon hyödyntämisen kuntoutusprosessien vaikutusten seurannassa sekä johtamisen ja kehittämisen tukena. Erityisesti tavoitteena on osoittaa, miten yhtenäisestä toimintakykytiedosta ja muusta kuntoutuksen tietopohjasta voidaan muodostaa kuntoutusta kuvaavia käyttökelpoisia indikaattoreita, joita voidaan edelleen hyödyntää vertailutietoa tuottaessa. Hankkeen tavoitteena on tuottaa toimintakykymittareiden arviointiin, valintaan ja niiden käyttöön liittyviä suosituksia yhteisesti sovittuihin kuntoutuksen eri tilanteisiin. Lisäksi tavoitteena on ohjata ja sitouttaa kuntoutustoimijoita käyttämään suosituksia ja yhtenäistä toimintakykytiedon kirjaamisen rakennetta, joiden avulla kuntoutuksesta voidaan kerätä tietoa yhtenäisellä tavalla arvioinnin pohjaksi.

KUTI-hankkeessa tuotetaan vuoden 2019 aikana kaksi pilottisuositusta toimintakyvyn arvioinnista tietyissä käyttötarkoituksissa, näihin liittyvät kuntoutuksen indikaattoriaiheita sekä selvitys kuntoutuksen tietopohjan nykytilasta ja kehittämiskohteista. Hankkeessa valmisteltavat suositukset toteutetaan tiiviissä yhteistyössä kuntoutustoimijoiden kanssa. THL on kutsunut asiantuntijoita kesäkuussa aloitettaviin suositusten valmistelutyöpajoihin avoimella nettihaualla ja kohdennetuilla kutsuilla eri organisaatioihin.

Pilottisuositusten aiheet ovat ”Yleinen toiminta- ja työkyvyn arviointi kaikille toimintarajoitteisille aikuisille kuntoutumisen yhteydessä” ja ”Aivoverenkiertohäiriöön (AVH) sairastuneen toimintakyvyn arviointi kuntoutumisen yhteydessä”. Tarkoituksena on nimetä molempien suositusten valmisteluun oma noin 30 asiantuntijan ryhmä. Asiantuntijoita yritetään saada mukaan mahdollisimman laajasti niin maantieteellisesti kuin eri ammattiryhmistä. Lisäksi huomioidaan perusterveydenhuolto ja erikoissairaanhoido, terveydenhuolto ja sosiaalihuolto

sekä koulutus ja tutkimus.

Asiantuntijaryhmät kokoontuvat kolmeen työpajaan, joihin hankkeen työntekijät valmistelevat materiaalit valmiiksi. Materiaalipakettien pohjalta työpajoissa keskustellaan ja pyritään mahdollisimman hyvään konsensukseen käsiteltävistä asiakokonaisuuksista. Asiakokonaisuuksiin kuuluvat kuntoutusprosessissa mitattavien aiheiden tunnistaminen, tunnistettujen aiheiden arvioinnissa käytettävien toimintakykymittareiden valitseminen sekä konsensusnäemyksen tuottaminen kuntoutusprosessissa käytettävistä toimintakykymittareista ja indikaattoreista. Asiantuntijaryhmien lisäksi hankkeessa huomioidaan toimintakykymittareiden loppukäyttäjien eli asiakkaiden ja potilaiden näkemys tärkeistä mitattavista aiheista ja käytettävistä mittareista haastatteleamalla loppukäyttäjää. Valmisteltavat suositukset lähetetään avoimelle kommenttikierrokselle, jolloin eri kuntoutustoimijat voivat antaa näkemyksensä valmistuviin suosituksiin.

Valmiit suositukset julkaistaan vuoden 2019 lopussa TOIMIA-tietokannassa. Suosituksiin liittyvien mittareiden sähköistä toteutusta tuetaan julkaisemalla niiden sähköiset rakenteet Toimiametassa. Vuoden 2019 aikana hankkeessa selvitetään myös jatkorahoitusmahdollisuuksia, jotta hankkeen tuloksista saataisiin pysyvää toimintaa.

Kirjoittajat:

Laura Kolehmainen, TtM, tutkija

Heidi Anttila, FT, erikoistutkija

Kaisa Lenkkeri, VT, suunnittelija

Liisa Penttinen, TtM, erikoissuunnittelija

Heli Valkeinen, TtT, erikoistutkija

lääkärit, vammaiset ja toimintakyky -yksikkö, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Helsinki.



KUTU-hankkeessa vaikuttavia tuloksia pitkäaikaistyöttömien työllistymisessä

Pitkäaikaistyöttömien määrä Suomessa yli kolminkertaistui vuoden 2008 lopusta vuoteen 2016 mennessä, jolloin heitä oli lähes 130 000. Vaikka viimeisten parin vuoden aikana työllisyystilanne on olennaisesti parantunut, pitkäaikaistyöttömien tilanne ei ole helpottunut samassa tahdissa kuin yleinen työttömyystilanne.

Pitkäaikaistyöttömille on tyypillistä työllistymistä estävien seikkojen kasaantuminen: talouden heikkeneminen voi johtaa psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin liittyviin ongelmiin, työttömyyden pitkittyminen heikentää työkykyä ja -taitoja, sosiaalinen verkosto harvenee. Pitkäaikaistyötön voi myös kokea jäävänsä jatkuvan pakkokurssituksen ja massaohjauksen oravanpyörään, tilanteeseen, jossa hänen henkilökohtaisiin haasteisiinsa ei pystytä pureutumaan kunnolla.

Pitkäaikaistyöttömyys tulee myös yhteiskunnalle kalliiksi, eivätkä olemassa olevat, työttömille suunnatut palvelut näytä ratkaisevan ongelmaa. Tilastojen mukaan kuntouttava työtoiminta ei pysty kansallisella tasolla vastaamaan pitkäaikaistyöttömyyden ongelmaan.

Kuntoutussäätiö alkoi purkaa tätä tuki- ja työllistymishaastetta itsenäisesti, kolmannen sektorin näkökulmasta, tavoitteena rakentaa järjestökentälle sopiva tuetun työllistymisen malli. Kuntouttavan työn uudistajat (KUTU)-hankkeella vastattiin siihen kuntoutuksen ja tuen tarpeeseen, jota pitkittynyt työttömyys aiheuttaa, samalla edistäen uudella tavalla pitkäaikaistyöttömien työllistymistä. Työttömän tilannetta tarkasteltiin kolmesta näkökulmasta, jotka olivat psyykinen kunto, fyysinen kunto ja työkunto. Hankkeeseen osallistuneet pääkaupunkiseudun työttömät osallistuivat hankkeeseen täysin omasta halustaan, vapaaehtoisesti.

Hankkeessa kehitettiin tuetun työllistymisen malli, jossa palvelumuotoilu ja digitaalisuus täydensivät psykologin, hen-

kilökohtaisen kehityksen valmentajan ja työmarkkina-asiantuntijan palvelua. Hankkeessa painotettiin henkilökohtaista apua ja palvelua, jota sai psyykkisiin asioihin, oman osaamisen ja jaksamisen vahvistamiseen ja tukemiseen sekä työnhakuun, työpaikkojen tai muun jatkopolun hakemiseen ja työllistymisen aloittamisen tukeen.

Tulokset olivat hyviä, kun pystyttiin tarjoamaan riittävän pitkäaikaista ja yksilöllistä tukea erityisesti niille pitkäaikaistyöttömille, joilla oli aito halu palata työelämään. Useimmat hankkeeseen osallistuneet työttömät kokivat saaneensa heitä arvostavaa ja oikealla tavalla työkykyä ja työllistymistä tukevaa palvelua. Noin 40 prosenttia pääsi takaisin työn syrjään kiinni, 20 prosenttia muulle jatkopolulle, jatkokoulutukseen tai työharjoitteluun.

Hankkeessa seurattiin lisäksi aktiivisuusrannekkeen avulla liikunnan ja levon merkitystä virkeydelle ja työllistymiselle. Rannekkeen käytöllä ja työllistymisellä havaittiin positiivinen korrelaatio.

Valtaosa työttömistä sai rohkeutta ja uskoa kohdata työttömyyden haasteita uudesta, toiveikkaammasta näkökulmasta. Yksi osallistuja kiteytti:

”Tärkeää on ollut se, että työnhaun kanssa ei ole jätetty yksin. Mulle on ollut merkityksellistä ennen kaikkea se, että ihminen on kohdattu ihmisenä.”

Hankkeesta on julkaisu Kuntoutussäätiön työselosteita 58/2019 ”Tuetun työllistymisen malli pitkäaikaistyöttömille. Kuntouttavan työn uudistajat (KUTU) -hankkeen loppuraportti” (<https://kuntoutussaatio.fi/assets/files/2019/04/KUTU-ty%C3%B6seloste-58.pdf>).

Olli Laasanen
Kirjoittaja on Kuntoutussäätiön tutkija ja KUTU-hankkeen hankejohtaja.



SPIRAL vauhdittaa kuntoutuksen tavoitteenasettelua

Kuntoutuksen onnistumisessa ovat tärkeitä tavoitteet, joihin kuntoutujan on helppo sitoutua. SPIRAL-pelin avulla kuntoutujat pohtivat aktiivisesti omaa toimintakykyään ja kuntoutustavoitteitaan. Peli on alun perin kehitetty Tulevaisuus pelissä -hankkeessa. Nyt pelistä on kehitetty SPIRAL-pelin uudet muodot -hankkeessa versiot kielihäiriöisten lasten ja aikuisten kuntoutukseen sekä ammatilliseen kuntoutukseen. Lisäksi peli on käännetty myös ruotsiksi ja englanniksi.

SPIRAL-lautapelin (ks. kuva 1) sisällöt perustuvat kansainväliseen toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitusjärjestelmään (ICF, International Classification of Functioning, Disability and Health). Peliä on tarkoitus pelata kuntoutuksen alussa, minkä jälkeen asetetaan yksilölliset tavoitteet kuntoutukselle esimerkiksi GAS-menetelmän (Goal Attainment Scaling) avulla. Peliä on kehitetty kielihäiriöisten lasten ja aikuisten kohderyhmille sekä ammatilliseen kuntoutukseen Kelan rahoittamassa ja Kuntoutussäätiön, Aivoliiton, Finla Työterveyden ja MLL:n Lasten ja Nuorten Kuntoutussäätiön yhteistyössä toteuttamassa hankkeessa. SPIRAL-peli on laajalti nähty tavoitteen asettamista helpottavana ja eri asiakasryhmiä osallistavana menetelmänä, joka toisaalta tuo struktuuria kuntoutusprosessiin, toisaalta korostaa asiakkaan mahdollisuutta saada oma äänensä kuuluviin.



Kuva 1. SPIRAL-pelilauta.

SPIRAL-lautapeli soveltuu sekä ryhmä- että yksilökuntoutukseen

SPIRAL-menetelmän on tutkimustulosten valossa todettu sujuvoittavan tavoitteenasettelua sekä kuntoutujan että kuntout-

tavan työntekijän näkökulmasta. Lisäksi SPIRAL-pelin pelaaminen edistää vertaiskokemusten jakamista sekä ryhmäytymistä ryhmämuotoisessa kuntoutuksessa. SPIRAL-peli tarjoaa kuntouttavalle työntekijälle välineen kuvata kuntoutujan toimintakykyä ICF-luokituksen pohjalta. SPIRAL-menetelmä on kuntoutusryhmässä vuorovaikutusta tukeva ja toimintakyvyn itsearviointiin kannustava menetelmä, ja sen sovellus- ja laajennusmahdollisuudet ovat vain kuntoutajan mielikuvituksesta ja ammattitaidosta kiinni. Menetelmä soveltuu niin ryhmäkuntoutuksen välineeksi kuin yksilökuntoutuksen esimerkiksi pelkkiä kysymyskortteja ja vastauslomaketta hyödyntämällä.

Kela suosittelee SPIRAL-pelin käyttöä

Työntekijöiden kokemusten mukaan SPIRAL-lautapeli houkuttelee kuntoutujat pohtimaan omaa toimintakykyään ja kertomaan omasta tilanteestaan luontevasti jo heti kuntoutuksen alussa. Pelikokemusten perusteella SPIRAL-menetelmä tarjoaa tavoitteenasetteluun sopivassa suhteessa rakennetta ja tiettyä leikkisyyttä, mikä antaa tilaa yksilön omalle äänelle ja omille tarpeille. Kela suosittelee Spiral-lautapelin käyttöä kuntoutuksessa aina kun se on kohderyhmän ja kuntoutusmuodon kannalta mahdollista.

Kati Peltonen

Kirjoittaja on psykologitutkija Kuntoutussäätiössä

Lisätietoa: www.kuntoutussaatio.fi/spiral

Avustajakoira auttaa selviytymään

Invalidiliitto selvitti yhteistyössä Itä-Suomen yliopiston kanssa avustajakoirien vaikutuksia vammaisten ja/tai pitkäaikaissairaiden ihmisten arkeen.

Tutkimuksen kohderyhmänä ja kyselyn vastaanottajina olivat kaikki Invalidiliiton auditoidun avustajakoiraominnon kautta avustajakoiran saaneet sekä jonoon haastattelujen perusteella hyväksytyt henkilöt. Lisäksi kummastakin ryhmästä haastateltiin nuoria sen selvittämiseksi, miten avustajakoira edistää nuoren mahdollista opiskelua, työllistymistä ja/tai työssä käymistä.

Tutkimuksen perusteella avustajakoiran käyttäjät kokivat elämänlaatunsa huomattavasti paremmaksi kuin koiraa jonottavat henkilöt. ”Avustajakoiran käyttäjät selviytyivät huomattavasti paremmin jokapäiväisissä toiminoissaan ja olivat samalla tyytyväisempiä itseensä ja ihmissuhteisiinsa kuin koiraa jonottavat henkilöt”, tutkimusjohtaja Sinikka Hiekkala sanoo.

Koiraa jonottavat tunsivat itsensä yksinäisemmiksi kuin koiran käyttäjät riippumatta siitä, asuivatko he yksin vai eivät. Molemmat ryhmät käyttivät yhtä paljon henkilökohtaisen avustajan palveluita, mutta koiran käyttäjät kokivat saamansa avun

pääosin riittäväksi, kun taas koiraa jonottavat pitivät apua useammin riittämättömänä. Palveluiden ja tukitoimien käytössä merkittävimmät erot tulivat esiin avustajan tarpeessa ja käytössä harrastusten ja liikkumisen yhteydessä.

Avustajakoira helpottaa opiskelua ja työllistymistä sekä työtä. Avustajakoira tuo turvallisuuden tunnetta ja helpottaa kouluun ja töihin lähtemistä, siirtymistä paikasta toiseen, tavaroiden kantamista ja ovien avaamista sekä muita opiskeluun ja työhön liittyviä rutiineja.

Avustajakoirajärjestelmän julkisrahoitteen tuen vahvistaminen mahdollistaisi sen, että koiraa jonottavat pääsisivät nopeammin tasavertaiseen asemaan koiran jo saaneiden kanssa. Jos avustajakoirat olisivat lääkinnällisen kuntouksen ja apuvälineiden luovutuksen piirissä, koirien saaminen helpottuisi ja nopeutuisi. Näin avustajakoiran käyttäjät ja koiraa jonottavat henkilöt saisivat kokonaisvaltaisesti edistettyä omaa elämänlaatuaan.

Lue koko tutkimus:

www.invalidiliitto.fi > tutkimus > tutkimushankkeet

Uusi suositus aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen toimintakyvyn arviointiin

TOIMIAN asiantuntijaryhmä on tehnyt suosituksen aivoverenkiertohäiriöön (AVH) sairastuneen toimintakyvyn arviointiin.

Tarkoituksena on yhtenäistää tapaa, jolla aivoverenkiertohäiriön saaneiden potilaiden toimintakykyä arvioidaan hoidon ja kuntoutuksen aikana.

Suositus on, että aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen henkilön toimintakyvyn arvioinnissa

1. käytetään standardoituja mittareita, joiden psykometriset ominaisuudet ovat riittävät,

2. käytetään sekä henkilön omaa arviota että objektiivisia suorituskykymittareita,
3. arviointimenetelmistä valitaan käyttötarkoituksen ja henkilön yksilöllisen tarpeen mukaan soveltuvin tai soveltuvimmat mittarit ja
4. sairastuneen toimintakykyä mitataan laaja-alaisesti ICF-luokituksen eri osat alueet huomioiden.

Aivoverenkiertohäiriö vaikuttaa monin tavoin ihmisen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Oireiden laajuutta kuvaa se, että sairautta kuvaava lista

ICF-koodeista sisältää yli sata alaluokkaa. Näin ollen myös mittareita on paljon. Niitä halutaan kuitenkin karsia, koska ne saattavat mitata osittain samoja asioita.

”Tämä työ jatkuu THL:n Kuntoutuksen tietopohja -hankkeessa. Yhtenäistämme arviointitapoja ja vähennämme suositeltavien mittareiden määrää, jos ne mittaavat samaa aihetta. Tavoitteena on helpottaa ammattilaisten työtä”, suosituksen valmisteluryhmän puheenjohtaja, tutkimusjohtaja Sinikka Hiekkala Invalidiliitto ry:stä kertoo.

Aivoverenkiertohäiriö (AVH) on yhteisnimitys aivoverisuonten tai aivoverenkierron sairauksille. Sillä tarkoitetaan aivoverenkierron tilapäistä ja vielä korjaantuvaa aivotointojen häiriötä tai pysyvän vaurion aiheuttavaa aivoinfarktia tai aivoverenvuotoa.

ICF eli kansainvälinen toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitus kuvaa, miten sairauden ja vamman vaikutukset näkyvät yksilön elämässä. Suosituksen julkaisi kansallinen Toimintakyvyn mittaamisen ja arvioinnin asiantuntijaverkosto (TOIMIA), jossa on mukana noin 60 eri organisaatiota. THL koordinoi toimintaa.

Lue koko suositus:

<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2019041011712>

