



LÄÄKKEETTÖMÄT HOITOMENETELMÄT

Lääkkeettömät hoitomenetelmät ovat vuorovaikutuksellisia ja kokonaisvaltaisia menetelmiä, joilla voidaan tukea muistisairaahan hoitoa. Niitä käytetään lääkehoidon rinnalla hoitotyössä. Niiden avulla tuetaan muistisairaahan suoriutumista päivittäisistä perustoiminnoista. (Hotus 2019: 7.)

Tästä kirjasta löydät mielenkiintoisia kysymyksiä erilaisista aihepiireistä, joita voit hyödyntää tutustuessasi asukkaasiin työpaikallasi. Kirjan ideana on mahdollistaa monipuolisemman hoitosuhteen syntyminen sekä tukea muistisairaahan ihmisen hyvinvointia muun muassa muistelun keinoin.

Kirjaa voit käyttää hoitotyön apuna milloin vain. Sitä voi täyttää esimerkiksi yksi kysymys kerrallaan sinulle ja asukkaalle sopivana ajankohtana. Saatat kirjan avulla myös löytää yhteisiä mielenkiinnonkohteita asukkaan kanssa, jotka voivat toimia myös ainutlaatuisten ja merkityksellisten keskusteluiden aloittajina.

Tavoitteena on asukkaan hyvinvoinnin ohella lisäksi tukea juuri sinun työtäsi ja mahdollisesti myös helpottaa jokapäiväistä hoitotyötä sekä vuorovaikutusta asukkaan kanssa.



Muistelu

Muistisairas muistaa paremmin vanhat asiat ja tärkeät tapahtumat. Huumorintaju, tunteiden ilmaisu ja kyky aistia ympäristön tunnelmia säilyy elämän loppuun asti. Merkityksellinen vuorovaikutus on hänelle arvokasta. Hyvä kontakti hoitajaan saa asukkaan tuntemaan olevansa osa yhteisöä. (Häkämies 2010: 18.) Muisteleminen vuorovaikutuksessa hoitajan kanssa on siis tärkeää, se tukee identiteettiä ja vahvistaa itsetuntoa. Samalla hoitaja tutustuu asukkaaseen paremmin. Muistot muuttuvat vuosien mittaan. Muistot ovat tulkintoja ja mielikuvia. Ei ole niin tärkeää, onko kaikki oikeasti tapahtunut.

Hoitajan ei tarvitse yrittää tulkita mitä on tapahtunut ja miksi, vaan hän voi keskittyä asukkaan tulkintaan. Huonoja muistoja ei tarvitse ohittaa, mutta ei myöskään jäädä niihin pitkäksi aikaa, vaan ohjata keskustelua mieluummin hyviin muistoihin. (Häkämies 2010: 11, 18; Pohjavirta 2010: 36–37.) Jos muistelu herättää voimakkaita tunteita, hoitajan tulee olla tukena. Muistelu yhdistettynä konkreettisiin päivittäistoimintoihin saattaa tukea niistä suoriutumista. (Hotus 2019: 17.)

Vinkkejä eläytyvään kuunteluun:

- Istu asukkaan viereen samalle korkeudelle, jotta olette tasavertaisia.
- Pidä asento avoimena.
- Säilytä miellyttävä katsekontakti.
- Kiinteä ja lämmin katse, sopiva kosketus ja rauhallinen äänensävy antaa asukkaalle turvallisuuden tunnetta.
- Nyökkäile kuunnellessasi.
- Vaikene, kun asukas puhuu.
- Ääntelee myötäilevästi, esimerkiksi “hmm”, “ahaa”, “niin”.
- Kysy avoimia kysymyksiä, esimerkiksi “kerro mitä ajattelet”, “kerrotko lisää”, “haluaisin kuulla tarkemmin”.

(Häkämies 2010: 11; Pohjavirta 2010: 36–37.)

Lähteet:

Hotus 2019. Hoitotyön tutkimussäätiö. Muistisairaahan henkilön päivittäistoiminnoista suoriutumisen tukeminen - Lääkkeettömät menetelmät hoitotyössä.
Häkämies, Annukka 2010. Teoksessa Hillervo, Pohjavirta (toim.). Onko tänään eilen. TunteVa®-opas muistisairaita hoitaville, Tampereen Kaupunkilähetys ry, Tampere.
Pohjavirta, Hillervo 2010. Teoksessa Hillervo, Pohjavirta (toim.). Onko tänään eilen. TunteVa®-opas muistisairaita hoitaville, Tampereen Kaupunkilähetys ry, Tampere.

*Oppijan ilo -sarjassa tullaan julkaisemaan
lisäksi seuraavat hoitajan oppaat:*

Liikunta

Kognitiiviset harjoitteet

Musiikki

Aististimulaatio

Läsnäolo ja ohjaus

Päivittäistoimintojen harjoittelu

Validaatio (Ymmärtävä kohtaaminen)

Omaisten ja läheisten osallistuminen arkeen

Metropolia AMK - Monialainen innovaatioprojekti

Tekijät: Zakaria Al-Zoubi , Pipsa Hotti, Viivi Hänninen, Niina
Lindström, Leena Lähtilä ja Johanna Piskunen

 Metropolia



Uudenmaan liitto
Nylands förbund

Lempeä hoiva

HYVINVOINTIA HOIVAKOTEIHIN

ASUKKAAN YSTÄVÄKIRJA



HOITAJAN OPAS

Muistelu