

OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMINEN  
OULUNKAAREN KUNTAYHTYMÄSSÄ

Päivi Ylisuvanto

Opinnäytetyö  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala  
Terveysten edistämisen koulutus  
Sairaanhoitaja (ylempi AMK)

2016

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala  
Terveyden edistämisen koulutus

---

<b>Tekijä(t)</b>	Päivi Ylisuvanto	Vuosi	2016
<b>Ohjaaja(t)</b>	Airi Paloste		
<b>Toimeksiantaja</b>	Oulunkaaren kuntayhtymä		
<b>Työn nimi</b>	Omaishoitajan hyvinvointitapaaminen		
<b>Sivu- ja liitemäärä</b>	34 + 4		

---

Tarve omaishoitajille kasvaa jatkuvasti väestön ikääntyessä. Palvelujen rakennetta pyritään myös muuttamaan niin, että laitoksissa tapahtuva hoito siirtyisi koteihin. Tutkimusten mukaan noin miljoona suomalaista auttaa säännöllisesti läheistään ja vain pieni osa omaishoitotilanteista on omaishoidon tuen piirissä. Vuonna 2015 Suomessa oli n. 43 000 omaishoitosopimusta. Omaishoitaja on henkilö, joka pitää huolta omaisestaan tai muusta läheisestään, joka sairaudesta, vammaisuudesta tai muusta erityisestä hoivan tarpeesta johtuen ei selviydy arjestaan omatoimisesti. Omaishoidon tuki on kokonaisuus, joka muodostuu hoidettaville annettavista palveluista sekä omaishoitajalle myönnettävästä hoitopalkkiosta, vapaasta sekä omaishoitoa tukevista palveluista. Laki omaishoidon tuesta määrittelee omaishoitajaksi henkilön, joka on tehnyt toimeksiantosopimuksen omaishoitajasta kunnan kanssa. Omaishoitajat vastaavat vaativista ja sitovista hoivatilanteista kotona.

Tämän opinnäytetyöprojektin tarkoituksena oli kehittää opas Oulunkaaren kuntayhtymän työntekijälle omaishoitajan hyvinvointitapaamista varten sekä kehittää omaishoitajan lomake, jota käytetään haastattelun runkona hyvinvointitapaamisella. Lisäksi tarkoituksena oli kehittää omaishoitajille lähetettävä kutsu hyvinvointitapaamiseen. Tavoitteena on omaishoitajan työn tukeminen, toteuttaen uutta tukimuotoa eli omaishoitajien hyvinvointitapaamisia Oulunkaaren kuntayhtymässä. Hyvinvointitapaamiset käynnistettiin keväällä 2016 tämän opinnäytetyöprojektin myötä.

Omaishoitajan lomaketta on testattu käytännössä kevään 2016 aikana Oulunkaaren kuntayhtymässä. Omaishoitajat ovat antaneet positiivista palautetta hyvinvointitapaamisesta. Omaishoitajat ovat kokeneet hyvinvointitapaamisten myötä, että heidän työstä ollaan kiinnostuneita ja heidän työtään arvostetaan ja sitä halutaan tukea. Hyvinvointitapaamisella huomioidaan omaishoitaja, omaishoitotilanteessa usein huomion keskipisteenä on omaishoidettava. Oulunkaaren työntekijät ovat kokeneet, että omaishoitajan lomake on toimiva ja tarkoituksenmukainen. Omaishoitajan lomake, työntekijän opas sekä kutsu hyvinvointitapaamiseen löytyvät Oulunkaaren Intranetistä.

Asiasanat omaishoito, omaishoidontuki, hyvinvointitapaaminen

School of services, Health and Sports Maste  
Degree Programme in Health Promotion

---

<b>Author(s)</b>	Päivi Ylisuvanto	Year	2016
<b>Supervisor(s)</b>	Airi Paloste		
<b>Commissioned by</b>	Oulunkaari kuntayhtymä		
<b>Subject of thesis</b>	A Welfare Meeting for Carers		
<b>Number of pages</b>	34 + 4		

---

The need for family carers is growing constantly as the population ages. The aim is also to change the structure of services so that care in institutions would be transferred to homes. According to researches about one million Finns regularly help a person close to her/him and only a small part of the family care situations is within the scope of support for informal care. About 43 000 informal care agreements were valid in Finland in 2015. A carer is a person, who takes care of her/his relative or other person close to, who due to illness, disability or other special needs care, cannot cope with everyday life on their own. Support for informal care is an entity, which consist of services provided to the person being cared, as well as the granting of family caregivers care fee, day-off and informal care support services. Act on support for informal care defines the family carers as a person, who has made a commission agreement about family care with the municipality. Carers are responsible for demanding and binding care situations at home.

The aim of this thesis project was to develop a guide for the employee in the Federation of Municipalities of Oulunkaari for their welfare meeting with family carers and also to develop a form for to be used as a frame for an interview during the welfare meeting. In addition the aim was to draw up an invitation form to the welfare meeting to be sent to the family carers. The aim of the meeting is to support carers` work by implementing a new form of support. The welfare meetings were launched on with this thesis project in spring 2016.

The form was tested in practice in the member municipalities of Oulunkaari during the spring of 2016. The welfare meeting received positive feedback from the participants. The carers experienced that people are interested in their work and their work is appreciated and the meetings provide support to them. The carers are taken into account in the meeting while the care recipient is often the focus of attention in the family care situation. The employees in Oulunkaari have experienced the form for carers to be functioning and appropriate. Form for carers, employee`s guide and the invitation form to welfare meeting can be found on the Oulunkaari Intranet.

Key words: family care, support for informal care, welfare meeting

## SISÄLLYS

<b>1 JOHDANTO</b> .....	<b>6</b>
<b>2 OMAISHOITO</b> .....	<b>9</b>
2.1 OMAISHOITO JA OMAISHOITAJA.....	9
2.2 OMAISHOIDON TUKI JA LAINSÄÄDÄNTÖ .....	11
2.3 OULUNKAAREN KUNTAYHTYMÄ JA SENIORIKASTE -HANKE .....	15
2.4 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA OMAISHOIDOSTA .....	16
<b>3 PROJEKTITYÖ OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄNÄ</b> .....	<b>19</b>
3.1 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE .....	19
3.2 PROJEKTIN TOTEUTUS JA AIKATAULU .....	20
3.3 EETTISYYDEN JA LUOTETTAVUUDEN TARKASTELU .....	22
<b>4 OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMINEN OULUNKAAREN KUNTAYHTYMÄSSÄ</b> .....	<b>23</b>
4.1 KUTSU OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMISEEN .....	23
4.2 OPAS TYÖNTEKIJÄLLE OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMISEEN .....	24
4.3 OMAISHOITAJAN LOMAKE HYVINVOINTITAPAAMISEEN .....	24
4.4 YHTEENVETO HYVINVOINTITAPAAMISESTA .....	25
<b>5 POHDINTA</b> .....	<b>28</b>
<b>LÄHTEET</b> .....	<b>31</b>
<b>LIITTEET</b> .....	<b>35</b>

## KUVIOLUETTELO

KUVIO 1. Omaishoidon tuesta sopimuksen tehneitä hoitajia vuoden aikana yhteensä, kunnan kustantamat palvelut

KUVIO 2. Projektin eteneminen ja aikataulutus

KUVIO 3. Omaishoitajan hyvinvointitapaamisen prosessi.

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia opas Oulunkaaren kuntayhtymän työntekijälle omaishoitajan hyvinvointitapaamista varten sekä laatia omaishoitajan lomake, jota käytetään haastattelun runkona hyvinvointitapaamisella. Lisäksi tarkoituksena oli laatia hyvinvointitapaamiseen omaishoitajalle lähetettävä kutsu. Tavoitteena oli omaishoitajan työn tukeminen, toteuttaen uutta tukimuotoa eli omaishoitajien hyvinvointitapaamisia Oulunkaaren kuntayhtymässä. Hyvinvointitapaamiset aloitettiin keväällä 2016.

Hyvinvointitapaamisten kohderyhmänä ovat yli 65 -vuotiaiden omaishoidettavien omaishoitajat, jotka ovat lakisääteisen omaishoidon tuen piirissä. Hyvinvointitapaamisen kutsu lähetetään edellisenä vuonna aloittaneelle, omaishoitosopimuksen tehneelle omaishoitajalle, joka saa vähintään alinta hoitopalkkiota.

Omaishoitajan lomake lähetetään kotiin omaishoitajalle etukäteen ennen hyvinvointitapaamista, jolloin tämä voi rauhassa tutustua lomakkeeseen ja mahdollisuuksien mukaan täyttääkin sitä. Omaishoitajan lomake käydään yhdessä läpi hyvinvointitapaamisella ja tarvittaessa sitä myös täydennetään. Lomake sisältää kohtia ja kysymyksiä liittyen hoitosuhteeseen, omaishoitajan terveyteen ja erilaisiin tottumuksiin.

Tarve omaishoitajille kasvaa jatkuvasti väestön ikääntyessä. Palvelujen rakennetta pyritään myös muuttamaan niin, että laitoksissa tapahtuva hoito siirtyisi koteihin (Vanhuspalvelulaki 980/2012). Omaishoidon tukimuotoja tulee kehittää ja lisätä, jotta voidaan vastata kysyntään ja tarpeisiin. Omaishoitajien määrän kasvaessa, lisääntyy tukitoiminnan tarve. (Punainen Risti 2015.)

Projektina suoritettavan opinnäytetyön pohjana ja perustana on käytetty aiemmin saatua tutkimustietoa. Oulunkaarella omaishoitajille lokakuussa 2014 tehdyn kyselyn tulokset puoltavat kehittämistyön tarpeellisuutta. Kysely oli osa Seniorikaste -hanketta (2014–2016). Kyselyllä selvitettiin mm. ulkopuolisen avun tarvetta ja laatua. Omaishoitajat halusivat terveystarkastuksia ja sairaanhoitajan kotikäyntejä ja kaipasivat lisää tietoa mm. Kansaneläkelaitoksen ja omaishoidon tuista, sekä eri sairauksista. Kyselyssä nousi voimakkaasti esille omaishoitajien toive suuremmasta rahallisesta omaishoidon tuesta. Kyselyn vastauksista nousi

esille myös avun tarve kotiin mm. omaishoitajan asioinnin tai virkistyspäivän ajaksi. (Kysely omaishoitajille 2014.) Omaishoidon kyselyn mukaan 65 % omaishoitajista ei pidä lakisääteisiä vapaapäiviä. Perhehoito omaishoitajan vapaa päivien mahdollistajana koki hyväksi vaihtoehdoksi 27 % kyselyyn vastanneista. (Siltakoski 2015, 13.)

SenioriKaste–hanke (2014–2016) on vanhustyön kehittämishanke Pohjois-Suomen alueella. SenioriKaste–hankekokonaisuus on osa sosiaali- ja terveydenhuollon kansallista kehittämisohjelmaa (Ahonen 2014, 5). Pohjois-Suomen kuntien hyvinvointipalvelujen muutokset, uudistunut vanhustenhuollon lainsäädäntö, sekä laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi asettavat haasteita ikääntyvien palvelujen kehittämiseksi (Kaste 2012–2015).

Kansallinen omaishoidon kehittämisohjelma tuo muutoksia omaishoittoon. Suuntaus on se, että vanhuspalvelujen asiakkaiden ja heidän läheistensä rooli kehittyy palvelujen käyttäjästä myös palvelujen kehittäjäksi. Omaishoitajien aseman vahvistamista, yhdenvertaisuuden, sekä jaksamisen tukemista korostetaan kehittämisohjelmassa. (Kaste 2012–2015.)

Työskentelen Oulunkaaren kuntayhtymässä palveluohjaajana vanhuspalveluissa. Työssäni olen kohdannut omaishoitajia, jotka tarvitsevat ja kaipaavat kotiin enemmän ulkopuolista tukea. Lähtökohta työni aiheelle on oma mielenkiinto ja halu tukea omaishoitajien jaksamista. Opinnäytetyöni aihe on hyvin tärkeä ja ajankohtainen.

Oulunkaaren kuntayhtymän strategiassa (2011–2016) painotetaan asiakaslähtöisten palvelujen kehittämistä ja opinnäytetyöni on juuri tätä. Asiakaskyselyn kautta palveluja kehitetään vastaamaan tarvetta ja asiakkaiden toiveita. Palvelujen kehittämisellä pyritään tukemaan esimerkiksi kotona asumista tukemalla omaishoitajien jaksamista. Oulunkaaren motto on "hyvinvointia ihmistä lähellä". Asiakaslähtöisyys ja yksilöllisyyttä arvostava palvelukulttuuri ohjaavat toimintaa Oulunkaarella. Lähipalvelut turvataan kunnissa, jolloin palveluja tuodaan asiakkaan lähelle nykyään myös yhä enemmän sähköisessä muodossa teknologiaa hyödyntäen. (Oulunkaaren kuntayhtymän strategia 2011–2016.)

Projektille tunnusomaiset piirteet näkyvät opinnäyteydessäni hyvin. Työlläni on selkeät tavoitteet ja se on ajallisesti rajattu tehtäväkokonaisuus. Projektilla pyritään parantamaan olemassa olevan toiminnan tasoa tai luomaan edellytykset uusien palvelujen kehittämiseen. (Kettunen 2009,15.)



## 2 OMAISHOITO

### 2.1 Omaishoito ja omaishoitaja

Omaishoito on hoitomuoto, joka mahdollistaa kotona asumisen hoidon ja huolenpidon tarpeesta huolimatta. Hallituksen periaatepäätös (Kansanterveysohjelma) puoltaa asiaa. Sen mukaan jokaisella on oltava mahdollisuus asua kotona sairaudesta ja iästä huolimatta ja saada sinne tarvittavat palvelut ja avut. Omaishoito vähentää sosiaali- ja terveystalouden painetta, omaishoito on kansantaloudellisesti merkittävää. (Kehusmaa 2014.)

Omaishoito on ollut pitkään näkymätöntä vastuukantoa. Omaishoitoa on ollut aina, mutta omaishoitaja -käsite on tullut tutuksi vasta 1990-luvulla. Kahden viimeisen vuosikymmenen aikana on omaishoidon arkea tehty selkeämmin näkyväksi. (Omaishoitajat ja läheiset liitto ry 2014.)

Omaishoitajuutta on kuvattu useissa eri lähteissä seuraavasti. *"Maailmassa on vain neljänlaisia ihmisiä: heitä, jotka ovat olleet omaishoitajia; heitä, jotka ovat omaishoitajia; heitä, joista tulee omaishoitajia; ja heitä, jotka tarvitsevat omaishoitajia."* (Johansson 2007, 39.) *"Omaishoitajako. Kuka hän on? Mitä hän tekee? Hän nostaa, kantaa, pesee, pukee, syöttää, juottaa. Touhuu päivät, valvoo yöt. Hän itkee, rukoilee, nauraa, laulaa. Hän väsyä tiuskii, komentaa. Mutta ennen kaikkea, hän rakastaa. Hän on ihminen."* (Järnstedt, Kaivolainen, Laakso & Salanko-Vuorela 2009, 9-12.)

Minna Pernaan kirjoitus Tesso-lehdessä (2015) koskee omaishoitajuutta. Perna kirjoittaa, että ilman omaishoitajia laitoshoidossa olisi jopa 19 000 ihmistä enemmän. Omaishoitajien työtä on alettu arvostaa enemmän. Tämän päivän yhteiskunta- ja vanhuspoliittiset linjaukset ohjaavat ihmistä ottamaan enemmän vastuuta etenkin iäkkäiden läheistensä hoivasta. (Perna 2015.)

Tukemalla perheiden mahdollisuutta hoitaa läheistään kotona, pysyvään laitoshoidon siirtymistä voidaan lykätä myöhemmäksi. Sitovaa ja vaativaa omaishoitotyötä tekevän omaishoitajan tilalle pitäisi palkata viisi hoitajaa kotiin, jotta omaishoidettava voisi jatkaa kotona asumista. Omaishoidolla tehtävä työ tuo kunnalle säästöä arviolta 43 000 euroa vuodessa yhtä laitoksessa hoidettavaa

kohti. Suomi ei selviäsi ilman omaishoitoa. (Kaivolainen, Kotiranta, Mäkinen, Purhonen & Salanko-Vuorela 2011, 22–23.)

Omaishoitaja pitää huolen perheenjäsenestään tai muusta läheisestään, joka ei selviä arjesta omatoimisesti sairauden, vammaisuuden tai ikääntymisen vuoksi (Omaishoitajat ja läheiset liitto ry, 2014).

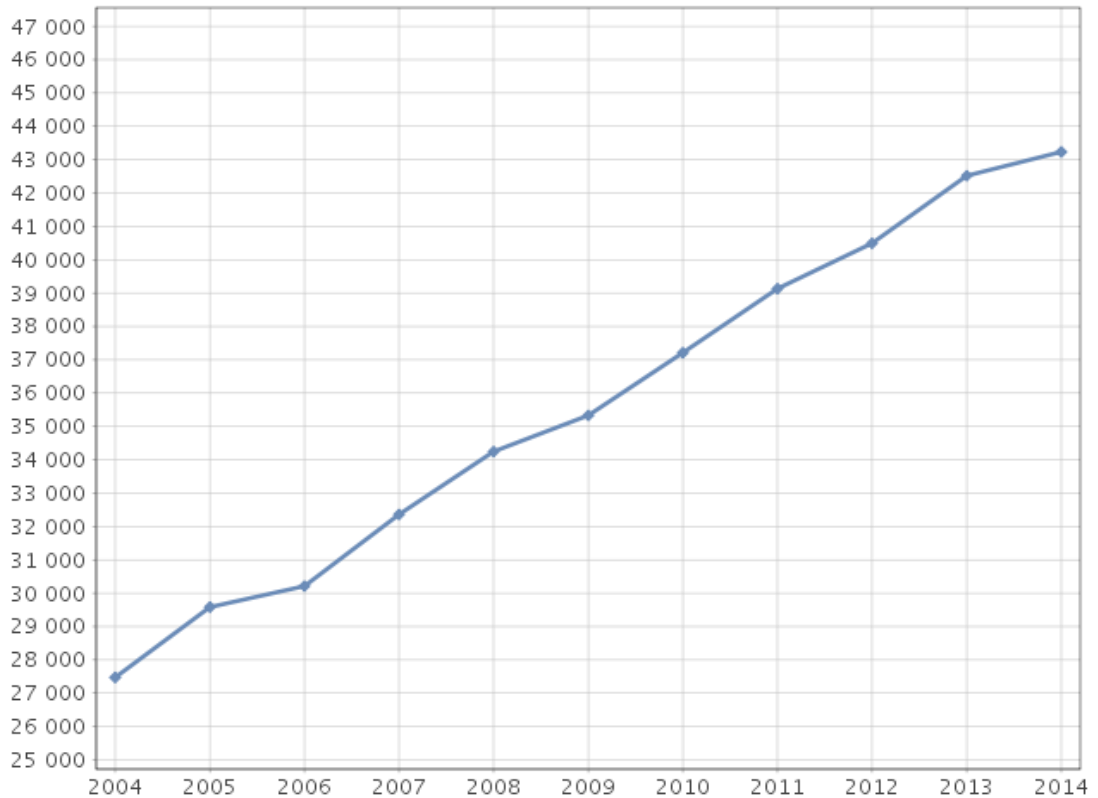
Omaishoidettava voi olla minkä ikäinen tahansa, aikuinen tai lapsi, puoliso, ystävä tai sukulainen, joka ei selviä ilman ulkopuolista apua. Omaishoitajuus voi alkaa yhtäkkiä ja yllättäen esimerkiksi onnettomuuden tai sairauden seurauksena. (Fenton, Gerada & Sparrow 2011, 9.)

Jokainen omaishoitotilanne on yksilöllinen (Smith, Segal & Last 2016). Tärkeää on ennaltaehkäistä ja ennakoida omaishoitajan uupumusta. Riskiryhmät on hyvä tunnistaa. Omaishoitajat, jotka kokevat terveytensä huonoksi ovat riskiryhmää, jolla on uupumus vaara. (Andrèn & Elmståhl 2008.)

Omaishoitajan ja kunnan välille laaditaan toimeksiantosopimus, joka on voimassa toistaiseksi. Sopimuksen liitteeksi laaditaan hoito- ja palvelusuunnitelma. Toimeksiantosopimus sisältää tiedot hoitopalkkion määrästä, hoitajan vapaapäivien oikeudesta ja järjestämisestä. (Palveluopas 2015–2016, 7–8.)

Omaishoidon onnistumisen tueksi voidaan ajatella neljä tukipilaria, tuki ja palvelut hoidettavalle, hoidon onnistumiseksi tarvittavat hoitotarvikkeet, apuvälineet ja asunnon muutostyöt, riittävä taloudellinen tuki ja palvelut omaishoitajille sekä omaishoitajalle annettavaa henkistä tukea ja vapaa-aikaa omaishoidosta. Hoitotyö sekä avun ja tuen tarve ovat jokaisessa omaishoitoperheessä yksilöllistä. (Järnstedt ym. 2009, 8.)

Hoitopalkkioiden suuruudet sekä omaishoidon tuen myöntämisperusteet voivat vaihdella kunnittain (Palveluopas 2015–2016, 7). Kuviosta 1 näkee, että omaishoidon tuen piirissä vuonna 2014 oli noin 43 000 omaishoitotilannetta.



Kuvio 1. Omaishoidon tuesta sopimuksen tehneitä hoitajia vuoden aikana yhteensä, kunnan kustantamat palvelut (Sotkanet.fi. 2014.)

Etäomaishoitajia Suomessa arvioidaan olevan yli miljoona. Etäomaishoitajat ovat työssä käyviä ihmisiä eikä heille ole mitään tarkkarajaista virallista määrittelyä. Etäomaishoitajat eivät useinkaan ajattele olevansa omaishoitotilanteessa. Etäomaishoito voi olla taloudellisesti ja henkisesti raskasta ja se vaatii jatkuvaa sitoutumista. (Kaivolainen ym. 2011, 15.)

## 2.2 Omaishoidon tuki ja lainsäädäntö

Omaishoidon tuen tarkoitus on edistää hoidettavan edun mukaisen omaishoidon toteuttamista turvaamalla riittävät sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut, sekä hoidon jatkuvuus ja omaishoitajan työn tukeminen. Omaishoidon tuki on kokonaisuus, johon kuuluvat hoidettavalle annettavat palvelut, sekä omaishoitajalle annettava hoitopalkkio, vapaa ja omaishoitoa tukevat palvelut. (Omaishoitolaki 937/2005 1.1–2 §.)

Omaishoidon tukea kehittämällä kunnat voivat vastata kysyntään hoidon ja huolenpidon tarpeesta, mikä syntyy ikääntyneen väestön määrän kasvaessa. Omaishoito on merkittävä osa sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakennetta. Omaishoidon tuella pyritään lisäämään hoidettavan ja omaishoitajan hyvinvointia, myös ehkäisemään ja korvaamaan laitoshoidon tarvetta. (Opas kuntien päättäjäille 2009, 9.)

Hoito- ja palvelusuunnitelmaan kirjataan sosiaalihuollon palvelut, jotka tukevat omaishoitajan tekemää hoitotyötä. Myös muita tukipalveluja voidaan hyödyntää. Omaishoitaja voi tarvita tukea esimerkiksi terveyspalvelujen piiriin hakeutumisessa. Työhönsä sitoutuneella omaishoitajalla voi olla kynnys alkaa huolehtia omasta itsestään. Hoito- ja palvelusuunnitelmaan tulisikin kirjata merkintä, miten hoidettavan hoito järjestetään hoitajan ollessa esimerkiksi terveydenhuolto käynnillä. (Opas kuntien päättäjäille 2009, 32.)

Laki omaishoidon tuesta (937/2005) säättää, että omaishoidosta on maksettava aina rahallinen korvaus. Omaishoitajat saavat hoitopalkkion, jonka suuruus määritellään omaishoidon tukea koskevassa laissa. Palkkio määräytyy hoidon sitovuuden ja vaativuuden lisäksi omaishoidon tukena annettujen palvelujen määrästä. Hoidettavan saamat kuntayhtymän järjestämät palvelut pienentävät hoitopalkkion määrää. Asiakkaiden kanssa pyritään sopimaan joustava ja ennen kaikkea yksilöllinen palvelusuunnitelma. (Omaishoidontuen myöntämisohteet ja palkkiot 2010.)

Oulunkaaren kuntayhtymässä järjestetään omaishoitajille mahdollisuus viedä hoidettava vuorohoitoon. Vuorohoidon tarkoitus on tukea omaishoitajien jaksamista antamalla hänelle vapaata omaisensa hoitamisesta. Vuorohoidossa pyritään hoidettavan omien voimavarojen ylläpitämiseen ja lisäämiseen. Vuorohoittoa järjestetään eri palveluyksiköissä. Omaishoitaja, joka on tehnyt sopimuksen Oulunkaaren kuntayhtymän kanssa, voi pitää kolme vuorokautta vapaata kuukaudessa. Omaishoitaja voi pitää ansaitsemansa vapaat kuukausittain tai säästää niitä ja pitää pitempiä vapaa jaksoja. (Omaishoidontuen myöntämisohteet ja palkkiot 2010.)

Perhehoito on ollut käytössä Oulunkaarella syksystä 2014 lähtien. Perhehoidolla tarkoitetaan yksityiskodissa eli tuettavan henkilön oman kodin ulkopuolella järjestettyä hoidon, kasvatuksen tai muun ympärivuorokautisen huolenpidon järjestämistä. (Ikääntyneiden perhehoidon toiminta-ohje 2015, 5.)

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta, sekä sosiaali- ja terveyspalveluista tuli voimaan 1.7.2013. Tällä vanhustalutilla pyritään turvaamaan ikääntyneen väestön hyvinvointi, sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalvelujen saanti. (Vanhuspalvelulaki 980/2012.)

Vanhuspalvelulaki (980/2012) ja omaishoidon tukea koskeva laki (937/2005) kulkevat käsi kädessä. Kummallakin pyritään turvaamaan sosiaali- ja terveyspalvelut. Vanhuspalvelulain mukaan ensisijainen pitkäaikaishoidon toteuttaja voi olla omaishoidon tuen myötä iäkkään ihmisen läheinen henkilö, mikäli tämä on halukas ja kykenevä ryhtymään omaishoitajaksi. (Vanhuspalvelulaki 980/2012.)

Kunnan on järjestettävä iäkkäälle kuntalaisille neuvontaa, terveystarkastuksia, vastaanottoja sekä kotikäyntejä tukemaan hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista. Sosiaalipalvelut tulee järjestää kunnassa niin, että ne ovat yhdenvertaisesti kaikkien saatavilla. Vanhuspalvelulain (980/2012) myötä kuntien on laadittava suunnitelma ikääntyvän väestön hyvinvoinnin tukemiseksi. Vanhuspalvelulain palvelut kuuluvat iäkkäälle omaishoidettavalle ja hoitajalle. Laki velvoittaa kuntaa kuuntelemaan omaisia ja läheisiä palvelusuunnitelman laatimisessa ja palvelutarpeen arvioinnissa. (Tuomi, 2015.) Sosiaalihuoltolaki (1301/2014), laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000), laki vammaisuuksista (570/2007), työsopimuslaki (55/2001), kunnallinen eläkelaki (549/2003), sekä työtapaturma- ja ammattitautilaki (459/2015) koskevat omaishoidon järjestämistä.

Omaishoitajan hoidettava voi olla vaikea vammainen henkilö, jolla on oikeus tiettyihin palveluihin kunnan määrärahoista riippumatta. Esimerkkinä tällaisista palveluista ovat kuljetus- ja tulkkipalvelu, sekä oikeus henkilökohtaiseen apuun. (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 380/1987.)

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000) on tärkeää niin omaishoitajan, kuin hoidettavankin kannalta. Lain myötä edistetään asiakaslähtöisyyttä ja asiakassuhteen luottamuksellisuutta, asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun sosiaalihuollossa. Tässä laissa asiakkaalla tarkoitetaan sosiaalihuoltoa hakevaa tai käyttävää henkilöä. Omaishoidon tuki ja siihen liittyvät palvelut ovat osa sosiaalihuoltoa ja hoitoa tarvitsevat henkilöt ovat lain tarkoittamia asiakkaita. Jokaisella asiakkaalla on oikeus saada laadultaan hyvää sosiaalihuoltoa ilman syrjintää. Kenenkään ihmisarvoa ei saa loukata ja asiakkaan vakaumusta ja yksityisyyttä pitää kunnioittaa. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000.)

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1992) turvaa jokaiselle Suomessa asuvalle henkilölle oikeuden ilman syrjintää hänen terveydentilansa edellyttämään terveyden- ja sairaudenhoitoon niiden voimavarojen rajoissa, jotka kulloinkin ovat terveydenhuollon käytettävissä.

Vammaisetuslain (570/2007) tarkoituksena on tukea Suomessa asuvan vammaisen tai pitkäaikaissairaana henkilön selviytymistä jokapäiväisessä elämässä, tukea myös kotona asumista, kuntoutumista ja hoitoa. (Laki vammaisetuksista 570/2007). Vammaisetuudet ovat verottomia ja niitä haetaan Kansaneläkelaitokselta. (Palveluopas 2015–2016.)

Työsopimuslain (55/2001) piirissä olevalla omaishoitajalla, joka tekee omaishoidon ohessa ansiotyötä, on mahdollisuus tilapäiseen työstä poissaoloon, sekä oikeus palata perhevapaan jälkeen aikaisempaan työhönsä. Omaishoitosopimuksen tehnyt hoitaja ei ole työsopimuslain (55/2001) tarkoittamassa työsuhhteessa kuntaan, hoidettavaan, eikä hoidettavan huoltajaan (Omaishoitajat ja läheiset ry). Työaikalain (605/1996) mukaan työntekijällä on mahdollisuus sopia työnantajan kanssa lyhennetystä työajasta (Työaikalaki 605/1996). Kunnallisessa eläkelaiissa (549/2003) säädetään omaishoitajan eläketurvasta. Jos omaishoidon palkkio on maksettu ennen 68 vuoden ikää, hoitopalkkio kartuttaa eläkettä.

Sosiaali- ja terveysministeriö on laatinut kunnille oppaan vuonna 2005 tukemaan ja helpottamaan päättäjien työtä. Oppaassa on tietoa omaishoidon tuen sisällöstä ja myöntämisedellytyksistä. Siitä löytyy myös tietoa hoidettavan palvelutarpeen arvioinnista, hoito- ja palvelusuunnitelman ja omaishoitosopimuksen laatimisesta. Sosiaali- ja terveystieteiden keskeisenä tavoitteena on vanhusten ja vammaisten henkilöiden kotona asumisen tukeminen. Omaishoidon tukeminen on yksi keino saavuttaa tämä tavoite. (Opas kuntien päättäjille 2005, 11.)

### 2.3 Oulunkaaren kuntayhtymä ja SenioriKaste–hanke (2014–2016)

Kuntayhtymän jäsenkuntia ovat Ii, Pudasjärvi, Simo, Utajärvi ja Vaala. Kuntayhtymän nimi on Oulunkaaren kuntayhtymä. Kuntayhtymää johtaa kuntayhtymän johtaja. Kuntayhtymän hallinto muodostuu lisäksi yhtymävaltuustosta ja -hallituksesta, sekä tarkastuslautakunnasta. Sosiaali- ja terveyspalvelujen tuotannon tukena toimii palvelutuotantolautakunta. Poliittisen ohjauksen lisäksi kuntayhtymässä toimivat johto-, hallinto- ja elinkeinotiimit, joiden tavoitteena on toimia valmistelevalle toimielimelle vastaten oman toimialansa suunnittelusta ja kehittämisestä. (Oulunkaaren kuntayhtymän strategia 2011–2016, 3.)

Kuntayhtymä toimii palvelukuntayhtymänä jäsenkuntiensa sosiaali- ja terveydenhuollon lakisääteisten palvelujen järjestämisessä tai tuottamisessa, sekä seudullisen kuntapalvelutoimiston palvelujen ja kuntien yhteisesti päättämien muiden palvelujen tuottamisessa (Oulunkaaren kuntayhtymän strategia 2011–2016, 3).

Oulunkaaren kuntayhtymä on osallisena toteuttamassa SenioriKaste–hanketta (2014–2016). Kaste on sosiaali- ja terveydenhuollon pääohjelma, joka määrittelee alan uudistustyön tavoitteet ja toimenpiteet niiden saavuttamiseksi. Kunta- ja palvelurakennemuutoksella pyritään turvaamaan palvelujen järjestäminen kestäväällä pohjalla. Uudistuneen lainsäädännön, kehittämisohjelmien sekä laatusuosituksen vaatimukset edellyttävät kunnilta selkeitä muutoksia palvelujen tuottamiseen ja tuotantotapoihin, palvelurakenteisiin ja -prosesseihin sekä panostuksia henkilöstön osaamisen lisäämiseen. Edellä kuvattujen kehityssuuntien toteuttaminen edellyttää muutoksia myös vanhuspalvelujen asenne- ja toi-

mintakulttuurin tasoilla. Oulunkaaren painopistealueet SenioriKaste-hankkeessa ovat kotona asumisen tukeminen, ikääntyvien arjen sisältöjen monipuolistaminen, sekä kuntouttavan toiminnan ja osaamisen kehittäminen. (Seniorikaste 2014–2016, 3.)

#### 2.4 Aikaisempia tutkimuksia omaishoidosta

Omaishoitoa koskevia tutkimuksia on paljon, ja niitä on tehty useista eri näkökulmista. Omaishoitajat ja läheiset liitto ry:n sivuilla on koottuna useita erilaisia tutkimuksia ja raportteja omaishoidosta. Useat tutkimus- ja kyselytulokset osoittavat, että omaishoitoa pitää edelleen kehittää ja omaishoitajuutta tukea.

Oulunkaaren alueella lokakuussa 2014 tehdyn kyselyn tulosten mukaan 65 % omaishoitajista ei pidä lakisääteisiä vapaapäiviä. Syynä tähän oli, että vapaisiin ei ole vielä tarvetta tai hoidettava ei halunnut lähteä hoitoon hoitajan vapaiden ajaksi. Vastaajista 27 % koki perhehoidon olevan hyvä vaihtoehto järjestää omaishoitajan vapaapäivät. Fyysinen ja henkinen jaksaminen olivat kunnossa, jopa 70 % kyselyyn vastanneista koki jaksavansa hoitaa hyvin. Vertaistukitoimintaan osallistuminen koettiin vastausten mukaan haasteelliseksi, sillä omaishoidettavan pitäisi usein jättää siksi aikaa yksin. Vastaajat kaipasivat henkistä tukea ja juttu seuraa. Kysely lähetettiin 244 omaishoitajalle ja vastauksia saatiin 131 kappaletta. (Siltakoski 2015, 13.)

Jyväskylän yliopistossa Heidi Siiran pro gradu -tutkielma (2006) Ikääntynyttä omaistaan hoitavan omaishoitajan terveys, hyvinvointi ja palvelujen käyttö on esimerkillinen tutkielma koskien omaishoitajuutta. Siira tutki mm. omaishoitajien ja hoidettavien hyvinvointia, sekä palvelujen käyttöä. Tulosten mukaan omaishoitoon kohdistettuja palveluita pitäisi kehittää yhdessä omaishoitajien kanssa ja tiedottaminen palveluista pitäisi olla tehokkaampaa. Tutkimuksesta kävi ilmi, että omaishoitajat kokivat elämänsä tarkoitukselliseksi ja pitivät työtään tärkeinä. Siiran tutkimuksen mukaan omaishoitoa ei nähdä ainoastaan voimavaroja kuluttavana elämäntilanteena, siitä löytyy myös positiivisia ulottuvuuksia. Siiran tutkimuksesta kävi ilmi, että vain 25 % vastaajista käytti oikeutta lakisääteisiin vapaisiin. Omaishoitajat eivät kokeneet tarvitsevansa vapaata, eivätkä halun-



neetkaan pitää vapaata. Joillakin omaishoitajan vapaapäivien pitämisen esti hoidettavan kieltäytyminen lyhytaikaisesta laitoshoidosta tai yleensäkin toisen hoidettavaksi meneminen. (Siira 2006, 66–67.)

Omaishoito arjen kehyksissä on Tampereen yliopistossa Riitta Heikkilän tutkielma vuodelta 2008. Tutkielma kuvaa omaishoitajien arkea. Heikkilä teki havaintoja omaishoitajan työstä ja esille nousseita asioista olivat mm. omaishoitajien kaipaama henkisen tuen tarve ja se, että ennakkokäsitykset olivat monien palvelujen käytön esteenä. Ennakkokäsityksen eivät välttämättä perustuneet omiin kokemuksiin. Tutkimuksessa nousi esille keskeisimpänä omaishoitajan rooli täydellisenä vastuunkantajana. Omaishoitajat tekevät kolmivuorotyötä ja hoitajan päivä rytmittyy hoidettavan aikataulun ja tarpeiden mukaan. Hoidettava on hoitajan kanssa ympärivuorokautisesti. Heikkilän tutkimuksessa nousi esille myös omaishoitajan kaipaama henkisen tuen tarve. Omaishoitajan jaksamisen kannalta on tärkeää, että tämä voi luottaa yhteiskunnan tukeen hoidettavan voinnin huonontuessa. (Heikkilä 2008, 49–51.)

Sosiaali- ja terveysturvan tutkimusten Kelan tutkimusosastolta tutkija Sari Kehusmaa kirjoittaa väitöskirjassaan Hoidon menoja hillitsemässä 2014, että omaishoidon tukea olisi taloudellisesti perusteltua maksaa useammalle hoitajalle. Omaishoidon tuen menot ovat vain pieni osa omaishoidolla saadusta säästöstä. On tehty arvioita, että 60 000 hoitajaa tekee sitovaa ja raskasta omaishoitotyötä ja heistä joka kolmas ei saa omaishoidon tukea. Ikääntyneiden hoidon menot olisivat ilman omaisten apua jopa 2,8 miljardia euroa nykyistä suuremmat. (Kehusmaa 2014, 3.)

Vuonna 2012 tehdyn Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen omaishoidon tuen kuntakyselyn tulosten mukaan, kunnat toivovat yhtenäisiä omaishoidon kriteerejä. Kyselyn vastauksista kävi ilmi, että omaishoitajien ja omaishoitajuuden tukeminen ei ole riittävää. Jopa puolet omaishoitajista ei pidä omaishoitaja vapaita, sillä he eivät halua jättää hoidettavaansa muiden hoitoon. Sopivaa sijaishoitopaikkaa ei löydy ja tarjolla olevat vaihtoehdot ovat laitoshoitopainotteisia. Huolestuttavaa on se, että lähes joka viides kunta on hylännyt omaishoidon hakeuksia määrärahojen riittämättömyyden vuoksi. (Linnosmaa, Jokinen, Vilkko, Noro & Siljander 2014, 20, 22, 30.)

Linnosmaa ym. 2014 Omaishoidon tuen raportissa oli esitelty tuloksia koskien omaishoitoa ja omaishoitajan hoitotehtävää tukevia palveluita. Näitä palveluita ovat muun muassa koulutus, palveluohjaus, neuvonta, sekä kuntoutuspalvelut ja vertaistuki. Omaishoitajaan kohdistetuista palveluista palveluohjausta oli yleisimmin tarjolla kunnissa. Raportin mukaan palveluohjausta sai 45 % omaishoitajista. Vuodesta 2006 vuoteen 2012 on palveluohjauksen määrä hieman pienentynyt (11 %). (Linnosmaa ym. 2014, 32.)

### 3 PROJEKTITYÖ OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄNÄ

#### 3.1 Projektin tarkoitus ja tavoite

Projekti perustetaan, kun tietty tuote tai tuotesarja tehdään ensimmäisen kerran tai jo olemassa olevaa työmenetelmää halutaan muuttaa. Organisaatiossa oleva projekti on keino vastata ympäristömuutoksiin. Projektin alkuperäinen tavoite pysyy yleensä samana koko projektin ajan. (Ruuska 2005, 26–29.) Opinnäytetyöni tavoitteena oli omaishoitajien työn tukeminen ja tämä tavoite pysyi samana opinnäytetyöni alusta loppuun saakka. Oulunkaaren kuntayhtymässä pyritään toiminnalla vastaamaan muuttuviin tilanteisiin kehittämällä ennalta ehkäiseviä, hyvinvointia tukevia ja varhaisen tuen malleja. (Oulunkaaren kuntayhtymän strategia 2011–2016).

Projektityön tarkoituksena on saavuttaa jokin ennalta määriteltä tavoite (Kettunen 2009, 15). Projekti muodostuu eri vaiheista ja vaiheet voivat olla päällekkäisiä tai ne voivat seurata toisiaan. Projektissa voidaan myös palata edelliseen projektin vaiheeseen. Projektista laaditaan ensin suunnitelmat, sen jälkeen tehdään päätös projektin käynnistämisestä. Projekti etenee suunnitelman mukaan. Toteutusvaiheen aikana projektisuunnitelmaa joudutaan usein muuttamaan tai täydentämään. (Kettunen 2009, 43–44.) Projektityön piirteet näkyivät opinnäytetyössäni selkeästi, eri vaiheet seurasivat toinen toistaan ja projekti eteni laaditun suunnitelman mukaan.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia opas Oulunkaaren kuntayhtymän työntekijälle omaishoitajan hyvinvointitapaamista varten, sekä laatia omaishoitajan lomake, jota käytetään haastattelun runkona hyvinvointitapaamisella. Lisäksi tarkoituksena oli laatia hyvinvointitapaamiseen omaishoitajalle lähetettävä kutsu. Tavoitteena on tukea omaishoitajien jaksamista toteuttaen omaishoitajien hyvinvointitapaamisia osana Oulunkaaren kuntayhtymän toimintaa. Hyvinvointitapaamisessa keskustellaan omaishoitajuuteen, terveyteen ja päivittäiseen elämään liittyvistä asioista. Lisäksi tuetaan ja ohjataan omaishoitajaa arkielämän terveysvalinnoissa. Tapaamisella mietitään, millä keinoilla ja palveluilla omaishoitajuutta voidaan tukea. Tavoitteena on saada hyvinvointitapaamisista

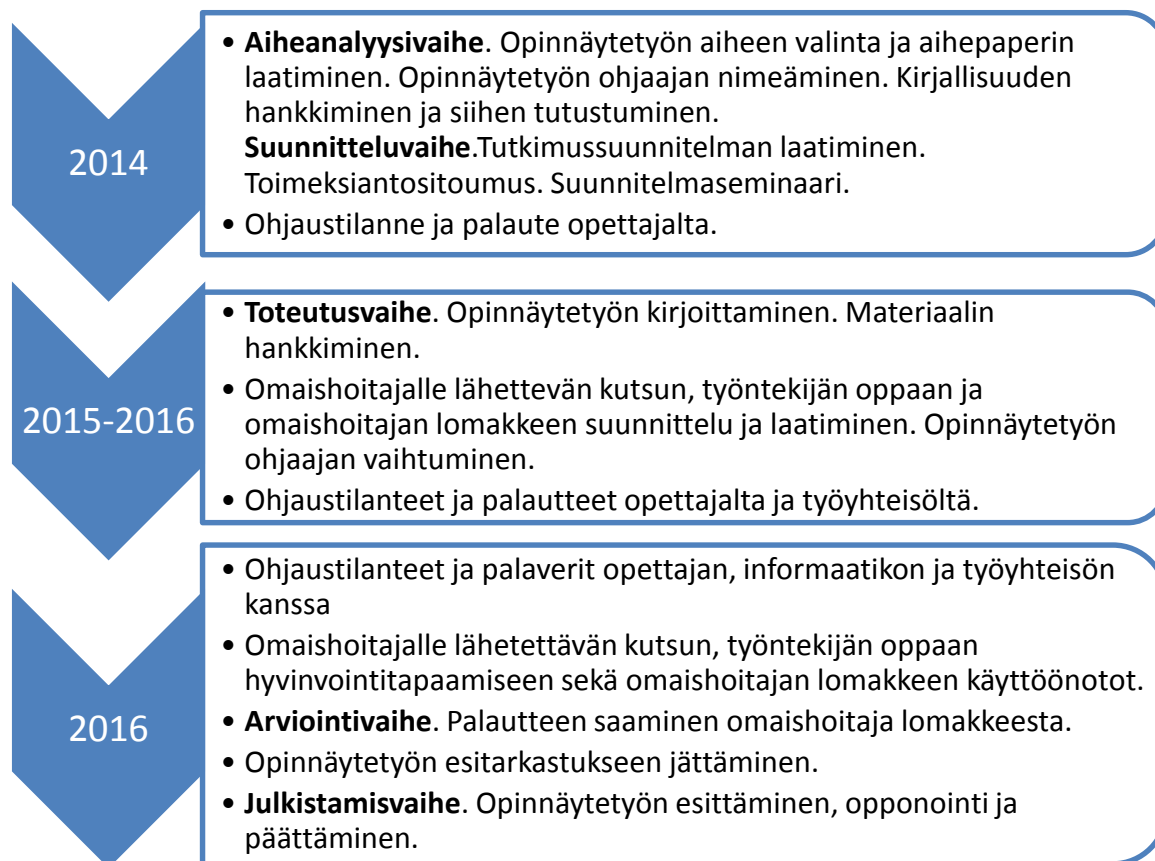
pysyvä ja hyödyllinen, uusi tukimuoto omaishoidolle ja omaishoitajille. (Oulunkaaren kuntayhtymä 2016.)

Opinnäytetyölläni olin osatoteuttajana Pohjois-Suomen Kaste-alueen vanhustyön kehittämishankkeessa SenioriKaste-hankkeessa. Tein työtä opiskelijan roolissa, mutta myös Oulunkaaren kuntayhtymän työntekijänä, toimien Oulunkaaren strategisten tavoitteiden mukaisesti.

Oulunkaaren kuntayhtymä on tehnyt viiden jäsenkuntansa kanssa järjestämissopimukset ja yhtenä tavoitteena on omaishoidon tukimuotojen lisääminen. Järjestämissopimuksen toteutumista ja palvelujen kehittymistä seurataan kolme kertaa vuodessa toteutettavalla osavuosikatsauksella. (Järjestämissopimus 2015.)

### 3.2 Projektin toteutus ja aikataulu

Projektini lähti liikkeelle aiheen valinnasta ja aihepaperin laatimisesta lokakuussa 2014. Tuolloin sain työelämän mentoriksi Oulunkaaren kuntayhtymästä projektipäällikkö Hanna Siltakosken ja ammattikorkeakoulun puolelta opinnäytetyön ohjaajaksi yliopettaja Airi Palosteen. Saman vuoden joulukuussa palautin tutkimussuunnitelmani ja sen hyväksymisen jälkeen hain tutkimusluvan (Liite 1) työleni Oulunkaaren kuntayhtymän vanhustyönjohtajalta Matti Vähäkuopukselta. Tutkimussuunnitelmani esitin maaliskuussa 2015 koululla väliseminaarissa. Työntekijän ohjeistusta ja omaishoitajan lomaketta tein syksyllä ja talvella 2015. Vuoden 2016 tammi- ja helmikuussa kävimme Skype-palavereita Oulunkaaren kuntayhtymän työntekijöiden, työpaikan ohjaajani sekä vanhustyönjohtajan kanssa. Esittelin tuolloin työni Oulunkaaren työntekijöille, jotka tulevat omaishoitajan lomaketta työssään käyttämään. Keväällä 2016 tein omaishoitajille lähetettävän kutsun. Kuviossa 2 on esitetty projektin eteneminen ja aikataulutus.



Kuvio 2. Projektin eteneminen ja aikataulukaus

Projektin syklisyys näkyi työskentelyssäni. Aiheen valinnan jälkeen tein taustaselvittelyjä työni toteutusmahdollisuuksista ja tein esisuunnitelman, jonka esitin koululla suunnitelmaseminaarissa. Tutkimussuunnitelman hyväksymisen jälkeen siirryn projektin seuraavaan vaiheeseen ja aloin laatia hyvinvointitapaamiseen omaishoitaja lomaketta. Projekti eteni vaihe vaiheelta selkeiden tavoitteiden avulla. (Silfverberg 1997, 11,16.)

Tein opinnäytetyötäni pääasiassa omalla ajalla ja rahalla. Hyvinvointitapaamisia saatoin tehdä työajallani, sillä ne ovat osa työkuvaani palveluohjaajana.

### 3.3 Eettisyyden ja luotettavuuden tarkastelu

Käytettyjen lähteiden luotettavuus vaikuttaa opinnäyteyden luotettavuuteen. Lähdemateriaalin luotettavuuteen vaikuttaa kirjoittajan tunnettavuus sekä lähteen ikä. Kirjoittajan tunnettavuus määritellään yleensä sen mukaan, kuinka paljon kirjoittajan kirjoituksia on julkaistu. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009, 102.) Lähdemateriaalin lainauksissa en ole muuttanut asiasisältöä, vaan olen kirjoittanut sen omin sanoin muuttamatta ja vääristelemättä asiaa. Suoria teksti lainauksia en ole työssäni käyttänyt, olen referoinut kaiken aineiston työhöni. Arkieettisyys näkyy työskentelyssäni siinä, että noudatan koululta ja työantajaltani tulleita ohjeita ja tavoitteita, sekä aikataulua. Palautteista saamani tiedon käsittelyssä huomioin sen, että asiasisältö ei muutu, vaan välittyy työhöni sisällöllisesti samana. Kohdehenkilöille eli omaishoitajille korostan vapaaehtoisuutta hyvinvointitapaamisiin ja yhteistyöhön. Kaikkien lupa-asioiden on oltava kunnossa.

Plagiointi on kiellettyä. Lainatessa toisen tekstiä on selkeästi ilmaistava kenen tekstiä lainaa. Toisen kirjoittama teksti on erotettava omasta selkein lähdemerkinnöin. Internet -lähteiden käytössä plagioinnin vaara on suuri ja niiden käyttö lähteenä vaatii huolellisuutta. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009, 26.) Opinnäytetyössäni olen lähdemerkinnöin ilmaissut sen, kenen tekstiä olen lainannut. Jokainen tekstissä mainitsemani lähde löytyy myös lähdeluettelosta.

Laki terveydenhuollon ammattihenkilöstä säättää, että terveydenhuollon ammattihenkilö ei saa sivulliselle luvatta ilmaista yksityisen tai perheen salaisuutta, josta hän on tehtävänsä perusteella saanut tiedon. Salassapitovelvollisuus säilyy ammatinharjoittamisen jälkeenkin. (Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 28.6.1994/559.) Tätä lakia noudatan työskennellessäni Oulunkaaren kuntayhtymässä palveluohjaajana ja noudatin myös tehdessäni tätä opinnäytetyötä.

Opinnäytetyössäni pyrin käyttämään alle kymmenen vuotta vanhoja lähteitä. Rehellisyyden periaatteita käytin opinnäytetyöni jokaisessa vaiheessa.

#### 4 OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMINEN OULUNKAAREN KUNTAYHTYMÄSSÄ

Opinnäytetyöni myötä Oulunkaaren kuntayhtymässä on alettu järjestää omaishoitajien hyvinvointitapaamisia. Omaishoitajan hyvinvointitapaamiset on käynnistetty Oulunkaaren kuntayhtymän viidessä jäsenkunnassa kevään 2016 aikana. Oulunkaaren Intranetistä löytyy laatimani tulostettava omaishoitajan lomake ja omaishoitajalle lähetettävä kutsu, sekä työntekijän opas tapaamista varten. Omaishoitajan hyvinvointitapaamisen järjestää Oulunkaaren kuntayhtymän työntekijä. Pääsääntöisesti työntekijä on palveluohjaaja. Hyvinvointitapaamiseen varataan aikaa noin tunti ja se on omaishoitajalle maksuton.

Omaishoitajan hyvinvointitapaamisella tuetaan omaishoitajan jaksamista. Tapaamisella voidaan antaa ohjausta ja tietoa esimerkiksi omaishoidon tuista, sairauksista ja hyvistä elintavoista. Hyvinvointitapaamisen yhteydessä omaishoitajalla on mahdollisuus keskustella kaikista mieltä askarruttavista asioista. Hyvinvointitapaamisen myötä pyritään ratkaisemaan mahdollisia ongelmia ja suunnittelemaan omaishoitajuutta tukevia keinoja ja palveluita. Toivon tapaamisten myötä omaishoitajien saavan innostusta ja kiinnostusta huolehtia itsestään. On hyvä muistaa, että pitämällä itsestä huolta, voi paremmin ja silloin on enemmän annettavaa toisille. Tapaamisen tavoite kannustaa ja innostaa, tukea omaishoitajaa työssään.

##### 4.1 Kutsu omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen

Laatimani hyvinvointitapaamisen kutsu (Liite 2) lähetetään omaishoitajalle, joka on edellisenä vuonna tehnyt omaishoitosopimuksen Oulunkaaren kuntayhtymän kanssa ja saa vähintään alinta hoitopalkkiota. Tarvittaessa hyvinvointitapaaminen voidaan järjestää myös muussa tilanteessa, esimerkiksi, kun omaishoitaja uupuu ja kokee tarvitsevansa ulkopuolista tukea.

Kutsussa ohjataan omaishoitajaa itse ottamaan yhteys kutsun allekirjoittaneeseen henkilöön, mikäli haluaa ja kokee tarpeelliseksi osallistua omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen. Kutsussa on työntekijän puhelinnumero yhteydenottoa

varten. Hyvinvointitapaamisen kutsun lähettää työntekijä, joka järjestää hyvinvointitapaamisen.

#### 4.2 Opas työntekijälle omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen

Laatimani opas työntekijälle hyvinvointitapaamista varten (Liite 3) on 11 sivun mittainen vihkonen Oulunkaaren kuntayhtymän työntekijälle. Opas sisältää tavoitteet tapaamiselle, tietoa omaishoitajuudesta, sekä siihen liittyvästä lainsäädännöstä. Oppaassa on myös Internet-linkkejä ja vinkkejä tapaamisen tueksi. Oppaan tarkoitus on tukea työntekijää jo hyvinvointitapaamisen suunnitteluvaiheessa. Työntekijän on hyvä etukäteen perehtyä oppaaseen ennen tapaamista. Olen laatinut omaishoitajan hyvinvointitapaamisesta prosessikaavion (Kuvio 3), joka selventää vaiheita omaishoitajan hyvinvointitapaamisen kutsun lähettämisestä, aina tapaamisen kirjaamisesta asiakastietojärjestelmään. Kuviossa 3 sivulla 26 on esitetty omaishoitajan hyvinvointitapaamisen prosessi.

#### 4.3 Omaishoitajan lomake hyvinvointitapaamiseen

Laatimani 6-sivuisen omaishoitajan lomakkeen (Liite 4) omaishoitaja täyttää ennen hyvinvointitapaamista. Omaishoitajan ottaessa yhteyden ja ilmaistessaan kiinnostuksen osallistua hyvinvointitapaamiseen, palveluohjaaja neuvoo omaishoitajaa lomakkeen täytössä ja lähettää sen omaishoitajalle kotiin. Omaishoitajan lomakkeessa ensimmäisenä on osio, jossa kysytään omaishoitajan perustietoja. Tässä kohdassa saadaan tiedot omaishoitotaustasta ja mahdollisista käytössä olevista omaishoitoa tukevista palveluista. Toisessa osiossa on kohtia liittyen omaishoitajan jaksamiseen ja kokemuksiin omaishoitajuudesta. Kolmas osio koskee hoidettavan toimintakykyä ja neljäs osio omaishoitajan terveydentilaa ja hyvinvointia, ruokailutottumuksia, sekä alkoholin käyttöä ja tupakointia. Viides osio koskee sosiaalista hyvinvointia, tukiverkostoa ympärillä. Lopussa on vielä kohta, jossa omaishoitaja voi nostaa esille asioita, joista haluaa tapaamisella puhua. Lomakkeessa kysytään suostumusta siihen, että haastattelija voi

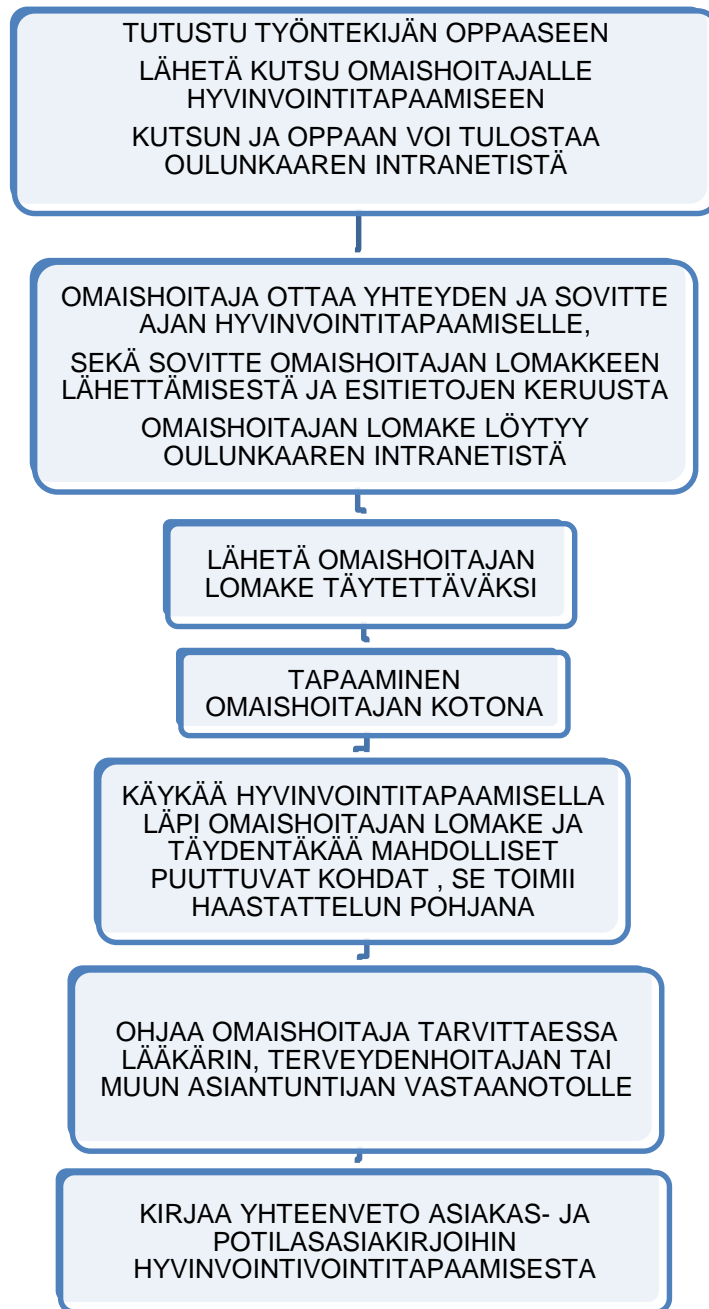


tarvittaessa ottaa yhteyttä sosiaali- ja terveydenhuollon viranhaltijaan, sekä kirjata tiedot sosiaali- ja terveydenhuollon asiakas- ja potilasasiakirjoihin.

#### 4.4 Yhteenveto hyvinvointitapaamisesta

Omaishoitajan lomakkeessa on viimeisenä kohtana yhteenveto hyvinvointitapaamisesta. Yhteenveto-osioon kirjataan tiivistelmä hyvinvointitapaamisesta, sekä mahdolliset jatkotoimenpiteet ja haastattelijan tekemät huomiot. Haastattelija täyttää yhteenveto-osion hyvinvointitapaamisen päätteeksi.

Kuvioissa 3 kuvataan omaishoitajan hyvinvointitapaamisen prosessi.



Kuvio 3. Omaishoitajan hyvinvointitapaamisen prosessi.

Kevään 2016 aikana on järjestetty omaishoitajan hyvinvointitapaamisia Oulunkaaren kuntayhtymän jäsenkunnissa. Kokemukset ja palautteet omaishoitajan hyvinvointitapaamisista ovat olleet pelkästään positiivisia. Omaishoitajat ovat kokeneet omaishoitajien hyvinvointitapaamisten myötä, että myös heidät huomioidaan ja heidän hyvinvoinnista ja jaksamisesta ollaan kiinnostuneita. Omais-

hoitajat kokevat huomioon tärkeäksi ja aiheelliseksi. Oulunkaaren työntekijät ovat kokeneet omaishoitajan lomakkeen hyväksi työkaluksi hyvinvointitapaamisilla. Työntekijöiden mukaan lomake on toimiva ja hyvä kokonaisuus ja lomake toimii hyvin sellaisenaan.

## 5 POHDINTA

Opinnäytetyöni oli hyvin mielenkiintoinen ja koin sen myös haastavaksi. Lähtökohtana oli oma mielenkiintoni omaishoitajuutta kohtaan. Huoli omaishoitajista ja halu tukea heidän jaksamistaan syntyi työskennellessäni kotihoidossa sairaanhoitajana sekä toimiessani palveluohjaajana vanhuspalveluissa. Opinnäytetyöni on Oulunkaaren kuntayhtymän strategisten tavoitteiden mukainen eli tuetaan kotona asumista ja kehitetään palveluja aidosti asiakaslähtöisesti. Työni on myös konkreettinen toimenpide SenioriKaste-hankkeessa (2014–2016). On hienoa olla osallisena isoissa hankkeissa, tehdä töitä asiantuntijoiden kanssa ja omalta osalta kehittää toimintaa Oulunkaaren kuntayhtymässä.

Suunnittelemaani ja toteuttamaani tukimuotoa, omaishoitajien hyvinvointitapaamisia, tulee kehittää myöhemmin ajan ja asioiden vaatimalle tasolle. Tarve omaishoitajille kasvaa jatkuvasti väestön ikääntyessä ja laitoksissa tapahtuvaa hoitoa pyritään siirtämään koteihin. Kotona asumista pitää tukea yhä enemmän. Avohoidon eri tukimuodot ovat olleet jo kauan tukemassa kotona asumista, yhtä tärkeänä pidetään myös omaishoitoa, sen tukemista ja kehittämistä (Hyvärinen, Saarenheimo, Pitkälä & Tilvis 2003, 1949). Omaishoidon tukimuotoja tulee kehittää ja lisätä, jotta voidaan vastata lisääntyvään kysyntään. Kuntien näkökulmista omaishoito on edullinen hoidon järjestämisen muoto (Tuomi 2015, 16). Varhaisen tuen merkitystä pitää korostaa yhä enemmän, esimerkkinä tilanne, jossa omaishoitaja jaksaminen on vaakalaudalla. Tuen ja avun tarve on hyvä tiedostaa ja näin ennakoida hoitajan uupuminen omaishoitotilanteessa.

Hyvinvointitapaamista varten laatimani kutsun, työntekijän oppaan ja omaishoitajan lomakkeen myötä on Oulunkaarella käynnistetty omaishoitajuutta tukevat omaishoitajien hyvinvointitapaamiset. Kevään 2016 aikana saadut kokemukset ovat olleet pelkästään positiivisia. Palautetta on tullut niin omaishoitajilta, kuin työntekijöiltäkin. Omaishoitajan lomake on koettu toimivaksi ja kattavaksi. Palautetta työntekijän oppaasta en ole vielä työntekijöiltä saanut. Opasta tulee päivittää säännöllisesti. Omaishoitajat ovat olleet tyytyväisiä, kun heidän jaksamisesta ollaan kiinnostuneita ja heidän työtään tuetaan. Yleensä omaishoidettava on ollut huomion keskipisteenä, nyt huomioidaan myös omaishoitaja.

Omaishoitajien työ on arvokasta ja mielestäni sille pitäisikin antaa suurempaa arvostusta ja kuuluvuutta. Omaishoitajien työ on raskasta, sitovaa ja usein ympärivuorokautista hoivan ja huolenpidon toteuttamista. Suomen lainsäädäntö ei velvoita omaisia iäkkäiden tai sairaiden omaisten auttamiseen (Huovinen 2015, 18). Toivon omalla panoksellani voivani auttaa omaishoitajia. Haluan omaishoitajien tuntevan, että myös heistä välitetään ja heidän jaksaminen on todella tärkeää.

Olen opinnäytetyötä tehdessä ymmärtänyt yhä paremmin sen, kuinka sitovaa omaishoitajan työ voi olla ja mitä se käytännössä merkitsee. Omaishoitaja voi ajatella, että läheisestä on huolehdittava, joko yksin tai yhdessä, tuettuna tai ilman. Asiaan perehtymisen myötä, arvostan omaishoitajia yhä enemmän. Näiden näkymättömien auttajien jaksamista pitää tukea ja uusia tukimuotoja kehittää vanhojen rinnalle. Omaishoitaja, joka edellisenä vuonna tehnyt toimeksiantositoumuksen kunnan kanssa ja saa vähintään alinta hoitopalkkiota on oikeutettu hyvinvointitapaamiseen. Toivon, että tulevaisuudessa panostetaan yhä enemmän omaishoitajiin esimerkiksi niin, että hyvinvointitapaamisiin voivat osallistua kaikki omaishoitajat niin halutessaan. Omassa kodissa asumisen mahdollistaminen mahdollisimman pitkään on monen ikäihmisen haave, elämänlaadun kannalta tärkeä asia.

Oulunkaaren Intranetissä on tulostettavissa omaishoidon tuen prosessikaavio sekä toimintaohjeet omaishoidon tuen hakemuksen käsittelyyn, hoitajan toimintakyky -lomake, omaishoidontuen hakemus, sekä laatimani omaishoitajan lomake, hyvinvointitapaamisen kutsu sekä opas työntekijälle hyvinvointitapaamista varten. Mielestäni Oulunkaarella löytyy hyvin oppaita ja ohjeita omaishoitajuuteen liittyen.

Kehittämiskohteena näkisin omaishoidosta tiedottamisen kuntalaisille. Omaishoitajille tarve kasvaa väestön ikääntyessä ja laitoksissa tapahtuvaa hoitoa siirretään koteihin. Omaishoidosta voisi tehdä jaettavan esitteen ja järjestää tiedotustilaisuuksia, jossa kerrotaan yleisesti omaishoidosta ja omaishoitajuuden merkityksestä niin yksilön, kuin yhteiskunnankin näkökulmasta. Palveluohjaajana roolini olisi tärkeä tässä tiedottamisessa. Tavoitteena olisi löytää ja tukea enemmän omaishoitotilanteita, jotka eivät ole lakisääteisen omaishoidon tuen

piirissä, sekä tiedottaa yleisesti omaishoidosta, sillä omaishoito koskettaa meitä jokaista jossain elämänvaiheessa. Loppuun lainaan vielä Johanssonia (2007) ”*Maailmassa on vain neljänlaisia ihmisiä: heitä, jotka ovat olleet omaishoitajia; heitä, jotka ovat omaishoitajia; heitä, joista tulee omaishoitajia; ja heitä, jotka tarvitsevat omaishoitajia.*”

## LÄHTEET

- Ahonen, L. 2014. Ikäihmisten arjen ja palvelujen parantamiseksi 2014-2016. SenioriKasteen väliraportti 1/ 30.11.2014.
- Andrén, S. & Elmståhl, S. 2008. The relationship between caregivers`perceived health and sense on coherence in caring for elders with dementia. *Journal of Clinical Nursing* Vol 17 No 6, 790-799.
- Fenton, L., Gerada, C. & Sparrow, N. 2011. *Supporting Carers. An action guide for general practitioners and their teams. Second edition.* London. Royal College of General Practitioners.
- Heikkilä, R. 2008. Omaishoito arjen kehyksessä. Tampereen yliopisto. Pro gradu-tutkielma.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P., 2009. Tutki ja kirjoita. 15 painos. Helsinki. Tammi.
- Huovinen, S. Omaishoitoa on kehitettävä pitkäjänteisesti. *Lähellä. Lehti omaishoitajille ja läheisille.* 2015,2. Forssa Print.
- Hyvärinen, M., Saarenheimo, M., Pitkälä, K. & Tilvis, R., 2003. Vanhusten omaishoitajat ja tukitoimet. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim.*
- Ikääntyneiden perhehoidon toiminta-ohje 2015. Oulunkaari. Viitattu 11.4.2016 [http://www.oulunkaari.com/tiedostot/vanhuspalvelut/perhehoito/ikaihmissen\\_perhehoidon\\_toimintaohje\\_2015\\_Nettiin.pdf](http://www.oulunkaari.com/tiedostot/vanhuspalvelut/perhehoito/ikaihmissen_perhehoidon_toimintaohje_2015_Nettiin.pdf).
- Johansson, L., 2007. Anhörig -omsorg och stöd. Denmark. Narayana Press.
- Järjestämissopimus 2015. Oulunkaaren kuntayhtymä - Simon kunta. <http://www.oulunkaari.org/iinseutu/kokous/2014477-9-4.PDF>.
- Järnstedt, P., Kaivolainen, M., Laakso T. & Salanko-Vuorela M. 2009. Omainen hoitajana. Omaishoitajat ja Läheiset \_liitto ry. Helsinki. Kirjapaja.
- Kaivolainen, M., Kotiranta T., Mäkinen E., Purhonen M. & Salanko - Vuorela, M. 2011. Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Helsinki. Duodecim.
- Kaste 2012–2015. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämissuunnitelma Helsinki 2012.. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 20.11.2014. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/112146/STM\\_2012\\_%20KASTE\\_FI\\_uusi.pdf?sequence=3](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/112146/STM_2012_%20KASTE_FI_uusi.pdf?sequence=3).
- Kehusmaa, S. 2014. Hoidon menoja hillitsemässä. Heikkokuntoisten kotona asuvien ikäihmisten palvelujen käyttö, omaishoito ja kuntoutus. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia. Tampere. Juvenes Print.

Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. Juva. WSOY.

Kunnallinen eläkelaki 13.6.2013/549.

Kysely omaishoitajille. Oulunkaari 2014. Julkaisu myöhemmin. Viitattu 12.12.2014.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista.

Laki omaishoidon tuesta 2.12.2005/937.

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812.

Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 28.6.1994/559.

Laki vammaisetuksista 11.5.2007/570.

Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 3.7.1987/380.

Linnosmaa, I., Jokinen, S., Viikko, A., Noro, A. & Siljander, E. 2014. Omaishoidon tuki. Selvitys omaishoidon tuen palkkioista ja palveluista kunnissa 2012. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere.

Länsi-Pohjan Omaishoitajat ja Läheiset ry. Viitattu 24.11.2014.  
<http://www.lansipohjanomaishoitajat.fi/>.

Mäkinen, O. 2005. Tieteellisen kirjoittamisen ABC. Helsinki. Tammi.

Omaishoidontuen myöntämisohteet ja palkkiot. Palvelulautakunta 2.3.2010. Oulunkaari. Viitattu 9.10.2015  
[http://www.oulunkaari.com/tiedostot/vanhuspalvelut/omaishoidon\\_tuen\\_perusteet.pdf](http://www.oulunkaari.com/tiedostot/vanhuspalvelut/omaishoidon_tuen_perusteet.pdf).

Omaishoitajat ja läheiset -liitto ry. Omaishoito. Viitattu 27.12.2014.  
<http://www.omaishoitajat.fi/omaishoito>.

Omaishoito. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 27.12.2014  
<http://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elamantuki/omaishoito>.

Opas kuntien päättäjille 2009. Viitattu 29.11.2016  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE4069.pdf&title=Omaishoidon\\_tuki\\_Opas\\_kuntien\\_paattajille\\_fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE4069.pdf&title=Omaishoidon_tuki_Opas_kuntien_paattajille_fi.pdf).



- Oulunkaaren kuntayhtymä. Viitattu 5.5.2016.  
[http://www.oulunkaari.com/sivu/fi/sosiaali\\_terveys/](http://www.oulunkaari.com/sivu/fi/sosiaali_terveys/)
- Oulunkaaren kuntayhtymän strategia 2011-2016. Viitattu 1.2.2016.  
[http://www.oulunkaari.com/tiedostot/saannot\\_jasuunnitelmat/strategia\\_nettiin.pdf](http://www.oulunkaari.com/tiedostot/saannot_jasuunnitelmat/strategia_nettiin.pdf).
- Palveluopas 2015-2016. Omaishoitajat ja läheiset -liitto ry. Palveluopas 2015-2016. Vanhusten\_perhehoidon\_toimintaohje.pdf.
- Pernaa, M. 2015. Omaishoitaja -näkömätön työntekijä. Tesso 26.3.2015. Viitattu 11.11.2015 <http://tesso.fi/artikkeli/omaishoitaja-nakymattoman-tyon-tekija>.
- Punainen Risti. Punainen risti omaishoitajien rinnalla jo 20 vuotta. Viitattu 18.01.2015  
<https://www.punainenristi.fi/uutiset/20131209/punainen-risti-omaishoitajien-rinnalla-jo-20-vuotta>.
- Ruuska, K. 2005. Pidä projekti hallinnassa. Tampere. Tammerpaino Oy.
- Ryynänen, O-P., Myllykangas, M. 2000. Terveysthuollon etiikka. Juva. WSOY.
- SenioriKaste -hanke 2014–2016. Oulunkaaren kuntayhtymä. Viitattu 28.11.2015.  
<http://www.oulunkaari.com/sivu/fi/oulunkaari/hankkeet/seniorikaste/>  
<http://docplayer.fi/2618522-lkaihminen-arjen-ja-palvelujen-parantamiseksi-2014-2016.html>.
- Siira, H. 2006. Ikääntynyttä läheistään hoitavan omaishoitaja terveys, hyvinvointi ja palvelujen käyttö. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Silfverberg, P. Ideasta projektiksi. Projektityön käsikirja. Edita Publishing Oy. Helsinki.
- Siltakoski, H. 2015. Hyvinvointia ikääntyneille. SenioriKaste -Oulunkaaren toiminnallinen osakokonaisuus 30.9.2015.
- Smith, M., Segal, J. & Last, D. 2016. Caregiving support and help. Viitattu 1.12.2016. [www.helpguide.org/articles/caregiving/caregiving-support-and-help.htm](http://www.helpguide.org/articles/caregiving/caregiving-support-and-help.htm).
- Sosiaalihuoltolaki 13.01.2014/1301.
- Terveys 2015 - kansanterveysohjelmasta. Valtion periaatepäätös. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2001:4. Helsinki.
- Tuomi, M. Omaishoito ja vanhuspalvelulaki. Lähellä. Lehti omaishoitajille ja läheisille 2015, 2. Forssa Print.

Työaikalaki 9.8.1966/605.

Työsopimuslaki 26.1.2001/55.

Työtapaturma- ja ammattitautilaki 24.4.2015/459.

Vanhuspalvelulaki 28.12.2012/980.

## LIITTEET

- Liite 1. Opinnäytetyön tutkimuslupahakemus
- Liite 2. Kutsu omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen
- Liite 3. Opas työntekijälle omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen
- Liite 4. Omaishoitajan lomake hyvinvointitapaamiseen

## Liite 1. Opinnäytetyön tutkimuslupahakemus



## OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

Hakijan / hakijoiden henkilötiedot	Nimi Päivi Ylisuvanto	Henkilötunnus 071175-0788	
	Katuosoite Harjunpääntie 5	Postinumero 95100	Postitoimipaikka Kuivaniemi
	Puhelin 040 5361461	Sähköpostiosoite paivi.ylisuvanto@oulunkaari.com	
	Tutkimuslaitos, oppilaitos tai muu yhteisö Lapin amk / Oulunkaaren ky	Hakijan tehtävä/virka-asema sairaanhoidtaja	
Opinnäytetyön ohjaaja(t)	Nimi Pirjo Miettunen, Hanna Sittakoski	Oppiarvo ja ammatti Palveluohjaaja / projekti-päättökko	
	Toimipaikka ja osoite Varkkermöntie 95200 Simo / Micropolis Piisilta 1 91100 Ii	Sähköpostiosoite hanna.sittakoski@oulunkaari.com pirjo.miettunen@oulunkaari.com	
	Puhelin 08-58756827 / 050 436 6593		
Toimeksiantaja	Toimeksiantaja Oulunkaaren kuntayhtymä		
	Yhteystiedot Piisilta 1 Micropolis 91100 Ii		
Päiväys ja allekirjoitus	Paikka ja päivämäärä Simo 14.4.-15 //	Allekirjoitus Päivi Ylisuvanto	
Luvan myöntä minen	<input checked="" type="checkbox"/> Tutkimuslupa myönnetään	<input type="checkbox"/> Tutkimuslupa evätään	
	Perustelut Ajankäytön ja omaa aikaa tuleva tutkimus		
Päiväys ja allekirjoitus	Paikka ja päivämäärä 23.9. 2015 //	Allekirjoitus Kersti Uusitalo	
Myöntämisen ehdot	Myöntämisen ehdot		
	<input checked="" type="checkbox"/> Hakijan tulee toimittaa valmis raportti ja tarvittaessa tutkimuksen tulokset suullisesti		
	<input checked="" type="checkbox"/> Hakija vastaa kustannuksista itse, ellei toisin sovita		
	<input type="checkbox"/> Muu ehto		
Päätöksestä tiedottaminen	<input checked="" type="checkbox"/> opinnäytetyön hakijalle/ hakijoille <input type="checkbox"/> ohjaaville opettajille <input type="checkbox"/> yksiköille, jota luvan myöntäminen koskee <input type="checkbox"/> jokin muu, kuka?		

## Liite 2. Kutsu omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen

**Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä**

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

**VARAA AIKA HYVINVOINTITAPAAMISEEN****HYVÄ OMAISHOITAJA**

Oulunkaaren kuntayhtymä tarjoaa omaishoitajille mahdollisuuden osallistua omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen. Omaishoitajat, jotka ovat edellisenä vuotena tehneet Oulunkaaren kuntayhtymän kanssa omaishoitosisuhteen, ovat ensisijaisesti oikeutettuja hyvinvointitapaamiseen. Omaishoitajan työtä tukeva hyvinvointitapaaminen on sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijän tekemä käynti omaishoitajan luokse. Tapaaminen toteutuu vain Teidän suostumuksella.

Hyvinvointitapaamisella keskustellaan omaishoitajuuteen liittyvistä asioista. Tapaamisella annetaan neuvoja palveluista ja henkilöistä, kehen voitte ottaa tarvittaessa yhteyttä. Hyvinvointitapaamisen tavoitteena on tukea Teidän työtänne omaishoitajana.

Hyvinvointitapaaminen tehdään Teille sopivana ajankohtana ja se kestää noin tunnin ja on teille maksuton.

Olkaa ystävällinen ja varatkaa Teille sopiva hyvinvointitapaamisen ajankohta puhelimitse alla olevasta numerosta.

Ystävällisesti, \_\_\_\_\_

Puhelinnumero \_\_\_\_\_

Liite 3. Opas työntekijälle omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen

**Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä**

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

OPAS  
TYÖNTEKIJÄLLE  
OMAISHOITAJAN  
HYVINVOINTITAPAAMISEEN



## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

### SISÄLLYS

1 JOHDANTO OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMISEEN	3
2 OMAISHOITON LIITTYVÄ LAINSÄÄDÄNTÖ	8
3 LINKKEJÄ HYVINVOINTITAPAAMISEN TUEKSI	11

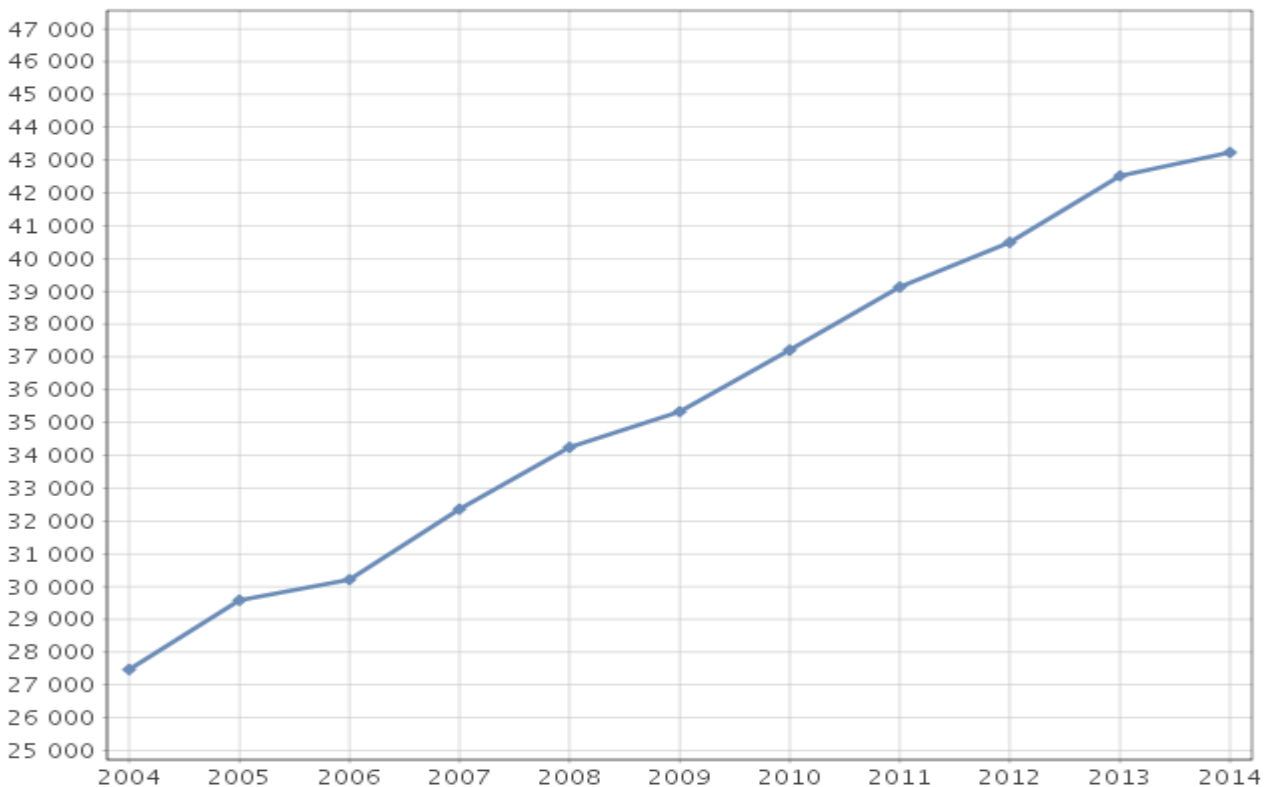
## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

### 1. JOHDANTO OMAISHOITAJIEN HYVINVOINTITAPAAMISIIN

Noin miljoona suomalaista auttaa läheistään säännöllisesti, joista 60 000 on sitovaa ja vaativaa suhdetta ja vain pieni osa kaikista omaishoitotilanteista on lakisääteisen omaishoidon tuen piirissä.

Suomessa arvioidaan olevan 300 000 omaishoitotilannetta. Omaishoitosopimuksia oli Suomessa vuonna 2015 n. 43 000.



Kuvio 1. Omaishoidon tuesta sopimuksen tehneitä hoitajia vuoden aikana yhteensä, kunnan kustantamat palvelut.(Sotkanet.fi. 2014).

Omaishoitajien hyvinvointitapaamiset on aloitettu Oulunkaaren kuntayhtymässä vuoden 2016 alussa. Tapaaminen järjestetään omaishoitajan kanssa, joka on edellisenä vuonna tehnyt omaishoitosopimuksen ja saa vähintään alinta hoitopalkkiota.



## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

Hyvinvointitapaamisten kohderyhmänä ovat yli 65 -vuotiaiden omaishoidettavien omaishoitajat, jotka ovat lakisääteisen omaishoidon tuen piirissä.

Omaishoitokeskityksen tehnyt omaishoitaja ei ole työsuhteessa kuntaan, hoidettavaan tai hoidettavan huoltajaan

Omaishoitaja on henkilö, joka on tehnyt toimeksiantosopimuksen läheisensä omaishoidosta kunnan kanssa. Omaishoidon tuki ja muut sosiaali- ja terveyspalvelut ovat toinen toistaan tukevia palveluita. Tarve omaishoitajille kasvaa jatkuvasti väestön ikääntyessä. Palvelujen rakennetta pyritään myös muuttamaan niin, että laitoksissa tapahtuva hoito siirtyisi koteihin.

Omaishoito on hoitomuoto, joka mahdollistaa kotona asumisen hoidon ja huolenpidon tarpeesta huolimatta. Hallituksen periaatepäätöskin puoltaa asiaa. Sen mukaan jokaisella on oltava mahdollisuus asua kotona sairaudesta ja iästä huolimatta, sekä saada kotiin tarvittavat palvelut ja avut. Omaishoito vähentää sosiaali- ja terveyspalvelujen painetta, omaishoito on kansantaloudellisesti merkittävää.

### **Omaishoidon tuki on kokonaisuus, joka muodostuu**

-hoidettavalle annettavista tarvittavista sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista

-omaishoitajalle annettavasta hoitopalkkiosta, vapaasta ja omaishoitoa tukevista palveluista, jotka määritellään palvelu- ja hoitosuunnitelmassa.

## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

Oulunkaarella omaishoitajille lokakuussa 2014 tehdyn kyselyn tulokset puoltavat hyvinvointitapaamisten tarpeellisuutta. Kyselyllä selvitettiin mm. ulkopuolisen avun tarvetta ja laatua. Omaishoitajat halusivat terveystarkastuksia ja sairaanhoitajan kotikäyntejä. Omaishoitajat kaipaivat lisää tietoa mm. omaishoitajien tuesta, sairauksista sekä Kelan tuista. Tavoitteena on antaa omaishoitajille vastauksia heitä askarruttaviin kysymyksiin ja tarvittaessa ohjata eri asiantuntijoiden piiriin.

### **Kutsu omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen**

Hyvinvointitapaamisen kutsu lähetetään omaishoitajalle, joka on edellisenä vuonna tehnyt omaishoitosopimuksen Oulunkaaren kuntayhtymän kanssa ja saa vähintään alinta hoitopalkkiota. Tarvittaessa hyvinvointitapaaminen voidaan järjestää myös muussa tilanteessa, esimerkiksi, kun omaishoitaja uupuu ja kokee tarvitsevansa ulkopuolista tukea. Kutsussa ohjataan omaishoitajaa itse ottamaan yhteys kutsun allekirjoittaneeseen henkilöön, mikäli haluaa ja kokee tarpeelliseksi osallistua omaishoitajan hyvinvointitapaamiseen. Kutsussa on työntekijän yhteystiedot yhteydenottoa varten.

### **Omaishoitajan lomake hyvinvointitapaamiseen**

Omaishoitajan lomake on 6 -sivuinen, jonka omaishoitaja täyttää etukäteen ennen hyvinvointitapaamista. Omaishoitajan ottaessa yhteyden ja ilmaistessaan kiinnostuksen osallistua hyvinvointitapaamiseen, palveluohjaaja neuvoo omaishoitajaa lomakkeen täytössä ja lähettää sen omaishoitajalle kotiin. Omaishoitajan lomakkeessa ensimmäisenä on osio, jossa kysytään omaishoitajan perustietoja. Tässä kohdassa saadaan tiedot omaishoitotilanteesta ja mahdollisista käytössä olevista omaishoitoa tukevista palveluista. Toisessa osiossa on kohtia liittyen omaishoitajan jaksamiseen ja kokemuksiin omaishoitajuudesta. Kolmas osio koskee hoidettavan toimintakykyä ja neljäs osio omaishoitajan terveydentilaa ja hyvinvointia, ruokailutottumuksia sekä alkoholin käyttöä ja tupakointia. Viides osio koskee sosiaalista hyvinvointia, tukiverkostoa ympärillä. Lopussa on vielä kohta, jossa omaishoitaja voi nostaa esille asioita, joista haluaa tapaamisella

## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

puhua. Lomakkeessa on suostumus kohta siihen, että haastattelija voi tarvittaessa ottaa yhteyttä sosiaali- ja terveydenhuollon viranhaltijaan, sekä kirjata asiat sosiaali- ja terveydenhuollon asiakas- ja potilasasiakirjoihin. Omaishoitajan lomakkeessa on viimeisenä kohtana yhteenveto hyvinvointitapaamisesta. Yhteenveto-osioon kirjataan tiivistelmä hyvinvointitapaamisesta, sekä mahdolliset jatkotoimenpiteet ja haastattelijan tekemät huomiot. Yhteenveto-osion kirjoittaa palveluohjaaja hyvinvointitapaamisen jälkeen.

Kuviossa 2 kuvattuna omaishoitajan hyvinvointitapaamisen prosessi.

## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

TUTUSTU TYÖNTEKIJÄN OPPAASEEN  
LÄHETÄ KUTSU OMAISHOITAJALLE  
HYVINVOINTITAPAAMISEEN  
KUTSUN JA OPPAAN VOI TULOSTAA  
OULUNKAAREN INTRANETISTÄ

OMAISHOITAJA OTTAA YHTEYDEN JA SOVITTE AJAN  
HYVINVOINTITAPAAMISELLE SEKÄ SOVITTE OMAISHOITAJAN  
LOMAKKEEN LÄHETTÄMISESTÄ JA ESITIETOJEN KERUUSTA  
OMAISHOITAJAN LOMAKE LÖYTYY OULUNKAAREN INTRANETISTÄ

LÄHETÄ OMAISHOITAJAN LOMAKE  
TÄYTETTÄVÄKSI

TAPAAMINEN OMAISHOITAJAN KOTONA

## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

KÄYKÄÄ HYVINVOINTITAPAAMISELLA LÄPI OMAISHOITAJAN LOMAKE JA TÄYDENTÄKÄÄ MAHDOLLISET PUUTTUVAT KOHDAT, SE TOIMII HAASTATTELUN POHJANA

OHJAA OMAISHOITAJA TARVITTAESSA LÄÄKÄRILLE, TERVEYDEN- HOITAJALLE TAI MUUN ASIANTUNTIJAN VASTAANOTOLLE

KIRJAA YHTEENVETO ASIAKAS- JA POTILASASIAKIRJOIHIN HYVINVOINTIVOINTITAPAAMISESTA

Kuvio 2. Omaishoitajan hyvinvointitapaamisen prosessi

OULUNKAAREN INTRANETISTÄ LÖYTYVÄT  
OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMISTA VARTEN OMAISHOITAJALLE  
LÄHETETTÄVÄ KUTSU, OMAISHOITAJAN LOMAKE,  
SEKÄ TÄMÄ OPAS.

## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

## 2. OMAISHOITOA OHJAAVA LAINSÄÄDÄNTÖ

### Laki omaishoidon tuesta

Omaishoidon lainsäädännön valmistelusta, yleisestä ohjauksesta ja kehittämisestä vastaa sosiaali- ja terveysministeriö

Vuoden 2006 alussa on tullut voimaan laki omaishoidon tuesta, joka löytyy osoitteesta <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050937>. Tämä laki kumosi sosiaalihuoltolain omaishoidon tukea koskevat säännökset sekä omaishoidon tuesta annetun asetuksen. Omaishoidon tukea koskevat säännökset koottiin yhdeksi laiksi.

Lain tarkoituksena on edistää hoidettavan edun mukaisen omaishoidon toteuttamista turvaamalla riittävät sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut, hoidon jatkuvuus, myös omaishoitajan työn tukeminen.

Omaishoidon tuki on lakisääteinen sosiaalipalvelu ja sen järjestämisestä vastaa kunta/ Oulunkaaren kuntayhtymä. Omaishoidon tuki on yksi osa sosiaali- ja terveystalouksia. Kunta päättää, missä laajuudessa se järjestää omaishoidon tukea ja kuinka paljon talousarviossa osoitetaan voimavaroja hoitopalkkioihin ja palveluihin.

Omaishoidon tuesta annetussa laissa säädetään tuen myöntämisedellytyksistä, alimpien hoitopalkkioiden määrästä, omaishoidon tukena annettavista palveluista, omaishoitajan vapaasta, hoito- ja palvelusuunnitelmasta sekä omaishoitosopimuksesta. Kunta päättää omaishoidon tuen myöntämisperusteet säännösten sallimissa rajoissa.

## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

### **Sosiaalihuoltolaki**

Sosiaalihuoltolaki selkeyttää myös niiden omaishoitajien asemaa, jotka eivät ole tehneet sopimusta kunnan kanssa. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>

### **Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista.**

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>

### **Laki vammaisetuksista.**

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070570>

### **Vanhuspalvelulaki**

Vanhuspalvelulaki koskee ikääntyvän väestön toimintakyvyn tukemista ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluita. Lain tavoitteena on hyvien, laadukkaiden sosiaali- ja terveyspalvelujen avulla tukea ikääntyneiden toimintakykyä ja hyvinvointia.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>

### **Työsopimuslaki**

Omaishoitajuutta helpotetaan työsopimuslain säädöksellä työntekijän oikeudesta työssä poissaoloon perheenjäsenen tai hänelle muun läheisen henkilön erityistä hoitoa varten. Poissaolosta sovitaan työnantajan ja työntekijän välisellä sopimuksella. Suurin osa omaishoitajista on eläkeläisiä. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010055#L4P7a>

## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

### **Kunnallinen eläkelaki**

Kunnallisessa eläkelaisessa säädetään omaishoitajan eläketurvasta. Omaishoidon hoitopalkkio kartuttaa eläkettä, jos palkkio on maksettu ennen 68 vuoden täyttämistä. Tämä koskee vuonna 1940 ja sen jälkeen syntyneitä henkilöitä. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030549>

### **Työtapaturma- ja ammattitautilaki**

Omaishoito sopimuksen tehnyt kunta on velvollinen ottamaan hoitajalle vapaaehtoisen tapaturmavakuutuksen. Vakuutusturva käsittää kaikki omaishoitotilanteessa tai siihen liittyvällä matkalla sattuneet tapaturmat. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150459>

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisemassa **kansallisen omaishoidon kehittämisohjelmassa** on linjattuna omaishoidon kehittämisen strategiset tavoitteet ja kehittämistoimenpiteet. Kehittämisohjelmassa kiinnitetään huomiota erityisesti omaishoitajien jaksamisen tukemiseen, yhdenvertaisuuteen sekä aseman vahvistamiseen.



## Oulunkaaren kuntayhtymä - Hyvinvointia ihmistä lähellä

vaihde: (08) 587 561 00 | kirjaamo@oulunkaari.com | www.oulunkaari.com

### 3. LINKKEJÄ JA VINKKEJÄ TYÖNTEKIJÄLLE OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMISEN TUEKSI

Aivoterveellinen ravitsemus Opas 60+ sekä Aivoterveellinen liikunta Opas 60+.

<http://sote.kainuu.fi/seniorikaste>

Suomen Punainen Risti. Omaishoitajien hyvinvointia ja jaksamista tukevat koulutukset. Omaishoitajakortti. Juttuluuri. <https://www.punainenristi.fi/>

Omaishoitajat ja läheiset liitto ry.

<http://www.omaishoitajat.fi>

OVET- valmennus tukee omaishoitajuutta sekä helpottaa omaishoitajan etenemistä omaishoidon polulla. <http://www.omaishoitajat.fi/ovet-valmennus>

Omaishoitajan lomat.

<http://www.omaishoitajat.fi/omaishoitajalomalle-hakeminen>

Kansaneläkelaitos. Eläkkeensaajan hoitotuki ja asumistuki. Kuntoutuskurssit.

[www.kela.fi](http://www.kela.fi)

Opas kuntien päättäjille.

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/111301/opp\\_2005\\_30\\_omaishoidon\\_tuki\\_verkko.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/111301/opp_2005_30_omaishoidon_tuki_verkko.pdf?sequence=1)

Omaishoitotilanteen tunnistaminen.

[http://www.omaishoitajat.fi/sites/omaishoitaja.asiakas.fi/files/Ensiopas\\_netiversio.pdf](http://www.omaishoitajat.fi/sites/omaishoitaja.asiakas.fi/files/Ensiopas_netiversio.pdf)

Omaishoidon neuvontapuhelin 020 7806 599.

## Liite 4. Omaishoitajan lomake




## Oulunkaaren kuntayhtymä – vanhuspalvelut

## Omaishoitajan lomake hyvinvointitapaamiseen

Pyydämme teitä ystävällisesti täyttämään lomakkeen ennen hyvinvointitapaamista. Jos jotakin kohtaa ette pysty täyttämään, se voidaan täydentää hyvinvointitapaamisen yhteydessä.

<b>Perustiedot</b>	<b>Omaishoitajan nimi</b>	
	<b>Henkilötunnus</b>	
	<b>Hyvinvointitapaamiseen osallistujat</b>	<b>Päivämäärä</b>
	<b>Ketä hoidatte omaishoitajana?</b>	<b>Asutteko samassa taloudessa hoidettavanne kanssa?</b>
	<b>1. Kuinka kauan hoitamanne henkilö on saanut omaishoidon tukea?</b>	
	<b>2. Kuinka kauan koette toimineenne omaishoitajana?</b>	
	<b>3. Millaista tuke te ja hoidettavanne saatte? Rastita ja merkitse määrät</b>	
<input type="checkbox"/> Omaishoidontuki	€/kk	<input type="checkbox"/> Kuljetuspalvelu
<input type="checkbox"/> Eläkkeensaajan hoitotuki	€/kk	<input type="checkbox"/> Ovivahti
<input type="checkbox"/> Ateriapalvelu	kertaa/vk	<input type="checkbox"/> Internet
<input type="checkbox"/> Kotihoito	kertaa/vk	<input type="checkbox"/> Hellavahti
<input type="checkbox"/> Päivätoiminta	kertaa/vk	<input type="checkbox"/> Muuta, mitä?
<input type="checkbox"/> Vuorohoito	kertaa/kk	
<input type="checkbox"/> Siivousapu	kertaa/kk	

 <p><b>Miten jak- san?</b></p>	<p><b>4. Miten omaishoitajuutenne on kehittynyt/muuttunut</b></p> <hr/> <p><b>5. Mikä kannustaa omaishoitajuudessa?</b></p> <hr/> <p><b>6. Mitkä asiat omaishoitajuudessa kuormittavat?</b></p>
<p><b>Hoidetta- van toimin- takyky</b></p>	<p><b>7. Millainen on hoidettavanne toimintakyky?</b></p> <p><b>Mitkä asiat sujuvat itsenäisesti:</b></p> <p><b>Mitkä asiat sujuvat ohjatusti:</b></p> <p><b>Mitkä asiat sujuvat tuettuna:</b></p>
<p><b>Omaishoi- tajan ter- veydentila ja hyvin- vointi</b></p>	<p><b>8. Onko teillä todettuja sairauksia?</b></p> <hr/> <p><b>9. Millaiseksi koette terveydentilanne? Rasti ruutuun</b></p> <p><input type="checkbox"/> Hyvä</p> <p><input type="checkbox"/> Melko hyvä</p> <p><input type="checkbox"/> Tyydyttävä</p>



Melko huono

Huono

**10. Millainen on terveydentilanteenne verrattuna vuosi taaksepäin?**

**11. Miten nukutte?**

**12. Millaista liikuntaa harrastatte?**

**13. Kuvailkaa ruokailutottumuksianne. Säännöllisyys, monipuolisuus**

**14. Kuvailkaa alkoholin käyttöänne ja tupakointia**

**15. Huolestuttaako teitä jokin asia? (Terveys, jaksaminen, arjessa selviytyminen)**

**16. Milloin olette viimeksi käynyt lääkärin vastaanotolla?**



**Sosiaalinen  
hyvinvointi**

**17. Kuinka usein olette yhteydessä omaisiinne tai tuttaviiinne?**

**18. Tunnetteko itsenne yksinäiseksi? Rasti ruutuun**

- En koskaan tai hyvin harvoin
- Silloin tällöin
- Usein

**19. Mistä saatte apua/ tukea tarvittaessa?**

**20. Tunnetteko tarvitsevanne enemmän ohjausta ja neuvontaa, mistä?**

**21. Onko vielä jotain, jonka haluaisitte tuoda esille?**

**Suostumus**

**SUOSTUMUS**

Suostun siihen, että

- haastateltavan sosiaali- ja terveystalvelujen tarpeen niin edellyttäessä haastattelija voi ottaa yhteyttä sosiaali- ja terveydenhuollon viranhaltijaan (esim. lääkäri, sosiaalityöntekijä, kotihoito)
- tämän hyvinvointitapaamisen tiedot kirjataan sosiaali- ja terveydenhuollon asiakas- ja potilasasiakirjoihin

\_\_\_\_\_

Päivämäärä

\_\_\_\_\_

Haastateltavan allekirjoitus



## Oulunkaaren kuntayhtymä – vanhuspalvelut

Omaishoitajan lomake hyvinvointitapaamiseen

### **YHTEENVETO HYVINVOINTITAPAAMISESTA (palveluohjaaja täyttää)**

OMAISHOITAJAN NIMI \_\_\_\_\_

HYVINVOINTITAPAAMISEN PÄIVÄMÄÄRÄ \_\_\_\_\_

HYVINVOINTITAPAAMISEN SUORITTI \_\_\_\_\_

TIIVISTELMÄ OMAISHOITAJAN HYVINVOINTITAPAAMISESTA

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

MAHDOLLISET JATKOTOIMENPITEET

---



---



---



---



---



---

HAASTATTELIJAN HUOMIOT

---



---



---



---



---