

Jaksamisen tukeminen – psykkisesti sairastuneen omaisen kokemuksia arjessa

Omaisen jaksamisen tukeminen perhetyön menetelmin

Metso 27.4.2011

Kokemuskouluttaja Pirkko Haikola

Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry

Omaisten arvostus psykiatrisissa palvelujärjestelmissä

- Psyykkisesti sairastuneet sekä omaiset ovat yksilöllisesti persoonia.
- Vanhemmalla lapsen / nuoren sairastuneen elämän ja arjen asiantuntemus.
- Yleensäkin omaisen asiantuntijuus kuntoutujan voinnista 24/7.
- Asiakaslähtöisyyttä, sillä omaisetkin ovat asiakkaita, joiden kohtelu on vähintään yhtä tärkeää, kuin potilaiden.

- Läheisen sairastuminen on omaisille vaikea ja raskas tilanne, johon hoitohenkilökunnan tulisi erityisen huolella paneutua. Omaisten voimavarat ovatkin usein vähissä.

Omaisten arvostus psykiatrisissa palvelujärjestelmissä

PSYKIATRINEN SAIRAALAHOITO

Hoitoneuvottelujen tärkeys ja merkitys omaisten jaksamisen näkökulmasta

Omaisten ongelmia

- Omahoitajan sitoutuminen ja saatavuus
- Hoitavan lääkärin tavoitettavuus

AVOHOIDON JÄRJESTELMÄT

Kerran viikossa kotityöryhmän käynti kuntoutujan kotona (15-30 min.)

Omaisten ongelmia

- Omaisiin ei avohoidon puolella juurikaan yhteydenpitoa
- Omaisten itse oltava aktiivisia
- Omalääkäriä ei aina tarvittaessa tavoiteta

Perheen ja suvun merkitys

Perhe tai suku saattaa olla asiakkaalle ensiarvoisen tärkeitä. Asiakkaana hänen omaistensa välisen suhteen selvittämiseksi hoitaja voi havainnoida asiakkaan vuorovaikutusta ja omaisten mahdollisuuksia tukea asiakasta. On tärkeää aina varmistaa asiakkaalta, millainen tukiverkosto hänellä on, miten tärkeänä hän pitää omaisten ohjaamista ja kuinka omaisten tuki voisi auttaa häntä. Olennaista on myös huomioida omaisten omat ohjaustarpeet ja heidän käsitteensä asiakkaan ohjaustarpeesta. Heidän käsityksensä voivat olla myös ristiriitaiset. (Kynäs ym. 2007, 35–36.)

Omaisten perheohjauksen tarve

1. Omaisen halu tulla kuulluksi
2. Toimimattomat tilanteet
3. Eri perheenjäsenten näkemysten selvittäminen
4. Kaikki eivät kokeneet olevansa mukana sairastuneen kuntoutuksessa

Kokemus perheohjauksesta

Tavoitteet

1. Jokaisella mahdollisuus tulla kuulluksi/avoin dialogi
2. Yhteinen käsitys perheen elämän tilanteesta
3. Avoimuuden ja luottamuksen syntyminen

Perheohjauksen saatavuus

- Tieto perheohjauksen mahdollisuudesta tuli ”tiskin alta”.....
- Ohjaukseen käynnin psykiatrisen sairaalan tiloissa, muutaman kerran äidin kotona
- Mukana kuntoutuja, äiti ja pikkuveli
- Ohjaajina kaksi ”opiskelevaa” psykiatrian sairaanhoitajaa
- Perheohjausta n. kolmen viikon välein runsaan vuoden ajan
- Ohjaus päättyi ”kesken”....

Yhteistyön kehittäminen

- Hoitohenkilökunnalta toivottaisiin omaisten kannalta pyrkimystä luotettavaan ja jatkuvaan yhteistyöhön.
- Yhteisiä tapaamisia kaivattaisiin enemmän, ja omaiset haluaisivat osallistua enemmän läheisensä hoitoprosessiin.
- Omaiset haluaisivat hoitohenkilökunnalta enemmän huomioimista ja mukaan ottamista hoitotiimiin.
- Omaiset toivoisivat hoitohenkilökunnan rohkaisevan yhteydenottoon tilanteissa, joissa omainen tarvitsee tietoa ja tukea.
- Hoitohenkilökunnan toivottaisiin kuuntelevan enemmän omaisia tärkeinä tiedonantajina, siitä miten sairastunut läheinen toimii arjessa.
- Omaiset toivoisivat ettei heidän huoltaan, huomioitaan ja mielipiteitään vähäteltäisi hoitohenkilökunnan osalta.
- Omahoitajan toivottaisiin tapaavan omaisia useammin ja säännöllisesti.
- Lisäksi tietoa läheisen sairaudesta ja sen hoidosta kaivattaisiin nykyistä enemmän.

Yhteistyön kehittäminen

- Hoitohenkilökunnan toivottaisiin osallistuvan enemmän vertaistuen kehittämiseen. Pitkän hoitajakson aikana omaiset toivoisivat yhteisiä tapaamisia lääkärin tai omahoitajan kanssa.
- Hoitajakson päätyttyä omaiset haluaisivat hoitohenkilökunnan ottavan omaiseen yhteyttä ja kertovan läheisen jatkosuunnitelmista.
- Omaiset toivoisivat sairaalan järjestävän ensitietokursseja, joista omaiset saisivat tietoa muun muassa itse sairaudesta, sen hoidosta ja lääkityksestä.

”Omaisen kysymykset ja hätäilyt unohdetaan helposti...”

- Luottamusta ja turvallisuuden tunnetta omasssa herättäisi hoitohenkilökunnan osaava ja auttava asiantuntijuus.
- Omaiset toivoisivat hoitohenkilökunnalta puolelta ammatillisen osaamisen perustaitoja, kuten
- kuunteleminen ja läsnäolo.

Vuorovaikutuksen merkitys ohjauksessa ja tukemisessa

- henkilökunnan kyky kommunikoida hätääntyneiden omaisten kanssa on tärkeää
- aitoa avointa dialogia hoitotahon työntekijöiden kanssa
- omaiselle tiedottaminen sairastuneen läheisen tilasta
- kuunnellaan aktiivisesti omaista

Pienet voimaannuttavat sanat

- Vastauksien perusteella sairaanhoitajat antavat henkistä tukea hyvin yksilöllisesti. Läsnäolo, lohduttaminen, omaisen kuunteleminen ja myötäelävä suhtautuminen

Ajan antaminen omaiselle

Ei paljoa tukea, hoitajat kiireisiä eikä heillä juuri meidän omaisten tukemiseen aikaa ollut.	Ei aikaa tukemiseen
riippuu vuorossa olevasta hoitajasta, parhaimmat jaksoivat lohduttaa kun oli potilaan tilassa heikkenemistä,	Riippuu hoitajasta
aina ei kerinnyt kertomaan hoitajille mitä mielen päällä Katsekontaktia ei juuri ollut.	Hoitajien kiire

Onnistunut omaisten ohjaus ja tuki

- Tavoitteellista toimintaa, johon osallistuu jokainen henkilökunnasta
- Ohjaus ja tuki lähtee kunkin omaisen yksilöllisistä tarpeista
- Ohjauksella ja tuella pyritään takaamaan hoitotyön hyvä laatu omaisen kokemana
- Potilaan hyvään hoitoon kuuluu hänen perheen huomioon ottaminen
- Omaisen nähdään tärkeänä potilaan parantamista nopeuttavana voimavarana
- Omaisilla tulisi myös olla oikeus järjestettyyn kriisiapuun vastaanotolla, joko yksittäin tai ryhmässä. Lisäksi heillä tulisi olla mahdollisuus saada akuuttia kriisiapua kotiin vuorokaudenajasta riippumatta.

Molemminpuolinen yhteistyö ja selkeä kommunikointi omaisten ja ammattilaisten kesken antaa parhaat mahdollisuudet myönteisiin muutoksiin sairastuneen kuntoutumisessa ja parantaa kaikkien osapuolten elämänlaatua.

Lähteitä

MIELENTERVEYSPOTILAIDEN OMAISTEN JA HOITOHENKILÖKUNNAN VÄLINEN YHTEISTYÖ

Omaisten näkökulmasta

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja AMK Opinnäytetyö Kevät 2009

Milla Heinonen ja Anne Hemmilä

Artikkelit

Tutkija EIJA STENGÅRD



KIITOS !
HYVÄÄ KEVÄTTÄ
JA
KESÄÄ