



Helsinki

Ikääntyneiden ympäri vuorokautinen hoito

**Tervetuloa
ikääntyneiden
ympäri vuoro-
kautisen hoidon
asiakkaaksi**

Helsinki

Sisältö:

Lukijalle	5
Asunto ja hoitoympäristö	6
Harrastus- ja virkistystoiminta	7
Henkilöstö	8
Tukea ja hoitoa hoito- ja ohjaussuunnitelmaan perustuen.....	9
Sinun näköisesi hyvä elämä.....	10
Ateriapalvelu	11
Siivous ja vaatehuolto	11
Elämän loppuvaiheen hoito	12
Salassapito ja asiakastietojen käsittely	14
Seniorikeskukset ja palvelutalot	15

Kuvat: Helsingin kaupungin aineistopankki

Kannen kuva: Maarit Hohteri

Kuvaus ympärivuorokautisen hoidon palveluista asiakkaille





Lukijalle

Haluamme tukea hyvinvointiasi, turvallisuuttasi ja hyvää elämänlaatuasi. Toimintaamme ohjaavat arvot, jotka ovat aito kohtaaminen, elämänilo ja hyvinvoiva henkilöstö. Tässä palvelukuvauksessa kerromme palveluistamme, hoito- ja asuinympäristöstä sekä siitä, miten tuemme sinua yhteistyössä omaistesi ja läheistesi kanssa.

Voit myös tutustua omavalvontasuunnitelmaamme, joka löytyy sekä sähköisenä osoitteesta hel.fi/palveluiden-laadunvalvonta että tulosteena jokaisesta seniorikeskuksesta ja palvelutalosta. Omavalvontasuunnitelmassa kerromme mihin lakeihin, asetuksiin ja laatuvaatimuksiin ympärivuorokautinen hoito pohjaa, ja miten varmistamme palvelun laadun ja turvallisuuden.

Ympärivuorokautinen hoito on yleensä palveluasumista. Kivelän seniorikeskuksessa ja osassa Koskelan ja Kustaankartanon seniorikeskuksia on laitoshoittoa. Lainsäädännön mukaisesti laitoshoidon muuttuu ympärivuorokautiseksi palveluasumiseksi vuoteen 2028 mennessä. Palvelumuodot poikkeavat toisistaan joissain yksityiskohdissa, joista osaan viitataan myös tässä palvelukuvauksessa.

Asunto ja hoitoympäristö

Meillä asut palveluasumisessa yhden tai kahden hengen asunnossa, jonka yhteydessä on WC ja kylpyhuone. Asunnossa on valmiina sähkökäyttöinen sänky, patja ja yleisvalaistus.

Laitoshoidon yksiköissä voi olla myös useamman hengen huoneita. WC- ja kylpyhuonetilat voivat sijaita käytävällä. Laitoshoidon yksiköissä peruskalustus ja -varustus on palveluasumisen yksiköitä monipuolisempi.

Käytössäsi on myös yhteisiä tiloja. Ryhmäkodeissa on yhteiset ruokailu- ja oleskelutilat, osassa ryhmäkodeista on myös oma sauna. Kaikissa seniorikeskuksissa ja palvelutaloissa on ravintola, erilaisia ryhmä- ja kokoontumistiloja ja kuntosali. Joissain taloissa on myös saunatilat, kirjaston toimipiste tai esimerkiksi yksityisiä kampaamo- ja hierojapalveluja, joita voivat käyttää sekä talon asukkaat että palvelukeskuksen asiakkaat.

Voit tuoda asuntoosi omia tavaroita, mutta niiden huoltaminen on sinun ja läheistesi tehtävä.

Sisustamisessa on hyvä huomioida, etteivät tavarat lisää kaatumisriskiäsi vaan ympäristö säilyy turvallisena ja toimivana. Palveluasumisessa suosittelemme kotivakuutuksen ottamista.

Vastaamme vain henkilökunnalle säilytettäväksi luovutetuista käteisvaroista (enintään 300 euroa) ja arvoesineistä. Ensisijaisesti toivomme, ettet tuo mukana arvoesineitä. Huomaathan, että palveluasumisessa käteisvaroja tarvitaan myös mahdollisiin edestakaisiin KELA-taksimatkoihin (50 euroa). Hoitoyksikön vastuulle luovutetuista käteisvaroista ja arvoesineistä laaditaan erillinen luettelo ja niistä pidetään kirjanpitoa.

Hoitohenkilökunta on paikalla vuorokauden ympäri. Yhteyden saamiseksi henkilökuntaan ja turvallisuutesi varmistamiseksi käytössämme on erilaisia teknologisia järjestelmiä. Tavallisimmin asukkaillamme on käytössä turvaranneke.

Harrastus- ja virkistystoiminta

Järjestämme monenlaista liikunta-, virkistys- ja kulttuuritoimintaa asukkaillemme. Ryhmätoiminta voi olla esimerkiksi muisti- ja muisteluryhmä, musiikki- tai kuvataideryhmä, keskustelupiiri tai toimintatuokio askartelun, ruoanlaiton, käden taitojen tai puutarhanhoidon parissa. Sinulle ja muille asukkaille sekä omaisille voidaan myös järjestää yhteisiä tilaisuuksia ja retkiä. Huomioimme toiminnassamme vuoden kierron ja erilaiset juhlapyhät. Voit osallistua yhteisön elämään ja toiminnalliseen arkeen.

Päivä- ja viikko-ohjelma on sinun ja omaistesi saatavilla. Olet tervetullut mukaan toimintaan ja yhteiseen tekemiseen!

Henkilöstö

Päivittäisestä hoidostasi vastaavat lähi- ja sairaanhoitajat. Hyvinvointinasi huolehtivat myös monet muut ammattilaiset, joita voivat olla esimerkiksi fysio- ja toimintaterapeutti, sosiaali- ja kulttuuriohjaaja sekä hoiva-avustaja. Lisäksi taloissa työskentelee kiinteistö- ja toimitilahuollon sekä vahtimestari- ja ravitsemuspalveluiden henkilökuntaa.

Sinulle nimetään heti tulovaiheessa oma vastuuhoitaja. Hän vastaa hoidostasi ja sen suunnittelusta ja arvioinnista yhdessä muiden ammattilaisten kanssa. Vastuuhoitajasi kanssa voit keskustella mieltäsi askarruttavista asioista ja hoitaa käytännön asioita.

Vastuuhoitajasi kanssa voit myös tehdä yhdessä mukavia, sinulle tärkeitä asioita. Huomaathan, että vastuuhoitajasi tekee vuorotyötä. Häntä ei kannata aina jäädä odottamaan, vaan voit asioida myös yksikön muiden työntekijöiden kanssa.

Henkilöstömme osaamisen kehittäminen on meille tärkeää. Kannustamme työntekijöitämme kehittämään ammatillista osaamista mahdollistamalla lisäkoulutuksen ja osallistumalla erilaisiin kehittämishankkeisiin.

Meillä on monista kulttuureista tulleita asiakkaita ja työntekijöitä. Olemme ylpeitä monimuotoisista yhteisöistämme, joissa käytämme muitakin kieliä kuin suomea. Työntekijämme kehittävät tarvittaessa suomen kielen taitoaan kaupungin järjestämillä kielikursseilla. Ruotsinkielisissä palveluissa palvelemme ruotsin kielellä.

Henkilöstön riittävä määrä on määritelty vanhuspalvelulaissa. Seuraamme henkilöstön riittävyyttä jatkuvasti itse. Lisäksi Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) kerää kaksi kertaa vuodessa tiedot kaikista ikääntyneiden ympärivuorokautisen ja laitoshoidon toimintayksiköistä Suomessa, varmistaakseen ammattilaisten riittävän määrän.





Tukea ja hoitoa hoito- ja ohjaus- suunnitelmaan perustuen

Hoitosi perustuu hoito- ja ohjaussuunnitelmaan. Suunnitelman teon tukena käytämme toimintakyvyn arviointityökalua nimeltä RAI (Resident Assessment Instrument), joka sisältää kysymyksiä ja testejä toimintakyvysi ja terveydentilasi arvioimiseksi.

RAI-arviointi auttaa laatimaan tarpeesi ja voimavarasi huomioivan hoito- ja ohjaussuunnitelman. Hoito- ja ohjaussuunnitelma laaditaan yhdessä sinun ja halutessasi myös läheistesi kanssa. Keskustelemme kanssasi näkemyksistäsi ja toiveistasi elämästäsi ja hoitoosi liittyen. Haluamme oppia tuntemaan sinut ja elämänhistoriasi,

jotta voimme auttaa sinua jatkamaan oman näköistäsi elämää uudessa elämäntilanteessa.

Seuraamme vointiasi ja sen muutoksia päivittäin ja kirjaamme huomioita asiakastietojärjestelmään. Näiden arviointien perusteella tarkennamme tarvittaessa hoitotyön suunnitelmaa. Yksikköön nimetty lääkäri vastaa lääketieteellisesti hoidostasi ja arvioi säännöllisesti terveydentilaasi.

Lääkəriin saat yhteyden hoitohenkilökunnan kautta. Lääkitykseesi liittyvät asiat huolehdimme yhteistyössä yhteistyöapoteekkimme kanssa.

Sinun näköisesi hyvä elämä

Haluamme mahdollistaa sinulle omannäköisesi elämän myös muuttosi jälkeen. Vaikka hoitoyksikön päivää rytmittävät esimerkiksi ruokailut ja henkilökunnan työvuorot, huomioimme henkilökohtaisen vuorokausirytmisi ja toiveesi päivän kulkuun. Toiveesi ulkoilun, harrastusten ja esimerkiksi saunomisen osalta kirjataan hoito- ja ohjaussuunnitelmaan. Pyrimme mahdollistamaan toiveidesi toteutumisen haluamallasi tavalla.

Kannustamme ja aktivoimme sinua toimimaan mahdollisimman itsenäisesti esimerkiksi liikkumisessa, pukeutumisessa ja ruokailussa, jotta toimintakyky si säilyy vähintään nykyisellään tai jopa paranee. Varmistamme, että saat käyttöösi tarvitsemasi apuvälineet.

Oikeanlaisten apuvälineiden avulla moni asia hoituu omatoimisesti ja turvallisesti, vaikka sinulla olisikin terveyden tai liikkumisen kanssa haasteita. Tarvittaessa saat apua päivittäisistä toiminnoista selviytyäksesi. Fyysisen kuntosi ylläpitämiseksi



ohjaamme ja tuemme sinua erilaisten harjoitteiden tekemiseen. Kannustamme ja avustamme sinua osallistumaan myös toimintakykyäsi tukeviin ryhmätöihin. Toivomme, että omaiset ja läheiset ovat mukana elämässäsi tukemassa toimintakykyäsi kanssamme ja mahdollistamassa sinun näköisesi elämän. Meillä ei ole vierailuaikoja, mutta myöhäisemmät ilta-ajat on hyvä rauhoittaa iltatoimille. Järjestämme säännöllisesti läheisten tilaisuuksia ja otamme mielellämme vastaan ehdotuksia tapaamisten teemoiksi.

Ateriapalvelu

Hyvä ravitsemus auttaa pysymään toimintakykyisenä ja toipumaan sairauksista. Maistuva ruoka ja yhdessä syöminen ovat monen mielestä päivän parhaita hetkiä. Haluamme järjestää ruokailutilanteet mahdollisimman miellyttäväksi ja omatoimisuuttasi tueviksi.

Ateriakokonaisuudet on suunniteltu monipuolisiksi ja terveelliseksi ravitsemussuosituksen mukaisesti. Ateriapäivään kuuluu aamiainen, lounas, päiväkahvi tai välipala, päivällinen ja iltapala. Ruokailut on rytmitetty niin, että lämpimien aterioiden (lounaan ja päivällisen) väli on vähintään viisi tuntia, ja että yöpaasto ei ylitä 11 tuntia.

Riittävä ravinnonsaantisi varmistuu, kun nautit kaikki päi vän ateriat. Jos et jaksa aterioilla syödä riittävästi ja painosi laskee, tarjoamme ylimääräisiä välipaloja. Ateriakokonaisuuteen voidaan suunnitella yksilöllisiä muutoksia esimerkiksi terveydentilasi vuoksi.

Ruokalistat ja ruokailuajat ovat nähtävillä hoitoyksiköissä ja seniorikeskusten ja palvelutalojen ravintoloissa. Ateriapalvelun tuottaja ottaa mielellään vastaan ruokatoiveitasi ja palautetta.

Useat seniorikeskusten ja palvelutalojen ravintolat ja kahvilat palvelevat myös läheisiäsi. Kysy tarvittaessa tarkemmin omasta hoitoyksiköstä, miten yhdessä ruokaileminen sinulle ja läheisillesi järjestyy.

Siivous ja vaatehuolto

Asunnot siivotaan viikoittain, tarvittaessa useammin. Ylläpitosiivous sisältää lattioiden kosteapyyhinnän, mattojen imuroinnin, pintojen pyyhkimisen ja WC-tilojen siivouksen. Siivousten välillä huolehdimme asuntosi siistimisestä, esimerkiksi tahrojen poistamisesta, roska-astioiden tyhjentämisestä ja tavaroiden paikoilleen laittamisesta. Tarvittaessa asunnossasi tehdään myös perusteellisempi siivous.

Saat käyttöösi lakanat ja pyyhkeet, jotka ovat pesulan vuokratekstiilejä.

Käyttövaatteidesi pesemisestä huolehtii henkilökunta. Huolehdiathan, että vaatteesi ovat nimikoituja. Arkojen ja muiden erityishuoltoa tarvitsevien tekstiilien huolto sinun tulee järjestää omalla kustannuksellasi.

Jos toimintakykysi sallii, huolehdimme mielellämme siivouksesta ja pyykkihuollosta yhdessä kanssasi.

Elämän loppuvaiheen hoito

Voit asua ja elää seniorikeskuksessa/palvelutalossa elämäsi loppuun asti. Osataksemme hoitaa sinua mahdollisimman hyvin on tärkeää, että olemme etukäteen keskustelleet, miten terveydentilasi ja aikaisemmat sairaudet vaikuttavat hoitoosi esimerkiksi sairastuessasi äkillisesti. Meille on tärkeää tietää, mitä itse toivot hoidoltasi. Mahdollinen hoitotahtosi ja lääketieteellisestä hoidostasi vastaavan lääkärin hoitolinjaukset ohjaavat toimintaamme.

Elämä voi päättyä yllättäen, mutta usein lähestyvä kuolema on ennakoitavissa. Tällöin saattohoidon aloittaminen voi tulla ajankohtaiseksi. Lääkäri päättää saattohoidon aloittamisesta. Ennen päätöstä sinun, omaistesi ja hoitohenkilökunnan kanssa keskustellaan asiasta.

Kunnioitamme vakaumustasi ja pyrimme huolehtimaan hengellisestä hyvinvoinnistasi myös kuoleman lähestyessä. Rohkaisemme omaisiasi ja läheisiäsi olemaan läsnä ja osallistumaan hoitoosi myös saattohoitovaiheessa. Tarvittaessa järjestämme yhden hengen huoneen tai rauhallisen tilan.

Tuemme omaisiasi ja läheisiäsi saattohoitovaiheessa ja surussa. Järjestämme heille mahdollisuuden rauhalliseen keskusteluun hoitajan kanssa. Annamme myös tarpeelliset kirjalliset ohjeet asioiden hoitamiseksi kuoleman tapahduttua.



Saattohoito tarkoittaa vaikeasti sairaan ihmisen hoitoa silloin, kun parantavasta hoidosta on luovuttu, eikä taudin etenemistä pystytä hillitsemään eli kuolema on odotettavissa lähipäivinä tai viikkoina. Saattohoito voi olla osa palliatiivista hoitoa ja sen tarkoituksena on tukea ja hoitaa yksilöllisesti kuolevaa ihmistä ja hänen läheisiään parhaalla mahdollisella tavalla inhimillisiä arvoja kunnioittaen. Päätöksen saattohoidon aloittamisesta tekee asiakkaan hoidosta vastaava lääkäri.

Saattohoidon lähtökohtana on asiakkaan ja hänen omaistensa tiedollinen sitoutuminen parantavasta hoidosta luopumiseen. Päätös koskettaa asiakkaan ja omaisten lisäksi hoitohenkilökuntaa ja siksi kaikkien osapuolien tulisi olla mukana päätöksenteossa. Saattohoidossa korostuu kuolevan oikeus riittävään oireenmukaiseen kivun- ja perushoitoon ja ihmisarvoa kunnioittavaan huolenpitoon sekä läheisten henkilöiden henkinen tukeminen.

(Lähde: Palliatiivinen hoito ja saattohoito. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Palliatiivisen Lääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki, 2019).

Salassapito ja asiakastietojen käsittely

Asiakastietosi ovat salassa pidettäviä. Voimme luovuttaa niitä ulkopuolisille, mukaan lukien omaisillesi ja läheisillesi, vain suostumuksellasi. Sinun pitää ymmärtää, mitä tarkoittaa, kun annat toiselle henkilölle luvan tarkastella tietojasi tai asioida puolestasi. Kerro henkilökunnalle kenelle läheisistäsi haluat ensisijaisesti otettavan yhteyttä sinua koskevista asioista.

Voit tallentaa suostumuksesi suoraan Maisa-asiakasportaaliin osoitteessa maisa.fi tai toimittaa hoitoyksikköön valtakirjan, josta ilmenee, kenet valtuutat tarkastelemaan tietojasi ja/ tai asioimaan puolestasi. Maisa-asiakasportaalissa sinä tai valitsemasi henkilö voitte katsoa asiakastietojasi ja olla yhteydessä hoitoyksikön henkilökuntaan.

Salassa pidettävät asiakas- ja henkilötiedot voivat tavallista sähköpostia käytettäessä päätyä ulkopuolisille. Omaiset ja läheiset voivat tarvittaessa ottaa meihin yhteyttä puhelimitse, tekstiviestillä tai turvasähköpostilla.

Lisätietoja saat omasta hoitoyksiköstäsi.



Seniorikeskukset ja palvelutalot

Seniorikeskukset:

Kinaporin seniorikeskus

Kinaporinkatu 7–9
Puh. 09 3105 2910

Kivelän seniorikeskus

Sibeliuksenkatu 14
Puh. 09 3107 6667 ja 09 3104 6146

Kontulan seniorikeskus

Kontukuja 5
Puh. 09 3106 1800

Koskelan seniorikeskus

Hospitaalinkulku 8
Puh. 09 3105 011

Kustaankartanon seniorikeskus

Oltermannintie 32
Puh. 09 3105 4776

Myllypuron seniorikeskus

Myllymatkantie 4
Puh. 09 310 33367

Riistavuoren seniorikeskus

Isonnevantie 28
Puh. 09 3104 9200

Roihuvuoren seniorikeskus

Punahilkantie 16
Puh. 09 3106 0790

Syystien seniorikeskus

Takaniitynkuja 3
Puh. 09 3105 8413

Töölön seniorikeskus

Töölönkatu 33
Puh. 09 3104 4538

Palvelutalot:

Itäkeskuksen palvelutalo

Voikukantie 6
Puh. 09 310 45102

Kannelmäen palvelutalo

Urkupillintie 4
Puh. 09 3104 4006

Laajasalon palvelutalo

Rudolfintie 17–19
Puh. 09 310 60 790

Madetojan palvelutalo

Madetojankuja 3
Puh. 09 310 24433

Munkkiniemen palvelutalo

Professorintie 3
Puh. 09 3106 4522

Puistolan palvelutalo

Aksiisipolku 1
Puh. 09 3105 8722

Vuorensyrjän palvelutalo

Vuorensyrjä 7
Puh. 09 310 74374

Helsinki