

Pargas Parainen

# Suunnitelma ikäntyneen väestön tukemiseksi

Sosiaali- ja terveydenhuollon  
toimenpidesuunnitelma



PARGAS  
SKÄRGÅRDSSTADEN



PARAINEN  
SAARISTOKAUPUNKI



## SISÄLLYSLUETTELO

<b>Johdanto</b> .....	<b>3</b>
<b>Ikäystävällinen Parainen</b> .....	<b>4</b>
1. Tiedottaminen ja ennaltaehkäisevä toiminta .....	5
2. Teknologia .....	5
3. Suun terveydenhuolto .....	6
4. Omaishoito.....	6
5. Henkilöstöressit ja henkilöstön osaamisen kehittäminen .....	7
6. Hoitoketju .....	7
7. Laatutyö .....	8
<b>Suunnitelman toteuttaminen ja seuranta</b> .....	<b>9</b>
<b>Lähteet:</b> .....	<b>10</b>



## Johdanto

Paraisten kaupungin strategian “Luova saaristo” toimintasuunnitelmassa määritellään tavoitteet kaupungin toiminnalle. Teemme yhteistyötä kolmannen sektorin kanssa ja tarjoamme asukkaille aktiivisia kokoontumispaikkoja. Kehitämme digitaalisia palveluja, helpotamme palvelujen saantia, kuulemme asukkaita ja työskentelemme moniammatillisissa työryhmissä. Kaupungin kehittämistyössä otetaan huomioon ympäristön suunnittelu esteettömyyden toteuttamiseksi myös ikääntyneille. Työskentelytapamme ovat luovia ja toimialarajat ylittäviä ja niissä painottuvat prosessien kehittäminen ja työpajat. Kaupungin strategiaa laajennetaan parhaillaan Saaristostrategiaksi 2030, jossa korostetaan sitä, että sellaisten henkilöiden osuus, joiden kiintopiste Parainen on, on suuri ja heidän tulevaisuuden palvelutarpeensa tulee ottaa huomioon. Saavutettavat terveyspalvelut, kotona asumisen tukeminen ja palveluasuminen ovat tämän potentiaalisen kuntalaisryhmän näkökulmasta tärkeitä.

Nykyisen lainsäädännön mukaan kaupungin on laadittava suunnitelma ikääntyneen väestön tukemiseksi. Suunnitelma laaditaan valtuustokaudeksi ja sen hyväksyy valtuusto. Suunnitelma sisältää ikääntyneitä tukevia tavoitteita ja toimenpiteitä. Hyvinvointikertomuksen vuosiraportissa 2020 kuvataan ikärakennetta ja sen kehitystä ja kiinnitetään huomiota ikääntyneiden hyvinvointiin vaikuttavan toiminnan tavoitteisiin kaupungissa. Paraisten kaupunki on julkaissut tilastoja väestön ikäjakaumasta kunta-alueittain. Kaupungin toiminta- ja taloussuunnitelmassa suunnitellaan ja arvioidaan ikääntyneiden palveluja. Tulevassa lainsäädännössä kaupunki veloitetaan laatimaan myös suunnitelma ikääntyneiden asumisesta.

Tämä osa ikääntyneen väestön tukemista koskevasta suunnitelmasta muodostaa sosiaali- ja terveydenhuollon osuuden. Tässä suunnitelmassa kuvataan konkreettisia tavoitteita ja toimenpiteitä ikäystävällisen hoidon ja ikäystävällisten palvelujen luomiseksi. Sosiaali- ja terveydenhuolto toimii ikäystävällisen Paraisten puolesta, jossa asukkaat tuntevat osallisuutta ja turvallisuutta ja jossa heillä on mahdollisuus osallistua päätöksentekoon ja tehdä päätöksiä itsenäisesti. Suunnitelmassa otetaan huomioon vanhustenhuoltoa ja sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa ohjaava lainsäädäntö, suositukset sekä muut asiakirjat.



## **Ikäystävällinen Parainen**

Ikääntyneen väestön määrä kasvaa Paraisten kaupungissa. Tavoitteena on luoda sellainen ympäristö ja sellaisia palveluja ja hoitoa, jotka tarjoavat ikääntyneille edellytykset itsenäiseen, turvalliseen ja mielekkääseen elämään. Mielekäs arki lisää itsearvostusta ja hyvinvointia sekä tukee ikääntyneitä heidän kodeissaan. Tunnistamme tässä suunnitelmassa tähän tavoitteeseen liittyviä sosiaali- ja terveydenhuollon toimenpiteitä, joita päivitetään säännöllisesti.

Haluamme tarjota ikääntyneille mahdollisimman varhaisessa vaiheessa tietoa digitaalisista palveluista, teknologiasta ja apuvälineistä sekä tietoturvallisuudesta.

Liikunta, terveelliset elämäntavat ja sosiaaliset kontaktit ovat turvallisen ja mielekkään elämän tärkeimmät peruspilarit. Muistisairaudet ovat ikääntyneiden keskuudessa pääasiallinen syy säännöllisten sosiaali- ja terveyspalvelujen käyttöön. Ennaltaehkäisevä työ, varhainen diagnosointi sekä oikeat tuki-, hoito- ja kuntoutustoimenpiteet ovat avainasemassa muistisairaana elämänlaadun parantamisessa tai ylläpitämisessä sekä yhteiskunnalle aiheutuvien kustannusten kasvun hillitsemisessä.

Muistisairaiden kotona asuminen mahdollisimman pitkään ja laadukkaan hoidon ja kuntoutuksen saaminen edellyttävät toimivia hoitoketjuja. Muistisairauden myöhemmässä vaiheessa monet tarvitsevat tehostettua palveluasumista, jossa tarjoamme myös saattohoitoa.



## ***Tavoitteet ja toimenpiteet***

### ***1. Tiedottaminen ja ennaltaehkäisevä toiminta***

Senioripiste tarjoaa tietoa, ohjausta, seniorineuvontaa, koti- ja ryhmäkuntoutusta sekä päivätoimintaa, omaishoidon tukea ja ennaltaehkäiseviä kotikäyntejä. Toiminta suunnitellaan tiiviissä yhteistyössä geriatrisen poliklinikan kanssa.

Nuorten senioreiden elintapaohjaus on tärkeää. Ravitsemusasiat ovat siinä tärkeä osa ja niissä tulee tarjota ohjausta. Lisäksi tulee tarjota liikuntaryhmiä hauraille vanhuksille ja kuntosaliryhmä muistisairaille, joiden sairaus on varhaisessa vaiheessa.

Etsivää työtä vahvistetaan koordinoimalla kuljetuspalveluhakemukset ja huoli-ilmoitukset Senioripisteeseen. Erityisen haavoittuvassa asemassa olevia ryhmiä tukevaa toimintaa kehitetään.

Päivätoimintaa systematisoidaan tavoitteellisen kuntoutuksen vahvistamiseksi. Kuntouttava päivätoiminta tarjoaa myös lomitusta omaishoitajille. Päivätoimintaa järjestetään Parainen keskustassa, Nauvossa ja Korppoossa. Muilla kunta-alueilla toimintaa järjestetään toistuvasti yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa.

#### **Toimenpiteet**

- Tiedotussuunnitelman laatiminen Senioripisteelle sekä vanhuspalveluille kokonaisuutena
- Eläkkeelle siirtymisen valmennus nuorille senioreille ja tiedottaminen ikääntymiseen valmistautumisesta
- Seniorineuvonnan lisääminen Finger-mallin mukaisesti yhteistyössä geriatrisen poliklinikan kanssa
- Lakisääteisten ja vapaaehtoista terveystarkastusten tarjoaminen tietyille asiakasryhmille
- Toiminnan lisääminen yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa
- Tukevan ja kuntouttavan ryhmätoiminnan laajentaminen esimerkiksi Pilke-toiminnalla ja erilaisilla avoimilla, itsenäisesti toimivilla ryhmillä
- Päivä- tai neuvontatoiminnan tarjoaminen koko saaristoon pop up -periaatteella
- Kotikuntoutuksen lisääminen, systematisointi ja kehittäminen

### ***2. Teknologia***

Teknologian käytön kokonaisvaltaisena tavoitteena vanhustenhuollossa on ikääntyneiden hyvinvoinnin edistäminen. Teknologiaa voivat käyttää ikääntyneet itse, omaiset tai henkilöstö, monissa tapauksissa useat käyttäjäryhmät yhdessä. Teknologian käytön tavoitteena on lisätä asiakkaan turvallisuutta ja itsenäisyyttä. Vanhustenhuollon nopea teknologinen kehitys optimoi henkilöresurssit ja mahdollistaa palvelut saaristossa.

#### **Toimenpide**

- Virtuaalisten kotikäyntien käyttöönotto kotihoidossa
- Virtuaalisen ryhmätoiminnan käyttöönotto päivätoiminnassa
- Virtuaalisten menetelmien käyttöönotto yhteyden pitämiseksi läheisiin
- Virtuaalisen palveluohjauksen lisääminen



### **3. Suun terveydenhuolto**

Nykyisin valtaosalla ikääntyneistä on suussa omat alkuperäiset hampaansa. Suun infektiot vaikuttavat yleiseen terveydentilaan, kuten sydän- ja verisuonitautien ja Alzheimerin taudin lisääntyneeseen riskiin ja diabeteksen hoitotasapainoon pahentaen tulehduksia.

Useimmilla ikääntyneillä on kuiva suu muun muassa verenpainelääkityksen takia. Vähentynyt syljen tuotanto yhdistettynä suun kuivuuteen ja kariesbakteereihin aiheuttavat kariesta. Kariesta, hammaskiveä ja suun tulehduksia voidaan estää vain hyvällä päivittäisellä suuhygienialla.

Yli 80-vuotiailla on vuodesta 2020 lähtien ollut oikeus maksuttomaan hammastarkastukseen, johon sisältyy yksilöllinen hoito. Ikääntyneiden hampaista vastaa suun terveydenhuollon tiimi, johon kuuluvat hammaslääkäri, hammashoitaja ja suuhygienisti.

#### **Toimenpiteet**

Ikääntyneiden suuhygienian ja suun terveyden sekä yleisen terveydentilan ja toimintakyvyn parantaminen seuraavasti:

- Jokaisella ikääntyneellä on päivittäisen suun ja hampaiden hoidon suunnitelma ja kun ikääntyneen omat kyvyt heikkenevät, hoitohenkilökunnan tehtävänä on auttaa.
- Jokainen ikääntynyt käy hammastarkastuksissa.
- Henkilöstön suun terveydenhuollon osaamisen lisääminen ja koulutussuunnitelman laatiminen

### **4. Omaishoito**

Omaishoito on vanhustenhuollossa tärkeä hoitomuoto ja saaristossa sen merkitys on suuri. Omaishoitajien osuus kasvaa, ja omaishoitoperheitä tukevia palveluja kehitetään ja laajennetaan aktiivisesti. Sijaishoitoa voidaan järjestää intervallihoidona, perhehoitona tai toimeksiantosopimukseen perustuvana sijaishoitopalveluna silloin, kun omainen tai tuttu voi toimia sijaishoitajana palkkiota vastaan. Lyhytaikaisempaa sijaishoitoa varten voidaan järjestää päivätoimintaa tai sijaishoitokoti. Omaishoitajille tarjotaan erityyppistä virkistystoimintaa, terveys- ja hyvinvointitarkastuksia, koulutuksia, vesijumppaa ja vertaistukikeskusteluja yhteistyössä sosiaali- ja terveydenhuollon sekä kolmannen sektorin toimijoiden kanssa.

#### **Toimenpiteet**

- Omaishoidon kattavuuden lisääminen suositusten mukaiseksi tai omaishoidon kattavuuden säilyttäminen nykyisellä tasolla
- Uusien palvelumuotojen luominen omaishoitoperheille



## **5. Henkilöstöresurssit ja henkilöstön osaamisen kehittäminen**

Henkilöstö on toiminnan keskeinen voimavara, henkilöstön osaaminen ja hyvinvointi luovat perustan vanhustenhuollon kyvyille kohdata ikääntyneet. Henkilöstömitoitus laaditaan pääosin asiakkaiden toimintakyvyn ja avuntarpeen perusteella.

Tarjoamme tavoitteellista täydennyskoulutusta noudattaen sosiaali- ja terveydenhuollon täydennyskoulutusta koskevaa lainsäädäntöä. Ammattitaitoinen ja hyvinvoiva henkilöstö luo ikääntyneille turvallisen ympäristön.

Painopiste on henkilöstön hyvinvoinnin parantamisessa. Työhyvinvoinnin osia ovat henkilökohtainen terveys, kunkin työntekijän ammattitaito, tasa-arvoinen ilmapiiri työpaikalla ja oikeudenmukainen johtajuus. Ammattitaitoisella johtajuudella vaikutetaan henkilöstön määrään, osaamiseen, työpaikan hyvinvointiin ja toimivaan työsuojeluun.

### **Toimenpiteet**

- Henkilöstön rekrytointi myönteisen markkinoinnin avulla
- Avohoidon henkilöstöresurssien lisääminen ikääntyneiden määrän kasvaessa
- Koulutussuunnitelman hyväksyminen osana toimintasuunnitelmaa
- Kehittämistoimenpiteet henkilöstön hyvinvoinnin edistämiseksi yhteistyössä henkilöstöosaston kanssa
- Hoitotyössä esiintyvien uhka- ja väkivaltatilanteiden torjumiseksi tehtävän työn arviointi yhteistyössä henkilöstöosaston kanssa
- Verkostojen luominen hoidon erikoistumisen lisäämiseksi esimerkiksi muistityön, saattohoidon, diabeteshoidon ja kuntoutuksen osalta osana hoitoketjutyötä

## **6. Hoitoketju**

Hoitoketju on aktiivista työtä terveydenhuollon ja vanhustenhuollon yhteistyön syventämiseksi, jotta resurssit saadaan oikealle tasolle ja oikeaan vaiheeseen ikääntyneen tarvitessa hoitoa ja palveluja.

Hoitoketjun toimivuus on tärkeää ikääntyneille: nopealla ja osaavalla diagnosoinnilla, ilman viivettä annettavalla hoidolla ja mahdollisilla toimenpiteillä, tehokkaalla kuntoutuksella sekä eri apuvälineiden ja hoidon saamisella kotiin on ratkaiseva merkitys.

Diabetes, tuki- ja liikuntaelinten ongelmat, sydän- ja verisuonisairaudet, muistisairaudet ja psyykkiset ongelmat, joihin liittyy masennusta, harhakuvitelmia, pelkoja ja yksinäisyyttä, ovat ikääntyneiden tavallisimpia pitkäaikaissairauksia.

Ennaltaehkäisevä työ, varhainen diagnosointi sekä oikeat tuki-, hoito- ja kuntoutustoimenpiteet ovat avainasemassa muistisairaana elämänlaadun parantamisessa tai ylläpitämisessä sekä yhteiskunnalle aiheutuvien kustannusten kasvun hillitsemisessä. Hoitoketjun tavoitteena on oikeantasoisien palvelujen tarjoaminen oikeassa vaiheessa. Hoitoketjutyöryhmä laatii tavoitteet ja mittarit ja arvioi kehitystyötä.

### **Toimenpiteet**

- Oikeantasoisien varhaisen tuen sekä siihen liittyvän hoidon ja kuntoutuksen muotojen tunnistaminen
- Painopiste avohoidon aktiivisessa ennaltaehkäisevässä kuntoutuksessa



- Fysioterapia ja toimintaterapia panostavat enemmän kuntoutustoimintaan.
- Eri ammattiryhmien välisen moniammatillisen työtavan arviointi ja kehittäminen
- Lääkärit ja muu sairaanhoitohenkilöstö pyrkivät lisäämään kotikäyntejä nykyisestä.
- Pitkäaikaispotilaille tarjotaan vaihtoehtona kestävää hoito- ja asumismuotoa.

## 7. Laatu

### Kotihoito- ja asumispalvelujen riittävä saatavuus

Jotta ikääntyneille, jotka tarvitsevat tulevaisuudessa jatkuvaa hoitoa kotona, palveluasumista tai tehostettua palveluasumista, voidaan tarjota riittävän laajasti palveluja, ikääntyneiden hoidon tarpeesta kaupungissa tehdään vuosittain arviot. Arviointi tehdään talousarvion ja toimintasuunnitelman laatimisen yhteydessä.

#### Toimenpide

- Palvelurakenteen ja toiminnan laajuuden arviointi osana talouden tasapainottamisohjelmassa sekä hoitoketjun kehittämistyössä asetettuja tavoitteita

### Palvelutarpeen ja toiminnan laadun arviointi

Vanhustenhuollossa otetaan käyttöön kansainvälinen toimintakyvyn arviointiväline Rai. Palvelujen tarjoaminen ikääntyneille tulee jatkossa perustumaan tämän arviointivälineen käyttöön. Myös toimintaa ja hoidon laatua tullaan kehittämään Rai-arviointivälineen mahdollistaman systemaattisen arvioinnin avulla saatavan jäsennellyn tiedon pohjalta.

#### Toimenpide

- Rai-arviointivälineen käyttöönotto vanhustenhuollon toiminnassa vuoden 2022 aikana
- Asiakkaiden toimintakyvyn ja palvelutarpeen arviointi Rai-välineen avulla palvelukartoituksessa, kotihoidossa ja asumispalveluissa vuoden 2023 aikana

### Prosessikuvaukset osana järjestelmällistä laatu

Kaupungin strategian mukaisesti tavoitteena on, että toiminta on dokumentoitu prosessin muotoon. Potilas- ja asiakasturvallisuuden varmistamiseksi ja kehittämiseksi otetaan vaiheittain käyttöön SHQS-laadunvarmistusohjelma.

#### Toimenpiteet

- SHQS:n käyttöönotto osana toiminnan johtamista ja kehittämistä
- Prosessikuvausten tekeminen toiminnan prosesseista painottaen hoitoketjun toimintaa
- Aikataulun ja tavoitteiden laatiminen ulkoisen auditoinnin ja toiminnan sertifiointin toteutumiseksi





## Suunnitelman toteuttaminen ja seuranta

Suunnitelmassa kuvataan sosiaali- ja terveydenhuollon toimenpiteitä ikääntyneen väestön tukemiseksi. Suunnitelman hyväksyy valtuusto ja sitä arvioidaan vuosittain. Suunnitelma on julkinen ja se on sähköisessä muodossa kaupungin kotisivuilla.

Toimenpiteiden arviointi ja päivitys tehdään yhteistyössä ikääntyneen väestön, asiakkaiden sekä muiden verkostojen ja päättäjien kanssa. Palvelun laadun ja riittävyyden arvioimiseksi palvelun käyttäjiltä, heidän omaisiltaan ja läheisiltään sekä kunnan henkilöstöltä hankitaan säännöllisesti palautetta. Sosiaali- ja terveydenhuolto laatii vuosittain toimintakertomuksen, sosiaaliasiamiehen vuosittainen raportti otetaan huomioon ja toimintaa analysoidaan jatkuvasti. Arvioinnissa kiinnitetään erityistä huomiota hoitoketjun tavoitteisiin.



## Lähteet:

Luova saaristo, Paraisten kaupungin vuosien 2018–2022 strategia. Paraisten kaupunki.

Paraisten kaupungin saaristostrategia 2030. Luonnos. Paraisten kaupunki.

Hyvinvointikertomus. Vuosiraportti 2020. Paraisten kaupunki.

Varsinais-Suomen alueellinen hyvinvointikertomus 2021. V-S Sote.

Väestötilastot Parainen. Paraisten kaupunki.

Paraisten kaupungin vanhuspoliittinen strategia (2011–2015). Paraisten kaupunki.

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023: Tavoitteena ikäystävällinen Suomi.

Valtioneuvoston periaatepäätös. Potilas- ja asiakasturvallisuusstrategia 2017–2021 sekä toimeenpanosuunnitelma.

Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030: Tavoitteena ikäkyvykäs Suomi.

Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Valtioneuvoston periaatepäätös sekä toimeenpanosuunnitelma.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista. 980/2012.

Hallituksen esitys eduskunnalle laeiksi sosiaalihuoltolain ja ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista annetun lain muuttamisesta sekä niihin liittyviksi laeiksi. HE 231/2021.