



Etelä-Karjalan hyvinvointialueen omahoitaja Sanna Hyppänen tuntee asiakkaansa Ritva Korkiakosken hyvin. "Sannan luo on aina kiva tulla". Vuosia kestäneen asiakassuhteen varrelle on mahtunut paljon.

"Tuttuun omahoitajaan voi luottaa terveysasioissa"

Kaipaatko sujuvuutta terveydenhoidollisiin asioihisi? Luotettavaa ammattilaista, jonka hallinnassa sinun tai läheisesi hoitosuunnitelma pysyy ajan tasalla, ja voit luottaa asioiden järjestyvän? Etelä-Karjalan hyvinvointialueen omahoitajamallin myötä asiakkaan terveydenhoito on yksissä käsissä.

Etelä-Karjalan hyvinvointialue on tarkentanut omahoitajamallia. Aikoinaan Sammonlahden hyvinvointiasemalla pilotoitu palvelumuoto on nyt saatavilla kaikilla hyvinvointialueen hyvinvointi- ja terveysasemilla Etelä-Karjalassa. Omahoitajamallin myötä terveydenhuollon palvelut pysyvät yksissä käsissä, asiointi on sujuvaa ja hoidon jatkuvuus taattu.

— Omahoitajuus on tarkoitettu kaikille yli 80-vuotiaille eteläkarjalaisille, jotka eivät ole kotisairaanhoidon tai ympärivuorokautisen hoivan asiakkaina, pitkäaikaissairaille, joilla on säännöllinen lääkitys sekä henkilöille, joilla

on haasteita selviytyä arjesta, kertoo **Sanna Hyppänen**, omahoitaja Sammonlahden hyvinvointiasemalta.

Ritva Korkiakoski tervehtii iloisesti hymyillen omahoitaja Sannaa, vaikka juuri otetut askeleet vihlaisevat ilkeästi jo kaksi kertaa leikattua nilkkaa.

Aktiivinen eläkeläinen on viimeisen kolmen vuoden aikana joutunut hidastamaan tahtia. Tutulla rantapolulla liukastuminen jätti pysyvät jäljet. Nilkan murtuma käynnisti tapahtumaketjun, joka vei Ritvan toistuvasti julkisen terveydenhuollon palvelujen pariin.

Ritva kiittelee vuolaasti Sammonlahden hyvinvointiaseman omahoita-

ja Sannalta saamaansa apua. Yhteisiä tapaamisia on vuosien varrella ollut lukuisia, sillä omahoitaja tuli tutuksi melko pian Ritvan jäätyä eläkkeelle. Vuosittaiset kontrollikäynnit Sannan luona ovat olleet merkittävässä roolissa sukurasitteena tulleen tyypin 2 diabeteksen ennaltaehkäisyssä ja hallinnassa.

— Jokaiselle omahoitajuuden saaneelle asiakkaalle laaditaan hoitosuunnitelma. Siihen kirjataan hoidon tarve, tavoitteet sekä suunnitelmaa tukevat, asiakkaalle merkitykselliset asiat. Esimerkiksi kävelylenkki kahdesti viikossa, Sanna kertoo.

Terveys- ja hoitosuunnitelman avulla kaikki tietävät, miten hoidon kanssa edetään.

— Lääkäri määrittää numeraaliset tavoitearvot, joihin suunnitelmaa pyritään. Hoitosuunnitelman on oltava selkeä ja helposti toteutettavissa, joten mietimme yhdessä asiakkaan kanssa keskustellen ne keinot, joilla nämä tavoitearvot on mahdollista saavuttaa, Sanna jatkaa.

— Omahoitajan kautta olen saanut kaiken tarvitsemani avun sujuvasti. Jos jätän soittopyynnön, tiedän, että hoitaja palaa pian asiaan ja asiani lähete liikkeelle, Ritva jatkaa.

Sanna kertoo, että soittopyyntö omahoitajan puhelinnumeroon keventää myös terveydenhuollon ajanvarauksen kuormaa. Takaisinsoittava omahoitaja tietää asiakkaansa tarpeen ja osaa kohdistaa terveydenhoidolliset asiat kerralla oikein.

— Asiakkaan ei tarvitse kerrata asioita alusta alkaen. Me omahoitajat konsultoimme vastuulääkäriä ja näin asiakkaan kokonaisvaltainen hoito on suunnitelmallista sekä jatkuvuus taattu, hän kertoo.

KIVUN KIIRTEESSÄ APUNA

Ritvan nilkan murtunut kehräsluu ope- roitiin kolme vuotta sitten, mutta kipu kävellessä ei hellittänyt ja se alkoi hiltalalle vaikuttaa liikkumiseen. Nilkan kivusta johtunut kuormituksen muutos kulutti lonkkaa vieden Ritvan lopulta uudelleen leikkupöydälle, tällä kertaa lonkkaleikkaukseen. Lonkkakipu hävisi tekonivelen myötä, mutta nilkka jatkoi kipuiluaan. Se operoitiin toistamiseen ja luutumista tukenet titaanilevyt poistettiin. Leikkaushaavoja hoidettiin Sammonlahden hyvinvointiasemalla useaan otteeseen.

— Aina kun tulee jokin tarve, soitan suoraan omahoitajan puhelinnumeroon. Sanna tuntee tilanteeni, ja voin luottaa häneen.

Omahoitaja varaa tarvittaessa ajan lääkärille, tarkistaa että esimerkiksi laboratoriolähdetteet ja lääkeresepit ovat kunnossa sekä ohjaa oikean palvelun pariin.

Omahoitajuuden myötä myös akuutin terveydenhuollon kuormitus vähenee, kun asiakkaiden hyvinvoinnin haasteita ennaltaehkäistään.

— On kuitenkin hyvä muistaa, että omahoitaja ei hoida kiireellisiä asioita eikä ole oikea taho silloin, kun on äkillinen avutarve. Me hoidamme kaikki kiireettömät asiat, Sanna muistuttaa.

OMAOHOITAJA OSANA OMATIIMIÄ

Omahoitajat on jaettu hyvinvointialueella maantieteellisesti vastuualueittain. Sannan alueella on väestöä reilut parisen tuhatta. Laskennallisesti oma-

hoitajan palveluita käyttää noin 10 prosenttia vastuualueen väestöstä. Asiakkaita on kaikista eri ikäryhmistä, ja jokaista tuetaan yksilöllisesti laaditun terveys- ja hoitosuunnitelman mukaisesti asiakaslähtöisesti, puhelimitse tai kasvotusten omahoitajan vastaanotolla.

Vuosittaisissa kontrolleissa tutulla hoitajalla käy diabetes-, verenpaine-, astma-, sekä sepelvaltimotautipotilaita. Omahoitajat myös tekevät korvahuuhteluita ja haavahoitotoimenpiteitä sekä antavat rokotuksia ja tarvittavia lääkeinjektioita. Hoidon tarpeen arviointi on osa päivittäistä työtä.

— Otamme koppia asiakkaan kokonaistilanteesta ja annamme terveyttä edistäviä neuvoja, autamme jokaista asiakastamme juuri hänen tarpeidensa ja toiveidensa mukaisesti.

Sanna haluaa korostaa juuri asiakaslähtöistä tapaa toimia. Ennen lääkäri määräsi lääkkeitä, nyt lääkärin kanssa voi keskustella lääkityksestä. Hän tietää, että asiakkaatkin sitoutuvat hoitoon paremmin, kun heidän näkemystään kuullaan.

— Esimerkiksi Ritvan kohdalla sokeriarvoja pidettiin pitkään kurissa liikunnalla ja sopivalla ravitsemuksella, sillä hän vierasti lääkityksen aloittamista.

Ritva ilahui, kun myös ajokortin uusiminen sujui vaivatta omahoitajan kautta.

— Kaikki tuntuu hoituvan Sannan kautta, hän naurahtaa.

Omahoitajalla on aikaa kohdata asiakas. Kiireettömyys kasvattaa myös luottamuksen ilmapiiriä. Usein käykin niin, että nolona pidetty vaiva uskalletaan kertoa vasta tutuksi tulleelle omahoitajalle.

Tammikuussa on Ritvan seuraava sovittu tapaaminen Sannan kanssa. Käynnille on jo kirjattu seuraavaa: kuulon tarkastusta ja lääkityksen vaihtuksen arviointia. Toinen lonkkakin on alkanut kipuilla, mutta toista lonkkaleikkausta hän ei pelkää. Edellisen toipumisenkin oli Ritvan sanojen mukaan kuin taikatemppu.

— Sannan luona on tuntunut aina turvalliselta ja hyvältä käydä.

Etelä-Karjalan hyvinvointialueen omahoitajat ovat varmistamassa ja turvaamassa terveydellistä hoitoa. Soitto nimetylle omahoitajalle nopeuttaa avun saantia sekä keventää myös terveydenhuollon kuormaa.



Omahoitajan tukena ammattilaisista koostuva omatiimi

ETELÄ-KARJALAN HYVINVOINTIALUEEN omahoitajien tukena monipuolisessa työssä on moniammatillinen omatiimitaustatiimi. Omatiimi on asiakkaan avun ja tuen tarpeen perusteella koottu moniammatillinen asiantuntijaverkosto, joka tekee saumatonta yhteistyötä asiakkaan suostumuksella. Tiimiin voidaan nimetä asiantuntijoita laajasti sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluista. Eri alan ammattilaisista koostuvassa omatiimissä on asiakkaan tarpeen mukaan esimerkiksi sosiaalityöntekijä, fysioterapeutti, psykiatrinen sairaanhoitaja, lääkäreitä sekä sairaanhoitajia.

Voisinko minä tai läheiseni kuulua omahoitajuuden piiriin?

Omahoitajamalli on tarkoitettu

- kaikille yli 80-vuotiaille, jotka eivät ole kotisairaanhoidon tai ympärivuorokautisen hoivan asiakkaita
- pitkäaikaissairaille, joilla on säännöllinen lääkitys
- henkilöille, joilla on haasteita arjessa selviytymisessä.

Arviointia varten ota yhteyttä oman alueesi hyvinvointi/terveysasemaan tai soita asiakaspalvelukeskukseen puh. 05 352 7260.

Tutustu lisää osoitteessa ekhva.fi/omahoitaja

Yhteinen tulevaisuus – Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus Etelä-Karjalassa -hanke.