

Kotona asumisen tukeminen Aavan alueella

Etäkontaktit

Päivätoiminnan intensiiviryhmä

Tehostettu kotiutuminen



Etäkontakti

- Hartolan vuorohoidon ja kotihoidon asiakkaita joille tehdään etäjumppaa tabletin ja Skypen kautta kolme kertaa viikossa, 30-45min kerralla Nastolasta
 - Fysioterapeutti kartoittaa toimintakyvyn ja suunnittelee etäjumppaohjelman
 - Fysioterapeutti ensimmäisellä kerralla mukana kun yhteys otetaan Nastolaan jumppaa varten
- Etäkontakteja myös painottuen henkiseen hyvinvointiin
 - Esim. omaishoidettavan kanssa kontakti kun hoitaja asioilla
 - Omaishoitajan jaksamisen tukemista
 - Keskustelu kontakteja kaukana keskuksista oleviin kotihoidon asiakkaisiin yksinäisyyden estoa varten.
- Toiminta laajentunut myös Orimattilan seudulle syksyn 2016 aikana



Päivätoiminnan intensiiviryhmä

- Orimattilan alueella
- Valikoituminen FRAT -pisteiden, tarveharkinnan ja harjoittelumotivaation myötä
- 2 tuntia viikossa 10 viikon ajan
- Sisältönä lattialta ylösnousun harjoittelua, kuntosaliharjoittelua ja keskustelua eri teemoista (mm. jalkineet, ravitseminen, lääkitys yms.)
- Ensimmäisen ryhmän alussa ja lopussa tehtiin kaatumispelko-kysely, jokaisen koko intensiiviryhmään osallistuneen pistemäärä aleni, ts. kaatumispelko väheni
- Ryhmän alkaessa 1/8 pääsi itsenäisesti lattialta ylös, loput tarvitsivat sanallista tai manuaalista apua. Viimeisellä kerralla 2 osallistujaa tarvitsi kevyttä manuaalista ohjausta lattialta nousemiseen, muut suoriutuivat tehtävästä itsenäisesti
- Yksi ryhmäläinen pystyi luopumaan liikkumisen apuvälineistä (rolla/keppi) kokonaan.



Tehostetun kotiutumisen tiimi

Orimattilan seudulla

- Kotihoidon kotiuttaja -toiminnan ja kotikuntoutuksen jaloste
- Toiminnan vastuu tiimillä jossa mukana sairaanhoitaja, fysioterapeutti ja lähihoitajia (kotihoidosta)
- Tarkoituksena nopea ja turvallinen kotiutuminen vuodeosastoilta
- Ensimmäisellä käynnillä (kotiutumispäivänä) kartoitetaan apuvälinetarve, mahdollinen kotihoidon tarve ja tehdään kuntoutussuunnitelmaa
- Tiimin lähihoitajille varattu joka päivälle puolet työajasta tehostetun kotiutumisen asiakkaille
 - Lähihoitajat toteuttavat fysioterapeutin suunnitelmaa aktiivisesti kahden viikon ajan



...Tehostetun kotiutumisen tiimi

- Kahden viikon intensiivijakson jälkeen uusi arvio ja jatkosuunnitelma:
 - Kotihoidon asiakkuus jatkuu ja kotihoidon fysioterapeutti laatii jatkotavoitteet ja suunnitelmat asiakkaan kanssa
 - Asiakas jatkaa tabletin avulla ja/tai kuntouttavan päivätoiminnan asiakkaana
 - Asiakas ohjataan kunnan/kaupungin palveluiden piiriin
- Tehostetun kotiutumisen tiimi tekee kotikuntoutuksen interventiojaksoja myös jo säännöllisen kotihoidon asiakkaille joiden FRAT -pisteet kohonneet
 - Aavan alueella Hartolassa, Nastolassa, Iitissä, Orimattilassa, Myrskylässä ja Pukkilassa on säännöllisistä kotihoidon asiakkaista tehty kesän 2016 aikana FRAT (N= 362) ja näistä 30% prosenttia oli kohonneessa kaatumisen riskissä ja 5 % erittäin kohonneessa riskissä.

