

Ikääntymiseen liittyvän tiedon saatavuudessa puutteita

Anne Kauhanen-Simanainen

anne.kauhanen-simanainen@ciminfo.fi

www.valmentauduvanhuuteen.fi

1900-luvun alkupuolella syntynyt äitini käytti usein sanontaa: ”Ilman tietoa sitä on kuin pimeydessä vaeltaisi”. Tietoyhteiskunnassa etenkin julkishallinnon ja yhteiskunnan varoin tuotetun tiedon tulisi olla kaikkien käytettävissä helposti ja avoimesti. Näin ei kuitenkaan ole. Ikääntymiseen, vanhusoikeuksiin, etuuksiin ja palveluihin liittyvä tiedonvälitys on heikosti ja hajanaisesti järjestetty. Tietoa on paljon, mutta sen löytäminen voi olla suuritöistä silloin, kun sitä eniten tarvittaisiin. Usein tieto on sellaisessa muodossa tai siten esitetty, että asianomaisten itsensä on vaikea saada ja käyttää sitä.

Monipuolista tietoa tarvitaan etenkin muutostilanteissa. Näitä tilanteita voivat olla eläkkeelle jääminen, muutto, taloudellisen tilanteen heikkeneminen, sairastuminen krooniseen sairauteen, toiminta- tai liikkumiskyvyn heikkeneminen, yksin jääminen, mielenterveysongelma tai lähiomaisen kuolema. Tilanteisiin liittyy runsaasti käytännöllisiä asioita: erilaisten hakemusten tekoa, asumis- ja palveluvaihtoehtojen selvittelyä, hoitotahdon, edunvalvontavaltuutuksen laadintaa, taloudellisia ja juridisia kysymyksiä. Omaisia tarvitaan usein avuksi ja heille voi tulla harkittavaksi omaishoitajaksi ryhtyminen. Tietoa ja apua etsitään tutuilta, internetistä, eri virastoista, yrityksistä ja järjestöistä. Omat psyykkiset ja fyysiset voimat ovat usein näissä tilanteissa vähissä.

Tietoa tarvitaan oikeuksista ja vaihtoehtoista

Tieto potilaan asemasta ja oikeuksista, hoitotahdosta ja edunvalvontavaltuutuksen tekemisestä ei ole tavoittanut riittävästi kansalaisia. Tieto vanhusoikeuksista puuttuu usein heiltä itseltään, hoitohenkilökunnalta, omaisilta ja jopa juristeilta. Niinpä itsemääräämisoikeus siirtyy helposti omaisille ja hoitohenkilökunnalle. On tavallista, että vanhuksen ohitse puhutaan ja ohitetaan ratkaisuihin hänen tahtonsa. Pahimpia oikeuden rikkomuksia on vapauden riisto sitomisella ja lääkkeillä. Kun Suomessa ei ole vanhusasiavaltuutettua, on vaikea löytää tahoja, jonka puoleen kääntyä oikeusturva-asioiden osalta.

Ikäihmisten omia mahdollisuuksia arvioida itsenäisesti palveluja ja tehdä valintoja tulisi tukea tiedon avulla. Tiedon erilaisista asumisvaihtoehtoista, palveluista ja apuvälineistä pitäisi olla nykyistä helpommin saatavissa, vertailukelpoista ja selkeästi esitettyä. Nyt tietoa joutuu etsimään useista lähteistä ja useilta tahoilta. Kotihoito, kotipalvelu, kotisairaanhoido, palveluasuminen ja mitään ne kaikki merkitsevätkään, ovat hämmentäviä varsinkin silloin, kun niihin – usein kaoottisessa tilanteessa – joutuu ensimmäistä kertaa perehtymään. Monissa kunnissa ei kokonaiskäsitystä yksityisestä ja julkisesta palvelutarjonnasta ole juuri kenelläkään puhumattakaan siitä, että voisi vertailla eri kuntien palveluja, laatua ja kustannuksia keskenään. Etuuksia jää hakematta ja saamatta, kun ihmiset eivät osaa hakea niitä.

On runsaasti tekniikkaa ja apuvälineitä, jotka helpottavat toimintaa, liikkumista ja kotona asumista. Tieto erilaisista apuvälineistä tulisi järjestää paljon helpommin saataville. Ruotsissa selvitetään, miten asiakkaat voisivat itse valita myös yhteiskunnan kustantamat apuvälineensä ja mitään vaikutuksia sillä olisi verrattuna siihen, että ammattilainen valitsee apuvälineet. Vanhuus- ja

kansanterveysministeri Maria Larsson on toivonut, että hänelle tapahtaisi tulevaisuudessa postilaatikosta Ikean luettelon lisäksi Apuvälineluettelo.

Tietoa vanhenemisestä tarvitsevat kaikki

Vanhuus on niin torjuttu asia, että tieto normaalista vanhenemisestä on kateissa. Sen sijaan on paljon myyttejä, uskomuksia, luuloja ja väärää tietoa. Tutkimustieto ei saavuta hoitohenkilöstöä, omaisia eikä ikäihmisiä itseään, puhumattakaan päättäjistä. Seurauksena on pahimmillaan ylilääkitystä ja sen aiheuttamia kaatumisia ja virheellisiä dementiatulkintoja. Vanhuksia eristetään normaalin elämän ja yhteiskunnan ulkopuolelle laitoksiin tai omaan kotiin. Mitä enemmän ikää, sitä vähemmän tuetaan kuntoutumista, vaikka ihmisillä olisi itsellään halu siihen. Kun kaikilta puuttuu tieto siitä, mitä normaali vanheneminen on, siihen ei osata eikä haluta valmentautua, vaan se tulee shokkina ihmisille itselleen ja heidän omaisilleen.

Yhteiskunta on rakennettu ja suunniteltu nopeasti liikkuvia, nopeasti suoriutuvia, keskikokoisia ja nuoria ihmisiä ajatellen. Esimerkiksi liikenteessä taajamien jalankulkuonnettomuuksissa useimmiten auton alle jää iäkäs jalankulkija. Näistä onnettomuuksista 60 prosenttia tapahtuu suoja-ajattomasti. Syynä onnettomuuteen on tavallisesti ollut se, että autoilija on havainnut jalankulkijan liian myöhään. Liikennevalojen suoja-ajat eivät riitä hitaasti liikkujille. Kuitenkin tulevaisuudessa ympärillämme on enemmän ja vanhempia ikäihmisiä kuin koskaan tähän asti historiassa.

Tietoa vanhenemisestä tarvitsevat ikääntyvät itse, heidän omaisensa ja hoitajansa. Sitä tarvitsevat päättäjät, insinöörit, juristit, liikenne- ja tuotesuunnittelijat, palvelujen tarjoajat. Vanhusten ja lasten tarpeissa on paljon yhtäläisyyksiä. Sopeuttamalla asumista, liikennettä ja koko yhteiskuntaa paremmin heidän tarpeisiinsa voidaan rakentaa inhimillisempi yhteiskunta kaikille.

Ihmisillä oikeus itseään koskeviin tietoihin

Kaikkea tietoa ei kuitenkaan saa jakaa ja jokaisella on oikeus tietää, mitä tietoja hänestä kerätään ja talletetaan. Tietoyhteiskunnassa on ihmisten yksityisyyden suojeluun kiinnitettävä huomiota, ja siitä on olemassa henkilötietolaki. Ikääntyneistä ihmisistä, jotka saavat kotipalvelua tai asuvat palvelutalossa tai hoitokodissa, kerätään kuitenkin runsaasti heidän tietämättään yksityiselämään ja liittyvää ja heidän persoonaansa arvioivaa tietoa. Palvelu- ja hoitohenkilökunta kerää tietoja osana työtään tavoitteena oikean palvelun tai hoidon tarjoaminen. Kunnat ovat hankkineet tätä varten kalliita tietojärjestelmiä.

Tietoja keräävällä ja tallentavalla henkilöstöllä, laitosten johdolla ja luottamushenkilöillä on oltava koulutusta ja hyvät ohjeet henkilökohtaisten tietojen käsittelyyn. Tulisi myös miettiä tiedon keruun tarkoitusta. Auttavatko nämä tiedot ymmärtämään ihmistä kokonaisuutena?

Ikääntyvien ja vanhusten oma asiantuntemus käyttöön

Hyvin suunnitellut tietopalvelut ovat yksi keino tukea ikääntyneiden itsenäistä päätöksentekoa, palvelujen valintaa ja omien asioiden hoitamista. Tiedon avulla voidaan tukea asumista kotona, mukana oloa, osallistumista ja vaikuttamista sekä itsemääräämisoikeutta. Tietopalveluissa on yhdistettävä internetin verkkopalvelut ja asiantunteva, henkilökohtainen neuvonta. Lisäksi tarvitaan

selkeitä, kokoavia paperiesitteitä oikeuksista, etuuksista ja palveluista. Monitieteisen tutkimuksen tuloksia on yhdistettävä eri tieteenaloilta ja jaettava yleistajuisesti esitettynä.

Internet on keskeinen tiedon välityksen kanava. Satojen kilometrien päässä ikääntyneistä vanhemmistaan asuvat omaiset ovat netin suurkuluttajia etsiessään apua näille. Koko ajan kasvaa myös niiden ikäihmisten määrä, jotka haluavat itse hoitaa asioitaan verkon kautta. Matkat palveluihin voivat olla pitkiä, julkiset liikenneyhteydet huonoja eikä mielellään enää ajeta autoa.

Suomalaisissa verkkopalveluissa on paljon parannettavaa ikäihmisten kannalta. Esimerkiksi Ison-Britannian ja Kanadan julkishallinnon verkkopalveluissa, ns. kansalaisportaaleissa ovat +50 vuotiaiden palvelut ja palvelut omaishoitajille nostettu esille huomattavasti näkyvämmiin kuin vastaavissa suomalaisissa palveluissa.

Internet-palveluja on pitkään suunniteltu nuorten ammattilaisten ja erilaisten suppeiden asiantuntijatarpeiden pohjalta. Nuorten suunnittelijoiden on usein vaikea tunnistaa ikäihmisten tarpeita ja ongelmia. Siksi ikääntyvien käyttäjien tulisi olla mukana suunnittelussa alusta lähtien.

Ikäihmisillä itsellään on paljon arvokasta tietoa ja asiantuntemusta, jota ei osata käyttää. Tiedon korkein aste on viisaus, ja se kertyy vain elettyjen vuosien ja kokemusten myötä. Sitä tarvitaan yhteiskunnassamme ja sen päätöksenteossa nyt enemmän kuin koskaan. Ristiriita on siinä, että viisauden edellytyksenä olevaa vanhenemista ei arvosteta vastaavasti. Suomella on mahdollisuus kehittyä tietoyhteiskuntana panostamalla vanhenemista koskevan tiedon saatavuuteen, ottamalla ikääntyneet mukaan tulevaisuuden suunnitteluun ja kuulemalla heitä päätöksenteossa. Vanhenemisessä piilee voimanlähde.

Lähteitä:

Kauhanen-Simanainen Anne (2008). Valmentaudu vanhuuteen – viisaasti. Opas omaehtoiseen ikääntymiseen. Helsinki: CIM kustannus. (ILMESTYY HUHTIKUUSSA 2009)

Cohen Gene D. (2005). The mature mind: the positive power of the aging brain. New York: Basic Books.

Ikääntyminen ja toimintakyky: haaste tutkimukselle. Kolmas kansallinen ikääntymisen foorumi 9.11.2006. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja N 24/2007.

Kivelä Sirkka (2005). Me, ikääntyminen ja lääkkeet. Helsinki: WSOY.

Kylmäniemi Mariann ja Töytäri Outi (2008). Vammaispalvelulain mukaiset apuvälinepalvelut.

Selvitys apuvälinepalvelujen toteutumisesta Suomessa vuonna 2006. Stakes. Työpapereita 22/2008.

Leivo Mervi, Tamminen Anna ja Vanhanen Nyky: Kun muistisairaus asettuu taloksi, teoksessa

Toinen vääryyskirja. Lähikuvia sosiaalisista epäkohdista (2008). Toim. Hirvilampi Tuuli ja Laatu Markku. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.