



Gruppverksamhet och effektiverad hemrehabilitering

Ryhmätoiminta ja tehostettu kotikuntoutus

Paula Kullas, tf. Överskötare

Paula Kullas, vt. Ylihoitaja



Effektiverad hemrehabilitering

För vem?

- Personer som inte kan utskrivas från sjukhuset utan utomstående hjälp
- Personer som får ett utbyte av effektiverad rehabilitering
- Personer vars förmåga att klara sig hemma är äventyrad

Mål

- Att klienterna ska klara sig hemma utan hemvård eller med hjälp av hemvård
- Att klienterna genom rehabilitering blir aktiva aktörer i sin egen vardag med beaktande av begränsningarna i funktionsförmågan

Innehåll

- Ett mångprofessionellt team som gör rehabiliterings- och/eller vårdbesök efter behov
- Teamet består av en fysio- och ergoterapeut, sjukskötare och närvårdare samt ett läkarstöd.
- Plan för individuell rehabilitering
- Kl. 7-21 varje dag
- Bedömning av behov av hjälpmedel och bostadsändringsarbeten
- Plan för hur funktionsförmågan ska upprätthållas efter perioden
- Uppföljningssamtal 1-2 månader efter att perioden avslutats

Tonvikt vid vårdbehovet (1-4 veckor)

Hemrehabilitering

För vem?

- Klienter som inte är i behov av vård eller klienter som regelbundet får hemvård
- Klienter som bor hemma (ålderstigna personer) vars funktionsförmåga nedsatts i den grad att deras förmåga att klara av vardagsfunktioner och aktiviteter har blivit sämre

Mål

- Att klienterna ska klara sig självständigt i sin vardag
- Att hemvårdsklienterna ska klara sig med stöd av hemvården
- Att återställa en plötsligt försämrad funktionsförmåga till den tidigare nivån

Innehåll

- En anställd inom hemrehabiliteringen gör en bedömning av funktionsförmågan och en rehabiliteringsplan
- Tidsbestämd rehabiliteringsperiod med en individuell besökstäthet och ett individuellt innehåll
- Anvisas till motionsgrupper och andra tjänster
- Bedömning av behov av hjälpmedel och bostadsändringsarbeten

Tonvikt vid rehabiliteringsbehovet (varar enligt behovet)



Tehostettu kotikuntoutus

Kenelle?

- Sairaalasta kotiutuminen ei mahdollista ilman ulkopuolista apua
- Hyötyy tehostetusta kuntoutuksesta
- Kotona pärjääminen vaarantunut

Tavoite

- Asiakas pärjää ilman kotihoitoa tai kotihoidon turvin kotona
- Kuntoutuminen aktiiviseksi toimijaksi omassa arjessa toimintakyvyn rajoitteet huomioiden

Sisältö

- Moniammatillisen tiimin kuntoutus- ja/tai hoitokäynnit tarpeen mukaan
 - Tiimissä fysio- ja toimintaterapeutti, sairaanhoitaja, lähihoitaja, lääkärituki.
- Yksilöllinen kuntoutumisen suunnitelma
- Klo 7-21 jokaisena päivänä
 - Apuväline- ja asunnonmuutostyötarpeen arviointi
- Suunnitelma toimintakyvyn ylläpitämiseksi jakson päätyttyä
- Seurantasoitto 1-2 kk jakson päätyttyä

Hoidollinen tarve painottuu (1-4 vko)

Kotikuntoutus

Kenelle?

Asiakkaalla ei ole hoidon tarvetta tai asiakas on säännöllisen kotihoidon piirissä Kotona asuva (ikäntynyt), jonka toimintakyky heikentynyt niin, että päivittäisistä toiminnoista ja aktiviteeteista selviytyminen heikentynyt

Tavoite

- Asiakas pärjää itsenäisesti arjessaan
- Kotihoidon asiakas pärjää kotihoidon turvin
- Äkillisesti heikentynyt toimintakyky palautuu entiselle tasolle

Sisältö

Kotikuntoutuksen työntekijän tekemä toimintakykyarviointi ja kuntoutumisen suunnitelma Määräaikainen kuntoutusjakso, jonka käyntitiheys ja sisältö yksilöllinen Ohjaus liikuntaryhmiin ja muihin palveluihin Apuväline- ja asunnonmuutostyötarpeen arviointi

Kuntoutuksen tarve painottuu (kesto tarpeen mukaan)

Förebyggande rehabiliteringstjänster (i grupp) och rehabiliteringstjänster som stöder funktionsförmågan (i grupp) för äldre personer som bor hemma

Seniorrådgivning, Social- och hälsocentralen

- Klienten fyller i en blankett på Omaolo där hen bedömer sina symtom
- På basis av svaren ger en hälsovårdare råd och anvisningar samt vidtar åtgärder. Hälsovårdaren ger vid behov ett hemprogram, testar funktionsförmågan och/eller konsulterar fysioterapi
- Konsultation: fysioterapi/rehabiliteringen framskrider i enlighet med rehabiliterings-serviceprocessen
 - Anvisas till kommunernas eller ÖVPH:s grupper enligt behov

ÖVPH

Terapeutiska grupper:

- Behov av träning som planerats och handleds av en sakkunnig i rehabilitering (polikliniskt, på viss tid)

Grupper som stöder funktionsförmågan

- Gruppverksamhet för äldre personer som bor hemma, vars funktionsförmåga har försämrats i avsevärd utsträckning
- Kräver rekommendation av en yrkesutbildad person inom social- och hälsovården
 - Hemrehabiliteringens terapeuter fungerar som handledare (fysioterapeut, ergoterapeut, hemvårdare, närvårdare)
 - Även distansgrupper

Kommunernas motionsgrupper och grupper som främjar funktionsförmågan

- Motionsgrupper och grupper som främjar funktionsförmågan (låg tröskel)
- Målet är att upprätthålla och förbättra funktionsförmågan
- I dessa grupper beaktas de särdrag som åren för med sig
- Distansgrupper?

← Samarbete och fortsatt handledning →



Ennaltaehkäisevät ja toimintakykyä tukevat ryhmäkuntoutuspalvelut kotona asuville ikäihmisille



Seniorineuvola- toiminta, SOTE-keskus

- asiakas täyttää omaolo **itsearviointi** lomakkeen
- vastausten perusteella th:n neuvonta, ohjeet, toimenpiteet. Th antaa tarvittaessa **kotiohjelman**, tekee **toimintakykytestit** ja/tai **konsultoi** fysioterapijaa
- konsultaatio: **ft/kuntoutus** etenee kuntoutuspalveluiden prosessien mukaisesti
- Ohjaus kuntien tai övph:n ryhmiin tarpeen mukaan

Övph

Terapeuttiset ryhmät:
tarve kuntoutuksen ammattilaisten suunnittelemaan ja ohjaamaan harjoitteluun (polikliinisesti, määräaikaisesti)

Toimintakykyä tukevat ryhmät

- Ryhmätoimintaa kotona asuville ikäihmisille, joiden toimintakyky on huomattavasti heikentynyt
- Ryhmään ohjaututaan sote-ammattilaisen suosituksesta
 - Ohjaajina kotikuntoutuksen terapeutit (ft, tt, kh, lh)
 - Myös etäryhmiä

Kuntien liikunta- ja toimintakykyryhmät

- Matalan kynnyksen liikunta- ja toimintakykyryhmiä
 - Tavoitteena toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen
- Ryhmissä huomioidaan ikääntymisen tuomat erityispiirteet
 - Etäryhmät?

Yhteystyö ja jatko-ohjaus



Välstånd genom livet. Hyvinvointia läpi elämän.



Österbottens välfärdsområde
Pohjanmaan hyvinvointialue