

Vanhan Vaasan sairaalan hoito- ja kuntoutusmuodot



Sisällys

1. PSYKOSOSIAALISET KUNTOUTUSMUODOT	3
2. TOIMINNALLINEN KUNTOUTUS	9
3. LUOVAT TERAPIAT	13
4. SOMATIikka	16
5. LUONTO- JA ELÄINAVUSTEINEN KUNTOUTUS	18
6. TOIMINTATERAPIA	22
7. SOSIAALITYÖ	23
8. MUU TOIMINTA SAIRAALASSA	24

ARVOISA LUKIJA

Esite Vanhan Vaasan sairaala HOITO- JA KUNTOUTUSMUODOISTA on laadittu, jotta erityisesti sairaalan potilailla ja heidän omaisillaan on saatavilla ajankohtainen tieto sairaalan kehityvistä ja valtakunnallisten suositusten mukaisista hoito- ja kuntoutusmenetelmistä. Oppaan toivotaan auttavan potilaita ja henkilökuntaa hoitoneuvotteluissa, hoitosuunnitelmien laadinnassa sekä tarpeenmukaisten hoitomuotojen valinnassa.



1. PSYKOSOSIAALISET KUNTOUTUSMUODOT

HOITOSUHDE

Luottamukseen pohjaava hoitosuhde luo perustan oikeuspsykiatriselle hoitotyölle. Hoitosuhdetyöskentely tarkoittaa säännöllisiä potilaan ja omahoitajan välisiä keskusteluja sekä erilaisen taitojen harjoittelua arjessa. Hoitosuhdetyöskentelyn tavoitteet määritellään yksilöllisesti potilaan hoidolliset tarpeet huomioiden. Hoitosuhdetyöskentelyssä tutkitaan ajattelun, toiminnan ja tunteiden välisiä yhteyksiä sekä etsitään vaihtoehtoja ongelmallisille tavoille ajatella, toimia ja tuntea. Hoitosuhdetyöskentely on aina tavoitteellista ja suunnitelmallista. Hoitosuhteen tavoitteista ja niiden saavuttamiseksi käytettävistä keinoista sovitaan yhteistyössä potilaan kanssa.

PSYKIATRINEN HOITOTOIVE

Mikäli psyykkinen vointisi heikentyy niin, että et kykene itse kertomaan toiveistasi, on hyvä, että olet etukäteen miettinyt asioita ja kirjoittanut toiveesi ylös. Voit kirjata hoitotoiveeseen esimerkiksi millaiset keinot auttavat sinua rauhoittumaan, kun olet kiihtynyt tai ahdistunut. Psykiatrinen hoitotoive kirjataan omahoitajan kanssa silloin, kun olet psyykkisesti riittävän hyvässä voinnissa. On erittäin tärkeää, että olet ymmärtänyt hoitotoiveen sisällön ja merkityksen. Joissakin tilanteissa, esimerkiksi turvallisuuden takaamiseksi, ei aina ole mahdollista noudattaa hoitotoivettasi ja silloin hoitohenkilökunta voi joutua toimimaan eri tavalla kuin olet kirjannut hoitotoiveeseesi. Psykiatrinen hoitotoive -lomake on hyvä säilyttää sairauskertomuksessasi, jolloin hoitava henkilökunta voi käyttää sitä hoitosi tukena.

YKSILÖ- JA RYHMÄPSYKOTERAPIA

Psykologit ja sairaalan koulutetut psykoterapeutit osallistuvat potilaiden hoitoon tuomalla asiantuntemustaan moniammatillisen työryhmän käyttöön. He ovat mukana potilaiden hoitoa ja hoitosuunnitelmia koskevissa kokouksissa sekä tapaavat potilaita ja omaisia. Tarvittaessa he tekevät potilaan hoitoon liittyviä ja sitä edistäviä arviointeja sekä kohdennettuja lyhyempiä tai laajempia ja pidempiaikaisia psykologisiin menetelmiin pohjaavia hoitointerventioita.

Vanhan Vaasan sairaalassa psykoterapeuttiset interventiot toteutetaan pääosin kognitiivisen käyttäytymisterapian viitekehyksestä käsin ja ne voidaan jakaa oirekeskeisiin, tunnetaitopohjaisiin ja ajattelutaitoryhmiin. Psykoterapia on aina tavoitteellista työskentelyä, jonka kesto

määritellään potilaan tarpeiden mukaan muutamasta tapaamisesta (mini-interventio) vuosia jatkuvaan erittäin pitkään psykoterapiaan. Sairaalassa suositaan ryhmämuotoisia interventi-
oita, mutta työskentelyä on myös mahdollisuus toteuttaa yksilöpsykoterapian muodossa. Sen
soveltuvuutta hoitomuodoksi arvioidaan moniammatillisessa työryhmässä. Yksilöpsykoterapi-
assa tärkeää on potilaan oma motivaatio työskentelyyn.

OIREFOKUSOIDUT RYHMÄT

SKITSOFRENIAN PSYKOEDUKAATIO

Vuorovaikutuksellinen keskustelu ja kokemusten vaihtaminen muiden potilaiden kanssa on to-
dettu tehokkaammaksi kuin pelkkä tiedon jakaminen potilaalle ammatilaisen puolesta. Psy-
koedukaatio tarkoittaa tiedon jakamista psykoosisairaudesta ja sen tavoitteena on antaa tietoa
ja lisätä ymmärrystä omasta sairaudesta. Psykoedukaatiossa potilas nähdään aktiivisena osal-
listujana ja Vanhan Vaasan sairaalassa psykoedukaatiota toteutetaan yksilöterapihana hoito-
suhdetyöskentelyssä ja erillisinä ryhminä. Kaikille sairaalan potilaille tarjotaan psykoedukaa-
tiota joko yksilönä tai ryhmämuotoisena jo hoidon alkuvaiheessa, ja uudelleen, kun kuntoutu-
minen on edennyt. Yksilötyöskentelyssä keskitytään enemmän yksilöllisten oireiden ja hallin-
takeinojen harjoitteluun. Psykoedukaatioryhmiä pidetään säännöllisesti jokaisella osastolla ja
yli osastorajojen. Potilaiden omaisten mukaan ottamiseen hoidossa kannustetaan ja sairaa-
lassa tarjotaan myös potilaan omaisille mahdollisuutta psykoedukaatiokeskusteluihin sekä
omaohjaajan että moniammatillisen tiimin kanssa.

ÄÄNIRYHMÄ

Ääniryhmä on tarkoitettu ääniharhoja kuuleville potilaille. Ryhmä tarjoaa vertaistukea, sekä
tutkittua tietoa ääniharhoista. Ryhmässä autetaan paremmin hallitsemaan äänien kuulumista
eri keinoin. Ryhmässä etsitään yhdessä ymmärrystä äänien kuulemiselle kokemuksia vaihta-
malla ja keskustelemalla niistä ryhmäläisten kesken. Ryhmän avulla pyritään lievittämään pel-
koja ja muita vaikeita tunteita, joita äänien kuulemiseen liittyy.

SOSIAALISTEN TAITOJEN RYHMÄ

Ryhmän tavoitteena on kohentaa potilaiden sosiaalista toimintakykyä harjoittelemalla vuorovaikutuksessa tarvittavia taitoja. Taitoja voidaan harjoitella yksin hoitajan opastuksella tai ryhmässä. Ryhmään osallistuvan potilaan toimintakyvyn tulisi olla suhteellisen vakaa ja hänen tulee kyetä toimimaan ryhmässä. Taitoja harjoitellaan mallioppimisen kautta sekä parin kanssa tehtävien rooliharjoitusten avulla.

PÄIHDEHOITOTYÖ

Päihderiippuvuuden hyvä hoitotasapaino on monelle potilaalle psyykkisen voinnin tärkeimpiä kulmakiviä. Päihdehoitotyö Vanhan Vaasan sairaalassa pyrkii selvittämään yksilö- tai ryhmähoidollisin keinoin vastausta kysymyksiin: ”mitä päihdeongelma tarkoittaa”, ”onko se sairaus vai tapa käyttäytyä” ja ”kuinka sitä voidaan hoitaa”? Sairaalassamme toteutetaan päihdehoitoa usealla tasolla:

Yksilöhoito: Kaikista tärkein hoitomuoto yksilöhoidossa on keskustelut omahoitajan, -lääkärin, psykologin ja koko hoitotiimin kanssa. Luottamus on ensiarvoisen tärkeää hoitosuhteessa.

Päihdekartoitus ja päihdediagnoosien selvittäminen. Potilaan historiaan tutustuminen ja päihdeongelman vaikeusasteen ja syvyyden selvittäminen. **Motivoiva haastattelu.** Asiakeskeinen ja muutosmotivaatiota vahvistava hoitomenetelmä. Toimiva vuorovaikutus on tärkeää tässä hoitomuodossa. **Psykoedukatiiviset menetelmät.** Kognitiivinen käyttäytymisterapia (KKT) viitekehyksenä. KKT:n keinoin voi opettaa selviytymiskeinoja, joilla voi säädellä mielihaluja ja ehkäistä retkahtamista. Lisäksi KKT:n menetelmien avulla kuntoutuja oppii paremmin ymmärtämään itseään ja ennakoimaan mielihalujensa esiintymistiheyttä ja voimakkuutta.

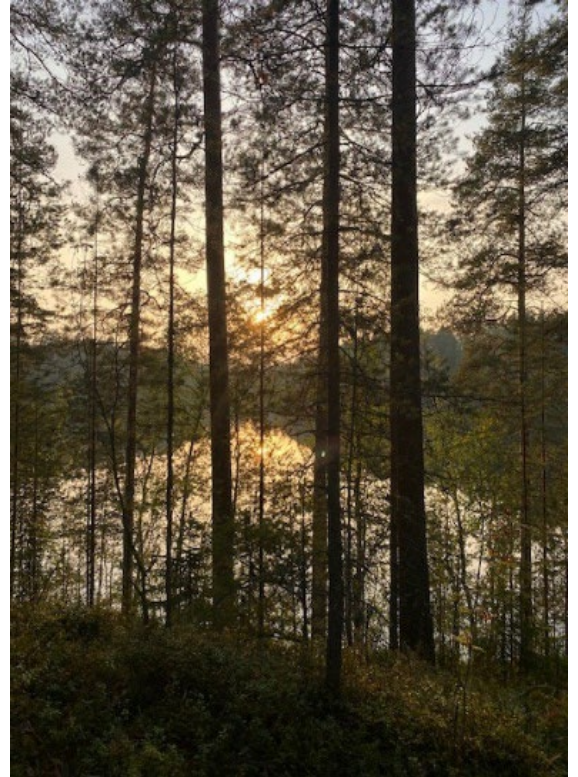
Päihderyhmä. Päihderyhmiä järjestetään joko osastokohtaisesti tai yli osastorajojen. Päihderyhmä koostuu noin kymmenestä istunnosta, joissa on kaksi vastuullista ryhmänvetäjää hoitohenkilökunnasta.

AA/NA (kokemusasiantuntijuus). Avoimempien osastojen potilailla on mahdollisuus osallistua.

TUNNETAITORYHMÄT

DIALEKTINEN KÄYTTÄYTYMISTERAPIA (DKT)

DKT on hoitokokonaisuus, jossa keskitytään tunnetaitojen harjoitteluun ja säätelytaitojen vahvistamiseen. Hoito-ohjelma muodostuu 16 kerran taitoalvalmennusryhmistä ja lisäksi jokaiselle potilaalle tarjotaan hoito-ohjelman ajaksi yksilöohjaus taitojen harjoittelun ja yleistämisen tueksi. Taitoryhmäalvalmennusta jäsentää taitotyökirja, joka on räätälöity oppimisen optimoimiseksi ja ryhmissä harjoitellaan tietoisuustaitoja, tunteiden tunnistamista ja hallintaa, ahdingon ja vihanhallintaa, hyväksymistaitoja sekä keinoja rakentavaan vuorovaikutukseen. Yksilöalvalmennuksessa räätälöidään taitoja potilas-kohtaisesti sekä työstetään potilaan ajankohtaisia tunnetaitoihin liittyviä tarpeita ja niistä johtuvia tilanteita arjessa. Tilanteita seurataan potilaan itsensä täyttämän viikkokortin avulla ja ongelmatilanteita analysoidaan ja ratkotaan yhdessä. DKT-hoitomuotoa toteuttaa siihen erikseen koulutetut DKT-ammattilaiset, jotka myös tukevat muuta henkilökuntaa toimimaan DKT:n toimintamallien mukaisesti osastoarjessa.



VIHANHALLINTARYHMÄ / ART (Aggression replacement therapy)

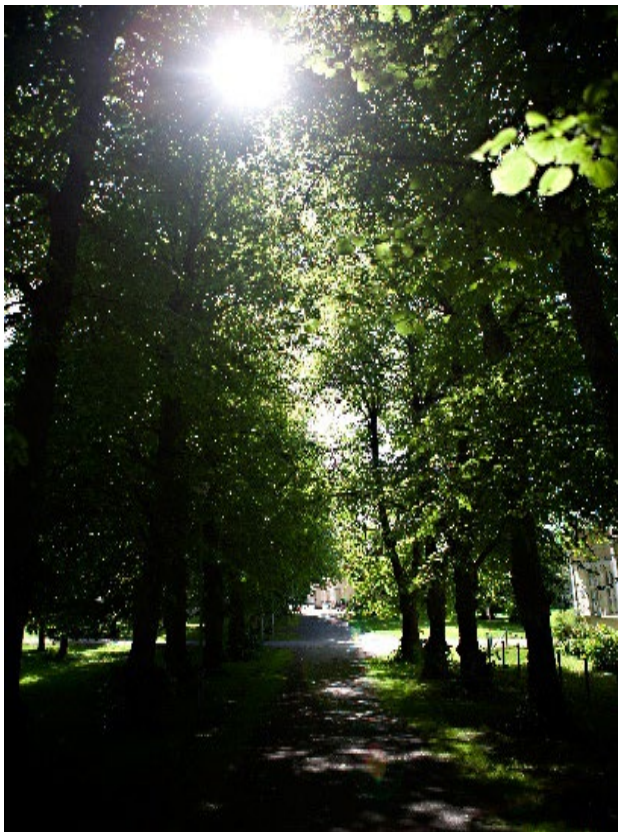
ART on menetelmä, jossa toiminnallisten harjoitusten kautta pyritään sosiaalisen, hyväksytyn käyttäytymisen vahvistamiseen. Menetelmän avulla oppii itsehillintää, uusia sosiaalisia taitoja ja moraalista ajattelua. Edellä mainittuja taitoja voidaan sitten hyödyntää jokapäiväisessä arjessa. ART-menetelmä jaetaan kolmeen osa-alueeseen: vihanhallinta ja tunnetaso, sosiaaliset taidot ja käyttäytymisen taso sekä moraalinen perustelu, arvojen ja ajattelun taso. Harjoitteet on suunniteltu tehtäviksi ryhmässä, mutta harjoituksia tehdään tarpeen mukaan myös yksilötyöskentelynä. Ryhmäkerroilla käydään kunkin osa-alueen taitoja läpi strukturoidusti. Jokaisesta kerrasta tulee myös kotitehtäviä. Menetelmässä ryhmäkerroilla pyritään avoimeen keskusteluun ja harjoitukset vaativat myös hieman heittäytymistä niin ryhmäläisiltä, kuin ohjaajilta. Positiivisen vahvistamisen kautta ryhmään luodaan hyvä ja rohkaiseva ilmapiiri.

MYÖTÄTUNTOKESKEINEN VIHANHALLINTARYHMÄ (VOIMA)

Voimaryhmä perustuu myötätuntokeskeiseen psykoterapian ja psykofyysisen työskentelyn perusajatukseseen, että kaikilla tunteilla on funktio, joka selittää niiden säilymisen ja vahvistumisen. Voimaryhmässä harjoitellaan tunteiden kokonaisvaltaista tunnistamista sekä ajatuksia ja kehoollisia reaktioita tunnetasolla, ja opitaan säätelemään, muokkaamaan ja ilmaisemaan itseään ja tarpeitaan rakentavasti. Voimaryhmää ohjaavat yhdessä menetelmään koulutettu psykologi sekä fysioterapeutti. Ryhmä kokoontuu kymmenen kertaa työkirjan mukaisia keskusteluja varten. Lisäksi tapaamisiin sisältyy sykeohjattu treeni, jossa tarkkaillaan kehoollisia tuntemuksia.

AJATTELU JA TIETOISUUSTAITORYHMÄT

LUONNOSTA VIRTAA -RYHMÄ



Luonnosta Virtaa® (LuoVi) -kuntoutus on 12 keran ryhmäkuntoutusinterventio, joka pohjautuu luonnon tutkittuihin hyvinvointi- ja terveysvaikutuksiin, ohjattuun ryhmäprosessiin, sekä kuntoutumista tukeviin luontointerventioihin. Kolmivaiheisen kuntoutusmenetelmän ensimmäisessä vaiheessa tuetaan hyväksyvää läsnäoloa ja luontoyhteyden muodostumista sekä luonnon koettujen hyvinvointivaikutusten tiedostamista. Toisessa vaiheessa keskitytään omien kokemusten prosessointiin luontosymbolien ja vertaistuen avulla, sekä pyritään tukemaan minäkuvan myönteisiä muutoksia. Kolmannessa vaiheessa suunnataan katse toiveikkaaseen tulevaisuuteen ja keskitytään tulevaisuuden tuomien mahdollisuuksien tunnistamiseen, sosiaalisen

tuen merkitykseen omassa elämässä sekä luontoympäristön hyödyntämiseen psyykkisen itsesäätelyn tukena. LuoVi-ryhmä kokoontuu sairaala-alueen ulkopuolella vaihtelevissa luontoympäristöissä. Ryhmänohjaajina toimivat koulutetut LuoVi-ohjaajat.

METAKOGNITIIVINEN TAITOHARJOITTELU (MCT)

Metakognitiivinen taitoharjoittelu on ryhmämuotoinen hoitointerventio, jossa tarkoituksena on vahvistaa siihen osallistuvien sosiaalisia taitoja ja omaa ajattelua koskevaa ymmärrystä. Ryhmässä harjoitellaan ajattelun taitoja. Ryhmässä on 10 tapaamiskertaa, joilla painotetaan harjoitusten tekoa ja keskustelua.

SCIT (Social Cognition and Interaction Training)

SCIT on ryhmäterapia kaikille, jotka haluavat harjoitella sosiaalisissa tilanteissa toimimista. Ryhmässä harjoitellaan valokuvien ja videoitujen tilanteiden avulla vuorovaikutustilanteita ja jaetaan kokemuksia erilaisista vuorovaikutustilanteista. SCIT:in tavoitteena on lisätä sosiaalisissa tilanteissa tarvittavia vuorovaikutustaitoja harjoittelemalla virhetulkintojen ja hätiköityjen johtopäätösten tunnistamista.

CRT (cognitive remedation therapy)

CRT-kuntoutus on yksilömuotoisena annettavaa kuntoutusta, joka on tarkoitettu skitsofreniaa sairastaville potilaille ja joilla on kognitiivisen toiminnan heikentymistä. CRT:n tavoitteena on parantaa keskittymiskykyä, työmuistia ja toiminnanohjausta. CRT:ssa opetellaan myös oman ajattelun ohjausta. Kuntoutusohjelma toteutetaan kahden kuntoutusta tekevän henkilön ohjaamana ja se sisältää 44 kertaa. CRT ei sovellu henkilöille, joilla on akuuttia psykoottisuutta, kuukauden sisällä saatua sähköhoitoa tai etenevä neurologinen sairaus /oireita.

NEUROPSYKIATRINEN VALMENNUS (Nepsy)

Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmennus on kuntouttavaa ja ennaltaehkäisevää toimintaa, joka tuo arkeen uusia näkökulmia, taitoja ja toimintatapoja. Valmennuksessa otetaan ihminen huomioon kokonaisvaltaisesti, oman elämänsä aktiivisena toimijana. Valmennuksessa vahvistetaan esimerkiksi arjen- ja elämänhallinnan taitoja, minäpystyvyyden tunnetta, itsetuntoa, toiminnanohjauksen ja läsnäolon taitoja sekä vuorovaikutustaitoja. Ratkaisukeskeisellä lähestymistavalla pyritään löytämään ihmisestä välillä piilossakin olevia voimavaroja ja kykyjä, joita hän voi hyödyntää omassa arjessaan. Haasteet käännetään yhteistyössä tavoitteiksi. Tavoitteet ovat konkreettisia ja liittyvät jokapäiväisen elämän vaikeuksiin, esimerkiksi arjenhallintaan, opiskeluun ja ihmissuhteisiin. Valmentaja tukee aktiivisesti tavoitteiden saavuttamista, antaa palautetta suoriutumisesta ja kannustaa uusien toimintatapojen löytämisessä.

2. TOIMINNALLINEN KUNTOUTUS

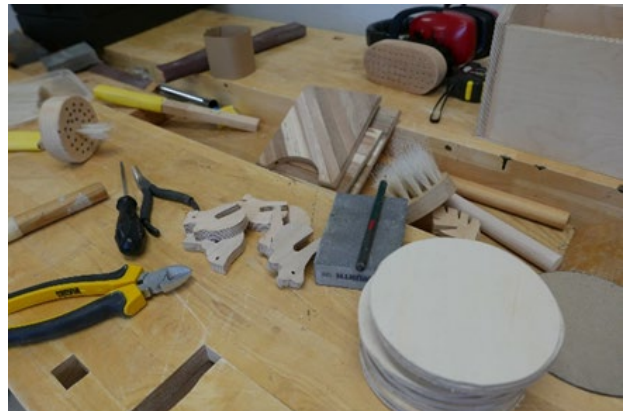


ULKOTYÖT

Ulkotöiden työtehtävät vaihtelevat vuodenaikojen mukaan. Kesäisin huolehditaan sairaala-alueen nurmialueiden kunnossapidosta. Talvella huolehditaan lumitöistä ja hiekoituksesta. Piha-alueiden kunnossapidon lisäksi tehdään pieniä huoltotöitä sairaala-alueella sekä kantotöitä. Tehtäviä hoide-
taan ryhmässä, mutta itsenäiseen työskentelyyn on myös mahdollisuus. Ulkotöihin voi tulla ilman aiempaa työkokemusta, mutta mahdollinen työhis-
toria ja kiinnostus huomioidaan töiden suunnitte-
lussa. Ulkotyöt ovat avoinna maanantaista torstai-
hin klo 8:15-10:30 ja klo 12:00-15:00 ja perjantaisin
klo 8:15 -10:30.

ASKARTELU

Askartelussa toiminnan pääpaino on pienimuo-
toisten tuotteiden valmistuksessa. Materiaaleina
käytetään kankaita, lankoja, nahkaa, puuta, pa-
perimassaa, kirjansidonnin tarvikkeita ja kierrä-
tysmateriaalia. Potilaat ovat aktiivisesti mukana
toiminnan suunnittelussa. Potilailla on mahdolli-
suus ideoida uusia tuotteita ja kehittää jo ole-
massa olevia tuotteita. Askartelun työtehtäviä
ovat mm. maalaus, sahaus, hionta, ompelu, ku-
donta, nahkatyöt, makramee, pienimuotoiset verhoilutyöt sekä sesonkituotteiden valmistus.



Vuorovaikutuksessa kiinnitetään huomio psyykkiseen tilaan, oikeudenmukaiseen kohteluun, luottamuksen vahvistamiseen, potilaslähtöisyyteen ja asianmukaiseen käytökseen. Potilaita ohjataan itsenäiseen vastuuseen ja ilmapiiri pyritään luomaan kannustavaksi ja rohkaisevaksi. Askartelu on avoinna maanantaista torstaihin klo 8:15–10:30 ja klo 12:00–15:00 ja perjantaisin klo 8:15–10:30. Työaikaa on mahdollista räätälöidä yksilöllisesti potilaan tarpeiden mukaisesti.

KÄSITYÖT

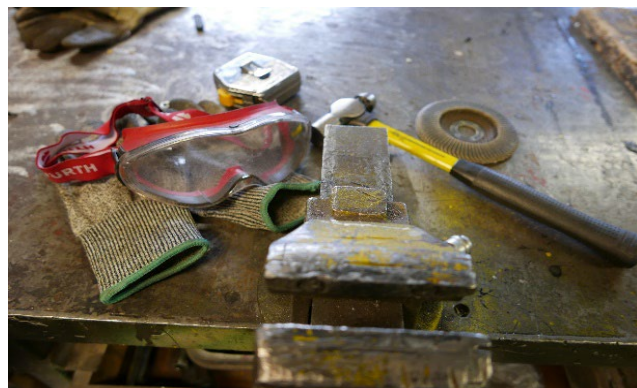


Käsitöiden toiminta perustuu käsityö- ja tekstiili- tuotteiden valmistukseen eri tekniikoilla. Materiaaleina käytetään pääasiassa erilaisia lankoja, kankaita ja kuteita. Potilaiden toiminta sisältää kangaspuilla kutomista, neulomista, virkkäämistä, ompelua, kirjontaa, tuftausta sekä muiden erilaisten käsityötekniikoiden käyttöä. Potilas pääsee harjoittelemaan sosiaalisia taitoja yhteis-

sön jäsenenä. Maanantaisin pidetään viikkopalaveri, jossa käsitellään yhteisiä asioita. Potilaita kannustetaan säännölliseen kuntouttavaan työtoimintaan, omatoimisuuteen, toisten huomioon otamiseen ja sekä ympäristönsä siisteydestä huolehtimiseen. Työt suunnitellaan potilaan kiinnostuksen ja osaamisen mukaan. Potilailla on toimintaan sisältyviä vastuutehtäviä, kuten yhteisten tilojen siivous sekä minikeittiön siisteydestä huolehtiminen. Käsityöt ovat avoinna maanantaista torstaihin klo 8:15–10:30 ja klo 12:00–15:00 ja perjantaisin klo 8:15–10:30.

PAJARYHMÄ

Toiminta on pääasiassa erilaisten huonekalujen sekä irtaimiston huoltoa ja korjausta mukaan lukien polkupyörät. Erityisesti pajalla keskitytään metalliesineiden korjaamiseen ja kierrättämiseen. Lisäksi huolehdimme tekstiilipintaisten huonekalujen puhdistamisesta. Potilaat harjoittelevat pajalla ryhmässä toimimista ja sosiaalista kanssakäymistä sekä opettelevat uusia ja harjoittavat jo osaamiaan kädentaitoja. Myös ympäröivän yhteiskunnan tapahtumista pyritään pysymään selvillä mm. uutisia seuraamalla ja niistä keskustelemalla. Pajaryhmä on avoinna maanantaista torstaihin klo 8:15–10:30 ja klo 12:00–15:00 ja perjantaisin klo 8:15–10:30



PUUTYÖT

Työpisteessä toimitaan ohjatusti keskittyen puusta valmistettaviin tuotteisiin. Tuotteita valmistetaan niin sairaalan sisäiseen käyttöön, mutta myös sairaalan ulkopuolelle tehdään tilaustuot-

teita. Tilaustyöt ovat pääosin pienimuotoisia, mutta vaativat harkintaa ja mukauttamista potilaalle soveltuvuuden näkökulmasta. Potilaita tuetaan omien ideoiden esille tuomiseen ja kehittämiseen. Potilaiden kanssa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa kiinnitetään huomiota potilaslähtöisyyteen, oikeudenmukaisuuteen, asialliseen käytökseen ja luottamusta herättävään toimintaan. Puutöiden toiminta-aika maanantaista torstaihin klo 8:15–10:30 ja klo 12:00–15:00 ja perjantaisin klo 8:15–10:30.

TOIMINTARYHMÄ



Toiminta on tarkoitettu suljetuilta osastoilta tuleville nais- ja miespotilaille sekä henkilöille, jotka tarvitsevat työtoiminnan aloituksen pienryhmässä. Ryhmä tekee avustavia töitä sairaala-alueella esim. erilaiset poraus- ja kiinnitystyöt, ruoka- ja pyykkikärkyjen huolto, mattovarastosta huolehtiminen, keskusvaraston hoitoa avustavat työt, kokoon-tumistilan kalustuksesta huolehtiminen ja osastoilla tapahtuvat pienimuotoiset remonttityöt. Toiminnan sisältöön kuuluu myös liikunta- ja virkistystoimintaa. Ryhmä toimii väylänä muihin työpisteisiin, ja ohjaaja tekee ryhmäläisistä arvion puolen vuoden välein, jolloin arvioidaan valmiudet siirtyä eteenpäin. Päivittäinen toiminta alkaa aamupalaverillä, jossa käydään läpi päivän ohjelma. Iltapäivällä tehdään koontikeskustelu päivästä. Ryhmässä opetellaan käyttämään käsityökaluja ja koneita, joita remonttityöt vaativat. Ryhmytymisen seuranta ja sosiaalisten taitojen edistäminen jatkuvana prosessina. Ryhmänohjaus perustuu kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan.

PIENRYHMÄ

Pienryhmätoiminta on suunnattu sairaalan suljetuimmille osastolle. Sen on tarkoitus tarjota matalan kynnyksen työtoimintaa myös hoidon alkuvaiheessa oleville potilaille. Ryhmässä tehdään pieniä sairaalaa palvelevia töitä vuodenaika kierto huomioiden. Tarkoituksena on järjestää potilaille pienimuotoisia työtehtäviä, jotka ovat helppoja ja kestoaltaan lyhytaikaisia. Potilaat tulevat ryhmään vain yksi osasto kerrallaan. Potilaat ohjautuvat pienryhmään työterapialähteen avulla.

KUNTOUTUSOHJAUS

Kuntoutusohjaajan tehtävänä on potilaan aktivoiminen ja varhaisen vaiheen kuntoutus. Potilaita ohjataan osallistumaan sairaalassa järjestettyyn toimintaan. Kuntoutusohjaaja tukee potilasta sairauteen sopeutumisessa, arjessa selviytymisessä ja tukee potilasta kohti itsenäistä elämää. Kuntoutusohjaajan kanssa on mahdollista harjoitella mm. kaupassa tai pankissa asiointia, linja-autolla liikkumista sekä osallistua harrastustoimintaan sairaalan ulkopuolella. Kuntoutusohjaaja toimii ns. vieriohjaajana potilaan aloittaessa terapiatyöt, kunnes potilas on valmis työskentelemään itsenäisesti suuremmassa ryhmässä. Kuntoutusohjaaja tukee potilasta opiskeluun liittyvissä asioissa (ammattillinen ohjaus, opintojen suunnittelu ja tuki). Kuntoutusohjaaja osallistuu potilaan kuntoutuksen suunnitteluun ja toteuttamiseen yhdessä potilaan ja moniammatillisen työryhmän kanssa.

Kuntoutusohjaaja pyrkii vahvistamaan potilaan psyykkistä toimintakykyä ja selviytymistä. Tarvittaessa kuntoutusohjaaja vetää erilaisia ryhmiä, esimerkiksi psykoedukaatioryhmiä ja erilaisia keskusteluryhmiä.



TOIMINNALLISEN KUNTOUTUKSEN OHJAAJAN TOIMINTA OSASTOILLA

Toiminnallisessa kuntoutuksessa on yksi ohjaaja, jonka toiminta on suunnattu suljetuille osastoille ja on pääosin tarkoitettu niille potilaille, joilla ei vielä ole mahdollisuutta osallistua osaston ulkopuoliseen työtoimintaan. Potilaat siirtyvät usein työtoimintaan oltuaan ensin ryhmässä osastoilla. Ryhmässä on mahdollisuus tehdä erilaisia askartelu- ja käsitöitä esim. kutominen, ristipisto, makramee sekä pienimuotoiset puutyöt. Potilaan toiveet ja taidot otetaan huomioon töitä suunnitellessa, jokaiselle löytyy sopiva työ. Ryhmän tavoitteena on lisätä mielekästä sisältöä potilaiden päiviin, harjoitella sosiaalisia tilanteita sekä ylläpitää toimintakykyä.

3. LUOVAT TERAPIAT

MUSIIKKITERAPIA



Musiikki aktivoi alitajuista, tiedostamatonta mielenmaailmaa ja terapiassa käytetään hyväksi musiikin eri elementtejä (rytmi, harmonia, melodia, äänensävy, dynamiikka jne.). Musiikkiterapiassa tavoitteet määräytyvät potilaskohtaisesti. Tavoitteita voivat olla esimerkiksi omien voimavarojen ja vahvojen puolien löytyminen, sekä niiden käyttöönotto, ahdistuksen ja masennuksen lieveneminen, elämänlaadun koheneminen, itseilmaisu ja kommunikaatiokanavan löytyminen, tietoisuuden lisääntyminen omasta kehosta ja tunteista, itseluottamuksen ja minäkuvan vahvistuminen, sosiaalisten valmiuksien kehittyminen, kehon hahmotuksen ja vartalonhallinnan kehittyminen ja rentoutuminen. Musiikkiterapia

voi olla aktiivista (mm. laulu, soitto, liikkuminen musiikkiin, tanssiminen, omien kappaleiden teko) tai passiivista. (mm. musiikin kuuntelu, musiikkimuistelu, musiikkielämäntaakan laatu). Musiikin avulla potilas voi käsitellä vaikeita asioita turvallisesti, symbolisen etäisyyden päästä. Musiikki saa aikaan myös fysiologisia vaikutuksia, jonka vuoksi musiikin avulla voidaan joko rauhoittaa tai stimuloida kehoa.



RATKAISUKESKEINEN KUVATAIDETERAPIA

Ratkaisukeskeinen kuvataideterapia on taideterapiasuuntaus, jossa yhdistyvät ratkaisukeskeiset työskentelymenetelmät ja kuvallinen ilmaisu. Taideterapian tavoitteena on tukea potilasta löytämään ja ylläpitämään toivoa, toimijuutta sekä itsearvostusta. Taideterapiassa voidaan muun muassa luoda ja katsella kuvia, tuottaa ja lukea tekstejä sekä kuunnella musiikkia. Taideterapian tavoitteet asetetaan potilaan kanssa yksilöllisesti ja osallistuminen ei edellytä minikäänlaista harrastuneisuutta taiteen parissa. Taideterapian soveltuvuutta hoitomuodoksi arvioidaan moniammatillisessa työryhmässä ja se on osa potilaan hoitoa koskevaa suunnitelmaa.



VOIMAUTTAVA VALOKUVAUS



Voimauttava valokuva on sosiaalipedagoginen menetelmä. Menetelmässä käytetään valokuvaustilannetta, omakuvia, albumikuvia ja arjen teemojen tavoitteellista valokuvaamista välineinä ihmissuhteiden lähentämiseen, vuorovaikutuksen parantamiseen, hajanaisten, tunnepitoisten ja abstraktien asioiden sel-

keyttämiseen sekä oman minän tai yhteisön toiminnan tutkimiseen ja reflektointiin. Menetelmässä kuvaajan tulee kuunnella, miten hänen kuvaamansa ihminen haluaa tulla nähdyksi. Menetelmä tarjoaa uusia näkökulmia esimerkiksi heille, jotka ovat kokeneet elämässään näkymättömyyttä, turvattomuutta tai ankaruutta itseään kohtaan. Tärkein tavoite on yksilön itsestään löytämä kyky katsoa itseään lempeämmin ja rakastavammin sekä toisia ihmisiä kuuntelevammin, myötätuntoisemmin ja arvostavammin. Voimauttava valokuva voi toteutua sekä yksilöllisesti, parityöskentelynä tai pienryhmämuotoisena.



LIIKUNTA

Liikuntatoiminnan tavoitteena on luoda myönteisiä kokemuksia potilaille ja tukea potilaan psyykkistä vointia. Liikunnassa huomioimme myös ryhmässä toimimisen ja vuorovaikutustaidot. Liikunta tukee fyysisen kunnon parantamista ja ylläpitoa, joka vaikuttaa kokonaisyhyvinvointiin.

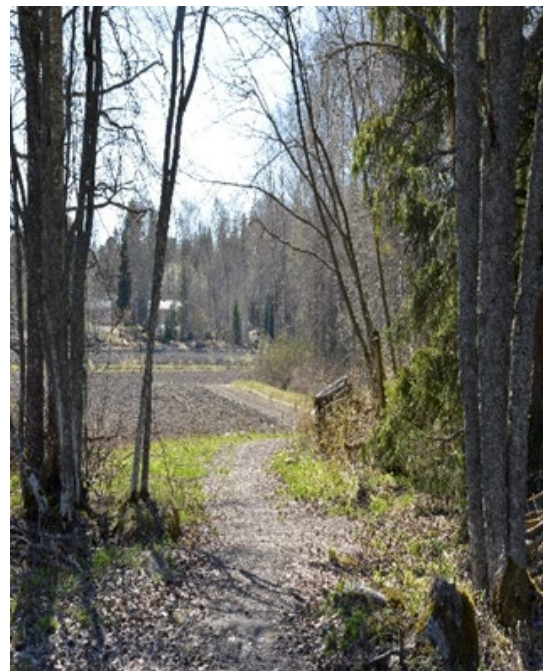
Liikuntatoimintaa toteutetaan yksilö- ja ryhmämuotoisena. Jokaisella osastolla on oma liikuntaohjelma ja ohjelmaa järjestetään maanantaista torstaihin klo 8–16 ja perjantaina klo 8–14.15. Ohjelma sisältää peruskunto- ja harrasteliikuntaa, kuten esimerkiksi ryhmäkävelyä, uintia, keilausta,

frisbeegolfia, patikointia, retkiä, hiihtoa ja kuntosalia. Lisäksi pelaamme monipuolisesti erilaisia pallopelejä, kuten koripalloa, lentopalloa, jalkapalloa, pingistä, bocciaa, salibandyä, sulkapalloa ja tennistä. Potilailta ei vaadita aikaisempia lajitaitoja, vaan ryhmiimme ovat tervetulleita kaikki taustoista riippumatta.

FYSIOTERAPIA

Potilaille on tarpeen mukaan saatavissa perinteistä fysioterapiaa, psykofyysistä fysioterapiaa, apuvälinepalveluita sekä kohdennettuja liikuntapalveluita. Perinteisen fysioterapian avulla pyritään ylläpitämään ja parantamaan tuki- ja liikuntaelimistön tilaa. Psykofyysisellä fysioterapialla pyritään vaikuttamaan potilaan psyykkiseen hyvinvointiin huomioiden mielen ja kehon

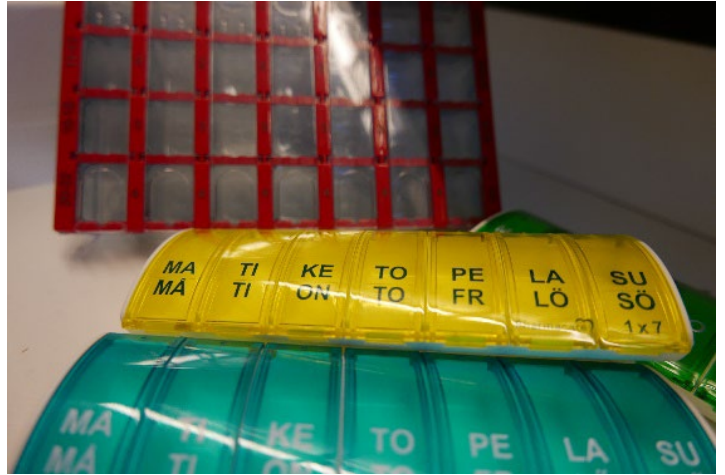
kokonaisuus. Apuvälinepalvelut ovat takaamassa liikkumisen mahdollisuuksia ja turvallista jokapäiväistä elämää. Fysioterapeutin tuottamat liikuntapalvelut ovat joko yksilöohjauksia kuntosalilla tai tavoitteellisia ryhmiä, joilla pyritään vaikuttamaan potilaiden fyysiseen, psyykkiseen ja kognitiiviseen toimintakykyyn. Fysioterapeutin palvelut ovat yksilö- tai ryhmämuotoisia ja osa ryhmätoiminnoista toteutetaan moniammatillisesti. Potilas ohjautuu fysioterapeutin palveluihin omahoitajan kautta tai lääkärin läheteellä.



4. SOMATIikka

LÄÄKEHOITO

Lääkehoidon avulla pyritään lievittämään psykoosisairauteen liittyviä oireita, kuten harhaisuutta ja hajanaisuutta. Lääkehoidolla voidaan tasata myös mielialahäiriöoireita, kuten vauhdikkuutta tai masennusta. Lääkityksellä voidaan lievittää myös ahdistuneisuutta. Lääkehoitoa voidaan toteuttaa joko suun kautta otettavien lääkkeiden ja / tai pitkävaikutteisten injektio-
tiolääkkeiden avulla.



Lääkehoitoon liittyvä potilasohjaus on omahoitajan ja / tai lääkärin sekä potilaan yhteistyössä toteuttamaa seuranta- ja ohjausta. Lääkehoidon ohjauksessa seurataan lääkkeen antamaa vastetta ja mahdollisia sivuoireita sekä neuvotaan potilasta lääkkeen käyttämisen perusteisiin, vaikutukseen, säilytystapaan, yhteisvaikutuksiin sekä lääkkeen vaatimiin seurantoihin. Lääkehoidon ohjauksen tavoitteena on, että potilas tunnistaa sairautensa oireita ja lääkityksen vaikutusta oireisiin sekä etenee kohti itsenäistä ja vastuullista lääkehoitoa.

HENGITYSHOITAJA

Vanhan Vaasan sairaalan hengityshoitajan tehtävänä on vastata sairaalan potilaiden hengitystutkimusten toteuttamisesta sekä astma-, COPD- ja uniapneapotilaiden hoidosta ja ohjauksesta.



Keskeisenä tehtävänä on hengityselinsairauksista kärsivien potilaiden kartoitus, tutkimus ja hoito sekä hengityssairauksien ennaltaehkäisy. Hengityshoitaja toteuttaa myös tupakoinnin lopettamiseen tähtäävää vieroitusohjausta yksilöohjauksena sekä ryhmissä. Hengityshoitajan työssä korostuu ennaltaehkäisevän työn merkitys somaattisen sairastuvuuden vähentämiseksi ja elämänlaadun parantamiseksi. Hengityshoitajan vastaanotolla potilas saa tietoa sairaudestaan ja sen hoitomuodoista. Yhdessä poti-

laan kanssa harjoitellaan esim. astmalääkkeen ottotekniikkaa ja opetellaan tunnistamaan sairauden pahenemisvaiheita. Keuhkosairauksien hoidossa tavoitteena on löytää hyvä hoitotapaino, joka parantaa merkittävästi elämänlaatua sairaudesta huolimatta. Hengityshoitaja ohjaa myös tupakoinnin lopettamista tukevia ryhmiä, joissa on mahdollisuus saada informaatiota tupakkariippuvuudesta ja samalla muiden potilaiden vertaistukea lopettamisen tueksi.

DIABETESHOITAJAT



Diabeteshoitajat vastaavat sairaalan diabeetikoiden hoidosta ja hoidon seurannasta yhdessä vastuulääkärin kanssa. Diabeteshoitajan työhön kuuluu itsenäinen työskentely potilaiden hoidon seurannassa, hoidon ohjauksessa ja potilaiden tukemisessa. Diabeteshoitajien tehtäviin kuuluu sairaalan potilaiden metabolisen oireyhtymän seuranta sekä esidiabetesvaiheessa olevien potilaiden tapaaminen ja ohjaus. Diabeteshoitajat pitävät yhteistyössä liikunnanohjaajien kanssa pienryhmiä, jossa lisätään tietoutta elämäntapamuutoksien vaikutuksista. Diabeteshoitaja huolehtii sairaalan osastojen diabetestyön organisoinnista ja kehittämisestä.

LABORATORIO

Vanhan Vaasan sairaalassa toimii oma laboratorio. Osastot tilaavat potilaalle pyydytyt laboratorionäytteet potilastietojärjestelmän kautta. Laboratorionhoitajat huolehtivat osastojen näytteenotosta kiertämällä aamuisin osastoilla sekä ottamalla kuntoutusosaston potilaita vastaan laboratoriossa. Osa otetuista näytteistä analysoidaan Vanhan Vaasan sairaalan laboratoriossa. Muut näytteet erotellaan ja lähetetään eteenpäin muihin yhteistyölaboratorioihin analysoitavaksi. La-



laboratoriossa tehdään myös spirometriatutkimuksia sairaalan potilaille. Laboratorio palvelee arkisin ma–pe klo 7–15 ja siellä työskentelee kaksi laboratorionhoitajaa.

SUUNHOITO

Vanhan Vaasan sairaalan hammashoidossa työskentelee hammaslääkäri ja hammashoitaja kolmena päivänä viikossa. Tarkoituksena on tehdä kokonaisvaltaista ja ennaltaehkäisevää perushammashoitoa. Akuutit hammassäryt pyritään hoitamaan mahdollisuuksien mukaan saman päivän aikana. Hammashoidossa otetaan aina huomioon poti-



laan kunto sekä tilanne ja edetään sen mukaan, miten potilas on valmis tulemaan hoitoon. Hammashoidon katsotaankin olevan osa potilaan psyykkistä hoitoa ja kuuluvan osana kokonaihoitoon ja kuntoutumiseen. Hammashoitajan tehtävänä on myös kiertää osastoja ja opettaa sekä valistaa potilaita hammashoitoon liittyvissä asioissa. Tarpeen mukaan hammaslääkäri tekee lähetteen erikoishammashoitoon, joka tarkoittaa esim. erikoishammaslääkärin palveluja, hammassaneerauksia tai anestesiahoitoja Vaasan keskussairaalassa.

AIVOJEN SÄHKÖHOITO (ECT)

Sähköhoito on toimenpide, jossa potilaalle annetaan aivojen alueelle sähkövirtaa, jonka avulla saadaan aikaan keinotekoinen kouristuskohtaus. Sähköhoitoa käytetään silloin, kun oireisiin ei saada riittävästi apua lääkeshoidolla. Sähköhoito lievittää harhaluuloja, aistiharhoja, mielialaoireita sekä katatoniaa eli lihasjäykkyyttä.

5. LUONTO- JA ELÄINAVUSTEINEN KUNTOUTUS

Green Care -toiminnan kolme peruselementtiä ovat luontoperustaisuus, kokemuksellisuus ja osallisuus. Toiminnan hyvinvointivaikutukset syntyvät näitä elementtejä eri tavoin yhdistelemällä. Green Care -toiminnassa on myös aina läsnä toiminnan tavoitteellisuus, sitä toteuttavan henkilöstön ammatillisuus, sekä vastuullinen suhtautuminen luontoon ja eläimiä kohtaan.



Vanhan Vaasan sairaalassa Green Care -toimintaa toteutetaan useissa eri muodoissa ja ympäristöissä. Green Care -toiminnan tavoitteena on potilaan hoitosuunnitelman mukainen toimintakyvyn, osallisuuden kokemuksen tai arjen hallinnan vahvistuminen. Sen avulla pyritään myös edistämään potilaiden yleistä hyvinvointia ja terveyttä sekä kohot-

tamaan elämänlaatua. Green Care -toiminnalla tavoitellaan myös pitkäkestoisia hyvinvointivaikutuksia, jotka näyttäytyvät esimerkiksi potilaiden omaehtoisten luontokokemusten lisääntymisenä tai luontotoiminnan jatkumisena sairaalahoidon jälkeenkin.

BLUE CARE

Blue Care -toimintana Vanhan Vaasan sairaalassa toteutetaan retkeily- ja kalastustoimintaa. Toimintaa toteutettaessa hyödynnetään erityisesti Merenkurkun saariston luontoympäristöjä. Vesiympäristöissä tapahtuva toiminta vaihtelee sisällöltään ja tavoitteiltaan ja sitä toteutetaan eri muodoissa. Vesiympäristöissä tapahtuva toiminta voi sisältää mm. patikointia, mökkeilyä, veneilyä, kalastusta ja uimista.



Kuntouttavaa kalastusta järjestetään pienryhmissä ja se on suunnattu potilaille, jotka ovat kiinnostuneita kalastustoiminnasta ja saavat siitä kuntoutumiseensa erityistä hyötyä. Toiminta on säännöllistä ja tavoitteellista ja sitä suunniteltaessa huomioidaan potilaiden yksilölliset tarpeet, voimavarat ja mielenkiinnot. Toiminnassa osallistujia ohjataan vastuulliseen kalastamiseen sekä kalasaaliin hyödyntämiseen ruuanlaitossa. Kuntouttava kalastus mahdollistaa yhteiset

kokemukset ja liittymisen samanhenkisten seuraan. Kalastus antaa mahdollisuuden oppia uusia taitoja sekä kokea jännitystä ja saaliin saamisen iloa. Toiminta on voimavaralähtöistä, tukee irtautumista potilaan roolista ja kannustaa suuntamaan katsetta kohti sairaalan jälkeistä elämää.

KOIRA-AVUSTEISET TERAPIAT



Koira-avusteinen terapia on säännöllistä, pitkäkestoista, suunnitelmallista ja dokumentoitua. Sen tavoitteet ovat täsmälliset ja sidoksissa potilaan hoitosuunnitelman tavoitteisiin, sekä potilaan kannalta tarkoituksenmukaiseen toimintaan. Koiran kanssa tehtävät toiminnot valitaan potilaan tarpeet ja mielenkiinnot huomioiden. Koira-avusteinen terapia perustuu potilaan, koiran ja terapeutin välille syntyvään yhteyteen ja vuorovaikutukseen sekä kehittyvään suhteeseen, jota voidaan hyödyntää työskenneltäessä kohti potilaan yksilöllisiä tavoitteita.

Vanhan Vaasan sairaalassa toteutetaan koira-avusteista toimintaterapiaa yksilö- ja pienryhmätyöskentelynä sekä koira-avusteista psykoterapiaa (viitekehyyksenä kognitiivinen käyttäytymisterapia) yksilötyöskentelynä. Koira-avusteisessa toimintaterapiassa erityiset hyödyt sijoittuvat motivaation ja toimintaan sitoutumisen alueelle sekä vuorovaikutus- ja tunnetaitoihin. Koira-avusteisuutta hyödynnetään myös monipuolisesti erilaisen taitoharjoittelun tukena. Koira-avusteisessa psykoterapiassa työskennellään erityisesti vuorovaikutus-, tunne- ja tietoisien läsnäolon taitoihin painottuen siten, että potilaan itsereflektiokyky vahvistuisi ja hän oppisi uusia joustavampia käyttäytymismalleja.

SOSIAALIPEDAGOGINEN HEVOSTOIMINTA

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan lähtökohtana on hevosen ja ihmisen välinen vuorovaikutus sekä yhteisö, jossa toiminta tapahtuu. Toiminnassa pyritään kehittämään sosiaalisia taitoja ja vuorovaikutusta sekä lisäämään osallistuvien potilaiden hyvinvointia. Elämyksellisyys on yksi toiminnan tärkeä peruselementti. Vanhan Vaasan sairaalan sosiaalipedagoginen he-

vostoiminta toteutuu pienryhmätoimintana sosiaalipedagogisen osaamisen omaavien yhteistyökumppaneiden tiloissa.

VAPAAEHTOISTOIMINTA KISSATALOLLA

Vanhan Vaasan sairaalan potilailla on mahdollisuus osallistua kodittomien eläinten parissa tehtävään vapaaehtoistyöhön Vaasan kissatalolla. Toiminnassa painottuu yhteyden luominen sairaalan ulkopuolelle, mielekkään prososiaalisen toiminnan löytäminen ja mahdollisuus kontaktiin eläinten kanssa. Toiminta toteutuu ryhmätoimintana.

KESÄLAMPAAT

Lampaat toimivat osana sairaalan kuntouttavaa toimintaa hoitaen samalla sairaalan maisemaa kesäkauden ajan. Lampaiden parissa tapahtuva toiminta on sisällöltään ja tavoitteiltaan monimuotoista ja sitä toteutetaan useiden eri työntekijöiden ohjaamana.



Toiminta vaihtelee matalan kynnyksen aktivoivasta toiminnasta täsmällisesti kohdennettuun erityisiä terapeuttisia vaikutuksia tuottavaan toimintaan. Se voi olla säännöllistä tai satunnaista, sekä toteutua niin yksilöllisesti kuin ryhmämuotoisenakin. Kaikilla potilailla on mahdollisuus osallistua lampaiden hoitoon tai käydä tervehtimässä niitä aitauksella. Lampaiden parissa toteutuva toiminta mahdollistaa säännöllisen, mielekkään ja konkreettisen tekemisen, joka rytmittää arkea ja antaa mahdollisuuden kantaa vastuuta eläinten hyvinvoinnista. Toiminnan kautta voi ottaa käyttöön omaa osaamista, hankkia uusia taitoja ja löytää voimavarakeskeisiä rooleja. Kontakti eläimeen tuottaa iloa, rentouttaa ja virkistää. Se mahdollistaa myös vuorovaikutustaitojen harjoittelun ja empatiakyvyn kehittymisen, sekä edistää käyttäytymisen säätelyä. Yhteisen toiminnan kautta myös ihmisten välinen positiivinen ja luonteva vuorovaikutus lisääntyy. Lampaiden parissa toteutettavan eläinavusteisen toiminnan positiiviset

vaikutukset ovat moninaiset ja vaihtelevat potilaskohtaisesti, mutta erityisesti eläinavusteisuuden hyötyjen katsotaan painottuvat toimintaan motivoitumisen ja sitoutumisen alueelle sekä vuorovaikutus- ja tunnetaitoihin.

KAVERIKOIRATOIMINTA

Kennelliiton kaverikoirat ovat eläinavusteiseen toimintaan soveltuviksi testattuja koiria, jotka vierailevat sairaalassa yhdessä vapaaehtoistyötä tekevien ohjaajiensa kanssa. Kaverikoiratapaamiset ovat sisällöltään vapaamuotoisia. Tapaamisten aikana potilailla on mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa koirien ja heidän ohjaajiensa kanssa sekä kokoontua yhteen muiden koirista kiinnostuneiden potilaiden kanssa. Kaverikoiratoiminnan tarkoituksena on tarjota arkeen iloa, parantaa elämänlaatua, tarjota mielekäs viitekehys sosiaalisiin kohtaamisiin ja luoda mahdollisuus positiiviseen vuorovaikutukseen. Lähtökohtana on, että kohtaamistilanteesta saavat hyvän mielen kaikki osapuolet, niin potilas, koiraohjaaja kuin koirakin. Kennelliiton Kaverikoirat vierailevat Vanhan Vaasan sairaalassa kuukausittain ja toiminta on tarkoitettu kaikille koirista kiinnostuneille potilaille.

6. TOIMINTATERAPIA

Toimintaterapian pyrkimyksenä on tukea potilaan selviytymistä omassa arjessaan ja hänelle merkityksellisissä toiminnoissa. Potilaan toimintakykyä tarkastellaan suhteessa sosiaaliseen, kulttuuriseen ja fyysiseen ympäristöön. Tarkoituksena on mahdollistaa osallisuus potilaan yhteisöissä sekä yhteiskunnassa tukemalla potilaan muutosta oman arkensa toimijana. Toimintaterapia näyttäytyy erilaisena eri ympäristöissä, huomioiden potilaan sen hetkinen vointi, hoidon/kuntoutumisen vaihe ja potilaan toimintaympäristö. Toimintaterapiassa potilas on aktiivisen toimijan roolissa ja arjen haasteita ratkaistaan yhteistyössä, huomioiden potilasta motivoivat tekijät ja hänelle merkityksellinen toiminta.

TOIMINTATERAPIA-ARVIOINTI

Toimintaterapeutin arviointityö on toimintakeskeistä, eli se kohdistuu potilaan toiminnalliseen suoriutumiseen ja kokemukseen itsestä toimijana sekä hänen osallistumiseensa. Toimintaterapeutin arviointityö on asiakaskeskeistä ja yksilöllisestä elämäntilanteesta lähtevää. Menetelmän valinta tehdään arvioinnin tavoitteen perusteella. Arviointi voidaan kohdentaa eri toimin-

takokonaisuuksiin: itsestä huolehtimiseen, tuottavaan toimintaan (työ/opiskelu/yhteiskunnallinen osallistuminen) tai vapaa-aikaan.

RYHMÄT

Toimintaterapeutit pitävät myös erilaisia ryhmiä osastojen ja potilaiden tarpeiden mukaisesti. Ryhmät voivat olla joko suljettuja tai avoimia. Ryhmien avulla harjoitellaan vuorovaikutusta, keskittymiskykyä ja läsnäoloa. Toimintaterapeuttien pitämiä ryhmiä ovat mm. rentoutusryhmä, peliryhmä, aistiryhmä ja arjenhallintaryhmä.

HOLISTINEN SIRKUSTERAPIA – HCT

Holistinen sirkusterapia on matalan kynnyksen sirkustoimintaa, jossa yhdistyvät perinteinen sirkustaide, sosiaalinen sirkus ja toimintaterapia. Holistisella sirkusterapialla tuetaan potilaiden kuntoutumista tarjoten mahdollisuuksia monipuoliseen taitoharjoitteluun, uuden oppimiseen ja voimaantumiseen. Holistinen sirkusterapia toteutuu ryhmämuotoisena, jolloin vuorovaikutteisuus ja sosiaalinen tuki ovat oleellinen osa menetelmää. Holistisessa sirkusterapiassa sovelletaan perinteisen sirkustaiteen lajeja huomioiden ryhmäläisten kyvyt, kiinnostuksen kohteet ja kuntoutumisen tavoitteet. Toimintoina käytetään mm. vuorovaikutuksellisia lämmittelyharjoituksia, yksilö- ja ryhmäakrobatiaa, jongleerausta erilaisilla välineillä, tasapainoilua ja pienimuotoisia esityksiä. Päämääränä ei ole varsinaisten sirkustaitojen huippuunsa hiominen, vaan yhdessä tekeminen ja kokeminen, taitojen harjaantuminen, myönteisen minäkuvan vahvistuminen, itseilmaisun tukeminen ja hauskanpito.

7. SOSIAALITYÖ

Sosiaalityön tavoitteena on potilaan osallisuuden ja sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen. Sosiaalityöntekijä selvittää potilaan sosiaalisen tilanteen, minkä pohjalta suunnitellaan yksilökohtainen sosiaalityö- ja palveluohjaus. Sosiaalityöntekijä työskentelee potilaan ja tämän läheisten kanssa ja toimii yhteistyössä sairaalan ulkopuolisten viranomaisten ja muiden toimijoiden kanssa. Sosiaalityöntekijä auttaa, neuvoo ja koordinoi esimerkiksi sosiaaliturvaan, lastensuojelullisiin ja perheoikeudellisiin asioihin, läheisyhteydenpitoon, edunvalvontaan, hoitomaksuihin, asumiseen ja palveluasumiseen, kolmannen sektorin tukeen sekä sosiaaliseen kuntoutukseen liittyen.

8. MUU TOIMINTA SAIRAALASSA

SAIRAALAPASTORI

Sairaalapappi keskustelee potilaan kanssa osaston vierashuoneessa. Keskustelut ovat luotamuksellisia eikä niiden sisältöä kirjata hoitosuunnitelmaan. Sairaalapapin ulkopuolinen näkökulma on arvostettu. Esirukous on tavallinen ja luonnollinen jatkumo kahdenkeskeisiin keskusteluihin. Hartaushetki tuo oman lisänsä osaston elämään. Sairaalapappi kunnioittaa erilaisia uskonnollisia vakaumuksia ja elämänkatsomuksia. Sairaalapappiin saa yhteyttä klo 8–20 joka päivä puh. 044 331 1084 tai henkilökunnan välityksellä.

SEKSUAALINEUVONTA

Seksuaalisuus on osa ihmisyyttä ja kuuluu kaikille. Seksuaalineuvonta on tavoitteellista ja ammatillista ihmisen seksuaalisuuteen ja seksuaaliterveyteen liittyvien asioiden ja ongelmien käsittelyä ja tiedon antamista vuorovaikutussuhteessa. Seksuaalineuvonnassa keskeisiä elementtejä ovat ihmisen seksuaalisuuden hyväksyminen eli luvan antaminen seksuaalisuudesta puhumiseen ja siihen liittyvistä asioista tai ongelmista sekä rajatun tiedon antaminen. Oikea-aikainen seksuaalineuvonta ehkäisee seksuaaliongelmien pitkittymistä ja vaikeutumista parantaen elämänlaatua. Usein jo tieto siitä, ettei ole yksin ongelmien kanssa auttaa. Muillakin samassa elämäntilanteessa olevilla tai samaa sairautta sairastavilla voi olla samanlaisia ongelmia. Lupa asioista puhumiseen saattaa helpottaa seksuaalisuuteen liittyviä häpeän tunteita. Seksuaalineuvonnassa voidaan käsitellä asioita liittyen mm. tunteiden ilmaisuun, sukupuolen ja seksuaalisuuden monimuotoisuuteen, itsetyydytykseen, kehonkuvaan ja itsetuntoon sekä sairauden vaikutuksista seksuaalisuuteen. Seksuaalineuvoja tapaa potilasta/asiakasta 1–5 kertaa.

POTILASTOIMIKUNTA

Potilastoimikunnat ovat osastojen sisäisiä keskustelufoorumeja, jotka lisäävät potilaiden osallisuutta ja edistävät potilaiden ja henkilökunnan tasavertaista kohtaamista sekä mahdollistavat yhteisöllisen päätöksenteon. Potilastoimikunta muodostuu vakituisista potilaiden ja henkilökunnan edustajista ja perustuu vapaaehtoisuuteen.

Osastojen eroavaisuuksista johtuen potilastoimikunnan tehtävä vaihtelee jonkin verran osastoittain. Toimikunnan keskeisin tehtävä on vaikuttaa osaston virkistys- ja vapaa-ajantoiminnan

suunnitteluun ja järjestämiseen sekä ottaa tarvittaessa kantaa potilaita koskeviin osaston käytäntöihin. Potilastoimikunta kokoontuu säännöllisesti käsittelemään osaston toimintaa ja huomioi kaikkien osaston potilaiden tarpeet ja kiinnostukset. Tiedonkulku osaston potilaiden ja potilastoimikunnan välillä pyritään pitämään mahdollisimman avoimena ja vastavuoroisena. Potilastoimikunta ottaa käsittelyynsä osastoyhteisöstä esiin nousseet ehdotukset ja informoi osastoyhteisöä mm. yhteisökokousten kautta.

RETKITOIMINTA



Retkien suunnittelun ja toteuttamisen päävastuu on osastojen henkilökunnalla ja toiminnallisen kuntoutuksen työntekijöillä. Retkiin kuuluu virkistäytymistä, liikkumiseen aktivointia, luontokokemusta ja yhteistä tekemistä. Retkitoiminta on avointa kaikille potilaille ja sen kautta potilailla on mahdollisuus tutustua luontotoimintaan ja löytää uusia mielenkiinnon kohteita. Retket suuntautuvat potilaiden mielenkiinnon mukaisesti erilaisiin kohteisiin.

OPISKELU

Hoidon aikana potilailla on mahdollisuus opiskella, esim. suorittaa kesken jääneitä opintoja, korottaa heikoiksi jääneitä arvosanoja tai aloittaa opiskelu. Opiskelu omaksi iloksi ja tiedon kartuttamiseksi on myös mahdollista. Opiskeluista voi keskustella omahoitajan tai kuntoutusohjaajan kanssa.

OSASTOASKAREET

Jokaisella osastolla on osaston luonteeseen sopivia yhteisöllisiä tehtäviä, kuten linavaatevaraston hoitaminen, pöytien kattaus ja pyyhintä, minikeittiöiden puhtaanapito, joita potilaat voivat halutessaan hoitaa.



OSASTOJEN TOIMINTARYHMÄT JA HENKILÖKOHTAINEN KUNTOUTUMISVIIKKOT

Hoidon edetessä A- ja F1-osastoilla on potilailla henkilökohtaisia kuntoutumisviikkoja. Henkilökohtaiselle viikolle potilas asettaa yhdessä omahoitajan kanssa tavoitteita, jotka tukevat omaa kuntoutumista. Tavoitteet viikolle tulevat potilaan hoitosuunnitelmasta. Tavoitteet voivat olla esim. arkitaitojen tai erilaisten sosiaalisten tilanteiden harjoittelua sekä altistus- ja tunne-työskentelyä.

VANHA VAASA -PÄIVÄ

Sairaala järjestää vuosittain Vanha Vaasa-päivän, jolloin sairaalaan ovat tervetulleita perheenjäsenet, läheiset ja sairaalan yhteistyökumppanit. Päivän tarkoituksena on lisätä vuorovaikutusta potilaiden läheisiin ja tarjota sairaalan puolelta tietoa oikeuspsykiatrisesta hoidosta ja kuntoutuksesta. Päivän aikana vierailla on mahdollista osallistua sairaalan järjestämään ohjelmaan ja tutustua mm. sairaalan terapiapisteen toimintaan.

