

Saattohoidon vapaaehtoisena hoivakodissa



Ohjevihko saattohoidon vapaaehtoiselle

Lohtua läsnäolosta -hanke 2021

Teksti: Kristiina Niemelä ja Ritva Pihlaja

Kuvitus: Minna Jauhiainen, Puluvisuals

Ohjevihkoa laadittaessa on hyödynnetty

Karoliina Hätälän ja Vera Vänskän opinnäytetyötä

Saattohoidon vapaaehtoinen hoivakodissa – opas vapaaehtoisen tueksi
(Laurea-ammattikorkeakoulu 2020, sairaanhoitajakoulutus).

Hoivakodeille on laadittu oma saattohoidon vapaaehtoistoiminnan ohjevihko.

Sisällysluettelo

	sivu
Kiitos sinulle, saattohoidon vapaaehtoinen!	4
Tärkeitä käsitteitä	5
Saattohoidon vapaaehtoiseksi hoivakotiin	6
Saattohoidon vapaaehtoisena voi toimia eri tavoin	7
Saattohoidon vapaaehtoisena hoivakodissa	8
Vanhuksen ehdoilla	10
Saattohoidon vapaaehtoisen tehtäviä	11
Saattohoidon vapaaehtoisen jaksaminen ja tukeminen	12
Saattohoidon vapaaehtoistoiminnan periaatteet	14
Saattohoidon vapaaehtoinen, olet tärkeä!	16

Kiitos sinulle, saattohoidon vapaaehtoinen!

Kiitos sinulle, että olet tehnyt arvokkaan valinnan lähteä saattohoidon vapaaehtoiseksi hoivakotiin.

Ihminen tarvitsee vierelleen toista ihmistä myös aivan elämän loppuvaiheessa, kuoleman lähestyessä.

Saattohoidon vapaaehtoisena tuot hoivakodissa asuvan vanhuksen elämän viimeisiin aikoihin kiireetöntä läsnäoloa, lohtua, seuraa, turvaa ja inhimillistä välittämistä.

Saattohoidon vapaaehtoisena et osallistu hoitotyöhön, etkä korvaa hoitajia. Hoivakodin moniammatillinen henkilökunta vastaa asukkaiden hoivasta ja hoidosta.

Viettämällä kiireetöntä aikaa vanhuksen vierellä tuet ja tuot turvallisuutta ja lohtua vanhuksen elämän loppuvaiheisiin.

Saattohoidon vapaaehtoisen tärkein tehtävä on viettää kiireetöntä aikaa yksinäisen vanhuksen vierellä.



Tämä ohjevihko on tehty sinulle, hoivakodissa toimiva saattohoidon vapaaehtoinen.

Ohjevihko tarjoaa sinulle tietoa saattohoidon vapaaehtoistoiminnan käytännön asioista ja tukee sinua tehtävään sopeutuessasi.

Tärkeitä käsitteitä

Hoivakoti

Ympäri vuorokauden hoivaa ja huolenpitoa tarvitseville vanhuksille tarkoitettu hoitopaikka, joka on vanhuksen koti. Virallisesti puhutaan tehostetusta palveluasumisesta. Hoivakodin asukkaista valtaosa on muistisairaita henkilöitä.

Hoitohenkilöstöä on hoivakodissa paikalla 24/7. Hoivakoteja ylläpitävät kunnat, kaupungit, yritykset ja järjestöt.

Hoitotahto

Hoitotahtolla voi etukäteen kertoa, millaista hoitoa ja hoivaa tahtoo, jos ei esimerkiksi vakavan sairauden vuoksi kykene enää tekemään omaa hoitoaan koskevia päätöksiä.

Hoitotahto sitoo henkilöstöä toimimaan sen mukaisesti.

Itsemääräämisoikeus

Ihmisellä on oikeus päättää omista asioistaan niin kauan kuin hän siihen kykenee ja pystyy myös ymmärtämään päätöksensä merkityksen ja seuraukset.

Muistisairaus ei automaattisesti poista itsemääräämisoikeutta. Mikäli vanhus on päätöksentekokykyisenä ilmaissut tahtonsa (suullisesti tai kirjallisesti), tätä hänen tahtoaan tulee kunnioittaa.

Palliativinen hoito

Palliativisella eli oireenmukaisella hoidolla tarkoitetaan sairauden vaihetta, jossa taudin kulkuun ei voida olennaisesti enää vaikuttaa.

Palliativisen hoidon tavoite on lievittää kärsimystä ja vaalia elämänlaatua.

Palliativinen hoito ei tarkoita hoidon lopettamista.

Saattohoito

Saattohoito on osa palliativista hoitoa. Saattohoito ajoittuu vanhuksen elämän viimeisiin elinviikkoihin tai -päiviin.

Saattohoito on kokonaisvaltaista hoitoa, tavoitteena mahdollisimman arvokas ja oireeton loppuelämä.

Saattohoitopäätöksen tekee lääkäri yhdessä vanhuksen tai läheisten kanssa.

Vaitiolovelvollisuus

Saattohoidon vapaaehtoista koskee sama vaitiolovelvollisuus kuin hoitohenkilökuntaa. Vapaaehtoinen ei voi kertoa kenellekään asukkaankanssa käydyistä keskusteluista: ei vanhuksen omaisille, ei henkilökunnalle, ei hoivakodin muille asukkaille eikä omille läheisille.

Vaitiolovelvollisuus jatkuu myös vanhuksen kuoleman jälkeen ja sen jälkeen, kun henkilö ei enää toimi vapaaehtoisena.

Saattohoidon vapaaehtoiseksi hoivakotiin

Moni vanhus asuu elämänsä viimeiset ajat hoivakodissa. Hoivakodit ovat siten tärkeä toimintaympäristö myös saattohoidon vapaaehtoistoiminnalle.

Voidaksesi toimia saattohoidon vapaaehtoisena hoivakodissa, tulee sinun osallistua

- ♥ saattohoidon vapaaehtoisille tarkoitettuun starttikoulutukseen ja
- ♥ hoivakodissa järjestettävään haastatteluun.



Lisätietoa saattohoidon vapaaehtoisten starttikoulutuksesta saat ohjevihkon takasivulla.

Starttikoulutuksessa perehdytään vanhuuteen sekä vanhuusiän sairauksiin, elämän loppuvaiheen ja kuoleman kysymyksiin, suruun ja kärsimykseen.

Lisäksi koulutuksessa keskustellaan saattohoidon vapaaehtoistoiminnan periaatteista ja käytännöistä sekä vapaaehtoisena jaksamisesta.

Starttikoulutus antaa perusvalmiudet toimia saattohoidon vapaaehtoisena hoivakodissa.

Haastattelussa tutustutaan lähemmin: saat lisätietoa hoivakodista ja vastaavasti haastattelija sinusta.

Haastattelussa käydään läpi ajatuksia ja kysymyksiä, joita saattohoidon vapaaehtoiseksi ryhtyminen on sinussa herättänyt.

Sovitte siitä, milloin ja miten haluat toimia ja tulla hoivakodissa asuvan vanhuksen vierelle.

Kertaatte mm. vaitiolovelvollisuutta ja hygieniaa koskevia ohjeita.

Allekirjoitat vapaaehtoistoiminnan sopimuksen.

Saattohoidon vapaaehtoisena voi toimia eri tavoin

pitkä-
aikaisena
ystävänä

Saattohoidon vapaaehtoisena voit saattaa vanhusta pidemmän aikaa. Vanhus voi olla yksinäinen ja kaivata toisen ihmisen seuraa. Vanhukselle ei tässä vaiheessa ole vielä tehty saattohoitopäätöstä. Vapaaehtoistoiminta muistuttaa tällöin ystävätoimintaa.

saattohoito-
vaiheen
tukena

Toinen vaihtoehto on, että tulet hoivakodin kutsumana paikalle vasta aivan vanhuksen elämän viimeisinä päivinä. Tällaisessa tilanteessa vanhuksen arvioitu elinaika ei ole enää kovin pitkä. Vietät lyhyemmän ja mahdollisesti myös intensiivisemmän jakson vanhuksen vierellä. Jakso voi vaihdella muutamasta päivästä muutamiin viikkoihin.

sekä että

Voit myös yhdistää nämä kaksi edellä kuvattua tapaa. Käyt samassa hoivakodissa tapaamassa säännöllisesti pitkäaikaista ystävääsi ja toimit myös tarvittaessa tukena toiselle saattohoitovaiheessa olevalle vanhukselle.

myös yöllä

Saattohoidon vapaaehtoisena voit toimia myös yöaikaan.

Kaikissa toimintatavoissa sitoudut saattamaan vanhuksen kuolemaan asti. Tämä erottaa saattohoidon vapaaehtoistoiminnan muusta hoivakodeissa tapahtuvasta vapaaehtoistoiminnasta.

Saattohoidon vapaaehtoisena määrittelet itse, miten paljon aikaa käytät vapaaehtoistoimintaan, eli kuinka monta tuntia olet vanhuksen luona, ja käytkö päivittäin, viikoittain vai kuukausittain.

Tärkeintä on, että huomioit vanhuksen tilanteen, tarpeet ja toiveet. Toiminta tapahtuu aina vanhuksen ehdoilla.

Myös hoivakodin toimintaperiaatteet ohjaavat toimintaasi.



Saattohoidon vapaaehtoisena

Hoivakodin hoitajat arvioivat, kuka asukkaista tarvitsisi vierelleen saattohoidon vapaaehtoista.

Vanhus voi olla yksinäinen ja kaivata juttuseuraa. Tällöin voit saattohoidon vapaaehtoisena saattaa vanhusta pidemmän aikaa, ja teillä on aikaa tutustua toisiinne. Tämä muistuttaa ystävällisyyttä.

Tai sinut voidaan kutsua hoivakotiin vasta aivan vanhuksen elämän viimeisinä päivinä.

Mikäli vanhuksella on omainen, häneltä pyydetään lupa sinun kutsumiseen.

Hoivakodin vapaaehtoistoiminnan vastuhenkilö soittaa sinulle ja sopii ensikäyntisi ajankohdan.

Työvuorossa olevat hoitajat toivottavat sinut tervetulleeksi hoivakotiin.

Kun tulet hoivakotiin ensimmäistä kertaa, saat perehdytyksen hoivakodin tiloihin ja toimintaan.

Seuraavista käynneistä vanhuksen luona voit sopia vanhuksen itsensä tai hoitajien kanssa hoivakodissa paikan päällä.



! Sinun on tärkeää muistaa ilmoittaa hoivakotiin yhteystietojesi muuttumisesta. Näin hoitajat saavat tarvittaessa yhteyden sinuun.

hoivakodissa



Jokaisen vanhuksen elämä on ainutlaatuinen. On hienoa, jos voitte jakaa vanhuksen elämäntarinaa yhdessä.

Hoitaja tutustuttaa vanhuksen ja sinut toisiinne.

Hoitohenkilökunta ei voi kertoa sinulle vanhuksen sairauksista tai diagnooseista. Mutta vuorovaikutukseen tai turvallisuuteen liittyvistä seikoista (esimerkiksi vanhuksen alentunut kuulo, puhekyky, levottomuus) sinulle kerrotaan.

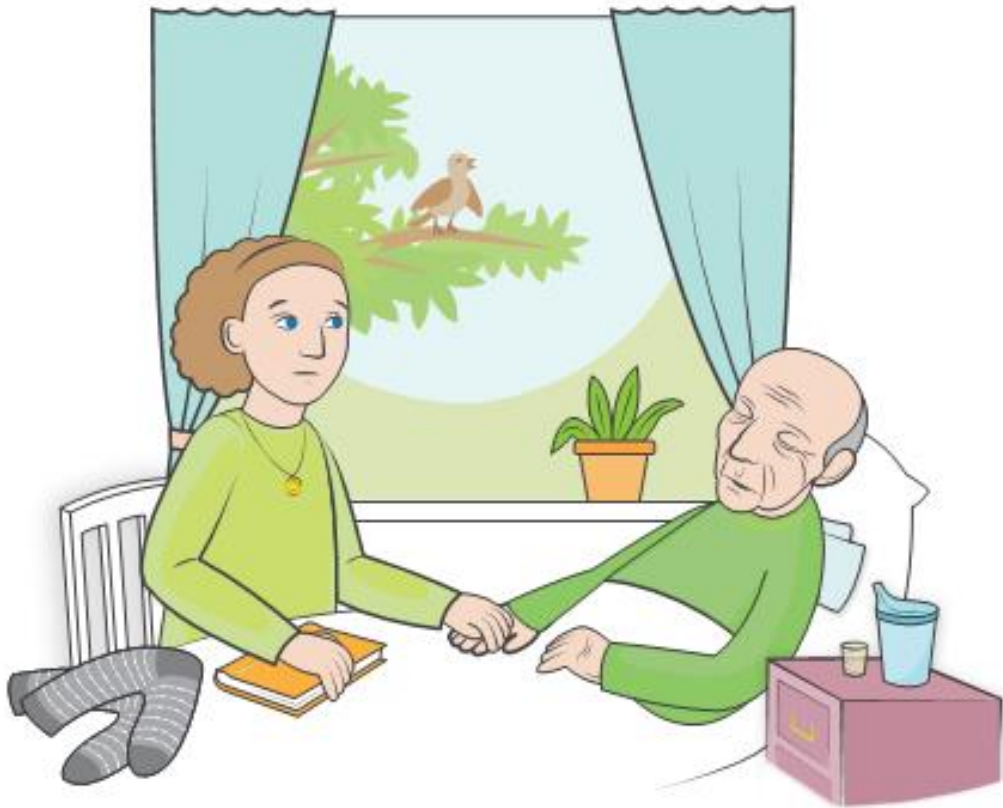
Ellei vanhus kykene enää puhumaan, hoitajat voivat kertoa sinulle, mistä vanhus pitää tai mistä hän ei pidä. Vanhus voi nauttia esimerkiksi radion kuuntelusta yhdessä tai siitä, että pidät häntä kädestä.

Toimit aina omien voimavarojesi ja aikataulujesi mukaan. Jokainen vanhuksen vierellä viettämäsi minuutti on arvokas.

Saattohoidon vapaaehtoistoiminta ei korvaa hoitotyön ammattilaisten antamaa hoitoa ja hoivaa. Hoidollinen vastuu on aina hoitohenkilökunnalla. Läsnäolosi on kuitenkin arvokas lisä vanhuksen kokonaisvaltaiseen tukemiseen.

Saattohoidon vapaaehtoistehtävä ei edellytä alan ammattikoulutusta tai kokemusta hoitoalalta.

Vanhuksen ehdoilla



Tärkein tehtäväsi on viettää kiireetöntä aikaa yksinäisen vanhuksen tukena.

Vanhuksen vierellä oleminen hänen elämänsä viimeisinä hetkinä saattaa tuntua vaikealta ja raskaalta. Riittää, että olet lähellä, vaikka aivan hiljaakin.

Vierellä ollessasi voit hyvin lukea tai tehdä käsitöitä – se ei tee sinun läsnäolostasi vähäpätöisempää.

Vanhus aistii, että olet vierellä ja läsnä.

Saattohoidon vapaaehtoisen tehtäviä

Saattohoidon vapaaehtoisen tärkeimpiä tehtäviä on

- istua vanhuksen vierellä
- olla kiireettä läsnä
- antaa vanhukselle aikaa
- kuunnella
- pitää kädestä
- koskettaa

Vanhuksen voinnin ja toiveiden mukaan voit myös

- laulaa tai soittaa
- lukea runoja
- lukea päivän lehteä tai kirjaa
- kirjoittaa, mitä vanhus toivoo
- katsella valokuvia
- kammata hiuksia
- katsella televisiota tai kuunnella radiota yhdessä vanhuksen kanssa
- keskustella yhteiskunnallisista asioista ja päivän tapahtumista
- keskustella historian tapahtumista
- keskustella hengellisistä asioista
- neuloa tai virkata
- rasvata käsiä tai jalkoja

Saattohoidon vapaaehtoisen jaksaminen

Motiiveja hakeutua saattohoidon vapaaehtoiseksi on useita.

Taustalla voi olla halusi tehdä jotain tärkeää ja merkityksellistä, auttaa tai lievittää vanhusten yksinäisyyttä.

Vaikka saattohoidon vapaaehtoisena toimiminen antaisikin sinulle paljon, on sinun tärkeää pitää huolta omasta jaksamisestasi.

Tilanteet vanhuksen vierellä ja hoivakodissa voivat olla kuormittavia. Varsinkin silloin, jos suhde vanhusystäväsi kanssa on ollut pitkä ja läheinen, voi vanhuksen kuolema aiheuttaa sinussa surua.

Sinun on tärkeää tunnistaa ne surun ja avuttomuuden tunteet, joita vanhuksesta luopuminen kuoleman jälkeen voi aiheuttaa. Suhteen arvoa ei kuitenkaan vähennä, jos et koekaan tällaisia tunteita.

Kun autat ja tuet muita ihmisiä, on hyvä, että oma elämäntilanteesi ja voimavarasi ovat tasapainossa.

Saattohoidon vapaaehtoiseksi kouluttautuminen ja saattohoidon vapaaehtoisena toimiminen herättää monenlaisia tunteita ja kysymyksiä.

Voit aina keskustella niistä hoivakodin yhteyshenkilön kanssa tai vapaaehtoisille järjestettävien säännöllisten vertaistapaamisten ja jatkokoulutusten yhteydessä.



ja tukeminen

Hoivakodin hoitajat tukevat sinua tärkeässä tehtävässäsi.

Hoitajat vastaavat mahdollisuuksien mukaan oman työnsä ohessa kysymyksiisi.

Vaikka vaitiolovelvollisuus sitoo sinua, voit aina kääntyä hoitajien puoleen. Tällainen tilanne voi olla esimerkiksi silloin, kun vanhuksen vointi muuttuu äkillisesti.

Saattohoidon vapaaehtoistoiminta voi antaa sinulle paljon, mutta samalla se vaatii sinulta sitoutumista ja pitkäjänteisyyttä. Vaikka toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, sinun odotetaan pitävän kiinni vanhukselle antamistasi lupauksista.



Saattohoidon vapaaehtoinen osallistuu vanhuksen saattamiseen kuolemaan asti.

Vanhuksen kuoleman jälkeen on hyvä, että pidät taukoa ennen kuin ryhdyt saattamaan uutta vanhusta.

Tauotus on hyvä käytäntö etenkin silloin, jos sinulla ja vanhuksella oli läheinen suhde.



Ellet ole paikalla vanhuksen kuollessa, hoivakoti ei valitettavasti voi ilmoittaa sinulle erikseen hänen kuolemastaan, ellei hoivakodilla ole tähän asianmukaista lupaa.

Saattohoidon vapaaehtoistoiminnan

1. Vapaaehtoisuus

Saattohoidon vapaaehtoinen toimii vapaaehtoisesti, omasta halustaan. Olennaista on oma halu toimia tukena hoivakotien asukkaiden elämän loppuvaiheessa.

2. Tasa-arvoisuus

Vapaaehtoinen ja hoitajat kohtaavat tasa-arvoisina. Jokaista ihmistä arvostetaan. Jokaisen antamaa aikaa, tietoja ja taitoja tarvitaan.

3. Vastavuoroisuus

Toiminnan tavoitteena on tuottaa hyvää mieltä kaikille siihen osallistuville. Sekä hoivakodin henkilökunnalla että vapaaehtoisella tulee olla kyky antaa ja vastaanottaa palautetta.

4. Palkattomuus

Vapaaehtoinen ei saa rahallista korvausta. ”Palkkana” on toiminnasta saadut elämäkokemukset.

5. Ei-ammattimaisuus

Tavallisen ihmisen tiedot ja taidot riittävät vapaaehtoiselle. Vapaaehtoinen ei toimi hoitajana eikä työntekijänä.

6. Luotettavuus ja sitoutuminen

Vapaaehtoinen arvioi itse voimavaransa ja määrittelee, miten paljon hän osallistuu toimintaan ja milloin hän haluaa lopettaa tehtävässä.

7. Vaitiolovelvollisuus

Vapaaehtoinen on vaitiolo-velvollinen. Vaitiolo-velvollisuus jatkuu myös vanhuksen kuoltua ja vapaaehtoisen lopetettua toimintansa hoivakodissa.

periaatteet

8. Suvaitsevaisuus

Vapaaehtoinen kunnioittaa ja hyväksyy, että ihmisillä on erilaisia taustoja ja elämänkatsomuksia, arvoja ja mielipiteitä. Vapaaehtoistoiminta ei ole väylä oman vakaumuksen tai aatteen levittämiseen.

9. Puolueettomuus ja yhteistyö

Vapaaehtoinen ei asetu kenenkään puolelle, vaan toimii yhteistyössä vanhuksen, läheisten ja hoitajien kanssa. Vapaaehtoinen pitää kiinni sovituista asioista, ilmoittaa esteestä ja yhteystietojensa muuttumisesta.

10. Vanhuksen ehdoilla

Saatettava vanhus on tärkein. Vapaaehtoinen toimii rinnalla kulkijana, kuuntelijana ja tukijana vanhuksen lähtökohdat ja taustat huomioiden.

11. Yhteisöllisyys

Vapaaehtoinen on osa hoivakodin yhteisöä, mutta ei osallistu keskusteluihin esimerkiksi asukkaan sairauksista tai työpaikan asioista.

12. Perehdytys, tuki ja vakuutus

Vapaaehtoinen saa hoivakodissa perehdytyksen, tukea ja ohjausta. Vapaaehtoisella on käyntipäivinä hoivakodin järjestämä vakuutus-turva.

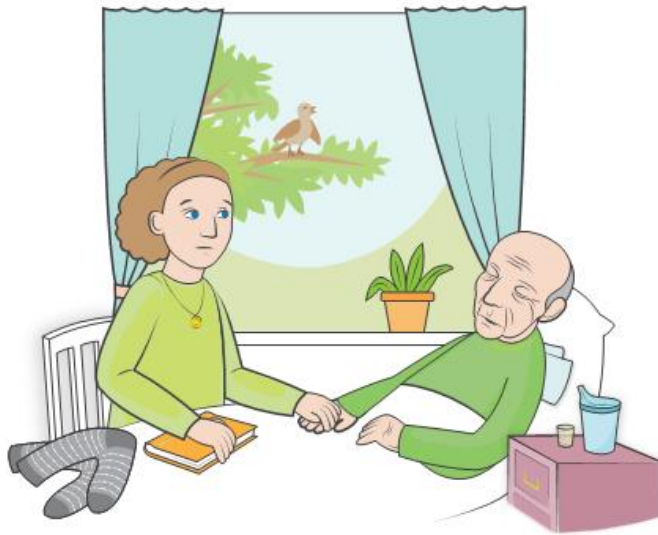
13. Toiminnan mielekkyys

Saattohoidon vapaaehtoistoiminnan on tarkoitus olla mielekäs ja merkityksellistä kaikille toimintaan osallistuville. Vapaaehtoistehtävä ei saa koskaan muodostua ikäväksi pakoksi.

14. Mahdollisuus ihmisenä kasvamiseen

Vapaaehtoistoiminta tarjoaa mahdollisuuden henkiseen kasvuun ja itsensä kehittämiseen.

Saattohoidon vapaaehtoinen, olet tärkeä!



Tämä ohjevihko on tarkoitettu hoivakodeissa toimivien saattohoidon vapaaehtoisten avuksi ja tueksi.

Lohtua läsnäolosta -hanke (2021-2024) rekrytoi ja kouluttaa saattohoidon vapaaehtoisia toimimaan yksinäisten vanhusten elämän loppuvaiheen tukena ja seurana.

Vapaaehtoisia koulutetaan Helsingissä, Espoossa, Vantaalla, Kauniaisissa, Kirkkonummella ja Vihdissä toimiviin hoivakoteihin. Vapaaehtoisten starttikoulutuksia järjestetään 6-8 kertaa vuodessa.

Lisäksi hanke järjestää työpajoja hoivakotien henkilökunnalle ja tukee hoivakoteja saattohoidon vapaaehtoistoiminnan käynnistämisessä.

Lohtua läsnäolosta -hanketta rahoittaa sosiaali- ja terveysministeriö Veikkauksen tuotoista. Hanketta hallinnoi Suomen Raamattuopiston Säätio.