

Saattohoidon vapaaehtoiset vanhuksen elämän loppuvaiheen tukena

Vanhusten ympärivuorokautisessa hoivassa kokema yksinäisyys on yleistä. Vanhuksen voimavarat hiipuvat yleensä vähitellen ja elämänpiiri rajautuu omaan huoneeseen ja vuoteeseen. Vanhus voi olla yksinäinen, levoton tai ahdistunut. Perhettä, läheisiä tai ystäviä ei välttämättä ole, he asuvat kaukana tai eivät kykene kohtaamaan vanhusta kuoleman lähestyessä.

Kiireetön läsnäolo ja rauhallinen tunnelma tuovat lohtua, inhimillisyyttä ja turvaa vanhuksen elämän loppuvaiheeseen. Vanhukset itse toivovat, ettei heidän tarvitsisi kuolla yksin eikä kokea kipua. Hoitajien on kuitenkin usein mahdotonta viipyä pidempiä aikoja vanhuksen vierellä.

Saattohoidon vapaaehtoiset vanhuksen tukena

Saattohoidon vapaaehtoisten avulla voidaan vähentää sitä aikaa, jonka vanhus joutuu elämänsä loppuvaiheessa olemaan yksin.

Saattohoidon vapaaehtoisen tehtävänä on viettää kiireetöntä aikaa vanhuksen vierellä ja toimia tukena ja seurana. Varsinkin muistisairaana vanhuksen kohdatessaan vapaaehtoisen on tärkeää pysähtyä vanhuksen vierelle, aistia vanhuksen tunnetilaa, jutella rauhallisesti, koskettaa ja olla lähellä. Hoiva- ja hoitotyötä vapaaehtoinen ei tee.

Vapaaehtoinen kunnioittaa vanhuksen elämää, hänen toiveitaan ja tarpeitaan. Tutun vapaaehtoisen ääni ja tapa olla vierellä luo turvallisuutta aina kuolemaan saakka.

Saattohoidon vapaaehtoistoiminnan käynnistäminen

Ennen saattohoidon vapaaehtoistoiminnan aloittamista hoivakodissa saattohoidon vapaaehtoiset koulutetaan. Hoivakotien johto, esihenkilöt ja henkilökunta sopivat saattohoidon vapaaehtoistoiminnan toimintatavoista. Vapaaehtoinen haastatellaan ja perehdytetään hoivakodissa, ja hänen kanssaan tehdään vapaaehtoistoiminnan sopimus. Hoitajat valitsevat vanhuksen, jonka tukena vapaaehtoinen toimii. Jos vanhuksella on läheisiä, heiltä kysytään lupa vapaaehtoisen kutsumiseen. Vapaaehtoisia tuetaan tehtävässään.

Saattohoidon vapaaehtoinen toimii joko vanhuksen pitkäaikaisena ystävänä, tai hänet soitetaan vanhuksen vierelle saattohoitovaiheen tueksi. Saattohoitopäätöstä ei tarvita.

Saattohoidon vapaaehtoinen voi läsnäolollaan keventää läheisten taakkaa. Lisäksi hoivakodin henkilökunnan kokema henkinen taakka kevenee, kun hoitajat tietävät, että vanhuksen vierellä on vapaaehtoinen.

Valmiita koulutus- ja ohjemateriaaleja

Sosiaali- ja terveysministeriön rahoituksella toteutetussa *Lohtua läsnäolosta* -hankkeessa (2018-2024) koulutettiin lähes 400 saattohoidon vapaaehtoista 25 pääkaupunkiseudulla ja läntisellä Uudellamaalla toimivaan hoivakotiin tai seniorikeskukseen.

Hankkeessa tuotetut materiaalit ovat vapaasti hyödynnettävissä saattohoidon vapaaehtoisten kouluttamiseen ja hoivakotien henkilökunnan valmentamiseen:

- saattohoidon vapaaehtoisten koulutusmateriaali (fi + sv)
- saattohoidon vapaaehtoisten ohjevihko (fi + sv)
- hoivakotien henkilökunnan valmennusmateriaali
- hoivakotien ohjevihko (fi + sv)

Kirjoittajat: Kristiina Niemelä (FT, projektipäällikkö) ja Ritva Pihlaja (geronomi, vanhustyön asiantuntija), *Lohtua läsnäolosta* -hanke