



Mirjami Honkaranta syöttää välipalaa Rauha Pihlajaniemelle. Dementiaosaston asukkaista lähes kaikki tarvitsevat apua ruokailussa.

Vanhustenhoitaja ei sure kuolemaa vaan elämänhalun katoamista

Kun ihmisen pysyvä osoite muutetaan palvelukeskukseen, sieltä palataan enää harvoin omaan kotitaloon. On kuitenkin ihmisiä, jotka tulevat sinne joka päivä. He kuluttavat kahdeksan tuntia mittailen lääkeannoksia, pesten, nostellen ja syöttäen asukkaita. Kun aika on kulunut, he lähtevät kotiin ja luovuttavat raporttinsa seuraavalle, joka jatkaa heidän työtään.



TEKSTI

MARIJO PIHLAJANIEMI



KUVAT

TOMI KOSONEN

Ulla Tuomela on huoletunut Palvelukeskus Kotiplassin asukkaista jo 28 vuotta. Kun Tuomela tuli taloon, ei puhuttu palvelukeskuksesta vaan vanhainkodista, eikä ole kovin kauan siitäkään, kun samaa paikkaa kutsuttiin vaivastaloksi.

Tuomela päätyi alalle, kun hänen tätiensä kehotti häntä hakemaan sairanhoidajakoulun. – Silloin vielä minulla oli melko hatara kuva alan todellisudesta. Ajattelin, että perushoitajan tehtävään kuuluu kipittää kärtävää keitelmän mekko päällä ja näyttää kiireiseltä, Tuomela nauraa.

Moni muukin asia kuin mekon väri on muuttunut Tuomelan uran aikana. Yksi on työn määrä.

– Asukkaat tulevat tänne huonompikuntoisina kuin ennenkin. Kun tulin taloon, niin hyvin harva oli täysin autettava. Asukkaat söivät ja kävelivät itse, eikä silloin ollut

olemassa erillistä dementiayksikköä. Nyt suurin osa asukkaista tarvitsee jonkinlaisia apua päivittäisten toimintojen hoitamisessa ja palvelukeskuksen neljästä osastosta kaksi on dementiaosastoja.

Tuomela epäilee syiksi ihmisten pidentymistä elinikää. Moniin sairauksiin on olemassa hoitokino tai lääkytys, joka tuo lisää vuosia.

Asukkaiden auttamisen lisäksi hoitajien vastuulle on tullut kasa paperitöitä. Vuorossa olevat hoitajat kirjoittavat aina raportin seuraaville vuorokäyttäjille asukkaiden voimista ja siinä tapahtuneista muutoksista. Sen lisäksi jokaisesta potilaasta tehdään hoitosuunnitelma ja heidän tietonsa syötetään RAJ-järjestelmään, joka tekee ennusteen asukkaan tarpeista tulevaisuudessa.

– Raportit ja hoitosuunnitelmat ovat hienoja työkaluja päivittäisessä hoitotyössä, mutta

paperityö lisää työaakkua.

Tuomela kertoo, että normaaleissa oloissa kyllä pärjätään, mutta kiire syntyy silloin, kun tapahtuu jotakin odottamatonta ja viikonloppuisin, kun ollaan pienemmällä miehityksellä.

Tavoitteena hyvä hoito ja ihmisarvon säilyttäminen

Palvelukeskus on lähes kaikille sen asukkaille viimeinen koti.

– Vaikka meidän ensisijainen tehtävä on huolehtia asukkaiden terveydestä, niin yhtä tärkeää on huolehtia heidän viihtyvyydestään, Tuomela muistuttaa.

Hän toivoo usein, että olisi enemmän aikaa istua ja vain jutella. Useat vanhukset eivät puhu omista asioistaan, ennen kuin hoitaja istahtaa sängyn viereen ajan kanssa.

Kotoplassissa pyritään arvostamaan asukkaiden itsemääräämisoikeutta ja vaalimaan ihmisarvoa mahdollisimman tarkasti. – Jokaisella vanhukella on erillinen päivärytmi ja pyrimme kunnioittamaan sitä. Jos aamulla ei halua nosta heti ylös, niin ei tarvitse. Jos haluaa syödä ruokansa itse, niin emme mitään sekuntikellon kanssa, oisimeko me tehneet sen tehokkaammin. Asukkaat käyttävät myös omia vaatteitaan, ja ruoka maistuu samalta kuin kotona. Nämä ovat monelle tärkeitä asioita, Tuomela kertoo.

Palvelukeskuksessa järjestetään virkistystoimintaa ja juhlaa arkea piristämään. Jotkut asukkaat passiivottavat, eivätkä he haluaisi nousta sängystä tai osallistua toimintaan. Silloin hoitaja voi hellävaraisesti houkuttaa muiden mukaan.

Ulla Tuomela on nähnyt monen hoidoksin pöskenteen. Hän puhuikin kuolemasta hyvin levollisesti.

– Useimmat vanhukset eivät pelkää kuolemaa, vaan he tuntevat elämäntyönsä tulleen tehdyksi ja voimien heikenevän. Ennen sanottinikin, että kun vanha ihminen kuolee, niin silloin saa laittaa kädet ristiin.

Hoidokkien kuolema surettaa toki Tuomelaa, sillä monista heistä on tullut tuttuja



Hoitotyön lisäksi hoitajien pitää hoitaa paperityöt. Ennen vuorovaihtoa viihdetaan omat ja asukkaiden kuulumiset. Kuvassa vasemmalla vuorosta lähtevä Ulla Tuomela evästää Johanna Napporia ja Mirjam Honkaranta.

vuosien varrella. Enemmän häntä kuitenkin surettaa elämänhäilyn katoaminen.

– On surullista katsoa, kun ihminen, jolla olisi vielä voimia elää, antaa periksi.

Vaivoja säästelemättä, omaa kroppaa säästään

Aivan kuten Tuomela, myös moni muu hoitaja on ollut Kotoplassissa pitkään. Tulevaisuudessa uusien hoitajien saaminen voi olla vaikeaa, sillä nyt hoitajilla on työtehtävien markkinat, eikä vanhustenhoito kiinnosta nuoria. Monet la on kuva raskaasta ja alipalkatusta työstä.

– Työhön kuuluu paljon vanhusten nostelua ja kiertoliikettä, mikä kuluttaa. Onneksi on olemassa apuvälineitä ja työskentelyvälineitä, kun omat voimat eivät enää riitä.

Tärkeintä on silti hyvä peruskunto. Tuomela hoitaa omaa kuntoaan lenkkei-

lemällä ja venyttelemällä. Kaupunki tarjoaa palvelukeskuksen väleille ilmaista jumppaa ja uintia. Tuomela on ollut myös mukana ASLAK-huonotuksessa, jossa hänet omien sanojen mukaan tutkittiin ja hutiittiin. Kotiinviemiseksi Tuomela sai yksilöllisen hoito-ohjelman, jolla torjutaan hoitoalalle tyyppisiä tuki- ja liikuntaelinten sairauksia.

– Entä se palkka? – Eihän se peruspalkka kovin iso ole, mutta lisien kanssa siitä kertyy sellainen summa että kyllä sillä pärjää, Tuomela vakuuttaa.

Vaikka työtä tehdään täydellä sydämellä vaivoja säästelemättä, niin töitä ei viedä ajatuksissa kotiin.

– Kun luovuttaa raportin seuraavalle hoitajalle, niin samalla tulee luovuttaneeksi asukkaiden hyvinvoinnin seuraavan käsiin. Sitä tietää, että toinen tekee myös parhaansa ja itse voi olla levollisin mielin.



Yhtä tärkeää kuin hoiva on inhimillinen kosketus.

Hoidettavana parantumaton sairaus

KOMMENTTI

Muistan, kun menin ensimmäisiä kertoja katsomaan isoitäni palvelutaloon. Alzheimerin tauti oli vienyt jo silloin suurimman osan hänen mielestään, eikä ollut oikein mitään sanottavaa. Vuosia on kulunut, mutta edelleen palaan samaan huoneeseen. Nyt ei tarvitse olla enää mitään sanotta-

vaa, vaan kädestä pitäminen on tärkeämpää.

Olen aina ihailut vanhustenhoitajia. He hoitavat sairautta, jota ei voi parantaa. Hyvästä hoidosta huolimatta jokainen päivä on toista huonompi, se on luonnon laki. Ihminen menettää osan ihmisarvostaan, kun hän on täysin toisten ihmisten avun varassa.

Silti vanhustyö on omissa tehtävissä tärkeä parhain mahdolliseksi jokaisesta vanhusta

yksilönä ja ihmisenä, ei hoito-ohjelman kohteena. Hellävaroin he valtavat valpat, syöttävät ruuan ja puettavat kysellen samalla kuulumisia, ja jäisivät vielä pitemmäksi aikaa, jos vain voisivat.

Palvelukoti on paikka, johon tullessaan elämän ehtopuolella, kun omat voimat eivät enää riitä itsestä huolehtimiseen. Se on paikka, johon kukaan ei toivo vanhana joutuvansa. Yhä use-

ampi sinne kuitenkin päätyy. Nuoruutta ja tehokkuutta suosivassa yhteiskunnassa ei tunnu olevan tilaa vanhuudelle kuin siihen erikoistuneissa hoitoyksiköissä. Onneksi näissä palvelukeskuksissa on töissä ihmisiä, jotka haluavat antaa jokaiselle hoidokilleen mahdollisimman paljon elämää viimeisiin vuosiin.

Kiitos hoitajilta teille siitä itsetni ja isoitäni puolesta.