

Mielenterveys ja päihdetyö

Tulevan lähihoitajan työharjoittelu Italiassa 21.1-20.2.2019

15.1.2019

Päätös siitä minne maahan haluan matkustaa työharjoitteluun, vaati hieman enemmän aikaa ja töitä, kohde maa on Italia ja Italiaan ei koulumme vaihdon koordinaattorilla ollut suoraa linkkiä, joten tuumasta toimeen. Kymmeniä puheluja ystävälleni Italiaan ja valmistelut alkakoon.

Ystäväni kävi tulevassa harjoittelu paikassa muutamia kertoja ja sain luvan, että he ottavat minut vastaan, skannasin paperini Italiaan ja ystäväni vei sen työharjoittelupaikalle ja paperi skannattiin takaisin minulle allekirjoitettuna ja minä lähetin sen taas eteenpäin koordinaattorille ja opolle. Ja taas oltiin askel lähempänä Italiaa. Aikaa ei ollut enää kuin kaksi kuukautta ennen lähtöä niin ostin myös lennot pikimmiten.

19.12019

Lennot Oulusta Helsinkiin ja sieltä Roomaan kesti 8h yhteensä mutta ehdin Helsingissä odotella monta tuntia ennen Rooman lentoa. Tunteiden kirjo tänä aikana oli aivan uskomaton se hetki, kun lähdin kotoa ja sanoin heipat lapsilleni tuntui todella pahalta ja taxissa pidättelin kyyneliä pakokauhun vallassa.

Kentällä tunteet heitteli ilosta suruun ja ikävään. Tiesin kuitenkin jossain sisimmässä, että olimme valmistautuneet lähtöni pitkän aikaa ja varmasti kaikki menee hyvin.

Lentokentällä Fiumicinossa ystäväni oli minua vastassa, ihana helpotuksen tunne ja alkoi jo hymyilyttää. Lämmintä oli +9 ja oli satanut vettä, kotoa lähtiessä pakkasta oli -23 ja lunta ainakin puoli metriä. Roomasta ajelimme autolla kohti Spigno ajomatka kesti n.1.5h



21.2.2019

Aloitin maanantai aamuna työt Insiemessä joka on yksityinen psykiatrinen hoitolaitos mutta ei sairaala. Kodin omainen 3 kerroksinen iso omakotitalo.
(<https://www.comunitainsieme.com/insieme/>)

Laitoksessa työskentelee psykoterapeutti, sairaanhoitajia ja ikäänkuin ohjaajia. Lääkäri vierailee joka keskiviikko ja psykiatri kahden viikon välein.

23.1.2019

Asukkaiden ei tarvitse osallistua kuin pieniin kotitöihin esim. pöydän kattamiseen, tiskikoneen tyhjentämiseen ja aamulla petaavat oman sängyn. Viikko ohjelmassa voi myös olla roskien vienti tai yhden huoneen lattian moppaus. Poikkeuksiakin on jos puuttuu työntekijöitä silloin osallistuvat viikkosiivouksiin vointinsa mukaan.

Talossa on kaksi kerrosta naisille ja miehille omat ja huoneet ovat jaetut. Asukkaiden ei tarvitse pestä myöskään omia pyykkejään, vaatetus heillä on oma ei siis sairaalan vaatetus.

Tärkein osa kuntoutusta on lääkehoito ja aktiviteetit eli terapia kuten täällä sanotaan. Viikoittain jokaisella on mahdollisuus mennä joogaan, tanssimaan, karateen, laulamaan, ratsastamaan tai soittamaan pianoa.

Ulkoilu on sallittua kaikille ja asukkaan kulkevat aamupäivällä ”kylällä” hakevat kahvia tai mitä haluavatkaan tehdä, ennen lounasta asukkaat tulee takaisin pihalle tupakoimaan ja istuskelemaan. Tuntia ennen lounasta kaikki on jo paikalla ja keittiö vuorossa oleva kattaa pöydän yhteisissä tiloissa.

23.1.2019

Kolmen päivän harjoittelun jälkeen olen ollut tyytyväinen vastaanottoon minkä olen saanut, ensimmäisenä päivänä pidimme asukkaille infon että olen töissä seuraavan kuukauden ja kaikki oli hyvillään ja toivotti tervetulleeksi.

Kaikki työntekijät ovat olleet huomaavaisia ja ystävällisiä ja opettaneet minua parhaansa mukaan jopa he ketkä eivät osaa sanaakaan englantia. Italiaa minulle on myös opetettu joka päivä, saattaa olla että muutama lause tarttuu mukaan.

Työnkuva

Työt menee suunnilleen samanlain kuin Suomessa mutta meillä on enemmän vastuuta yhdellä hoitajalla. Täällä ohjaajat eivät pidä ns.tuki keskusteluja, vain terapeutti hoitaa keskustelut.

Psyykkinen vointi

Jos asukas voi huonosti hän juttelee voinnistaan terapeutille ja hän antaa ohjeet miten kannattaa siinä tilanteessa toimia ja terapeutti soittaa lääkärille jos kokee että tarvitsee apua tai ohjeita.

Ohjaajat jakavat lääkkeit yhdelle päivälle kerrallaan mutta ohjaajat kirjaavat ne käsin, lääkkeillä on oma numero koodi jota käytetään lääkkeiden kirjanpidossa. Muuten esim. siivoukset ja pyykin pesu käyttää myös psykoterapeutilta kuten ohjaajaltakin.

Lääkäri jakaa viikottain viikko ohjelman asukkaille (kuntoutus ohjelman mihin sisältyy kotitöitä) ja puhuu asukkaille avoimesti koko seurueen kuullen(ryhmäterapia) vaikka asia olisi henkilökohtainen meidän mittakaavassa. Lääkäri myös keskustelee lyhyesti asukkaan kanssa yksityisesti erillisessä huoneessa jos asukas tuntee siihen tarvetta.

Lääkärit haetaan paikan päälle autolla ja asukkaat haetaan erilaisiin terapioihin eli aktiviteetteihin viikottain riippuen heidän varallisuudestaan. Suomessa kuntoutus on henkilökohtaisempaa ja jokaisella on mahdollisuus toteuttaa itseään oman vointinsa mukaan yhteiskunnan sosiaaliturvan tuella.

Asukas=isäntä=**ospite** Italiaksi

Aika käsite

Italiassa ei juosta kello kaulassa ja ajalla on ihan eri käsite kuin meillä Suomessa. Työtä ei suoriteta ja aina löytyy aikaa kaikille. Eikä näköjään haittaa jos joku työntekijä myöhästyy tai jos työvuoro loppuu niin töistä saatetaan lähteä vasta tuntia myöhemmin kuin listaan on merkitty.

Kaikelle muulle ajalle ei ole niin justinsa mutta ruokailu on tärkeä osa kulttuuria joka rytmittää arkea ja ruokailut kestää pitkään.

Tuntuu mukavalle huomata että elämää voi elää myös näin, ilman stressiä ja kiireistä tiukkaa aikataulua ehdottomasti suorittamatta. Uskon että italialaiset(täällä maalla ainakaan) eivät juokse koskaan ”oravan pyörässä”

Kaikki tarvittavat työt tulee päivittäin tehtyä kiireettä ja asukkaat ovat hyvässä hoidossa ja puhtaissa vaatteissa.

Lääkärit

Lääkärit vierailee viikottain Insiemessä ja he haetaan erikseen autolla paikan päälle. Lääkärit ovat olleet erittäin ystävällisiä ja tuttavallisia, juovat kahvia (ja tupakoivat sisällä) saman pöydän ääressä kuten muutkin työntekijät ja vaihtavat kuulumiset myös vapaa-ajan asiat. Lääkäri keskustelee avoimesti asukkaiden voinnista kaikkien asukkaiden kesken ja heidän tulevan viikon ohjelmasta, yhteisen pöydän ääressä yhteisissä tiloissa (mikä Suomessa ei olisi mahdollista) tätä kutsutaan ryhmä terapiaksi. Edellisen viikon kuulumiset ja kotitöihin osallistumiset käydään läpi ja puhutaan kaikkien kuullen avoimesti. Oli asia sitten arkaluontoisempi tai ei, jos esim. On sattunut jotain tai joku on saanut poistumiskiellon niin tätä voidaan myös pöydän äärellä kaikkien kuullen.

Lääkäri kertoi minulle Italian mielenterveys työn historiasta (*Basaglia Law*) ja oli erittäin kiinnostunut miten Suomessa toimitaan ja minkälaisia psykiatrisia sairaaloita meillä on? Italiassa on julkinen sairaala ja jokaisella oma lääkäri, mistä mielenterveys potilaat erotellaan psykiatriseen sairaalaan tai psykiatrille ja hän ohjaa tai suosittelee terapiaa eli yksityisiin maksullisiin hoitokoteihin kuten Insieme on.

Lääkäri kertoili myös päivän valon vaikutuksesta masennukseen ja tiesi Suomen oleva itsemurha tilastoissa kärkipäässä ja alkoholismin vaikutuksista suomalaisen yhteiskuntaan.

Päivät kuluvat ja viikot vierivät

Maanantaina oli isompi siivous, verhot ja ikkunat pestiin myös. Siivoukseen osallistui psykologikin ja työvuorossa oli yhteensä neljä hoitajaa kuten joka maanantaina.

Taas on keskiviikko ja lääkäri vieraili Insiemessä osallistuin ryhmäterapia piiriin. Lääkäri oli hieman tuhtunut koska pari asukasta oli käyttäytynyt sopimattomasti ja sitä puitiin koko yhteisön edessä.

Lääkäri sanoi että nyt kun olen siivonnut kuusi kertaa voin myös osallistua aktiviteetteihin, ehkä joku paikallinen perehdytys traditio? Tiedä häntä.

Tänäänkin oli mukava päivä töissä ja pääsin jakamaan lääkkeitä asukkaille.



Vk2

Aamu alkoi kuten muutkin aamut juodaan Espresso ja käydään päivän asiat läpi raportti saattaa venähtää 1.5h mittaiseksi. Yövuorolainen lähtee vasta yhdeksää käydessä vaikka vuoro on 20.00-8.00

9.30 Annetaan lääkkeitä, rahaa ja tupakkia asukkaille. Tupakointia on rajoitettu joten määrät vaihtelevat 1-20kpl päivässä. Sen jälkeen pestään ja kuivataan pyykkiä. 1.5viikon jälkeen alkaa jo sujumaan miten se puhdas pyykki sinne narulle (parvekkeella) oikein asetellaan. Pesuaineiden käyttö on melkoisen yli annosteltua suomalaisena laittaisin vain puolet siitä määrästä mitä nyt käytetään.

Tänään opetin risti seiskan pelaamista yhdelle asukkaalle joka osaa jonkun verran englantia samalla psykologi teki lääkkeitä kirjanpitoa saman pöydän ääressä. Ja käänsi italiaksi jos tarvitsin apua.

Päivistä ei puutu iloa, naurua ja huumoria. Työkaverit halataan ja pussataan poskelle tullessa ja mennessä töihin jos ei ehdi halata ”näkemisiin” niin ainakin lento pusut heitetään.

Italiaa ja kulttuuria

Italian kielisiä sanoja on tarttunut jo monta ja ajattelee Englanniksi asiat. Olen käynyt tutustumassa moneen ravintolaan, baariin(kahvila), jäätelöbaareihin luostariin ja naapuri pitäjiin. Kaikenlaisia meren eläviä on tullut syötyä ja päivittäin oliiviöljyä.

Asun siis ystäväni perheessä joten olen keskellä Italiasta kulttuuria, perhe arvoja ja paikallista ruokaa. Kävin jo yksin mozzarella ostoksilla joka sujui mielestäni hyvin. Tänään otettiin kuivumaan laakeripuun lehtiä ja eilen rosmariinia jota vien kotiinkin, niitä kasvaa

meidän pihalla ja joka puolella muutenkin. Manteli puut kukkivat parhaillaan ja ulkona näkyy kevään merkkejä, paikalliset saksivat oliivipuita ja rypäle puiden oksia jotta sadosta tulisi hyvä ensi kesänä.

Lääkehoito

Olen saanut jakaa lääkkeitä joka aamu viimeiset 2 vko. Aamulla 8.00 otetaan ensimmäiset ja 9.30-10.00 välillä toiset aamu lääkkeit. Kello 10.00 mennessä jaetaan loppupäivän ja seuraavan aamun lääkkeit.

Psykykenlääkkeitä ja Pvk-lääkkeitä annetaan tippoina joten lääkkeiden annostelu on aikaa vievää (ainakin minusta), nestemäinen lääke kuulemma siksi että asukas ottaa lääkkeen varmasti. Jokaisella asukkaalla on oma nimikoitu muovi kuppi missä on tabletit pohjalla ja sisällä kertakäyttö kuppi johon annostellaan tipat ja laitetaan loraus vettä päälle, samoja kuppeja käytetään mahdollisimman kauan. Vain parilla asukkaalla menee psykykenlääkettä injektiona.

Samalla jaetaan ”päiväraha” 2-5€ ja päivittäiset tupakat, 1-20 kpl riippuen asukkaan terveydestä ja varallisuudesta. Esimerkiksi he joilla on astma saa aamupäiväksi vain 1-3 tupakkia ja klo: 14.00 lääke jaolla seuraavat 1-3 kappaletta.

Lääkkeet jaetaan : 8.00, 9.30, 14.00, 20.00



Ospite eli asukkaat

Asukkaiden keski-ikä on noin 40-75 osa on jo kroonikkoja. Yksi vanhempi asukas on saanut asua jo pitkään Insiemessä koska hänellä ei ole paikkaa minne mennä joten johtava lääkäri on ollut kuulemani mukaan niin hyvä sydämminen että antaa hänen asua täällä loppuun asti. Hänellä on erikois tehtäviä, roskien vientiä yms. Hän on myös ainoa kenellä on yksin

oma huone. Samainen henkilö oli myös saanut kutsun yhden työntekijän häihin, joka näin äkkiseltään oli suomalaiselle outo asia. Kotimaassa omassa työpaikassa olen tottunut siihen että en kerro henkilökohtaisesta elämästäni asukkaille, eikä minun tarvitse. Vaikka Italiassa on iso negatiivinen leima mielenterveys kuntoutujien otsassa, silti potilaat ovat lähempänä työntekijöitä...

Olen pelannut korttia joka viikko yhden asukkaan kanssa ja hienosti risti seiskan pelaaminen sujuu kielimuurista huolimatta, hänen kortit asettelen aina pöydälle kuvapuoli ylöspäin maittain helpottaakseni pelaamista. Olen hävinnyt monta kertaa ja Italiassa on sanonta että jos ei ole onnea korteissa, rakkaudessa on. Fortuna.

Vk 4

Väsymystä ilmassa ja flunssa. Yksi työntekijä puuttuu seuraavat 2 viikkoa ja loput viisi tekevät hänen vuoronsa. Työvuorolista on tehty lyijykynällä joten sairaanhoitaja kirjoittaa vain vuorot uusiksi. Aamut hiljenee koska töissä ei ole kuin me kaksi vain ja Google translator, onneksi tiedän jo mitä rutiineihin kuuluu niin ei tarvitse opettaa perusjuttuja vaikka pyykit menee edelleen väärinpäin narulle, taitolaji tuo auringossa kuivattaminen. Naurattaa kun joku käy aina korjaamassa minun vaivalla asetellut pyykit. Siivouksesta on jouduttu parsimaan ja asukkaat ovat siivonneet itse yhdessä toisen kerroksen. Kaikkien työntekijöiden ollessa paikalla joka aamupäivä pestään vessat, makuuhuoneiden lattiat ja portaat. Harjataan, mopataan ja kaikki pölyt pyyhitään kalusteiden pinnoilta tauluista lähtien. Vessojen kaakeli seinät pyyhitään myös kauttaaltaan. Myös viikko siivoukseen kuuluu loputkin huoneet, keittiöt, toimisto jne. Mattonella on kaakeli laatta Italiaksi, sopra yläkerta ja oggi tänään. Piano on kerros, näillähän pärjää jo.



Gaeta

Kävimme eka viikolla Gaetassa koska siellä on hyvä lastenlääkäri ja ystäväni lapsi sai ensimmäiset rokotukset. Yllätyksekseni lääkäri rokottaa itse lapset, terveystarkastus oli tehty jo aiemmin eri reissulla Gaetaan ja lääkäri oli sama iäkäs mies joka on ollut myös tämän pikku ipanan isällä omana lääkärinä koko lapsuuden.



Kuntoutus suunnitelma

Jokaisella asukkaalla on oma kansio mistä löytyy kaikki hänen tietonsa, diagnoosit, hoitosuhde asiat, läheisten yhteystiedot yms lääkehoito tiedot. Samat asiat kuten meillä Suomessa mutta ne löytyy koneelta työpaikan omasta järjestelmästä ja valtakunnallisesta järjestelmästä. 6kk välein päivitetään asukkaan kansioita, meillä puhutaan kuntoutus suunnitelman päivityksestä. Jos asukas lähtee lomalle hän ottaa mukaansa osan papereista ja vastuukin siirtyy pois Insiemestä.

Italiassa tehdään hieman erilaisia testejä asukkaille kuin meillä, arvioidaan kognitiivisia taitoja ja arjessa selviytymistä vammaispuolella ja MMSE-testiä tehdään vain vanhuspuolella

toki erona voi myös olla se että psykologi on aina työpaikalla. BPRS:ää tehdään 6kk välein ja VADO:a Suomessa tätä ei käytetä yleisesti. Meille tutumpia on esim. BDI johon törmää myös perus työterveyslääkärissä.

Viikko-ohjelma

Viikko ohjelmaa siis päivitti lääkäri ja asiat mitä seuraavalla viikolla tehdään ja suurimmaksi osaksi kaikki oli puheiden varassa, jotain pientä lääkäri kirjasi ylös mutta kaikesta tapahtumista raportoitiin suullisesti koska oli vain yksi hoitaja joka kirjasi paperille terapioista ja hän oli kesiviikkoisin iltavuorossa.

Kuntoutumista ja terapiaa oli jo se että Mt asiakkaat olivat päässeet hoitolaitokseen missä kirjaimellisesti hoidettiin heidän puolesta esim. pyykit jotta he ovat puhtaissa ja näyttävät siisteiltä ulospäin. Lääkehoitoa puhuttiin myös terapiana ja kaikki kutsuttiin lääkkeen ottoon huutamalla therapy. Viikko-ohjelmista oli runko milloin asukas haettiin "oikeaan" terapiaan mikä oli lähimpänä toimintaterapiaa mutta suurin osa asioista ei ollut mustaa valkoisella ja vain hoitajien ulkomuistissa.

Käytännössä asukkaat nukkuivat ja söivät ja hengailivat keskenään sisällä ja ulkona. Hoito oli siis 20v jäljessä Suomesta, Italiassa hullujen huoneet on suljettu vasta -78 ja sen jälkeen hoidosta on tullut demokraattista. Toki en nähnyt kuin pienen osan ja kielimuurista johtuen paljon jäi ymmärtämättä. Siellä lääkäri ei ymmärtänyt miksi meillä ei ole lääkäri paikalla joka viikko koska eihän potilasta voi hoitaa/arvioida jos näkee harvoin. Tuntui että paremmin oli lääkäri "kartalla" ja tunsu kaikki potilaat ja heidän taustansa.



Suomalaista pullaa

Ajatukset on jo vahvasti kotona. Leivoin vielä suomalaista pullaa isäntäperheelleni ja töihin viemiseksi. Heipat sanoin jo viime viikolla Martha lääkäriille ja osalle työntekijöistä. Toivotaan että pullat maistuu. 1 Työntekijä tosiaan puuttuu joten viimeiset päivät on mennyt hitaasti ja vajaa miehityksellä enkä valitettavasti ehdi hyvästellä kaikkia. Jätän IG osoitteeni kahvihuoneen pöydälle, niin minut tavoittaa vielä sitä kautta kun palaan Suomeen.



21.2.2019 Arrivederci

Blogini aihe oli ainoastaan työharjoittelu, joten en kirjannut tähän mitään enempää henkilökohtaisesta elämästäni.

Olen nyt takaisin kotona ja maanantaina aloitan vielä kolmen viikon harjoittelun Suomessa sisältäen viimeisen näyttö viikon jonka jälkeen valmistuminen jo hämmöttää huhtikuussa. 2 vuotta tehokasta opiskelua ja uusi työpaikkakin odottelee jo mukavaa kevättä kaikille blogini lukijoille Ciao!!!

<https://aakooitaliassatyoharkka.home.blog>