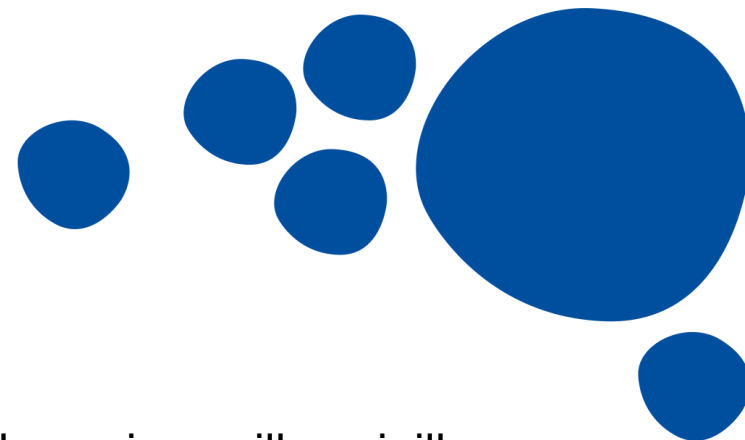


Tervetuloa webinaariin!



Turvallisen tilan periaatteet SuPerissa



1. **Kunnioita** muiden itsemääräämisoikeutta, arvoja, mielipiteitä, kokemuksia ja eriäviä näkökantoja.
2. **Älä pilkkaa**, halvenna, nolaa tai syrji ketään puheillasi, käytökselläsi tai teoillasi.
3. **Älä tee oletuksia** ja vältä ennakkoluuloja.
4. **Anna kaikille tilaa** ja mahdollisuus osallistua keskusteluun.
5. **Puutu aina häirintään**, tarjoa tukea häirinnän kohteeksi joutuneelle ja hae tarvittaessa apua.
6. **Kuuntele ja opi**, ole avoin uusille asioille, näkökulmille ja palautteelle.
7. **Jos teet virheen, pyydä anteeksi ja muista inhimillisyyttä.**
8. **Älä ota tilaisuuksissamme kuvia tai videoita tai nauhoita ääntä** ilman kouluttajan lupaa.
9. **Osallistumalla SuPerin tilaisuuksiin sitoudut noudattamaan turvallisen tilan periaatteitamme.**

Hei, me hoidetaan!

Webinaarisarja lähihoitajille näyttöön perustuvasta hoidosta

Hei, me
hoidetaan!

- Maksuttomat webinaarit tarjoaa Duodecim, Hoitotyön tutkimussäätiö Hotuksen ja SuPer.
- Hoitotyössä tulee vastaan uusia asioita koko uran ajan. Käytännöt ja työtehtävät muuttuvat, tieto päivittyy, eikä kaikkea voi eikä tarvitsekaan muistaa ulkoa.
- Hei, me hoidetaan webinaarien tavoitteena on
 - vahvistaa lähi- ja perushoitajan osaamista ja asiantuntijuutta näyttöön perustuvasta toiminnasta
 - kannustaa jokaista vahvistamaan näytön käyttöä työssään
 - tehdä Terveysportin tietokannat sekä Hotuksen kansalliset hoitosuosituksent entistä tutummaksi ja edistää niiden hyödyntämistä arjessa
- Näyttöön perustuva hoito luo ammattilaisen toiminnalle vankan perustan ja varmistaa potilaalle yhdenvertaisen ja laadukkaan hoidon riippumatta siitä missä sitä toteutetaan ja kenen toimesta.

DUODECIM

Hotus

SUPER



Hei, me hoidetaan!

Webinaarisarja lähihoitajille näyttöön perustuvasta hoidosta

Hei, me hoidetaan!

- Webinaareissa aina mukana lähihoitaja, asiantuntija sekä potilas/läheinen tai kokemustoimija. Koulutuksiin ovat tervetulleita lähi- ja perushoitajat sekä alalle opiskelevat.

- Viestimme:

#heimehoidetaan! #lähihoitaja #Terveysportti #näyttökäyttöön @Hotus @SuPer @Terveysportti

sekä jokaisen päivän teemaan liittyen, mm. #vanhustenhoitajahoiva #lähihoitaja #lähihoitajaopiskelija #kotiutus

- Tapahtumasivu, josta löydät linkit webinaareihin sekä tallenteisiin:

<https://www.superliitto.fi/artikkelit/hei-me-hoidetaan-webinaarisarja/>

Hei, me hoidetaan! 22.4.2026 klo 13:00-15:15

Potilaan turvallinen polku sairaalasta kotiin

Hei, me
hoidetaan!

Sairaalasta kotiin

13:00-13:15 **Se jää mieleen, kun menee pieleen. Mikä kotiutuksessa on niin haastavaa?**

Anna-Liisa Arjama, lh, sh AMK, TtM,
toimituspäällikkö, Duodecim

13:15-13:25 **Jännän äärellä - vihdoinkin kotiin**

Erika Laine, kokemusasiantuntija OKA®,
Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

13:25-13:50 **Turvallinen kotiutus, mikä on tärkeää?**

Niina Heldan, kotiutushoitaja, HUS
Mira Palonen, erikoistutkija, Hotus

13:50-14:00 **Mistä löydät tietoa**

14:00-14:10 **TAUKO**

Turvallisesti kotona

14:10-14:20 **Kotiin palaamisen riemu ja kauhu**

Erika Laine, kokemusasiantuntija, Pääkaupunkiseudun
omaishoitajat ry

14:20-14:30 **Yhteisellä polulla – jyräämisestä sopimiseen**

Heli Ainiala, lähihoitaja, Päijät-Hämeen hyvinvointialue,
kotiin vietävien palvelujen kotiutusyksikkö

14:30-14:50 **Ratkotaan kotiutusta vaikeuttavia rajoitteita**

Heidi Siira, koordinaattori, Gero Nursing Centre, Oulun
yliopisto

14:50-15:10 **Turvallinen kotiutus – Näin onnistumme**

15:10-15:15 **Yhteenveto**

-15:15 **Tilaisuus päättyy**

DUODECIM

Hotus



Potilaan turvallinen polku sairaalasta kotiin

Hei, me
hoidetaan!

Sairaalasta kotiin

13:00-13:15 Se jää mieleen, kun menee pieleen. Mikä kotiutuksessa on niin haastavaa?

Anna-Liisa Arjama, lh, sh AMK, TtM, toimituspäällikkö, Duodecim

13:15-13:25 Jännän äärellä - vihdoin kotiin

Erika Laine, kokemusasiantuntija, Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

13:25-13:50 Kotiutuksen onnistumisen elementit

- Niina Heldan, kotiutushoitaja, HUS
- Mira Palonen, erikoistutkija, Hotus

13:50-14:00 Mistä löydät tietoa

14:00-14:10 TAUKO

DUODECIM

Hotus



Hei, me
hoidetaan!

Se jää mieleen, kun menee pieleen.

Mikä kotiutuksessa on niin haastavaa?

Hei, me hoidetaan –webinaari 22.4.2026

Potilaan turvallinen polku sairaalasta kotiin

Anna-Liisa Arjama anna-liisa.arjama@duodecim.fi

DUODECIM

Hotus



Oma tausta

Lähihoitaja, sh, TtM

- Työkokemusta hoitotyöstä vuodesta 1994
- Väitöskirja: eettiset kysymykset ikääntyneiden ympärivuorokautisessa pitkäaikaishoidossa hoitajien näkökulmasta
- Tällä hetkellä töissä Duodecimissa Terveysportissa
 - Hoitotyöhön suunnatut sisällöt ja hoitajien kouluttaminen
 - **Pyytäkää työryhmille maksutonta koulutusta**



Vaaran paikat matkalla sairaalasta kotiin

Liian varhainen kotiutuminen

Kotiolojen hahmottaminen

Yhteydenpito jatkohoidosta vastaavan tahon kanssa

Omaisten / läheisten tuki tai ei-tuki

Tietokatkokset

Hei, me
hoidetaan!

DUODECIM

Hotus



SUPER

Hei, me
hoidetaan!

Jännän äärellä - vihdoinkin kotiin

Erika Laine, kokemusasiantuntija
Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

DUODECIM

Hotus


SUPER

Potilaan ja omaishoitajan näkökulmia soteammattilaisten tueksi



<https://www.linkedin.com/in/erikalaine/>



Potilas

SOTE

Läheinen



Mitä omaishoito tarkoittaa



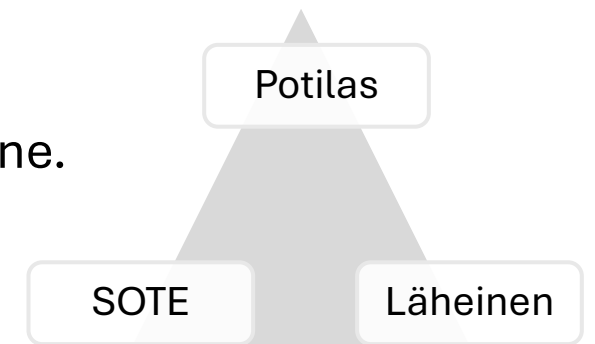
- [Omaishoitajat.fi](https://omaishoitajat.fi)
 - Omaishoitajat huolehtivat läheisistään, jotka tarvitsevat apua sairauden, vamman tai ikääntymisen vuoksi.
 - Suomessa 80 % hoivasta on omaisten ja läheisten vastuulla.
 - **Yli 700 000 suomalaista hoitaa iäkäästä, sairasta ta vammautunutta läheistään päivätyön ohessa.**
- [THL](#): Vuonna 2024 omaishoitajina toimi 62 000 henkilöä
 - Omaishoitajista 70 prosenttia oli naisia ja 30 prosenttia miehiä
 - 50 prosenttia omaishoitajista kuului 15–64-vuotiaiden ryhmään ja 50 prosenttia oli 65 vuotta täyttäneitä tai vanhempia.
 - Eläkkeellä olevien osuus oli 53 prosenttia ja työllisten osuus 32 prosenttia.
- [YLE](#): Suomessa on nyt miljoona yli 70-vuotiasta
- [Kela.fi](#): Jos lapsesi on alle 10-vuotias ja sairastuu äkillisesti, voit jäädä pois töistä hoitamaan häntä tilapäiselle hoitovapaalle. Se voi kestää enintään 4 työpäivää. Tilapäinen hoitovapaa perustuu työsopimuslakiin.
 - Erytishoitorahaa voidaan maksaa alle 16-vuotiaan lapsen vanhemmille.
- Vastaavaa lakia ei ole kun aikuinen lapsi, puoliso, vanhempi sairastuu
- [Laki omaishoidon tuesta](#)



Huomioitava kotiuduttaessa



- Päivitetty lääkelista
- Kotiutumisohjeet > paperinen muistilista vs. digitaaliset palvelut
- Potilaan ja läheisen vastuulla ylläpitää lääkelistaa, tieto ei kulje eri tahojen välillä.
- Julkinen palvelu
 - Hyvinvointialueilla eri järjestelmiä käytössä
 - Esim. Helsingissä Apotti, mutta näkymät vaihtelevat: kaupungin sairaalat, HUS, Terveyskeskus, fysioterapia, toimintaterapia, Maisa-sovellus
 - Kotihoito, Kuntar, kotisairaala
- Valtakunnallinen Kanta.fi > hankala löytää voimassa oleva lääkitys
- Yksityiset palveluntarjoajat: terveydenhoito, hoivakodit, kotihoito, avustajat, jne.
- Ensihoito: useita palveluntarjoajia, hoitajilla ei pääsyä lääkelistaan
- **Kenen vastuulla on hoidon seuranta ja mihin tahoon ollaan yhteydessä**

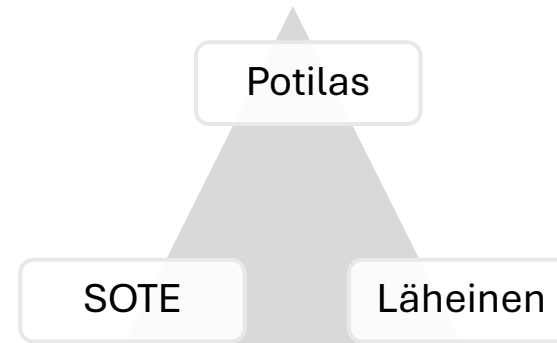




Huomioitava kotiuduttaessa



- Lääkärintodistukset
 - Omahoitotarvikkeet
 - Inkotenssisuojat
 - Kela-taksin käyttöoikeus
 - Matkapalvelu
 - Liikuntaesteisen pysäköintitunnus
 - Kela-etuudet
- Reseptit
- Apuvälineet
- Saattaja
- Tukihenkilö kotona
- Sosiaalipalvelut
- **Kenen vastuulla on hoidon seuranta ja mihin tahoon ollaan yhteydessä**



Kotiutuksen onnistumisen elementit

- Niina Heldan, kotiutusshoitaja, HUS
- Mira Palonen, erikoistutkija, dosentti, TtT, sh, Hotus

Turvallinen kotiutus, mikä on tärkeää?

Niina Heldan, sh, kotiutusohitaja,
HUS Akuutti, Meilahden yhteispäivystys

Mira Palonen, sh, TtT, erikoistutkija, Hotus



Hotus



lääkään turvallinen kotiutuminen sairaalasta

Hotus-hoitosuosituksen® lyhennelmä 2025

<https://hotus.fi/hoitosuositus/iakkaan-turvallinen-kotiutuminen-sairaalasta-2/>



Kuuntele ja kuule potilasta

Sairaalassa ollessa:

- Miksi tullut sairaalaan – oma näkemys
- Mikä ollut toimintakyky aiemmin
- Käsitys omasta lääkehoidosta – vai huolehtiiko siitä joku muu?

Kotona:

- Mitä on jäänyt käynnistä mieleen
- Kerrataan ja käydään ohjeita yhdessä läpi



lääkälle
palvelusuunnitelma
on lakisääteinen

Kotiutumista
ryhdytään
valmistelemaan
mahdollisimman
varhaisessa
vaiheessa

Yksilöllinen tilanteen arviointi

Sairaalassa ollessa:

- Ihon kunto
- Ravitsemustila
- Hygienia
- Voidaanko kotiuttaa? Onko potilas itse valmis kotiutumaan?

Kotona:

- Pitääkö varmistaa jotain epäselväksi jääneitä asioita?



Kokonaisvaltainen geriatrinen arviointi

Arvio kotikuntoutuksen tarpeesta

Toimintakyvyn säilyttäminen sairaalassa

- Auta potilasta pysymään kiinni ajassa ja paikassa sekä arkirutiineissa
 - kerro mikä päivä on, mitä kello on, missä ollaan ja miksi
 - juttele päivittäisistä asioista
- Auta ylös sängystä → vältetään turhaa makuuttamista
 - mitkä tarpeettomat piuhat, kanyylit yms. voi irrottaa liikkumisen helpottamiseksi
- Auta vessaan alusastian sijaan
- Huomioi liikkumisen tukena tarvittavat apuvälineet
- Tarjoa juomista ja syömistä
- Huomioi valaistus → selkeä ero päivän ja yön välillä
- Puhu selkeästi, mutta älä huuda
 - huomioi kuulolaitteet ja silmälasit



Sekavuuden
(delirium) ehkäisyllä
voidaan edistää
sujuvaa
kotiutumista

Ohjaus

Sairaalassa ollessa:

- Käytä kieltä, jota on helppo ymmärtää
- Anna kotihoito-ohjeet ja varmista ymmärrys
- Anna kirjalliset ohjeet mukaan
- Pyri siihen, että joku aina tietää potilaan kotiutumisen
- läheinen, kotihoito
- Jatkohoito-ohjeet
 - onko kotona tarvetta verenpaineen, pulssin tai painon seurantaan
 - kontrollikäynnit, laboratoriotutkimukset.

Kotona:

- Usein kysymyksiä herää vasta tässä vaiheessa → vastaa kysymyksiin, ota selvää



Teach back –
menetelmä: Pyydä
potilasta kertomaan
omin sanoin
jatkohoitoon liittyvät
keskeiset asiat.

Läheiset mukaan

- Kotiuttamisen valmistelu tehdään yhteistyössä potilaan, hoitavan tahon ja läheisten kanssa
 - Läheiset mukaan aina potilaan luvalla
- Lähde aina olettamuksesta, että läheisille kerrotaan kotiutumisesta ja sairaalakäynnistä jos potilas ei muuta toivo
 - läheiset eivät ole tärkeitä vain muistisairautta sairastaville tai muille toimintakyvyltään alentuneille
- Läheisen mukaanotto on tärkeää:
 - Antaa sekä potilaalle että läheiselle varmuutta kotiutumiseen ja pärjäämiseen kotona



Kysy potilaalta kenelle tietoja saa antaa

Lääkehoito

Sairaalassa ollessa:

- Lääkehoidosta vastaavalle tieto mahdollisista lääkemuutoksista
- Varmista, että lääkelista on tulostettu mukaan
- Tarvitseeko lääkkeitä antaa mukaan?

Kotona:

- Selvitä kuka huolehtii lääkityksestä
- Selvitä otetaanko lääkkeet suoraan pakkauksista vai muulla tavoin annosteltuna
 - onko valvottu lääkehoidon toteutus tarpeen
- Jos on lääkkeiden annosjakelu apteekista, sopikaa:
 - kuka noutaa lääkkeet
 - kuka tekee muutokset annosjakelupusseihin

Huomio erityisesti potilaisiin, joilla on paljon lääkkeitä



Kotiin lähdön koittaessa

- Pyri siihen, että joku tietää aina potilaan kotiutumisesta
 - varmista täytyykö kotihoidon / läheisen olla vastassa
- Arvioi oikea kyyti kotiin
- Arvioi kotiympäristön turvallisuus → onko potilaan vointi muuttunut merkittävästi
- Varmista: kotiavaimet, vuodenajan mukainen vaatetus
- Anna yhteystiedot, mistä saa vastauksia kotona herääviin kysymyksiin
- Sähköiset palvelut voivat olla ongelmallisia
- Usein tilapäinen apu kotiutumisen yhteydessä kantaa jatkossa
- Yötä vasten ja yöllä kotiuttaminen lisää kotiuttamisen epäonnistumisen riskiä, jos potilaalla ei ole tukiverkostoa kotona

Asiakas- ja potilasturvallisuuskeskus:
Tarkistuslista tiedonkulun varmistamiseen kotihoidon asiakkaan siirtyessä palvelusta toiseen



Kotiin pääsyn jälkeen

- Toipuminen ja kuntoutuminen ja jatkuu kotona
- Tue potilaan itsenäisyyttä ja arkirutiineihin palaamista, esim.
 - tutut tv-ohjelmat
 - päivävaatteet ja yövaatteet erikseen
- Ennakoiva toiminta, kuten kotikuntoutuksen aloittaminen voi vähentää tarvetta palata sairaalaan



Vahvista potilaan
rohkeutta olla kotona
voinnin salliessa!

Hei, me
hoidetaan!

Mistä tietoa ja tukea



DUODECIM

Hotus



SUPER

Mistä lisätietoa

Terveysportti

- Hoitotyön tietokanta <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/shk> ja
- Vanhusten hoito ja hoiva -tietokanta <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/vht>
- Vanhuksen kotiutuminen sairaalasta <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/vht/article/vhh00138/>
- Vanhus sairaalassa <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/vht/article/vhh00137/>
- Ikääntyneen potilaan turvallinen kotiutus
<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/shk/article/shk02250/>

Asiakas- ja potilasturvallisuuskeskus'

- [Tarkistuslista tiedonkulun varmistamiseen kotihoidon asiakkaan/potilaan siirtyessä palvelusta toiseen sosiaali- ja terveydenhuollossa - Asiakas- ja potilasturvallisuuskeskus](#)
- <https://asiakasjapotilasturvallisuuskeskus.fi/ammattilaisille-ja-opiskelijoille/materiaalipankki/kuvauksia-ja-toimintamalleja/tarkistuslista-tiedonkulun-varmistamiseen-kotihoidon-asiakkaan-potilaan-siirtyessa-palvelusta-toiseen-sosiaali-ja-terveydenhuollossa/>

Mistä lisätietoa

Hei, me
hoidetaan!

Hotus

- **Hotus-hoitosuositus**[®]: Iäkkään turvallinen kotiutuminen sairaalasta: <https://hotus.fi/hoitosuositus/iakkaan-turvallinen-kotiutuminen-sairaalasta-2/>

Lisäksi valmisteilla hoitosuositukset mm. seuraavista aiheista:

- **Tulossa pian:** Ikääntyneen henkilön toimijuutta ja kuntoutumista edistävä kotihoito
- Muistisairaahan henkilön päivittäistoiminnoista suoriutumisen tukeminen – Lääkkeettömät menetelmät hoitotyössä (päivitys)
- Muistisairautta sairastavan henkilön kohtaaminen haasteellisissa tilanteissa

Hotus Näyttövinkit

- **Näyttövinkki 1/2026:** [Millaista osaamista hoitotyöntekijä tarvitsee toteuttaessaan kokonaisvaltaista geriatrasta arviointia?](#)
- **Näyttövinkki 2/2025:** [Millaisia vaikutuksia iäkkäille suunnatuilla etäpalveluilla on sairaalasta kotiutumiseen?](#)
- **Näyttövinkki 6/2024:** [Millaiseen ohjaukseen teach-back-menetelmä soveltuu terveydenhuollossa ja mitä toteutuksessa on tärkeää huomioida?](#)
- **Näyttövinkki 12/2024:** [Millaiset tekijät liittyvät kognitiiviseen heikentymiseen iäkkäillä diabetesta sairastavilla henkilöillä?](#)



NÄYTTÖVINKKI[®]



*Hei, me
hoidetaan!*

Tauko

14:00-14:10

*Hei, me
hoidetaan!*

DUODECIM  Hotus

 SUPER

DUODECIM **Hotus**  SUPER

Hei, me
hoidetaan!

Palautteesi on tärkeä

<https://q.surveypal.com/Palaute-22.4.2026-Hei--me-hoidetaan!-webinaarista>



Duodecim

tarjoaa tutkittua tietoa terveydestä ja sairauksista sekä kirjoina että verkkopalveluina.

- ✓ **Terveysportti** on käytössä kaikilla hyvinvointialueilla ja laajasti sosiaali- ja terveydenhuollon organisaatioissa. Päivittyvät hoito-ohjeet ja maan kattavin lääketietokokoelma varmistavat, että ajantasainen tieto on koko ajan saatavilla.
- ✓ Terveysportin **Vanhusten hoito ja hoiva -tietokanta** keskittyy ikääntyneiden ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin liittyviin aiheisiin. Tietokannan tavoitteena on vanhusten hoidon hyvien käytäntöjen yhtenäistäminen valtakunnallisesti. Tietokannasta saat tutkittua tietoa työsi tueksi.
- ✓ Terveysportin **Hoitotyön tietokannasta** löydät tietoa hoitotyön tueksi nopeasti ja helposti. Tietokanta on tarkoitettu kaikille hoitotyön ammattilaisille ja sinne on koottu myös Hotus-hoitosuositukset.

Hei, me
hoidetaan!



Hei, me hoidetaan!

Nopea tiedonhaku Terveysportissa?

DUODECIM TERVEYSPORTTI

Hae Terveysportista

Palaute Kirjautu sisään Duodecim

Lehdet Viranomaiset Lääketieteelliset kuvastot Oppiportti Uutta

Käypä hoito EBMG DynaMed McMaster Cochrane Termit ja sanakirjat Matkailija Terveyskirjasto Ensiohoito TOIMIA NEUKO Hoito- ja palveluketjut

Katso Duodecimin Kimppakyyti -videot!

Sirry videolle

Tiedenostot

EB-virus ja autoimmunisairaudet: silmukka kiristyy

Paljonko proteiinia tarvitset – mitä tiede sanoo asiasta? / Tekoäly tuottaa massoittain "kirjeitä päätoimittajalle"

Ajankohtaista Terveysportissa

Mikä on Myrkytyslääkerekisteri ja myrkytyslääkkeiden varastointisuositus?

PETH toimii terveyden edistämisessä

Tilaisuuksia Duodecim

Työterveyslääkäri / työterveyshuollon erikoislääkäri / yleislääkäri

Työterveyslääkäri / työterveyshuollon erikoislääkäri / yleislääkäri

Työterveyslääkäri / työterveyshuollon erikoislääkäri / yleislääkäri

TT Botnia Oy

Vastuulääkäriksi Imatralle Mehiläinen Oy

Koordinoinnista kiinnostunut työterveyslääkäri Leppävaaran

DUODECIM-lehti

Aivojen kohdennettu ultraäänihoido liikehäiriösairauksien hoidossa

Uusimman lehden sisältöä

Neuro-HIFU on tuonut merkittävän uuden työkalun liikehäiriöiden hoitoon

Ovatko kirurgit valmiita Natoon?

Uusimman lehden sisältöä

Suomen Kirurgiyhdistys 100 vuotta - kirurgian, yhdistystoiminnan ja yhteistyön juhlaa

Uusimman lehden sisältöä

Kansalaisten ja päättäjien perehdyttäminen suomalaisten lääkintöalan

Verensierro-opas Lääkärisseura Duodecim

Lääkäriin tietokannat

Työterveys ja kuntoutus

Hammaslääketiede

Akuuttihoito ja anestesia

Hoitotyön tietokanta

Vanhusten hoito ja hoiva

Pitkäaikaissairaudet

Oppiportti

ICD-10

Toimenpideluokitus

Etsi diagnoosi

Laskurit ja lomakkeet

Lääketietokanta

Lääkkeet ja hinnat

Lääkeinteraktiot ja -haitat

Lääkityksen kokonaisarvio

Raskaus ja imetys

Lääkkeet ja munuaiset

Lääkkeet ja maksat

Ristilyherkkyydet

Farmakogenetiikka

Myrkytyslääkerekisteri

Luontaistuotteet

Lääke ja laboratorio

Hoitotyön Pharmacia

Verensiirto-opas

Lääkärisseura Duodecim

Verkkokauppa

Lääkäriin tietokannat

Hoitotyön tietokanta

Duodecim lääketietokanta

Pubmed

Google

Avoimet työpaikat 142

Työterveyslääkäri / työterveyshuollon erikoislääkäri / yleislääkäri

Työterveyslääkäri / työterveyshuollon erikoislääkäri / yleislääkäri

Työterveyslääkäri / työterveyshuollon erikoislääkäri / yleislääkäri

TT Botnia Oy

Mehiläinen Oy

Koordinoinnista kiinnostunut työterveyslääkäri Leppävaaran

Terveysportissa on hoitajille suunnattuja sisältöjä, joita et välttämättä löydä Terveysportin etusivulta.

Älykäs haku hoitotyössä



Miten hoitaja löytää tarvitsemansa tiedon Terveysportista?

Katso lyhyt video 🖱️

https://bit.ly/TP_alykashaku

Tai <https://www.youtube.com/watch?v=fDRV5P55Ls8>

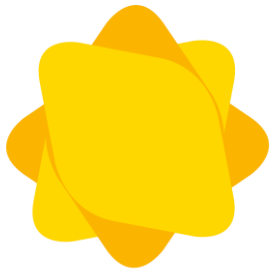
Löydät potilaan hoitoon liittyvät ohjeet Terveysportista Hoitotyön tietokannasta tai Vanhusten hoito ja hoiva -tietokannasta.

Terveysportissa oleva tieto on ajantasaista ja luotettavaa. www.terveysportti.fi

Hoitotyön tutkimussäätiö – Hotus

Laadukkaan, vaikuttavan ja turvallisen hoitotyön puolesta

Hotuksella on kansallisesti ainutlaatuinen tehtävä toimia näyttöön perustuvan toiminnan edistäjänä sekä tutkimusnäytön välittäjänä hoitotyössä toimiville sosiaali- ja terveydenhuollon toimialalla.

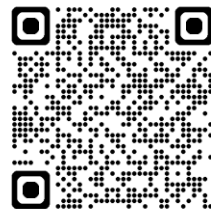


Kokoamme, arvioimme ja tiivistämme tutkimusnäyttöä helpommin käytäntöön sovellettavaan muotoon.

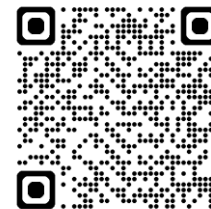
Seuraamme näyttöön perustuvan hoitotyön toteutumista Suomessa.

Julkaisemme kansallisia, erityisesti hoitotyöhön kohdentuvia Hotus-hoitosuosituksia®, Hotus-kansalaissuosituksia® ja Näyttövinkkejä®, ja koordinoimme niiden laadintaa.

Esittelyvideo
(YouTube)



Kotisivut
(hotus.fi)



Hotus



Hotus

**Laadukkaan hoitotyön
puolesta**



SUPER

Kuuntele
SuPerin
podcast:
SuPerPod



SuPerPod



Merkkaa kalenteriin!

SuPerin
Sairaanhoidolliset
koulutuspäivät
12.–13.5.2026

Sokos Hotel Vantaa, Tikkurila

Ilmoittaudu mukaan 👉

<https://www.superliitto.fi/jasenyys/jasenedut/kaikki-jasenedut/koulutukset-ja-tapahtumat/superin-sairaanhoidolliset-koulutuspaivat/>

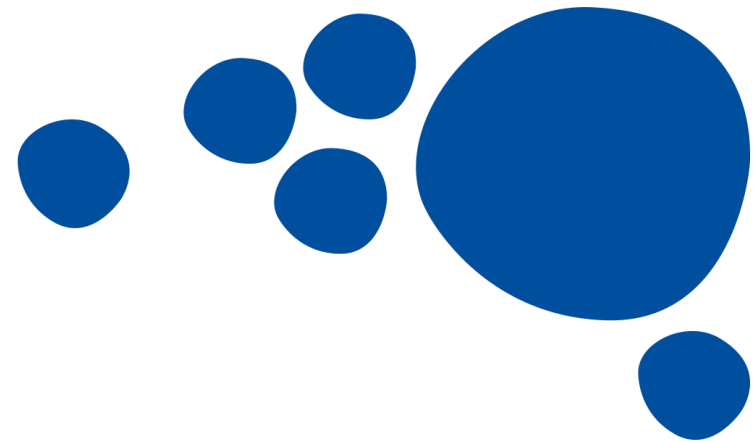
TIISTAI 12.5.

- 9.30–10.00 Ilmoittautuminen ja aamukahvi**
- 10.00–10.15 Koulutuspäivien avaus**
Tarja Pajunen, asiantuntija Suomen lähi- ja perushoitajaliitto SuPer ry
- 10.15–11.15 Ratkaisuja virtsatieinfektioiden hoitoon ja ehkäisyyn?**
Hanna Peitsoma, farmaseutti, FM, lääkitysturvallisuus ja lääkehoidon vaikuttavuus, Helsingin yliopisto
- 11.15–12.00 Lähihoitaja turvallisen lääkehoidon taitaja**
Tarja Pajunen, asiantuntija, SuPer ry
- 12.00–13.00 Lounas**
- 13.00–13.30 Aggressiivisen potilaan kohtaaminen**
Jaana Asikainen, TtT, sh, osastonhoitaja Niuvanniemen sairaala
- 13.30–14.30 Uhkaavien ja haastavien tilanteiden hallinta**
Petri Tuominen, lähihoitaja, AHHA suunnittelija/ kouluttaja Pirkanmaan hyvinvointialue Pirha
- 14.30–15.00 Päiväkahvitarjoilut**
- 15.00–16.00 Kun hoidossa tapahtuu vakava virhe**
Mari Liukka, kehittämisspäällikkö, TtT Vankiterveydenhuolto
- 16.00–16.30 Koulutuspäivän yhteenveto ja alustus seuraavasta päivästä**
Tarja Pajunen, asiantuntija, SuPer ry

KESKIVIIKKO 13.5.

- 8.30–9.00 Aamukahvitarjoilut**
- 9.00–9.30 Terveysportti lähihoitajan työssä**
Nina Sarell, sairaanhoitaja, TtM, Duodecim, Terveysportti
- 9.30–11.30 Kognitiivinen ergonomia – tukea aivoystävälliseen työhön**
Satu Rantamaa, erityisasiantuntija, Työturvallisuuskeskus
- 11.30–12.00 Pääasiaa, esitys aivoista ja toivosta**
Pinja Hirvonen
- 12.00–13.00 Lounas**
- 13.00–13.30 Hoitosuositus tukemassa lähihoitajan päätöksentekoa, case aivoverenkiertohäiriöpotilaan hoito**
Silja-Elisa Eskolin, tutkija, sh/th, TtM, TM Hoitotyön tutkimussäätiö (Hotus)
- 13.30–14.30 Puun ja kuoren välissä, kuinka toimia eettisesti oikein?**
Anna-Liisa Arjama, lähihoitaja, sairaanhoitaja, TtM, väitöskirjatutkija, Turun yliopisto
- 14.30–15.00 Päiväkahvitarjoilut**
- 15.00–15.45 Tutkinto uudistuu, mikä muuttuu?**
Dinah Arifulla, opetusneuvos, Opetushallitus
- 15.45–16.00 Koulutuspäivien yhteenveto ja keskustelu**
Tarja Pajunen, asiantuntija, SuPer ry

SuPer pidättää oikeudet mahdollisiin muutoksiin ohjelmassa



Seuraa SuPeria @superliitto



SuPer ry



@superlehti.fi
@nuorisuperilainen

Potilaan turvallinen polku sairaalasta kotiin

Turvallisesti kotona

14:10-14:20 Kotiin palaamisen riemu ja kauhu

Erika Laine, kokemusasiantuntija, Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

14:20-14:30 Yhteisellä polulla – jyräämisestä sopimiseen

Heli Ainiala, lähihoitaja, Päijät-Hämeen hyvinvointialue, kotiin vietävien palvelujen kotiutusyksikkö

14:30-14:50 Ratkotaan kotiutusta vaikeuttavia rajoitteita

Heidi Siira, koordinaattori, Gero Nursing Centre, Oulun yliopisto

14:50-15:10 Turvallinen kotiutus – Näin onnistumme

15:10-15:15 Yhteenveto

-15:15 Tilaisuus päättyy

Hei, me
hoidetaan!

Kotiin palaamisen riemu ja kauhu

Erika Laine, kokemusasiantuntija
Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

DUODECIM

Hotus

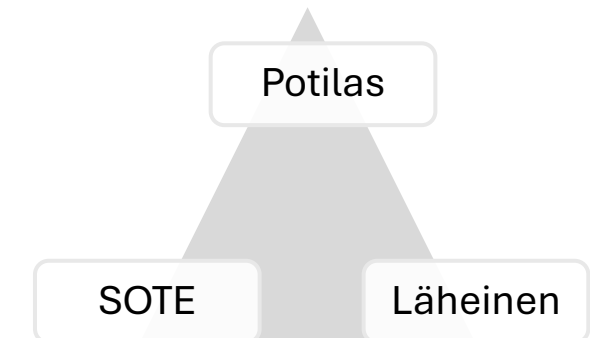

SUPER



Oma koti on turvasatama



- **Palvelusuunnitelma**
- **Kenen vastuulla on hoidon seuranta ja mihin tahoon ollaan yhteydessä**
- **Toimeentulo**
- Lääkityksen hallinta: aikataulu, annokset, haittavaikutukset, reseptien uusinta
- Kotiympäristö ja turvallisuus: matot, johdot, liukastumisvaara, riittävä liikkumistila, valaistus
- Turvaranneke, turvapuhelin, tarkista, että kotona on läheisten yhteystiedot
- Liikkuminen: apuvälineet, rollaattori, tukikahvat, Matkapalvelu, liikuntaesteisen pysäköintitunnus
- Kommunikointi: kuulo, näkö
- Nukkuminen: sänky, apuvälineet, tukikahvat
- Hygienia: avun tarve, apuvälineet, wc-istuin
- Pukeutuminen: apuvälineet, tukisukat vetolaite
- Ruokavalio ja nesteytys: diabetes, sydän, munuaiset > aliravitsemus
- Siivous ja arjen tuki
- Käytös ja mielentila: epätietoisuus, pelko, omat voimavarat
- Sosiaaliset kontaktit ja harrastukset > miten vältetään masennus



Toimintakyvyn edistäminen ja ylläpito



“ PEOPLE WILL FORGET WHAT YOU SAID, PEOPLE WILL FORGET WHAT YOU DID BUT PEOPLE WILL NEVER FORGET HOW YOU MADE THEM FEEL.”

– MAYA ANGELOU

Hei, me
hoidetaan!

Yhteisellä polulla – jyräämisestä sopimiseen

Heli Ainiala, lähihoitaja
Päijät-Hämeen hyvinvointialue,
kotiin vietävien palvelujen kotiutusyksikkö



DUODECIM


Hotus



Yhteisellä polulla – jyräämisestä sopimiseen

- Yhteistyö kotiuttavan, sekä lähettävän että vastaanottavan tahon ja omaisten kesken on tärkeää.
- Keskiössä aina kotiutuja itse ja hänen pärjäämisensä kotona.

Kotiutustilanne

- Turvataan kotiin pääsy (Onko hän omatoiminen, onko vastaanottaja kotona tarpeen? Kuinka pääsee sisään, onko esim. hissiä, avaimet?)
- Mikä kotiutumisen edellytyksiä huomioitava eli mikä kotona on oltava kunnossa
 - Tarvitaan kokonaisvaltaista selvittelyä ja arviointia mahdollisista tarpeista
 - Palveluita on olemassa arjessa selviytymisen tueksi
 - Lääkehoito, ravitsemus ja hygienia
 - Mahdolliset tarvittavat apuvälineet ja hoitotarvikkeet, asuintilat.
 - Olennaista on jatkuvuuden turvaaminen 

Yhteisellä polulla – jyräämisestä sopimiseen

Hoito tapahtuu asiakkaan kotona eli on ns. kotiin vietävää palvelua.

- Palveluiden valinta tapahtuu kotiutujan tarpeen ja tahdon mukaisesti
 - esimerkiksi Apteekkipalvelu ja kauppapalvelu.
- Lähihoitajana saat käyttää ammattitaitoasi monipuolisesti
- Lähihoitaja tekee työtään lakien, säädöksiin, määräysten ja ohjeistusten puitteissa.



Yhteisellä polulla – jyräämisestä sopimiseen

Kotiutuja saattaa tarvita alkuun hoitajan apua

- Näin mahdollinen toipuminen edistyy ja kuntoutuminen jatkuisi
- Kotiutuja on uuden äärellä ja kaipaa vahvistusta ja/tai harjoittelua esimerkiksi jonkin toimenpiteen tekemiseksi
- Alkuun arvioidaan myös sitä tarvitseeko tai tuleeko tarvitsemaan jonkinlaisia apuja kotiin jatkossa säännöllisesti.



Hei, me
hoidetaan!

Ratkotaan kotiutusta vaikeuttavia rajoitteita

Heidi Siira

Yliopistonlehtori, Lääketieteen tekniikan ja terveystieteiden
tutkimusyksikkö, Oulun yliopisto

Koordinaattori, ikääntyvien kuntoutumista edistävän hoitotyön
tutkimus- ja osaamiskeskus GeroNursing Centre (GNC)

DUODECIM

Hotus



SUPER



Ratkotaan kotiutusta vaikeuttavia rajoitteita

Heidi Siira

Yliopistonlehtori, post doc-tutkija

Ikääntyvien kuntoutumista edistävän hoitotyön tutkimus- ja osaamiskeskus GeroNursing Centre (GNC)

Lääketieteen tekniikan ja terveystieteiden tutkimusyksikkö

Oulun yliopisto



Sisältö

1. Toimintakyvyn säilyttäminen sairaalahoidossa, kuntoutumista edistävän hoitotyön mahdollisuudet
2. Aistivajeet ja muistisairaus kotiutumisen haasteena, käytännön ratkaisuja niiden huomioimiseen
3. Kuntoutumisen varmistaminen kotiloissa: kotikuntoutus ja kotihoidossa toteutetut kuntoutumista edistävän hoitotyön toimintamallit

+ täydennyskoulutusvinkki!



Tausta, osaaminen ja tutkimusintressit

- Ikääntyvien hyvinvointi ja elämänlaatu
- Aistivammaisuus myöhemmällä iällä
- Kuntoutus ja kuntoutusohjaus
- Kuntoutumista edistävä hoitotyö

Hoitoapulainen – Sotkamon vanhainkoti

Fysioterapeutti – Kalevalan Kuntoutuskoti

Projektityöntekijä – Sotkamon Vanhaintukisäätiö

Toiminnanohjaaja – Näkövammaisten liitto ry

Kuntoutusohjaaja – Oulun yliopistollinen sairaala

Tuntiopettaja – Oulun seudun ammattiopisto

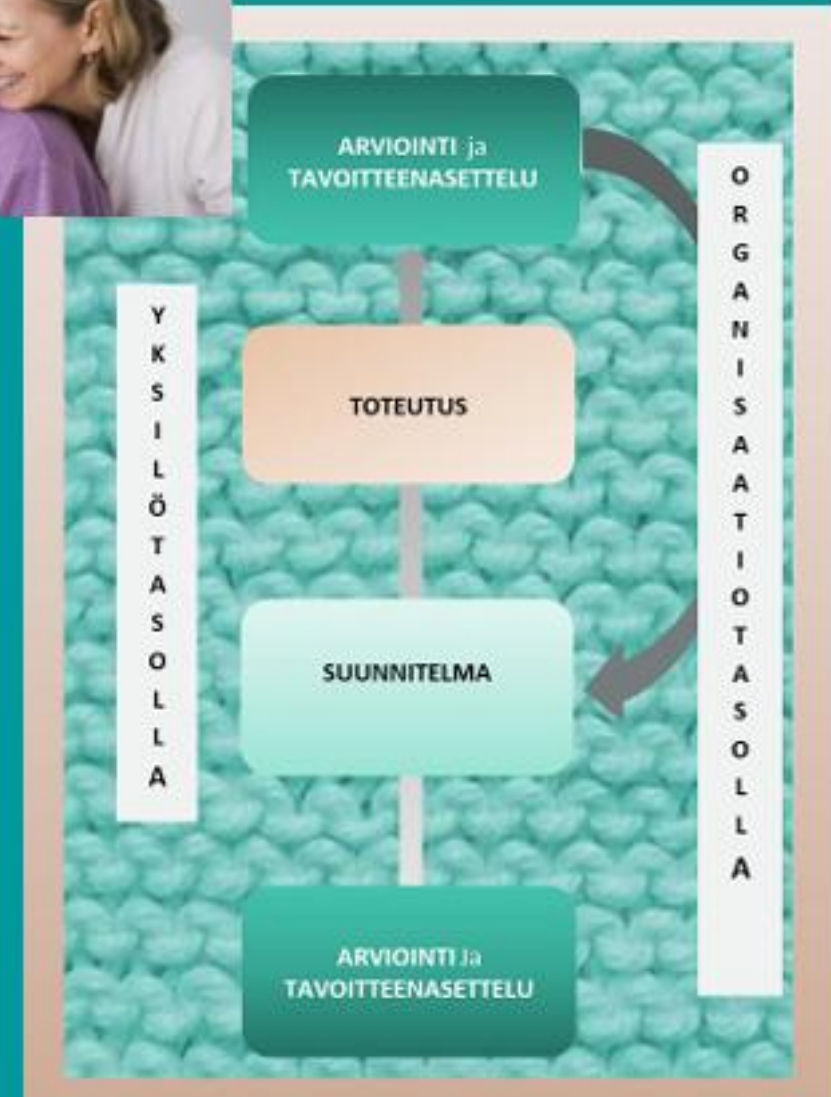
Tohtorikoulutettava – Oulun yliopisto


Yliopisto-opettaja – Oulun yliopisto

Yliopistonlehtori – Oulun yliopisto

Hoitotyö on keskeinen osa kuntoutusta

Gutenbrunner ym. (2022). Nursing - a core element of rehabilitation. International Nursing Review, 69(1):13-19.





Kuntouttava työote 2.0 – Terapeuttilähtöisyydestä hoitajakeskeiseen kuntoutumista edistävään hoitotyöhön,
Keskusteluja, Gerontologia 1/2021, s. 76-81.



Sairaala on iäkkäälle vaarallinen paikka!

- **Kolmasosa 75 vuotta täyttäneistä suomalaisista** on sairaalahoidossa vuoden aikana.
- Sairaalahoido on merkittävä riski iäkkään henkilön toimintakyvyn alenemiselle
- Liikkumattomuus sairaalahoidon aikana heikentää toimintakykyä entisestään.
- Ikääntyneet sairaalapotilaat viettävät **vuoteessa 83% - 93% vuorokaudesta.**
- Lihasvoima saattaa vuodelevossa vähetä jopa **2% vuorokaudessa.**
- Suurella osalla iäkkäistä on **toimintarajoitteita jo ennen sairaalahoittoon joutumista.**
- Sairaalahoido voi johtaa ikääntyneen itsenäisen toimintakyvyn heikkenemiseen, vaikka akuutti sairaus saataisiin paranemaan
- Toistuvat hoitoon liittyvät siirtymiset kodin ja sairaalan välillä lisäävät iäkkäiden sosiaalisia ja terveyteen liittyviä riskejä.
- Lyhytaikaisenkin sairaalahoidon aikana **kuntoutumista edistävä hoitotyö** on ensiarvoisen tärkeää!



Hotus Näyttövinkki® 6/2021

Ikääntyneiden liikuntakyvyn ylläpitoa ja palauttamista sairaalassa

Estävät:

- sopimattomien menetelmien käyttö liikkumisen avustamisessa
- hoitajien pelko tapaturmista
- osaston tilojen ahtaus
- puutteelliset apuvälineet
- epäselvyys henkilökunnan rooleista ja vastuista
- Ikääntyneiden heikko fyysinen kunto

Edistävät:

- Kuntoutusta edistävä hoitotyö ja ohjeistukset
- Riittävät resurssit
- Liikkumisen mahdollistavat tilat ja apuvälineet

King ym. 2016. Getting patients walking: A pilot study of mobilizing adult patients via a nurse-driven intervention. JAGS, 64, 2088–2094.



Tutkimustietoa: Hoitajalähtöinen liikkumisen edistäminen sairaalassa

- Amerikkalaisessa **MOVIN-pilottitutkimuksessa** (King ym. 2016) kehitettiin sairaalan hoitohenkilöstön kuntoutumista edistävää hoitotyötä täydennyskoulutuksella, moniammatillisen toiminnan vahvistamisella ja liikkumisen apuvälineiden lisäämisellä.
- Hoitajat **arvioivat** potilaiden liikkumiskyvyn, **asettivat** päivittäiset kävelytavoitteet ja **tukivat** kävelyä osana hoitotyötä. Tutkimuksessa arvioitiin, lisääkö hoitajalähtöinen interventio potilaiden kävelyä sairaalahoidon aikana.
- Ikääntyneiden **potilaiden liikkuminen ja kävelymatkat lisääntyivät** tilastollisesti merkitsevästi.
- Hoitajat avustivat asiakkaita liikkumaan **rohkeammin**, eivätkä tarvinneet fysioterapeuttia avuksi.
- Hoitajat kokivat **ammatti-identiteettinsä vahvistuvan** ja kuntoutumista edistävän hoitotyön **osaamisen lisääntyvän**.
- **Hoitajilla on keskeinen rooli potilaiden mobilisatiossa – liikkumisen edistäminen kuuluu päivittäiseen hoitotyöhön ja tukee kuntoutumista.**

Kotiutumiseen liittyviä haasteita:

- Vuodeosastojen **kiireinen työtahti** ja kotihoidon henkilöstön riittämättömyys vaikeuttivat ja hidastivat iäkkäiden kotiuttamista ja aiheuttivat jonotusta kotona asumisen tukemisen yksikköön.
- **Iäkkäiden maahanmuuttajien kotiuttaminen** saattoi olla haastavaa yhteisen kielen puuttumisen ja palvelujärjestelmän tuntemattomuuden vuoksi.
- Vastaanottavassa palveluyksikössä **ulkomaalaistaustaisten hoitajien puutteellisen kielitaidon** koettiin haastavan kotiutustilanteita silloin, kun ei ollut varmuutta iäkkääseen asiakkaaseen liittyvän informaation oikein ymmärtämisestä.
- Haasteita lisäsi hoitajien näkemyksen mukaan se, että **omaisia ei ollut sekä potilaan asuminen syrjäseudulla**.
- Hoitajat kokivat myös kotiutettavien iäkkäiden **aistiongelmien**, kuten huonon näön tai kuulon vaikeuttavan kotiuttamista.

Ratkaisuja:

- Hoitajat kokivat, että **kiireettömyys lisäsi kotiuttamisen turvallisuutta** erityisesti haasteellisiksi koettujen iäkkäiden ja heidän omaistensa kohdalla
- Kotiutuksen **ennakointi ja yhteydenotto** hyvissä ajoin iäkkään **vastaanottavaan kotihoitoon**, auttoi hoitajien näkemyksen mukaan haasteelliseksi koettujen kotiutusten suunnittelua ja toteutusta.
- Hoitajat toivat esille, että iäkkäiden kotiuttamiset ovat vaativia niin asiakkaille kuin hoitajillekin. Heidän kokemuksensa mukaan **tulisi ensisijaisesti huolehtia kotiuttamisten turvallisuudesta**.



Vuodeosastolla työskentelevien hoitajien kokemuksia iäkkään kotiuttamisesta

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata vuodeosastoilla työskentelevien hoitajien (sairaanhoitajat ja lähihoitajat) kokemuksia iäkkään potilaan kotiuttamisesta. Aineisto kerättiin yksilöteema-haastatteluina keväällä 2024 hoitajilta, jotka olivat osallistuneet kotiutuksen kehittämishankkeeseen (n = 7), ja analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

Tulosten mukaan iäkkään kotiutumisessa korostuivat kolme kokonaisuutta: (1) moniammatillinen yhteistyö ja toimintaympäristön tunteminen, (2) gerontologinen hoitotyön osaaminen ja (3) kotiutumiseen liittyvät haasteet. Moniammatillinen yhteistyö liittyi eri toimijoiden väliseen koordinaatioon, hyvinvointialueiden rakenteisiin, digitaalisiin asiakas- ja potilastietojärjestelmiin sekä yhtenäisiin toimintamalleihin. Gerontologisen hoitotyön osaamisen varmistaminen edellytti yhteisiä toimintatapoja, koulutusta ja hoitajien kokemuksen hyödyntämistä. Kotiutumisen haasteita puolestaan lisäsivät **resurssien riittämättömyys** ja **kotiutustilanteiden monimuotoisuus**.

Tutkimus tuottaa uutta tietoa iäkkään kotiuttamisen keskeisistä tekijöistä vuodeosastotyössä ja tarjoaa suuntaviivoja sosiaali- ja terveysalan koulutuksen, kotiutuskäytäntöjen ja johtamisen kehittämiseen.

Asiasanat: iäkäs, kotiuttaminen, turvallinen kotiutuminen, lähihoitaja, sairaanhoitaja, vuodeosasto

ANNI LUKKA, HEIDI SIIRA, KAISA-MARI SAARELA, SINIKKA LOTVONEN

Lukka A, Siira H, Saarela K-M, Lotvonen S. (2026). Vuodeosastolla työskentelevien hoitajien kokemuksia iäkkään kotiuttamisesta. Sosiaalilääketieteellisessä aikakauslehti, ennakkojulkaisu. <https://doi.org/10.23990/sa.178396>

Muistisairaana ikääntyneen turvallinen kotiutuminen sairaalasta - kotiutushoitajien kokemuksia.

(Niemi, Siira & Lotvonen, 2025)



- **Tavoite:** Kuvata kotiutushoitajien kokemuksia muistisairaiden ikääntyneiden turvallisesta sairaalasta kotiutumisesta.
- **Aineisto ja menetelmät:**
 - Laadullinen tutkimus
 - 11 kotiutushoitajaa, vapaamuotoiset kirjoitelmat
 - Sisällönanalyysi
- **Keskeiset tekijät turvallisessa kotiutuksessa:**
 - Hoidon ja palvelujen jatkuvuus
 - Toimintakyvyn ja muistisairauden huomiointi
 - Psykkinen hyvinvointi
 - Turvallinen ympäristö
 - Moniammatillinen yhteistyö
 - Läheisten osallistuminen
- **Johtopäätös:** Turvallinen kotiutus edellyttää suunnitelmallista, moniammatillista ja jatkuvaa tukea, jossa muistisairaana yksilölliset tarpeet ja arki huomioidaan.





lääkäiden aistivajeet ja hoidon siirtymävaiheet

- Kuulo- ja näkövajeet ovat yleisiä ja alitunnistettuja ja jäävät usein huomiotta iäkkäillä potilailla, ja niiden esiintyvyys kasvaa iän myötä.
- Aistivajeet lisäävät sairaalahoitojen tarvetta, määrää ja kustannuksia sekä ovat yhteydessä pidempiin hoitajaksoihin ja suurempaan terveystalouden käyttöön.
- Kommunikaatio- ja ohjausvaikeudet heikentävät hoito- ja kotiutusohjeiden ymmärtämistä ja hoitoturvallisuutta.
- Kotiutuminen on haasteellisempaa: aistivajeet liittyvät turvattomuuden kokemukseen, arjessa selviytymisen vaikeuksiin ja palvelutarpeen aliarviointiin.
- Uusintakäyntien riski kasvaa, erityisesti kuulo- ja näkövajeen esiintyessä samanaikaisesti (kaksoisaistivaje).



Turvallinen kotiutuminen edellyttää

- Aistivajeiden systemaattista tunnistamista
- Yksilöllistä mukautettua ohjausta (kohtaaminen ja kommunikaatio: selkeä kieli, kirjallinen + suullinen tuki)
- Apuvälineiden käytön varmistamista ennen kotiutusta
- Moniammatillista yhteistyötä (näön- ja kuulon kuntoutusohjaus)
- Kotihoidon ja muiden jatkohoitopalvelujen varhaista mukaan ottamista hoidon jatkuvuuden turvaamiseksi

Tiina Pesonen: Iäkkäiden kotihoidon asiakkaiden aistivajeet



Tutkimusnäyttö (RAI-aineistot, n = 7 000–26 000):

- Näkö- ja kuulovajeet ovat yleisiä ja muuttuvia iäkkäiden kotihoidon asiakkailla.
- Aistivajeet – erityisesti kaksoisaistivaje – ovat vahvasti yhteydessä heikentyneeseen toimintakykyyn, kognition heikkenemiseen ja lisääntyneeseen kaatumisriskiin.
- Näön ja kognition samanaikainen heikentyminen vaikuttaa merkittävästi iäkkään itsenäiseen arjessa selviytymiseen.
- Saatu hoitoaika ei aina vastaa toimintakyvyn heikentymistä: esim. heikentynyt näkö yksinään oli yhteydessä pidempään hoitoaikaan, kun taas kaksoisaistivaje liittyi lyhyempään hoitoaikaan.

Tulokset korostavat aistivajeiden säännöllisen arvioinnin merkitystä, jotta ne voidaan tunnistaa, hoitaa ja huomioida palveluja suunniteltaessa.

Väitöstutkimus valmistuu kesäkuussa 2026!



Täydennyskoulutusvinkki! Duodecim Oppiportti-palvelu: Iäkkäiden näkö- ja kuulovajeet verkkokurssi

Suunnattu terveydenhuollon ammattilaisille

Tarkoituksena lisätä valmiuksia tunnistaa ja kohdata iäkkäiden näkö- ja kuulovajeita sekä tukea toimintakykyä, turvallisuutta ja itsenäistä arkea.

Sisältö:

- Ikääntymiseen liittyvät kuulo- ja näkövajeet
- Aistivajeiden vaikutus toimintakykyyn, hyvinvointiin ja elämänlaatuun
- Arviointi, kuntoutus ja apuvälineet
- Iäkkään ja läheisten kohtaaminen ja ohjaus
- Esteettömyys ja turvallinen ympäristö

Osaamistavoitteet:

- Tunnistaa aistivajeen toimintakyvyn heikkenemisen taustalla
- Ymmärtää kuulo- ja näkövajeiden merkityksen arjessa
- Osaa ohjata iäkästä ja läheisiä kuntoutus- ja palvelupolulla



Koulutuksen asiantuntijoina ovat toimineet

Heidi Siira, TtT, yliopiston lehtori, Oulun yliopisto

Sinikka Lotvonen, TtT, tutkijatohtori, Oulun yliopisto

Aura Falck, Silmätautien erikoislääkäri, dosentti, Oulun yliopistollinen sairaala ja Oulun yliopisto

Helena Bräysy, YtM, kuntoutusohjaaja, Oulun yliopistollinen sairaala

Kuntoutuksen varmistaminen kotioloissa ja kotikuntoutus

- Ikääntyneen sairaalasta **kotiutumista tulisi tukea ennalta määritellyn ajan koordinoitusti.**
- Tuen tulisi olla säännöllistä, moniammatillista sekä kokonaisvaltaiseen hoitosuunnitelmaan pohjautuvaa **seurantaa, arviointia ja laaja-alaista palveluohjausta** joko etänä ja/tai kotikäynneillä.
- Sairaalasta kotiutuvalle ikääntyvälle henkilölle voidaan kohdentaa myös **aikaan sidottua ja tavoitteellista kotikuntoutusta**, jolla pyritään parantamaan ja säilyttämään iäkkään henkilön toimintakykyä ja elämänlaatua sekä lisäämään turvallisuudentunnetta.
- Kotikuntoutuksen avulla **pyritään vähentämään koti- ja laitoshoidon tarvetta ja siirtämään ympärivuorokautisen hoivan tarvetta.**



Tutkimustietoa:

Kotihoidossa ikääntyneille toteutetut kuntoutumista edistävän hoitotyön toimintamallit: kartoittava kirjallisuuskatsaus (Lotvonen ym. 2021)

- kuntoutumista edistävän hoitotyön toimintamallit **kohdistuvat** ikääntyneisiin kotihoidon **asiakkaisiin, joiden toimintakyky on alentunut**.
- keskeistä on **kotihoitohenkilöstön täydennyskoulutus** toimintamallin mukaiseen hoitotyöhön sekä ikääntyneiden toimintakyvyn tukeminen ja edistäminen.
- kuntoutumista edistävä hoitotyö **toteutuu määräaikaisena** yksilölliseen arviointiin perustuvana tavoitteellisena toimintana ja sisältää yleisesti lihasvoima-, tasapaino-, ja välineellisiin päivittäisiin toimiin (IADL) liittyviä harjoituksia.
- moniammatillisen kotihoitohenkilöstön toteuttamalla yksilölliseen toimintakyvyn arviointiin, kuntoutustavoitteisiin ja suunnitelmaan perustuvilla kuntoutumista edistävän hoitotyön toimintamalleilla on **merkittäviä edullisia vaikutuksia ikääntyneiden henkilöiden alaraajojen toimintakykyyn ja päivittäisistä toimista suoriutumiseen**.

Kotikuntoutuksen vaikutukset kotona asuvien iäkkäiden fyysiseen toimintakykyyn: kvasi-eksperimentaalinen tutkimus perusterveydenhuollossa (Teerikangas ym. 2026)

Kotikuntoutuksella **voidaan parantaa** ikääntyneiden kotona asuvien henkilöiden **fyysistä toimintakykyä**, erityisesti alaraajojen toimintaa, ja **positiiviset vaikutukset säilyvät** vielä kuuden kuukauden seurannassa.

Moniammatillinen, tavoitteellinen ja ajallisesti rajattu **kotikuntoutus tukee** myös **iäkkäiden itsenäistä suoriutumista arjessa ja kotona asumista**.



Kiitos!

#Science with arctic attitude

heidi.siira@oulu.fi

Lähteet 1/2

- Bayliss A, Ellis J, Shoup J, Zeng C, McQuillan D, Steiner J. Effect of continuity of care on hospital utilization for seniors with multiple medical conditions in an integrated health care system. *Annals of Family Medicine* 2015;13(2):123–129. <https://doi.org/10.1370/afm.1739>
- Blakey ED, Jackson D, Walthall H, Aveyard H. What is the experience of being readmitted to hospital for people 65 years and over? A review of the literature. *Contemporary Nurse* 2017;53(6):698–712. <https://doi.org/10.1080/10376178.2018.1439395>
- Boltz Marie, Resnick B, Capezuti E, Shuluk J ja Secic M. (2012). Functional Decline in Hospitalized Older Adults: Can Nursing Make a Difference? *Geriatric Nursing* 21012; 33: 272 – 278
- Constantin S, Dahlke S. How nurses restore and maintain mobility in hospitalised older people: An integrative literature review 2017; 13
- Deardorff, W. J., Liu, P. L., Sloane, R., Van Houtven, C., Pieper, C. F., Hastings, S. N., Cohen, H. J., & Whitson, H. E. (2019). Association of sensory and cognitive impairment with healthcare utilization and cost in older adults. *Journal of the American Geriatrics Society*, 67(8), 1617–1624. <https://doi.org/10.1111/jgs.15891>
- Gill T, Gahbauer EA, Han L, Allore HG. The relationship between intervening hospitalizations and transitions between frailty states. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences* 2011;66A(11):1238–1243. <https://doi.org/10.1093/gerona/glr142>
- Gruneir A, Silver M, Rochon P. Emergency department use by older adults: A literature review on trends, appropriateness, and consequences of unmet health care needs. *Medical Care Research and Review* 2011;68(2):131–155. <https://doi.org/10.1177/1077558710379422>
- Gutenbrunner C, Stievano A, Nugraha B, Stewart D, Catton H. Nursing – a core element of rehabilitation. *International Nursing Review* 2021, 1–7.
- Hoitotyön tutkimussäätiö (Hotus). (2025). Iäkkään turvallinen kotiutuminen sairaalasta: Hotus-hoitosuositus®. Hoitotyön tutkimussäätiö. <https://hotus.fi/hoitosuositus/iakkaan-turvallinen-kotiutuminen-sairaalasta-2/>
- Jaiswal, A., Gupta, S., Paramasivam, A., Santhakumaran, S., Holzhey, P., Dupont, P., & Wittich, W. (2022). Continuum of care for older adults with concurrent hearing and vision impairment: A systematic review. *Innovation in Aging*, 7(1), igac076. <https://doi.org/10.1093/geroni/igac076>
- Jämsen E, Kerminen H, Strandberg T ja Valvanne J. Kun tauti paranee, mutta potilas ei – sairaalahoitoon liittyvä toimintakyvyn heikentyminen. *Suomen Lääkärilehti* 2015; 70: 977–83
- King B, Steege Linsey, Winsor Katie, VanDenbergh S ja Brown C. Getting patients walking: A Pilot Study of Mobilizing Adult Patients via a Nurse-Driven Intervention. *Journal of the American Geriatrics Society* 2016, 64; 2088-2094
- Leppänen T, Lotvonen S, Saarela K, Siira H. Mitkä tekijät vaikuttavat ikääntyneen liikuntakyvyn ylläpitämiseen ja palauttamiseen sairaalahoidossa? HOTUS-näyttövinkki 6/2021. Hoitotieteen tutkimussäätiö.

Lähteet 2/2

- Lotvonen, S., Saarela, K-M., Tuomikoski, A-M., Kyngäs, H., Siira, H. (2021). Kotihoidossa ikääntyneille toteutetut kuntoutumista edistävän hoitotyön toimintamallit: kartoittava katsaus.
- Mabire C, Dwyer A, Garnier A, Pellet J. Meta-analysis of the effectiveness of nursing discharge planning interventions for older inpatients discharged home. *Journal of Advanced Nursing* 2017;74(4):788–799. <https://doi.org/10.1111/jan.13475>
- Mesteig M, Helbostad JL, Sletvold O, Rosstad T, Saltvedt I. Unwanted incidents during transition of geriatric patients from hospital to home: A prospective observational study. *BMC Health Services Research* 2010;10:1. <https://doi.org/10.1186/1472-6963-10-1>
- Niemi E, Siira H, Lotvonen S. (2025) The experiences of discharge nurses on the safe hospital discharge of older adults with memory disorder. *Nordic Journal of Nursing Research*. First published online September 29, 2025. <https://doi.org/10.1177/20571585251380716>
- Niskanen, S., Forma, L., Salminen, A-L. & Aho, A-L. (2021). Kartoittava kirjallisuuskatsaus ikääntyneiden arkikuntoutuksen ominaispiirteistä. *Gerontologia* 35(1): 13-31.
- Ong CEC, Asinas-Tan M, Quek L-S, de Dios M, Cai X-T, Lim B-L. (2019). Effectiveness of a post-emergency department discharge multidisciplinary bundle in reducing acute hospital admissions for the elderly. *European Journal of Emergency Medicine* 26(2), 94–99.
- Rising K, Padrez K, O'Brien M, Hollander J, Carr B, Shea J. Return visits to the emergency department: The patient perspective. *Annals of Emergency Medicine* 2015;65(4):377–386. <https://doi.org/10.1016/j.annemergmed.2014.07.015>
- Santos-Eggimann B, Karmaniola K, Seematter-Bagnoud L, Spagnoli J, Büla C, Cornuz J, Rodondi N, Vollenweider P, Waeber G, Pécoud A. The Lausanne cohort Lc65+: a population-based prospective study of the manifestations, determinants and outcomes of frailty. *BMC Geriatrics* 2008; 18(8);20. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-8-20>
- Sloane, P. D., & Whitson, H. E. (2021). Addressing hearing and vision impairment in long-term care: An important and often-neglected care priority. *Journal of the American Medical Directors Association*, 22(6), 1151–1155. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2021.04.024>
- Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2005-2019. <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index>.
- Teerikangas, M., Lotvonen, S., Siira, H. et al. Effects of reablement on home-dwelling older adults' physical functioning: a quasi-experimental study in primary healthcare. *Aging Clin Exp Res* 38, 35 (2026). <https://doi.org/10.1007/s40520-025-03292-1>
- Thomas, E. M., Smith, J., Curry, A., Salsberry, M., Ridgeway, K., Hunt, B., Desanto, K., & Falvey, J. R. (2024). Association of physical function with hospital readmissions among older adults: A systematic review. *Journal of Hospital Medicine*, 20(3), 277–287. <https://doi.org/10.1002/jhm.13538>
- Tonkikh O, Shadmi E, Flaks-Manov N, Hoshen M, Balicer RD ja Zisberg A. Functional Status Before and During Acute Hospitalization and Readmission Risk Identification. *J Hosp Med*. 2016;11: 636-41.
- Watkins L, Hall C, Kring D. Hospital to home: A transition program for frail older adults. *Professional Case Management* 2012;17(3):117–123. <https://doi.org/10.1097/ncm.0b013e318243d6a7>
- Wyman MF, Shiovitz-Ezra S, Bengel J. Ageism in the Health Care System: Providers, Patients, and Systems. Teoksessa: Ayalon L, Tesch-Römer C (toim.). *Contemporary perspectives on ageism* 2018;193–212. Springer, Cham.

Hei, me
hoidetaan!

Yhteinen keskustelu

Turvallinen kotiutus – Näin onnistumme



Hei, me
hoidetaan!

Yhteinen keskustelu

Turvallinen kotiutus - Näinonnistumme



Puheenjohtaja: Anna-Liisa Arjama

- ❖ Heli Ainiala, lähihoitaja
- ❖ Erika Laine, kokemusasiantuntija
- ❖ Niina Hheldan, kotiutusohitaja
- ❖ Mira Palonen, erikoistutkija



Hei, me
hoidetaan!



Yhteenveto

DUODECIM **Hotus**  SUPER

Hei, me
hoidetaan!

Hei, me hoidetaan!
webinaarit lähi- ja perushoitajille
näyttöön perustuvasta hoidosta

Lisätietoa syksyn webinaareista ja
toteutuneiden webinaarien tallenteet
SuPerin

Hei, me hoidetaan!
- tapahtumasivulla

[https://www.superliitto.fi/artikkelit/hei-me-hoidetaan-
webinaarisarja/](https://www.superliitto.fi/artikkelit/hei-me-hoidetaan-webinaarisarja/)



Hei, me hoidetaan! 19.3.2026

Lähihoitaja ja vähemmistöön kuuluva iäkäs - Tietoa ja työkaluja arkeen

Hei, me
hoidetaan!

Näe ihminen kielen ja kulttuurin takaa!

13:00-13:05 Tervetuloa

13:05-13:15 Moninaisuus tapahtuu jo – Oletko valmis kohtaamaan sen?

Sonja Iltanen, Moni-ikä –hanke, Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto VALLI ry

13:15-13:25 Iäkkäiden maahanmuuttajien kokemuksia hoivasta

Hiwa Haghi, ohjaaja, Kotona täälläkin -toiminta, Palvelutaloyhdistys Koskenrinne ry

13:25-13:35 Lähihoitajan näkökulma

13:35-13:55 Ratkaisuja kielten ja kulttuurien kohtaamiseen hoitotyössä

Hanne Vartiainen, kulttuuriohjaaja, Puistolán palvelutalo, Helsingin kaupunki

13:55- 14:00 Keskustelua

Klo 14:00-14:10 TAUKO

Kaapissa kaiken ikää?

14:10-14:15 Ovatko seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt näkymättömiä hoivassa?

Jukka Keronen, Moni-ikä –hanke, Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto VALLI ry

14:15-14:30 Sateenkaariseniorien tarpeita ja pelkoja

Risto Hartikainen, varapuheenjohtaja, Sateenkaariseniorit ry

14:30-14:40 Kohtaan ihmisen – Lähihoitajan näkökulma

14:40-14:50 Tunnista, kunnioita, tue – sensitiivisen hoitotyön askeleita

Hanne Vartiainen, kulttuuriohjaaja, Puistolán palvelutalo, Helsingin kaupunki

14:50-15:10 Yhteinen keskustelu

15:10-15:15 Mistä löydän lisätietoa

-15:15 Tilaisuuden päätös

**Tallenne jo
katsottavissa!**

DUODECIM

Hotus

SUPER

2025 webinaarit katsottavissa

Elämän loppuvaiheen hoitotyö näyttöön perustuen 27.3.

Kuolemaa lähestyvän henkilön hoito ja läheisten kohtaaminen
Lasten ja nuorten saattohoito

Sekavan potilaan hoito ja vaikeasti paranevat haavat 3.4.

Sekava potilas palvelujärjestelmässä
Vaikeasti paranevat haavat – mitä huomioida, miten toimia?

Näyttöön perustuva hoito lasten ja nuorten kanssa | 22.5.

Lapset ja nuoret: Kaltoinkohtelun tunnistaminen ja Turvallinen lääkehoito varhaiskasvatuksessa

Hoitotyöntekijän jaksaminen ja hyvinvointi | Luentomateriaali | 7.10.

Työhyvinvointi ja jaksaminen ja Lähihoitaja, aivotyön tekijä

Elämää avanteen kanssa | 26.11.

Opiskelijat – Tulevaisuuden tekijät | 12.12.

Opiskelijat koulussa ja työssä oppimassa ja lääkehoito osaaminen

Hei, me hoidetaan! Syksyllä 2026

Varaa jo päivä kalenterista!

- ❖ 16.9. klo 13.00–15.15 Nirsoja lapsia ja nälkäisiä vanhuksia? Syömisen pulmat lähihoitajan arjessa
- ❖ 21.10. klo 13.00–15.15 Avointa puhetta virheistä
- ❖ 25.11. klo 13.00–15.15 Kun potilas pelottaa

Hei, me hoidetaan! – tapahtumasivu

- <https://www.superliitto.fi/artikkelit/hei-me-hoidetaan-webinaarisarja/>

Hei, me
hoidetaan!



DUODECIM

Hotus


SUPER

Save The Date

Hei, me hoidetaan! 2027

Kevät 2027

- 25.3. klo 13.00–15.15
- 29.4. klo 13.00–15.15

Syksy 2027

- 7.10. klo 13.00–15.15
- 18.11. klo 13.00–15.15

Hei, me hoidetaan! – tapahtumasivu

- <https://www.superliitto.fi/artikkelit/hei-me-hoidetaan-webinaarisarja/>

Hei, me
hoidetaan!



DUODECIM

Hotus





Hei, me
hoidetaan!

KIITOS

DUODECIM

Hotus



SUPER