

## Rakennetaan yhdessä muistiystävällistä Suomea

*[alkutunnus] Pianon soittoa, jonka ohessa sanotaan: Kiikarissa aivoterveys. Tietoa ja tukea näkövammaisille -hanke. [/alkutunnus]*

Puhujana Jaana Paasonen. Valtakunnallinen Muistiliitto ja sen jäsenjärjestöt tekevät työtä Muistiystävällisen Suomen eteen. Muistiystävällisyydellä tarkoitetaan meidän kaikkien aivoterveysten edistämiseen tähtäävää toimintaa sekä mahdollisten muistioireiden tunnistamista jo varhaisessa vaiheessa. Muistiystävällisessä maassa muistisairaat saavat hyvää hoitoa, huolenpitoa sekä kuntoutusta. Riittävä ja tarpeenmukainen tuki tuo mahdollisuuden muistisairaille ihmisille sekä heidän läheisilleen elää arvokasta ja hyvää elämää. Muistiystävällisessä maassa muistisairaita ihmisiä kohdellaan asiallisesti, ystävällisesti ja kunnioittavasti.

Muistiystävällisen Suomen rakentaminen on jaettu neljän kivijalan varaan, joista yksi on aivoterveysten edistäminen. Terveet aivot ovat ihmisen tärkeä pääoma, joka vaikuttaa kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin lapsuudesta vanhuuteen. Aivoterveydestä tulee huolehtia elämän kaikissa vaiheissa. Hyvät muisti- ja tiedonkäsittelytaidot ovat edellytys oppimiselle, työkyvylle, mutta myös ikääntyessä itsenäiselle arjessa selviytymiselle. Aivoterveydestä huolehtimalla voidaan vaikuttaa siihen, että muistisairauksiin sairastutaan nykyistä harvemmin tai entistä iäkkäämpänä.

Muistiystävällisen Suomen rakentamisen toinen kivijalka on oikeat asenteet aivoterveyteen, muistisairauksien hoitoon ja kuntoutukseen. Muistisairauksiin on liittynyt kielteinen leima ja usein syrjivät asenteet ovat heikentäneet muistisairauksia sairastavien ihmisten hyvinvointia. Vaikka tieto ja ymmärrys muistisairauksista ja niiden hoitomahdollisuuksista on lisääntynyt, kielteiset asenteet eivät ole muuttuneet yhtä nopeasti. Asenneilmapiirin muuttuessa muistisairautta ymmärtävämmäksi ja hyväksyväksi, muistisairautteen sairastuneet voivat olla yhteiskunnan yhdenvertaisia jäseniä, elää mielekästä elämää ja saada oikeanlaista tukea.

Suomessa muistisairauksia sairastaa arviolta lähes kaksisataatuhatta ihmistä. Muistisairaudet siis koskettavat monia meistä läheisinä, naapureina ja ystävinä. Sosiaali- ja terveysalan työntekijät kohtaavat työssään muistisairaita ihmisiä ja heidän läheisiään, mutta myös monissa muissa ammateissa olevat työntekijät, kuten palvelualalla työskentelevät, kohtaavat asiakaspalvelussa muistisairaita usein. Kaikkien meidän kannustavat ja hyväksyvät asenteet vaikuttavat siihen, että muistisairaat ihmiset voivat elää tasavertaisina muiden kanssa.

Vammaisuuden määrittelyminen riippuu yhteiskunnan arvomaailmasta. Näkövammaisuuden raja riippuu siitä, minkälaista näkökykyä yhteiskunta edellyttää. Myös muistisairaudet selkeästi sisältyvät vammaisuuden määrittelymään. Tästä huolimatta muistisairaille ihmisille ei Suomessa myönnetä yhdenvertaisesti vammaispalveluja eikä heidän kohdallaan nämä oikeudet useinkaan toteudu. Yhdenvertainen kohtelu tarkoittaa eri henkilöille huomattavan erilaisia asioita. Paras asiantuntija on aina vammaisen ihminen itse, ja häntä tulisikin aina kuulla, oli kyse näkövammasta, muistisairaudesta tai mistä tahansa toimintakykyä rajoittavasta vammasta.

Toimiva ja monimuotoinen rakennettu ympäristö hyödyttää meitä kaikkia: ratkaisut, jotka palvelevat vammaisia henkilöitä, palvelevat yhtä lailla myös muita, kuten vaikkapa ikäihmisiä, lapsiperheitä tai vieraskielisiä ihmisiä. On muistettava, että monelle esteettömyys on välttämättömyys ja ympäristön tulee olla selkeä, huolellisesti suunniteltu ja johdonmukaisesti toteutettu.

Muistiystävällisen Suomen kolmas kivijalka on hyvän elämänlaadun varmistaminen muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen oikea-aikaisten tuen, hoidon, kuntoutuksen ja palvelujen turvin. Tunnistamalla, toimimalla ajoissa ja ennakoiden voidaan luoda inhimillisesti ja taloudellisesti kestävät palvelut muistisairaille ja heidän läheisilleen. Neljäntenä kivijalkana on tutkimustiedon ja osaamisen vahvistaminen. Korkeatasoinen ja monipuolinen tutkimustieto on jo nyt luonut uusia mahdollisuuksia aivoterveystiedon edistämiseen, muistisairauksien diagnosointiin sekä palveluiden parantumiseen. Ammattihenkilöstön tiedot, taidot ja asenteet mahdollistavat eettisesti kestävästi muistisairaana ihmisen hoidon ja palvelut.

Muistiystävällisen Suomen ja mahdollisimman esteettömän ympäristön luomiseen tarvitaan yhteiskunnan kaikkia toimijoita monilta eri sektoreilta. Tervetuloa mukaan Muistiystävällisyys -talkoisiin! Muistisairaana ihmisen kohtaaminen ystävällisesti, arvostavasti ja ymmärtävästi on kansalaistaito, jota meidän kaikkien tulisi osata. Sinäkin varmaan tunnet jonkun muistisairaana ihmisen ja muista, että sinä voit tehdä omassa lähipiirissäsi pieniä muistiystävällisiä tekoja.

Lähteenä on käytetty [www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi) ja [nkl.fi](http://nkl.fi) -internetsivuja