



Ota  
kuntoutus,  
hoiva ja hoito  
rohkeasti  
puheeksi.

# TARKISTUSLISTA

MUISTISAIRAILLE JA LÄHEISILLE

Työkaluja asuin- ja hoivapaikan  
valintaan ja arviointiin

# Tarkistuslistan käyttö

## MITEN JA MISSÄ TARKISTUSLISTAA VOI KÄYTTÄÄ?

Tarkistuslista auttaa muistisairaita ja heidän läheisiään valitsemaan tarpeisiinsa ja toiveisiinsa sopivan asuin-, kuntoutus- tai hoitopaikan. Listan voi ottaa mukaan, kun käy tutustumassa näihin paikkoihin. Tarkistuslista on apuna myös kotona asumisen ja kotihoidon palvelujen arvioinnissa. Sen avulla voi pohtia, millaista laatua palveluilta toivoo.

## Tarkistuslista jakautuu kolmeen osaan:

- Kuntoutus, hoiva ja hoito
- Oikeudet ja ennakointi
- Muistikodin henkilöstö

Tarkistuslista auttaa keskustelemaan itselle tärkeistä teemoista esimerkiksi kuntoutuksesta, hoivasta ja hoidosta vastaavan henkilön, palveluohjaajan, kotihoidon henkilöstön tai muistikoordinaattorin kanssa. Keskustelun pohjalta voi arvioida, miten tarkistuslistalla olevat asiat kyseisessä paikassa toteutuvat. Lista jää itselle muistilapuksi ja tueksi valintojen tekoon.

Muistiliitto toivoo, että tarkistuslista auttaa muistisairaita ja läheisiä keskustelemaan rohkeasti ja avoimesti toiveistaan, jotta itselle tärkeät, elämänlaatua ja hyvää hoitoa tukevat asiat toteutuvat.

Lisää tietoa kaikista tarkistuslistalla mainituista asioista Muistiliiton verkkosivuilla ja esitteissä sekä Hyvän hoidon kriteeristössä ([www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi)).

# Muistikoti

Tässä tarkistuslistassa puhutaan *muistikodista*. Sillä tarkoitetaan tässä yhteydessä kaikkia sosiaali- ja terveydenhuollon toimintayksiköitä, joissa muistisairas ihminen asuu tai on kuntoutuksessa tai hoidossa, sekä omaa kotia, johon muistisairas saa tukea ja palveluja.

## HYVÄN HOIDON KRITÉERISTÖ -TYÖKIRJA

Tarkistuslista perustuu Muistiliiton *Hyvän hoidon kriteeristöön*, joka on työkirja muistityön ammattilaisille. Työkirja tukee työyhteisöjä kehittämään toimintaansa muistisairaana yksilölliset tarpeet ja toivomukset huomioivaksi. Laadukas kuntoutus, hoito ja hoiva perustuvat huolellisesti tehtyyn elämänhistorian ja kokonaistilanteen kartoitukseen, jossa huomioidaan ihmisen kaikki tarpeet ja niihin liittyvä riittävä ammattitaitoinen osaaminen muistityön näkökulmasta.

Koko *Hyvän hoidon kriteeristö* luettavissa Muistiliiton verkkosivuilla:  
[www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi)



# Kuntoutus, hoiva ja hoito

Palvelut tukevat hyvää elämää. Ihminen on kokonaisuus, jonka hyvinvointiin vaikuttavat moninaiset seikat. Hyvä kuntoutus, hoiva ja hoito eivät ole vain sairauksien hoitoa, vaan myös elämänlaadun, toimintakyvyn ja osallisuuden tukemista sekä ennaltaehkäisevää työtä.

Ota tämä tarkistuslista mukaan tutustumiskäynnille. Laita rasti ruutuun, jos seuraavat asiat siellä toteutuvat.



Muistisairaahan ihmisen kuntoutus, hoiva ja hoito perustuvat aina yksilöllisesti laadittuihin suunnitelmiin. **Muistisairas ihminen on mukana kaikessa kuntoutukseensa, hoivaansa ja hoitoonsa liittyvässä suunnittelussa ja toteutuksessa.**

Tarvittaessa ammattilaiset ja läheiset tukevat päätöksenteossa. Läheisten apu on usein tarpeen myös muistisairaahan toiveiden tai tahdon selvittämisessä.



## **DOKUMENTOINTI**

- kuntoutukseen, hoivaan ja hoitoon liittyvät asiat on kirjattu asianmukaisesti
- suunnitelmia seurataan ja päivitetään säännöllisesti

## **HYVÄ HOITO**

- yksilöllisiä voimavaroja tuetaan ja mielen hyvinvointia edistetään mm. keskustelemalla
- hoitosuosituksia noudatetaan kaikissa sairauksissa
- käytössä on ensisijaisesti lääkkeettömät hoitomuodot muistilääkkeiden ja muiden tarvittavien lääkkeiden lisäksi
- lääkehoidon toteutus, seuranta ja arviointi perustuvat säännöksiin ja ohjeisiin
- lääkehoidosta vastaa muistisairauksiin perehtynyt lääkäri ja ammattitaitoinen hoitaja
- lääkehoidosta keskustellaan myös läheisten kanssa, jotta heillä riittävästi tietoa sen vaikutuksista toimintakykyyn
- henkilöstöllä on riittävästi osaamista muistisairaahan kivun havainnoista ja hoidosta
- kipua hoidetaan ja seurataan yksilöllisten tarpeiden mukaan ja arvioidaan säännöllisesti
- saattohoitoa toteutetaan suositusten mukaisesti elämän loppuun asti

## **YKSILÖLLISTEN TARPEIDEN HUOMIOIMINEN**

- yksilöllinen elämänhistoria kirjataan ylös
- yksilölliseen elämänhistoriaan perustuva kirjallinen kuntoutus-, palvelu- ja hoitosuunnitelma toimii pohjana kaikelle kuntoutukselle, hoidolle ja hoivalle
- suunnitelmat sisältävät yksilölliset voimavarat ja tuen tarpeet
- suunnitelmat päivitetään säännöllisesti vähintään kerran vuodessa tai tilanteen muuttuessa, jotta ne vastaavat aina senhetkistä tilannetta
- arjessa huomioidaan hygienian-, kauneuden- ja terveydenhoitoon liittyvät toiveet ja tarpeet
- sukupuoli- ja seksuaaliseen liittyvät toiveet ja tarpeet kirjataan ja huomioidaan ja niissä tuetaan
- toimintakykyä arvioidaan säännöllisesti yhteistyössä sairastuneen kanssa käyttäen siihen soveltuvia mittareita ja välineitä
- suunnitelmat ja arvioinnit tehdään yhdessä sairastuneen ja/tai läheisten kanssa, jos sairastunut niin toivoo
- läheisiä kuullaan, mikäli se on tarpeen muistisairaana toiveiden tai tahdon selvittämiseksi

## **AKTIIVINEN ARKI**

- yksilöllisiä ja ryhmämuotoisia harrastuksia on tarjolla, ja harrastaa voi omien voimavarojen mukaan
- erilaisiin vertaisryhmiin voi osallistua myös asuin-/hoito-/hoivapaikan ulkopuolella
- muistisairas voi halutessaan toimia ohjaajana tai avustajana harrastustoiminnassa
- muistisairas voi pitää yhteyttä tärkeiden ihmisten kanssa, ja tarvittaessa häntä tuetaan yhteydenpidossa

## **RAVITSEMUS**

- yksilölliset ruokatoiveet, -tavat ja -tottumukset sekä ravitsemustila kirjataan, niitä seurataan ja niissä tuetaan
- muistisairas voi halutessaan osallistua ruoan valmistukseen ja kattamiseen
- läheiset voivat olla mukana ruokailutilanteissa, ja tarvittaessa heitä ohjataan ruokailun avustamisessa

## **VUOROVAIKUTUS JA KOHTAAMINEN**

- muistikodin henkilöstöllä on osaamista muistisairaiden kohtaamiseen ja vuorovaikutukseen liittyvistä erityispiirteistä ja menetelmistä
- vuorovaikutuksessa huomioidaan muistisairaahan yksilöllisyys ja elämänhistoria
- läheisiä tuetaan vuorovaikutuksessa sairastuneen kanssa muistisairauden kaikissa vaiheissa



## ASUMISYMPÄRISTÖ

- asumiseen ja ympäristöön liittyvistä yksilöllisistä tarpeista ja toiveista keskustellaan, ja ne kirjataan ylös
- ympäristöön ja ergonomiaan liittyvät suunnitelmat ja ratkaisut kirjataan, ja niiden toteutumista seurataan
- esteettömyys on huomioitu muun muassa tilaratkaisuissa ja ruokailutilanteissa
- tarvittavat apuvälineet ovat saatavilla/hankitaan, ja nimetty vastuhenkilö ohjaa käytössä ja huollossa

## LÄHEISET JA TUKIVERKOSTOT

- läheisillä on mahdollisuus saada muistisairasta koskevia tietoja sekä osallistua hoitopalaveriin, jos muistisairas on niin toivonut (tai ei ole sitä erikseen kieltänyt)
- läheisille annetaan tietoa muistikodin toimintatavoista, ja heidän osallistumistaan muistikodin arkeen ja toimintaan tuetaan ja ohjataan



## Oikeudet ja ennakointi

Muistisairaalla ihmisellä on oikeus vaikuttaa omaan elämäänsä ja siihen liittyvään päätöksentekoon. Sairaus ei automaattisesti vie itsemääräämisoikeutta. Muistisairaana ihmisen itsemääräämisoikeutta tuetaan kaikissa palveluissa ja ympäristöissä, jotta oma tahto ja toiveet tulevat huomioiduiksi.

Tulevaisuutta suunnitellen on mahdollista päättää etukäteen, miten haluaa itseä ja omia asioitaan hoidettavan. Sairauden etenevän luonteen vuoksi on hyvä kirjata esimerkiksi hoitotahto ja edunvalvontavaltuutus ajoissa. Muistityötä tekevät ammattilaiset ohjaavat ja opastavat niiden tekemisessä.



## **ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUS**

- muistisairaahan ihmisen itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan
- toimitaan aina muistisairaahan ihmisen edun mukaisesti
- toimintakyvyn alentuessa noudatetaan ensisijaisesti hoitotahtoa tai edunvalvontavaltuutusta

## **HOITOTAHTO**

- suullista/kirjallista hoitotahtoa noudatetaan, jos sellainen on tehty
- tarvittaessa hoitotahtoa päivitetään yhdessä muistisairaahan kanssa
- jos hoitotahtoa ei ole olemassa, sen tekemisessä neuvotaan, mikäli muistisairas itse pystyy kertomaan toiveistaan ja tahdostaan
- jos hoitotahtoa ei ole olemassa, muistisairaahan tahto ja toiveet selvitetään muilla keinoin

## **EDUNVALVONTAVALTUUTUS**

- edunvalvontavaltuutusta noudatetaan, mikäli se on laadittu ja vahvistettu

## **EDUNVALVONTA**

- tarvittaessa huolehditaan maistraatin tai käräjäoikeuden määräämän edunvalvojan hakemisesta

# Muistikodin henkilöstö

Muistityötä tekevien ammattilaisten työhyvinvointi heijastuu muistisairaisiin ihmisiin ja heidän läheisiinsä.

Ammattitaitoinen muistityö vastaa ajantasaisen lainsäädännön ja suositusten vaatimuksia sekä muovautuu muistisairaiden ihmisten ja heidän läheistensä tarpeita ja palautetta kuullen.

Jokainen sosiaali- ja terveydenhuollon toimintayksikkö, mukaan lukien kotihoidon palvelut, seuraa ja kehittää toimintaansa omavalvonnan avulla. Omavalvonnalla tarkoitetaan palveluntuottajan omatoimista laadun ja asiakasturvallisuuden varmistamista.

## TYÖYHTEISÖN TOIMINTATAVAT JA ARVOT

- toiminta-ajatus ja arvot on laadittu ja kaikkien nähtävillä
- toimintatavoista ja arvoista on keskusteltu muistisairaiden ja heidän läheistensä kanssa
- hoito- ja hoivapalveluissa on riittävä ja lakisääteinen henkilöstömitoitus
- uusi henkilöstö perehdytetään yksikön perehdytys suunnitelman mukaisesti
- henkilöstön osaamisesta pidetään huolta ajantasaisen lainsäädännön ja suositusten sekä koulutus- ja kehittämissuunnitelman mukaisesti
- henkilöstöllä on mahdollisuus työnohjaukseen ja/tai muuhun konsultointiin ja keskusteluun
- johtaminen on ammattitaitoista

## TYÖN LAATU

- muistisairaiden ihmisten ja läheisten tarpeita ja palautetta kuullaan, ja niiden avulla kehitetään työtä ja arvioidaan sen laatua
- työn tukena ja kehittämisessä käytetään valtakunnallista muistisairaiden *Hyvän hoidon kriteeristöä*
- yksikkökohtainen omavalvontasuunnitelma on laadittu sekä julkisesti nähtävillä
- omavalvontasuunnitelmaan on kirjattu asukasturvallisuutta koskevat seikat ja mahdolliset riskit
- asiakas- ja potilastietojen käsittelyssä noudatetaan tietosuojan ja henkilötietojen käsittelyyn liittyvää lainsäädäntöä
- työhön liittyvät toimintatavat ja niiden riskit tunnetaan, ja epäkohdat ja poikkeamat ilmoitetaan ja kirjataan sovitulla tavalla
- työilmapiirin vaikutus asiakkaiden ja läheisten hyvinvointiin ymmärretään, ja työilmapiiriä arvioidaan työyhteisön kesken säännöllisin väliajoin



MUISTISAIRAAAN IHMISEN

# hyvän hoidon kriteerit

## KUNTOUTUS, HOIVA JA HOITO

Elämänhistoria  
ja elämänlaatu

Kivun hoito

Kuntoutus-,  
palvelu- ja hoito-  
suunnitelma

Seksuaalisuus

Toimintakyky

Vuorovaikutus  
ja kohtaaminen

Aktiivinen arki

Asumisympäristö

Terveyden  
edistäminen

Esteettömyys  
ja turvallisuus

Ravitseminen

Teknologia ja  
apuvälineet

Lääkkeetön hoito  
ja lääkehoito

Saattohoito

Hyvässä  
kuntoutuksessa,  
hoivassa ja hoidossa  
huomioidaan  
kaikki tämä.

## OIKEUKSIEN EDISTÄMINEN

## HENKILÖSTÖ JA TYÖHYVINVOINTI

Itsemääräämis-  
oikeus

Omavalvonta-  
suunnitelma

Hoitotahto

Työyhteisön  
toimintatavat  
ja arvot

Edunvalvonta-  
valtuutus

Riskien hallinta

Edunvalvonta

Henkilöstö,  
johtaminen ja  
työn kehittäminen

Osallisuus ja  
vertaistuki

Työhyvinvointi

Läheiset ja  
tukiverkostot

Asiakasturvallisuus

Eettiset  
kysymykset ja  
päätöksenteko

Asiakas- ja potilas-  
tietojen käsittely

# TARKISTUSLISTA

MUISTISAIRAILLE JA LÄHEISILLE

© Muistiliitto ry 2021  
[www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi)

