

Opiskelija Janika Toivo ohjaa Amalia Höylästä.

Ami Renko auttaa Amaliaa puuron kanssa. Naurava nainen Raija Aalto kertoo olevansa aina onnellinen.



# Käsi mummun poskella

*Loistavia uutisia: hyvä vanhustenhoito ei vaadi yltäkülläisiä resursseja tai hulppeita puitteita. Kävimme palkitussa hoitolaitoksessa seuraamassa, mistä hyvä hoiva koostuu.*

Teksti **Mia Kuntsi** Kuvat **Marjaana Malkamäki**/Otavamedia



Ennen lounasta jumpataan tuoleissa. Anninpirtin esimies Auli Kanerva vilkuttaa yhdellä kädellä Ruotsiin ja kahdella Islantiin. Sitten lähetellään lentosuukoja.

Ennen lounasta jumpataan tuoleissa. Anninpirtin esimies Auli Kanerva vilkuttaa yhdellä kädellä Ruotsiin ja kahdella Islantiin. Sitten lähetellään lentosuukoja.

**N**yt kuuluu kummia, kun hyvin hoidetaankin mummia! Ihan totta. Viime aikoina on kerrottu monista hoivapaikoista, joissa vanhuksia kohdellaan kuin, no, ihmisiä. Kuunnellaan ja halataan. Autetaan sängystä ja lääketoikkurasta takaisin elämään.

Yksi tällainen on Anninpirtin tehostetun palveluasumisen yksikkö Sastamalassa. Se palkittiin viime vuonna hyvästä vanhustyöstä.

Aiemmin Anninpirtti oli vanhainkoti, vähän kuin sairaala. Nyt se on koti, jossa asukkaat elävät pitkälti kuten haluvat. Sisustavat omat huoneensa omin tavaroin ja käyttävät omia vaatteita.

Asukkaat kokevat, että ennen Anninpirttiin jouduttiin, nyt päästään. Kiitosta ja ylistystä laulavat myös asukkaiden omaiset. Pakkohan tällaista paikkaa on mennä katsomaan!

## Meillä halataan paljon

Anninpirtin esimies **Auli Kanerva** avaa koodilla suljetun oven ja päästää sisään. Puoli yhdeksältä osa asukkaista nauttii aamiaista pöydän ympärillä. Levysoittimesta kaikaavat kansanlaulut, asukkaiden toiveesta. Ensimmäiset ovat saaneet kahvinsa yöhoitajalta jo

viideltä, aamu-unisimmat tulevat puurolle vasta kymmeneltä.

Paitsi eräs herra, joka saa tänään nukkua aamiaisen yli. Yö oli levoton, kun mies haahuili käytävällä etsien pannuhuonetta. Vanhasta tottumukselta mieli paloi hommiin. Tilanne rauhoittui, kun tarjottiin toista hommaa, tiskikoneen täyttämistä.

Ennen henkilökunta tuli töihin seitsemältä. Nyt he saapuvat porrastetusti, aivan kuten asukkaatkin heräävät. Tärkeää ei ole enää hoitajan työsuorite, vaan asiakkaan tarpeet. Ja tasa-arvo: asiat päätetään ja tehdään yhdessä.

”Ennen kaksi hoitajaa hoiti yhtä potilasta, pahimmillaan tämän yli puhuen. Nyt yksi hoitaja kohtaa yhden asukkaan kerrallaan”, Auli Kanerva kertoo.

Vanhusta mennään lähelle, aivan liki. ”Meillä halaillaan paljon.”

Totta, en ole ennen nähnyt tällaista kosketelun määrää. Aina hoitajan puhuessa asukkaalle hän koskettaa tätä. Ottaa kädestä, silittää käsivarresta. Halaa, hieraisee hartioista, katsoo kunnolla silmiin.

Se näyttää lämpimältä, siltä, että välitetään. Lisäksi se helpottaa työtä.

”Läheisyys vähentää asukkaan yksinäisyyttä ja ahdistusta. Silloin ei tarvitse hädissään painella hälytysnappia.” >>





Anninpirtissä asukkaita ei revitä kainaloista ylös. Lähihoitaja Milla Lavikainen näyttää, kuinka mummon saa siirrettyä sylin kautta lempeästi sängystä tuoliin. "Samalla voi vähän halailia, se tekee hyvää", hän kertoo.





Anninpirtissä jokaisella on oma tupa ja oma lupa. Aulis Piipposen konjakkipullossa on nimilappu, jotta lempijuomasta ei tule sekaan-uksia.

## Ennen mummut sidottiin pyörätuoleihin. Henkilökunta kokeili kerran kaksituntisen kokouksen ajan istua samalla tavalla.



Maija Piipponen ja hoitaja Katri Hakanen koristelevat täytekakkua muistotilaisuu-

teen. Aulis Piipponen huikkaa vaimolleen tervehdyksen matkalla kuntosalille.

Myös henkilökunnan sairauspoissaolot ovat selvästi vähentyneet muutoksen jälkeen.

### Päästätkö nahan alle?

Jokainen hoitaja ei ehkä tiedä, mutta hoivatutkijan mukaan tämä on tismalleen oikea tapa toimia. Kävin ennen Anninpirttiin tuloani tapaamassa Tampereen yliopistolla **Jari Pirhosta**, joka tietää, mikä tekee hoivakodista hyvän.

Ennen tutkijanuraansa Pirhonen työskenteli lähihoitajana. Hän huomasi, että vanhuksia kohdeltiin palvelutaloissa hoidokkeina, joihin ei kuulunut ottaa henkilökohtaista kontaktia.

”Meille opetettiin, ettei niitä pidä päästää nahan alle. Pitäisi olla teflonpinta, johon mikään ei tartu. Näin työ ei muka käy liian raskaaksi.”

Jari Pirhonen toimi päinvastoin. Hän kohteli asukkaita kuin ihmisiä yleensä, otti kontaktia, ystävystyi monen kanssa. Hänestä oli järjetön ajatus, että työ olisi vähemmän raskasta, jos hoitettavista ei välitää.

Sittemmin Pirhonen halusi perehtyä vanhusten hyvään elämään hoivakodeissa syvemmin ja meni yliopistoon tutkimaan aihetta. Hänen väitöskirjansa julkaistaan toukokuussa.

No, mistä sitten tietää, onko hoitopaikka hyvä? Pirhonen tiivistää, että kyse on kohtaamisesta. Pysähdytäänkö ihmisen äärelle? Kohdataanko tämä yksilönä vai hoidokkina?

Erityisen paljastavaa on se, kuinka kohdellaan ihmistä, joka ei puhu. Jutellaanko hänelle silti, selitetäänkö hoitoa? Vai käännelläänkö kuin pakettia?

Kyse on myös henkilökunnan asenteista. Ajattelevatko he, että heidän työpaikallaan on vanhoja ihmisiä? Vai ovatko he töissä vanhojen ihmisten kotona? Ajattelutapa ratkaisee sen, kuinka asukkaiden toiveisiin suhtaudutaan.

Tämä määrittää myös sen, eletäänkö hoitajien vai asukkaiden aikataulujen mukaan. Pirhosesta hoivakoti ei ole hoitopaikka. Vanhuus ei ole sairaus, josta voisi parantua, siispä vanhus ei ole potilas. Hoivakoti on elämisen paikka.

Palataan katsomaan sitä, elämää.

### Vaimo samalla käytävällä

Meidät kutsutaan kylään **Aulis Piipposen** huoneeseen. 82-vuotias entinen kauppias osoittaa hyllyä, jolla on valokuvia ja palkintoja. Hän kertoo olleensa kova kalamies ja golfaja.

”Nyt elämä on tällaista hissuttelua, ei tässä enää paljon seinille hypitä.”





Myös Auloksen vaimo **Maija** on hiljattain saanut paikan Anninpirtistä. Hänen huoneensa on parinkymmenen metrin päässä.

"Eri huoneet toimivat hyvin. Ei tarvitse olla tukkanuottasilla televisio-ohjelmista".

Hoivakodin esimies Auli Kanerva kertoo, että asukkaita kohdellaan yksilöllinä, joiden toiveita tulee kunnioittaa.

Samoin yksityisyyttä: kun erään miehen vaimo tuli käymään, he tykkäsivät kelliä yhdessä sängyllä. Oveen askarreltiin näitä hetkiä varten kyltti: *Ei saa häiritä*.

Anninpirtin muutos tehtiin vuonna 2013. Silloin se muuttui vanhainkodista tehostetun palvelun yksiköksi. Nyt asukkaat maksavat vuokraa ja ostavat palveluita. Asiakasmaksut määräytyvät sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista annetun lain mukaan.

Tuolloin muuttui kaikki.

"Me rikomme niin monia hoitoalan käytäntöjä, että meitä pidetään puolihulluina", Auli Kanerva sanoo.

Anninpirtissä elää 28 asukasta ja työskentelee 18 hoitajaa sekä yksi opiskelija. Eli hoivakodissa on 0,62 hoitajaa vanhusta kohden. Se on tavanomainen määrä. Kyse ei ole siis suuremmista resursseista, vaan muuttuneista toimin-

tatavoista. Ne puolestaan vaativat ennen kaikkea asenteiden tuulettamista.

Esimerkiksi turvallisuutta on mietitty uusiksi. Ennen mummut sidottiin pyörätuoleihin turvavöillä. Henkilökunta kokeili kaksituntisen kokouksen ajan istua sidottuna samalla tavalla. Seuravana päivänä vöyt hävisivät, eivätkä mummot ole tipahdelleet tuoleistaan.

Toki Anninpirtissä hoidetaan myös sairauksia, mutta niiden ei anneta määrittää koko ihmistä. Jokaisella asukkaalla on vihko, johon hoitajat kirjaavat havaintojaan. Ei siis lueta sairaskertomuksesta, mihin kukin ei pysty, vaan tuetaan sitä, mihin pystyy.

"Täällä eletään, ei odoteta kuolemaa. Professori **Jaakko Valvanne** sanoi sen hienosti: Salli meille tänä päivänä meidän elämä. Siinä on Anninpirtin toimintaperiaate", Auli Kanerva sanoo.

## Mummo taksiin

Aulis lähtee liikkeelle, huomaa vaimonsa keittiössä. "Huomenta, minun morsiameni", hän huikkaa Maijalle, joka kuorruttaa kakkua kermavaahdolla. Iltapäivällä on muistotilaisuus, jota varten kakku on leivottu.

Maija Piipponen ilahtuu nähdessään "poikaystävänsä". Hänestä on jännem-

pää kutsua miestänsä näin. Maijasta on mukavaa, että täällä he pääsevät keran viikossa yhdessä saunaan ja seuraavalla viikolla he lähtevät omahoitajan kanssa shoppailemaan. Vaikka eivät mitään tarvitsekaan.

Auli kertoo, että keittiö on avoin kaikille, yhtä lailla asukkaille kuin omaisillekin. Hygieniapasseja ei kysellä. Toki välillä jääkaappi huutaa, kun ovi on unohtunut auki, mutta sellaista sattuu kaikille.

Anninpirtissä henkilökunta juo joka päivä päiväkahvit asukkaiden kanssa. Tätä varten palkattu leipoja leipoo maanantaisin herkkuja koko viikoksi.

Usein kahveilla on konjakkia tai likööriä, asukkailla siis. Juhlapyhinä myös kuohuviiniä.

"Meillä käytetään aika reippaasti alkoholia", Auli virnistää.

"Tämä on vaatinut ajatuksenmuutoksen: me emme ole laitoksessa vaan asukkaiden kotona. Täällä ei ole turhia kieltoja."

Kun asukas aiemmin ilmoitti haluavansa mennä kylään ystävän luo, Auli soitti ensin tämän lapselle ja kysyi, voiko mummo lähteä.

"Enää en soittaisi, vaan pistäisin mummon taksiin ja toivoisin, että palautuu."

Kun keski-ikä on lähes 90 vuotta, myös kuolema käy Anninpirtissä kylässä. Kirkkoherra Ari Paavilainen ja kanttori Anu Mattila vetävät muistohetkeä kolmen vastikään poisnukkuneen asukkaan kunniaksi.

Kaarina Vainikainen tulee lähes päivittäin Anninpirttiin tapaamaan miestänsä. Tällä kertaa huomiota ja hierontaa saa myös lähihoitaja Ami Renko.

>>





Tuomo Liukko-Sipi kertoo Auli Kanervalle, kuinka ikävä hänellä on vaimoaan. Auli lupaa viedä Tuomon katsomaan sairaalassa olevaa vaimoa vielä ilta-päivällä.

## Tutkija kannustaa hoitajia vitsailemaan – ja myös riitelemään asukkaiden kanssa. Se jos mikä on tasavertaisuutta.



Opiskelija Juuso Jokinen kannustaa Tuomo Liukko-Sipiä kuntosalilla.

Tulosta on tullut: vahvempien lihasten ansiosta sängystä on nyt helpompi nousta.

### Rapujuhlat nakeilla

Asukkaiden keski-ikä on 87,7 vuotta. Kaikki tarvitsevat runsaasti apua. Liikkumiseen ainakin, pukemiseen ja peseytymiseen, moni myös syömiseen. Joillakin muisti kulkee omia latujaan, joiltakin kaikki sanat on jo käytetty.

Silti täältä löytyy rutkasti iloa ja huumoria. Aulin mukaan asukkaat innostuvat ihan mistä vain.

”Olemme viettäneet ylioppilasjuhlia, joissa kokeet pidettiin tietovisan muodossa ja lopuksi jokainen sai lakin.”

Rapujuhlatkin on pidetty, niihin opeteltiin ruotsinkieliset snapsilaulut. Tosin ruoaksi oli rapujen sijaan toivottu nakeja ja muusia.

Nyt odotellaan paikallisen autoliikkeen juhlia, jonne asukkaat on kutsuttu. Miehet ovat innoissaan päästessään jälleen haistamaan bensaa.

Tutkija Jari Pirhosen mielestä on tärkeää tukea asukkaan identiteettiä. Ettei ihmiseen isketä potilaan roolia, vaan otetaan selvää, kuka tämä pappa on: motoristi, lapinkävijä, veturinkuljettaja... Tämä vaatii sen, että asukkaaseen tutustutaan.

Annipirtissä tutustuminen onnistuu omahoitajajärjestelmällä. Hoitajilla on kaksi asukasta, joihin he perehtyvät.

Kuka tämä on, mistä hän tykkää ja miten häntä saa houkuteltua liikkeelle?

Asukkaiden arvostuksesta kertoo sekin, että taukotilassa on munakellot. Hoitajat eivät unohdu kahvittelemaan.

”Asiakkaat ovat meidän työnantajamme. Heillä on oikeus siihen, että taukomme ovat oikean pituisia.”

### Oregano-ongelma

**Tuomo Liukko-Sipi**, 89, pysähtyy puhalttelemaan. ”Minä olen niin maailmasta sekaisin”, hän päivittelee lykkiessään rollaattoria kohti kuntosalia. Lähihoitajaksi opiskeleva **Juuso Jokinen** silittää miehen selkää.

Kuntosalilla voimat kasvavat silminnähten, myös henkisesti. Tuomo vetää yhdenkäden soutuja ja tekee dippejä. Mieluisin liike on seinän potkiminen eli jalkaprässi.

Aulin mukaan asukkaat ovat innostuneet käymään salilla. Monen toimintakyky on kohonnut treenin myötä.

Osansa on myös sillä, että hoitajat eivät enää järjestä kaikkea asukkaan puolesta. He tekevät kaikkensa, jotta tämä jaksaisi ja haluaisi nousta sängystä – vaikka se lisääkin työmäärää.

Asukkaiden mielipide tulee kuulluksi asukaskokouksissa, joissa toiveet kirja-





taan ylös ja laitetaan seinälle kaikkien nähtäväksi. Nyt siellä on keittiölle terveisiä, että keitoissa on välillä liikaa oreganoa ja muita yrtejä.

## En mä tule!

Kymmenen jälkeen saapuvat ensimmäiset vieraat. He ovat aina tervetulleita. Asukkaan voimien hiipuessa heitä on kannustettu jäämään yksikin patjalle asukkaan huoneeseen.

"Minun kultani kaunis on", laulaa pyörätuolissa istuva rouva, kun hänen miehensä saapuu ja suikkaa suikon.

Toisella asukkaalla, dementoituneella naisella, ei ole ollenkaan mukavaa. Hän huutaa naama kurtussa ja kieltäytyy hoitajan lempeästä ehdotuksesta lähteä kävelyille.

"Mihinkä sää viet mun, en mä tule!"

Nainen katsoo pariskuntaa ja huutelee rumia. Hoitaja silittää naisen selkää ja saa tämän vähitellen rauhoittumaan laulamalla.

Hoitaja **Maija-Leena Lähteenmäki** muistaa ajat, jolloin tällainen tilanne olisi ratkaistu pillereillä.

"Enää täällä ei rauhoiteta lääkkeillä. Paha mieltä hoidetaan kuuntelemalla ja vaikka istumalla vieressä. Ja kyllä tänne kiukkuakin mahtuu."

Auli ryhtyy vetämään lounaan aloitettavaa tuolijumppaa. Asukkaat tulevat kuka itse rollaten, kuka tuolin kyydissä.

Hoitaja karrää **Heikki Haaviston** huoneestaan. Tämä huomaa heti uuden ihmisen. Menen esittäytymään, ja Heikki pitää kädestäni pitkään kiinni.

Auli heittää: "Heikki, älä nyt siellä katsele vieraita naisia!"

Heikki huikkaa takaisin: "Ei me enää olla vieraita!"

Tutkija Jari Pirhonen pitäisi tästä. Hän kannustaa hoitajia vitseilemaan – ja myös riitelemään asukkaiden kanssa. Se jos mikä on tasavertaisuutta.

"Eivät vanhukset kaipaa myötäilyä, saati vähättelyä. He haluavat näyttää omat mielipiteensä ja tulla kuulluiksi."

## Kuolemaa ei kätketä

Kun lounas on syöty ja astiat korjattu, pöydille levitetään valkoiset liinat. Syytetetään kolme kynttilää kolmen poisnukkuneen asukkaan muistoksi. Pappi tulee paikalle, samoin kanttori.

Tilaisuuteen on saapunut poisnukkuneiden omaisia ja vapaapäiviään viettäviä hoitajia. Aulista se kertoo syvästä kunnioituksesta asukkaita kohtaan.

"Ennen kuolemista ei tietosuojaan vedoten edes kerrottu. Joku vain vie-

tiin pois, ja pian pöydässä istui seuraava asukas. Nykyään kerrotaan, muistellaan ja itketäänkin yhdessä."

Nyt lauletaan virsiä. Niihin yhtyvät ne, jotka tuntevat sävelen ja myös ne, jotka sitä eivät enää edes kuule. Joku seuraa ääneti sormellaan virsikirjasta.

Osa nukkuu tuoleillaan. Juuso hieroo erään rouvan käsivartta, mutta tämä ei jaksa avata silmiään. Auli tulee sängyssään makaavan miehen luo, hymyilee ja painaa otsan tämän otsaa vasten.

Tilaisuuden jälkeen Auli saattelee Tuomon päivälevolle. Tuomo valittaa, ettei muista tänään mitään, ei edes Aulin nimeä. Raskaita huokauksia tipahdelee. Auli istuu aivan Tuomoa viereen sängynreunalle ja kysyy: "Onko sinulla Tuomo murheita?"

Tuomo kertoo, kuinka häntä surettaa se, että vaimo on sairas. Auli lupaa viädä miehen katsomaan vaimoa, kunhan hän on ensin levännyt.

"Kiitos kun lohdutit minua, vaikka olen tällainen surkea. Minulle tulee vesi silmiin aina vain kun on niin ikävä", Tuomo toteaa ja laskeutuu pitkäkseen.

Auli laittaa peittoa päälle ja sammuttaa valot. Tuomolla on vielä yksi asia, hän sanoo sen hämärään:

"Kiitos kiitos, aivan harvinaisen paljon kiitos." •

**Auli Kanerva** juttelee Kaarina Mäkelälle kuu-lolaitteen avulla. Viesti menee paremmin perille, kun ollaan ihan vierekkäin.

Anninpirtissä ei ole vierailuajoja, vaan kyläillä saa koska vain. Pentti Pusa tuli tapamaan vaimoaan Aunea. Hoitaja Maija-Leena Lähteenmäki tervehtii tuttua kävijää.