

# Omaa taustaa

- Sairaanhoidaja, terveydenhoitaja ja hoitotieteen opiskelija
- Mukana pakon käytön vähentämisessä
  - EPSHP työryhmä
  - THL työryhmä
  - Safewardsiin perehtynyt ja mukana EPSHP:ssä safewardsin pilotoinnissa
  - Mukana Safewardsin suomentamisessa

# 10 ennaltaehkäisyn keinoa/interventiota

- Yhteiset odotukset
- Kotiutusviestit
- Tunnetaan toisemme
- Pehmeät sanat
- Puheella rauhoittaminen
- Positiivinen puhe
- Huonojen uutisten kertominen
- Autetaan toisiamme
- Rauhoittumiskeinot
- Turvallisuuden palauttaminen

# Yhteiset odotukset, taustaa

- Potilaan haastava käyttäytyminen
  - Voi liittyä epäselvyyteen siitä miten heidän odotetaan käyttäytyvän
  - Työntekijöiden erilaiseen linjaan siitä miten heidän tulisi käyttäytyä

# Yhteiset odotukset, taustaa

- Epäselvyys ja selkeyden puute aiheuttaa ongelmia potilaille:
  - Jotka eivät kykene ajattelemaan selkeästi
  - Joiden keskittymistä häiritsee psykoottisuus tai päänäpintymät
  - Joilla on keskittymisvaikeuksia
  - Joilla on vaikeuksia ymmärtää muiden sanallista kommunikointia ja kehonkieltä
  - Jotka ovat äärimmäisten tunteiden vallassa ja tämä mielentila vaikuttaa heidän tulkintoihinsa ja havaintokykyynsä

# Yhteiset odotukset

- Odotukset (hoidosta, kohtelusta, lupauksista, käyttäytymisestä jne.) toimivat molempiin suuntiin
  - Henkilökunnalla on odotuksia potilaita kohtaan ja potilailla henkilökuntaa kohtaan
- Potilaiden ja henkilökunnan odotusten selkeyttäminen lisää:
  - Johdonmukaisuutta
  - Auttaa potilaita ymmärtämään sekä omia että henkilökunnan velvollisuuksia
- Käytännössä selkeyttäminen tarkoittaa yhteisesti sovittujen pelisääntöjen tekemistä ja asettamista jokaisen nähtäville (juliste)

# Yhteiset odotukset – käytännön esimerkkejä

- Yleiset odotukset
  - Voimme kaikki odottaa tulevamme kohdelluksi kunnioittavasti
  - Potilailla on oikeus odottaa, että henkilökunta käyttäytyy kohteliaasti ja kunnioittavasti heitä kohtaan
  - Myös potilaat käyttäytyvät kunnioittavasti toinen toisiaan kohtaan
  - Sanalliset loukkaukset, uhkailut, rasismi, homofobiset kommentit, kiusaaminen ja väkivalta eivät kuulu meidän osastollemme
  - Äänekästä käyttäytymistä, huutamista ja toisten olon hankaloittamista tulee välttää kaikissa tapauksissa

# Yhteiset odotukset – käytännön esimerkkejä

- Me potilaat voimme odottaa, että meitä ja meidän käytöstämme kohtaan ollaan kärsivällisiä, kun olemme huonossa kunnossa
- Jokaisen tulee pitää huolta itsestään, puhtaudestaan, asianmukaisesta pukeutumisestaan ja osaston siisteydestä omalta osaltaan
- Potilailta odotetaan yhteistyötä ja sitoutumista yhteisesti sovittuun hoitosuunnitelmaan, osallistumista ryhmätoimintoihin, omahoitajakeskusteluihin ja lääkärin tapaamisiin sekä ottamaan lääkkeensä. Heidän on myös autettava toisiaan rohkaisemalla ja tukemalla toimimaan samoin.

# Yhteiset odotukset – käytännön esimerkkejä

- **Henkilökunta**
  - Henkilökunta käsittelee potilaiden pyynnöt nopeasti ja tehokkaasti ja kertoo potilaille, miten asiat etenevät
  - Hoitajat ovat lähellä ja saatavilla potilaille mahdollisuuksien mukaan
  - Hoitajat ovat ammatillisia ja hoitavat potilaita yksilöinä, kunnioittavat salassapitovelvollisuutta, tekevät yhteistyötä potilaiden kanssa, toimivat potilaan suostumuksella ja ylläpitävät selkeät ammatilliset rajat. He toimivat ryhmänä ja antavat parasta mahdollista hoitoa toimien rehellisesti ja kunnioittavasti.



# Yhteiset odotukset – käytännön esimerkkejä

- Henkilökunta toimii mielenterveystyön mukaan. Tämä tarkoittaa sitä, että potilaille annetaan tiedot heidän oikeuksistaan ja heitä avustetaan valitusten tekemisessä. Se tarkoittaa myös, että joitain potilaita on pidettävä osastolla ja hoidettava vastoin heidän tahtoaan.
- Omaisuus
  - Jokainen kunnioittaa toisten omaisuutta. Toisten omaisuuden ottaminen ja lainaaminen ilman lupaa tai vahingoittaminen, mukaan lukien osaston huonekalut, tekstiilit ja välineet, on kielletty.

# Yhteiset odotukset – käytännön esimerkkejä

- Nämä odotukset avaavat osaston pelisäännöt jokaisen nähtäville
- Ne antavat potilaille enemmän tietoa siitä mitä heiltä odotetaan ja mitä henkilökunnalta odotetaan
- Molemmat osapuolet voivat myös muistuttaa toinen toisiaan siitä, mitä heiltä odotetaan
- Jokaiselle odotukselle on olemassa perustelut, jotka voidaan esittää tarpeen vaatiessa

# Yhteiset odotukset

- Ennen käyttöönottoa
  - 1) Keskustelkaa henkilökunnan kesken poistettavista, lisättävistä ja muokattavista asioista
  - 2) Pitäkää yhteisökokous potilaiden ja henkilökunnan kesken ja esitelkää yhteiset odotukset
    - Kysykää ja toteuttakaa potilaiden ajatuksia
  - 3) Laatikaa lista sovituista yhteisistä odotuksista

# Yhteiset odotukset

- 4) Tehkää juliste, joka laitetaan osastolle näkyvälle paikalle jokaisen nähtäville
- 5) Tehkää julisteen esittelystä osa sisään kirjausta
- 6) Viitakaa näihin odotuksiin, kun pyydätte potilasta tekemään jotain tai välttämään jonkinlaista käyttäytymistä
- 7) Rohkaiskaa potilaita viittaamaan näihin odotuksiin, jos henkilökunta laistaa niistä

# Meidän yhteneväiset odotukset

## Me olemme kaikki ihmisiä

1. Hoitohenkilökunta käsittelee potilaiden pyynnöt nopeasti ja tehokkaasti ja kertovat potilaille etenevät
2. Henkilökunta on avointa ja ottavat huomioon kokemusasiantuntijoiden ehdotukset
3. Jokaisen tulee pitää huolta itsestään, puhtaudestaan, asianmukaisesta pukeutumisestaan ja siisteydestä omalta osaltaan
4. Jokaisen tulee pitää huolta itsestään, puhtaudestaan, asianmukaisesta pukeutumisestaan ja siisteydestä omalta osaltaan
5. Henkilökunta yrittää aina ponnistella lomatoiveiden eteen
6. Kunnioitamme jokainen toistemme omaisuutta
7. Henkilökunta pitää kokemusasiantuntijat ajan tasalla osaston aktiviteeteista ja mahdollisista päiväohjelmassa
8. Kokemusasiantuntijoita pyydetään ottamaan huomioon että se miten he käyttäytyvät osastolla vaikuttaa heidän hoitosuunnitelmaan – varsinkin alkoholin tai muiden päihteiden käyttöön osastolla.

## Meidän yhteneväiset odotukset

1. Me kuuntelemme aina toisiamme ja käyttäydymme kunnioittavasti toisiamme kohtaan
2. Me emme ole aggressiivisia toisiamme kohtaan ja pyrimme aina puhumaan rauhallisesti ja aggressiivisella tavalla.
3. Että jokainen kokee olonsa turvallisiksi, osastolle ei saa tuoda alkoholia tai huumeita
4. Me jokainen kunnioitamme ja välitämme ympäristöstämme ja ilmoitamme vaurioista. Jos sotkemme niin myös siivoamme jälkemme.
5. Kunnioitamme toistemme omaisuutta. Kukaan ei saa ottaa mitään toiselle kuuluvia
6. Pyrimme jokainen huomioimaan valojen ja äänen käytön yöaikaan, varsinkin asunnossa
7. Tupakointi tulee tapahtua sille tarkoitetulla alueella ulkona eikä osastolla.
8. Oma musiikkia tulee kuunnella kuulokkeilla ettei musiikki häiritse muita.
9. Kokemusasiantuntijoilla on mahdollisuus keskustella ajatuksistaan henkilökunnan kanssa kesken.
10. Henkilökunta tarjoaa kuunteluapua mikäli kokemusasiantuntijat ovat huolissaan
11. Kokemusasiantuntijoita informoidaan selkeästi heidän lääkityksestään, sen sivuvaikutuksista jos he eivät ota lääkkeitään.
12. Kokemusasiantuntijoilla on mahdollisuus työskennellä henkilökunnan kanssa muotoilla hoitosuunnitelmaansa.
13. Henkilökunta huomioi potilaiden pyynnöt ajoissa
14. Kokemusasiantuntijoita informoidaan saatavilla olevista aktiviteeteista ja terapeutoista ja kannustetaan osallistumaan niihin.
15. Henkilökunta informoi kokemusasiantuntijoita aktiviteeteista ja terapiamahdollisuuksista ja kuinka nämä toiminnot parantavat hoidon laatua.
16. Henkilökunnan tulee käyttää henkilökorttia näkyvällä paikalla

# Meidän yhteneväiset odotukset

1. Kuuntelemme aina toisiamme.
2. Jokainen potilas perehdytetään tulotilanteessa ja he saavat tervetulo-paketin, jossa kerrotaan mitä he voivat odottaa osastojaksolta.
3. Jokaisella potilaalla on aina mahdollisuus kahdenkeskiseen keskusteluun tunteistaan ja ajatuksistaan henkilökunnan kanssa.
4. Maksimissaan yksi puhelu vuorossa annetaan potilaille joilla ei ole muita mahdollisuuksia puheluihin. Henkilökunta on joustavaa aikoina jolloin potilas voi tarvita enemmän tukea.
5. Potilaat ja henkilökunta eivät saa tuoda alkoholia tai huumeita osastolle. Sekä potilaiden että henkilökunnan osalta päihteet aiheuttavat todennäköisemmin epäkunnioittavaa käytöstä, . Päihteillä voi olla vahingollisia vaikutuksia sekä fyysiselle että psyykkiselle terveydelle ja ne voivat aiheuttaa riippuvuutta. Jos tällaista kuitenkin tapahtuu, on henkilökunnan velvollisuus puuttua asiaan. Tällöin päihteitä käyttänyt henkilö ja hänen tavarat tukitaan. Mikäli huumeita löydetään, niistä ilmoitetaan poliisille.
6. Potilaille kerrotaan mitä heidän hoitosuunnitelma sisältää.
7. Henkilökunta huomioi potilaiden pyynnöt ajoissa.

## OSASTON 30 YHTENEVÄISET ODOTUKSET

### Kunnioitamme toisiamme ja toistemme omaisuutta

- Ei nimetellä toisia, ei kosketa toisten tavaroihin, ei kiusata ketään, ei mennä toisten huoneisiin.

### Kuuntelemme ja huomioimme toisiamme

- Ollaan ystävällisiä muille, muistetaan anteeksipyyntö ja kohdellaan kaikkia samanarvoisesti.

### Erimielisyydet ja epäselvyydet pyritään selvittämään nopeasti

- Asioihin puututaan heti ja niistä keskustellaan. Henkilökunnasta nimetään joku asiaa hoitamaan, ellei se ratkeaa sillä hetkellä. Hän informoi miten asia etenee.

### Muutoksista viikko ja päiväohjelmassa tiedotetaan puolin ja toisin

- Osaston toiminta pysyy selkeänä ja kaikki tietävät mitä päivän aikana tapahtuu.

### Potilas osallistuu hoitonsa ja kuntoutuksensa suunnitteluun

- Hoitoneuvotteluissa päätetään kuntoutuksen etenemisestä, esimerkiksi harjoittelujaksolle siirtymisestä, vastentahtoisesta hoidon jatkumisesta, työtoiminnan aloittamisesta ja moniammatillisen tiimin hyödyntämisestä.
- Potilaan tuen tarve arvioidaan yksilöllisesti ja joustavasti, mikä huomioidaan hoitosuunnitelmaa laadittaessa.

### Toimintaperiaatteet ovat kaikille samat

- Potilaat otetaan mukaan toimintaperiaatteiden suunnitteluun. Uusille potilaille kerrotaan osaston käytännöistä.

### Jokaisen tulee pitää huolta itsestään, puhtaudestaan, asianmukaisesta pukeutumisestaan ja osaston siisteydestä omalta osaltaan

# Yhteiset odotukset

- Mitä hyötyjä?
  - Kommunikaatio henkilökunnan ja potilaiden välillä helpottuu, sosiaalinen ympäristö auttaa potilaita ajattelemaan selkeämmin
    - Kokevat vähemmän ärtymystä, turhautumista
    - Alempi stressi- ja ahdistustaso auttavat vähentämään oireita ja nopeuttavat kuntoutusta

# Kotiutusviestit

- Monet potilaat tulevat osastolle masentuneena ja toivottomana tilanteeseensa
  - Joskus se purkautuu kaunana henkilökuntaa ja sairaalaa kohtaan
- On olemassa useita eri tapoja herättää potilaissa toiveikkuutta ja auttaa heitä ymmärtämään, mitä varten he ovat sairaalassa
  - Ilmaisemalla huolta, hoitamalla heitä, kuuntelemalla heitä, olemalla läsnä

# Kotiutusviestit

- Kotiutusviestit tarjoavat yhden tavan lisätä toiveikkuutta ja välittää arvokkaita viestejä osastohoidon tarkoituksesta ja hyödyistä
- Kotiutuspäivänä jokaista potilasta pyydetään kirjoittamaan kortti, joka laitetaan osaston seinälle sille varatulle paikalle



# Kotiutusviestit

- Kortissa tulee lukea:
  - Mitä potilaat pitivät osastosta ja henkilökunnasta ja mitä heidän hoitojaksollaan tapahtui
  - Kaikkein positiivisin ja avuliain neuvo uusille potilaille
- Kortteja voi olla erinäköisiä mistä potilas valitsee haluamansa
- Kortti kiinnitetään kotiutusviestipuuhun tai sille varattuun ilmoitustauluun.



# Tunnetaan toisemme

- Usein sanotaan, että psykiatrisen hoitotyön perustana on hyvä terapeuttilinen suhde potilaiden kanssa
- Tämän toteuttaminen akuutilla osastolla voi kuitenkin olla haastavaa
- Tätä vaikeuttaa vuorotyö, potilasvaihtuvuus, puhelut, raportit, pakolliset työtehtävät jne.

# Tunnetaan toisemme

- Kun aloitamme omahoitaja työtä potilaan kanssa, auttaa hieman että tunnemme potilaan taustat ja mielenkiinnon kohteet
- Taustoista ja mielenkiinnon kohteista löytyy usein keskustelunaiheita, joista potilas haluaa keskustella

# Tunnetaan toisemme

- Kun potilas tulee sairaalaan, hänestä kerätään usein suuret määrät tietoa
  - Pieni osa tätä tietoa on kuitenkin sellaista, joka mahdollistaa hoitosuhteen rakentumisen
  - Usein tämä tieto painottuu kuvaamaan potilaan oireita, sairaushistoriaa, sairaalaan tuloa, sitä edeltäviä vaiheita -> negatiivisia asioita vaikkakin erittäin tärkeitä

# Tunnetaan toisemme

- Tämän keinon tarkoitus on tasapainottaa tätä negatiivista taakkaa keräämällä sosiaalista tietoa potilaasta
- Tämä toimii myös toisinpäin
  - Jos potilaalle annetaan valittua tietoa meistä hoitajista, potilaat voivat löytää yhteisiä kiinnostuksen kohteita ja keskustelunaiheita
- Molemmiin puolinen tuttuus ja jaettu tieto voivat nopeuttaa hoitosuhteen muodostumista
- Se, että potilaat tuntevat hoitajansa nopeuttaa hyvän hoitosuhteen saavuttamista
- Se myös inhimillistää henkilökuntaa kun kyseessä ei ole ”vain hoitajia”

# Tunnetaan toisemme

- Sosiaalista tietoa kerätään kaavakkeilla
  - Hoitajien kaavakkeet jäävät yleisiin tiloihin kaikkien nähtäville Tunnetaan toisemme – kansioon tai seinälle A4 kokoisiksi ”julisteiksi”
  - Potilaiden kaavakkeet lisätään Tunnetaan toisemme –kansioon mikäli potilas haluaa, muutoin ne säilytetään kansliassa
- Jokainen hoitaja julkaisee itsestään sellaista tietoa, joista he ovat valmiita potilaiden kanssa puhumaan



### Tunnetaan toisemme kaavake henkilökunnalle

Sinun ei tarvitse vastata jokaiseen kysymykseen tässä kaavakkeessa mutta ole ystävällinen ja kerro jotain itsestäsi. Tämä puhtaaksikirjoitetaan, laminoidaan ja laitetaan esille osaston puolelle jotta ihmiset oppisivat tunnetun toisensa helpommin.

Nimi:
Ammattinimike:
Työkokemus psykiatriassa vuosina:
Pidän:
En pidä:
Harrastukset/mielenkiinnon kohteet:
Aikaisempi työkokemus:
Suosikki televisio-ohjelma:
Elokuva :
Kirja:
Musiikki:
Ole <u>ystävällinen</u> ja anna <u>jokin selitys</u> vastauksille
Lempi sitaatti:
Paras elämänohje:
Jotain muuta???

[Osaston nimi/numero]

# Tunnetaan toisemme - kansio



Opi tuntemaan |  
ihmiset osastolla...



Safewards



Safewards

### Tunnetaan toisemme -lomake potilaille

Sinun ei tarvitse vastata jokaiseen kysymykseen tässä kaavakkeessa mutta ole ystävällinen ja kerro jotain itsestäsi. Tämä puhtaaksikirjoitetaan, laminoidaan ja laitetaan esille osaston puolelle jotta ihmiset oppisivat tuntemaan toisensa helpommin.

Nimi:
Pidän:
En pidä:
Harrastukset/kiinnostuksen kohteet:
Nykyinen/aikaisemmat ammatit:
Suosikki elokuvat:
Televisio-ohjelmat:
Kirjat:
Musiikki:
Lempisitaatti:
Uskomukset:
Jotain muuta mitä haluaisit itsestäsi kertoa???



Etelä-Pohjanmaan  
sairaanhoitopiiri



# Tunnetaan toisemme

- Hoitajan kaavake voi sisältää mm.
  - Ansioluettelo
  - Työkokemus
  - Missä sairaaloissa/osastoilla ollut töissä
  - Harrastukset
  - Kiinnostuksen kohteet
  - Lempielokuvat, -sarjat, -kirjat
  - Mikä on paras elämänohjeesi/mottosi

# Tunnetaan toisemme

- Potilaan kaavake keskittyy mielenkiintoihin, harrastuksiin ja niihin asioihin mikä kuvaa potilaan persoonaa
- Kaavakkeessa ei kysellä sairauksista/oireista vaan siinä keskitytään tuntemaan potilas sairauden takana

# Tunnetaan toisemme

- Potilaan kaavake voi sisältää mm.
  - Harrastukset
  - Lempielokuvat, -sarjat, -kirjat
  - Lempimusiikki
  - Lempiruoka
  - Mitä työtä tehnyt
  - Elämänohje/motto

# Safewardsin käyttöönotto

- Jokaiselle ennaltaehkäisyn keinolle valitaan vastuuhenkilö
  - Huolehtii ulkoisten asioiden siisteydestä (julisteet ym.)
  - Huolehtii, että keinoa käytetään ja perehdyttää myös uudet työntekijät niihin
  - On oman ennaltaehkäisyn keinon asiantuntija ja osaaja
  - Vastuuhenkilöksi valitaan henkilö joka omaa niitä ominaisuuksia, joita ko. keinossa tarvitaan

# Safewardsin käyttöönotto

- Suunnittele varhain ja etene rauhallisesti
- Safewards on hyvä ottaa käyttöön asteittain yksi keino kerrallaan
  - Toimintamallin omaksuminen helpottuu
- Konsultoi, neuvottele, perehdytä, selvitä ja ota muita mukaan käyttöönottoon

# Kiitos ja kumarrus!

- Yhteystiedot:  
mikko.ketola@epshp.fi

