

Hoivataistelu – näkökulmia omaishoitajuuteen

Avoim eettinen Foorumi 13.3. 2017

Kirsi Hiilamo

Mitä on hoiva?

Hoivaan kuuluu vähintäänkin hoivan tarvitsija ja antaja sekä yhteinen pyrkimys hoivattavan hyvinvoinnin parantamiseen.

Hoivassa korostuvat ihmisten väliset suhteet ja vuorovaikutus.

Ihmisessä on kaipuu suhteeseen ja läheisyyteen. Kokemus omasta olemassaolosta ja hyväksytyksi tulemisesta rakentuu suhteessa toiseen ihmiseen.

HEIKKI HIILAMO | KIRSI HIILAMO

HOIVA TAISTELU

TEKOJA
LÄHEISTEN
PUOLESTA



Kirjan aineisto

Etsimme keväällä ja kesällä 2014 kaltaisiamme keski-ikäisiä ihmisiä kertomaan, millaisiin kamppailuihin he olivat joutuneet hoivatessaan omaa vanhempaa, puolisoa tai aikuista lasta.

Kutsuimme vastasi yhteensä 18 henkilöä, joista viisi oli miehiä. Useimmat kirjoittajista olivat korkeasti koulutettuja, keski-ikäisiä ja vanhempia eteläsuomalaisia.

Kymmenen oli hoitanut omaa äitiään, viisi omaa puolisoaan, neljä omaa isäänsä ja yksi aikuista lastaan. Kolme kirjoittajaa oli hoitanut useampaa henkilöä.

Kenen vastuu

Aikaisemmin Suomen laki velvoitti täysi-ikäisen lähisukulaisensa hoivaajaksi.

Viimeinenkin pakko kuitenkin poistui vuonna 1970, kun kunnat menettivät oikeuden periä aikuisilta lapsilta takaisin heidän vanhempiansa saaman huoltoavun (nykyisen toimeentulotuen).

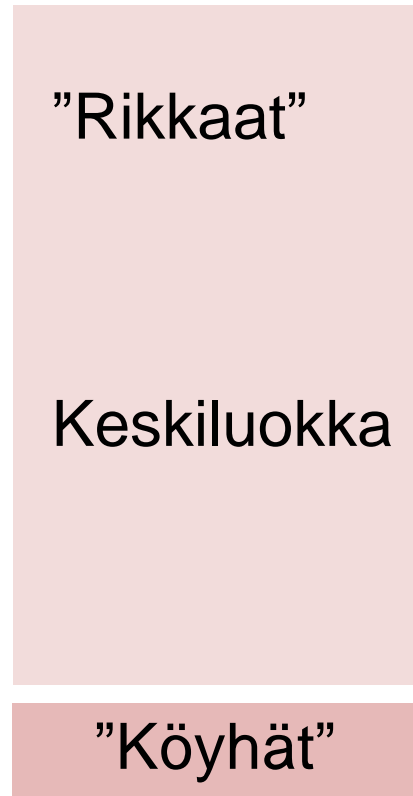
Julkiset hoivapalvelut kehittyivät jättiläisharppauksin 1970- ja 1980-luvuilla ja senkin jälkeen, mutta 1990-luvulla jo pienemmin askelin.

Nykyisin vanhemmilla eikä lapsilla ole juridista velvoitetta hoivata aikuisia lapsiaan tai vanhempiaan.

Hyvinvoinnin kolme kehitysvaihetta



Sodanjälkeinen
Suomi



Hyvinvointivaltio
Suomi



Globalisoitunut
Suomi

Hoivan areenat

Taistelu julkisen hoivan saamiseksi

Taistelu hoivattavan kanssa

Taistelu muiden hoivaajien kanssa

Taistelu oman jaksamisen kanssa

Taistelu elämän mielekkyydestä

Terveisiä hoitohenkilökunnalle ja päättäjille

Taistelu julkisen hoivan saamiseksi

Perustuslaki turvaa ”riittävät” eli tarpeen mukaiset palvelut. Ne ovat hieman kyynisesti todeten palveluita, joiden tarpeista kuntalaiset osaavat muistuttaa – muut jäävät ilman palveluita.

”Auttamisjärjestelmä on monimutkainen ja paljon riippuu siitä, kenen henkilön kanssa sattuu asioimaan. Monet työntekijät ovat kuormittuneita ja pyrkivät välttämään omaisten yhteydenottoja ja kyselyjä.”

Hoivan areenat

Taistelu julkisen hoivan saamiseksi

Taistelu hoivattavan kanssa

Taistelu muiden hoivaajien kanssa

Taistelu oman jaksamisen kanssa

Taistelu elämän mielekkyydestä

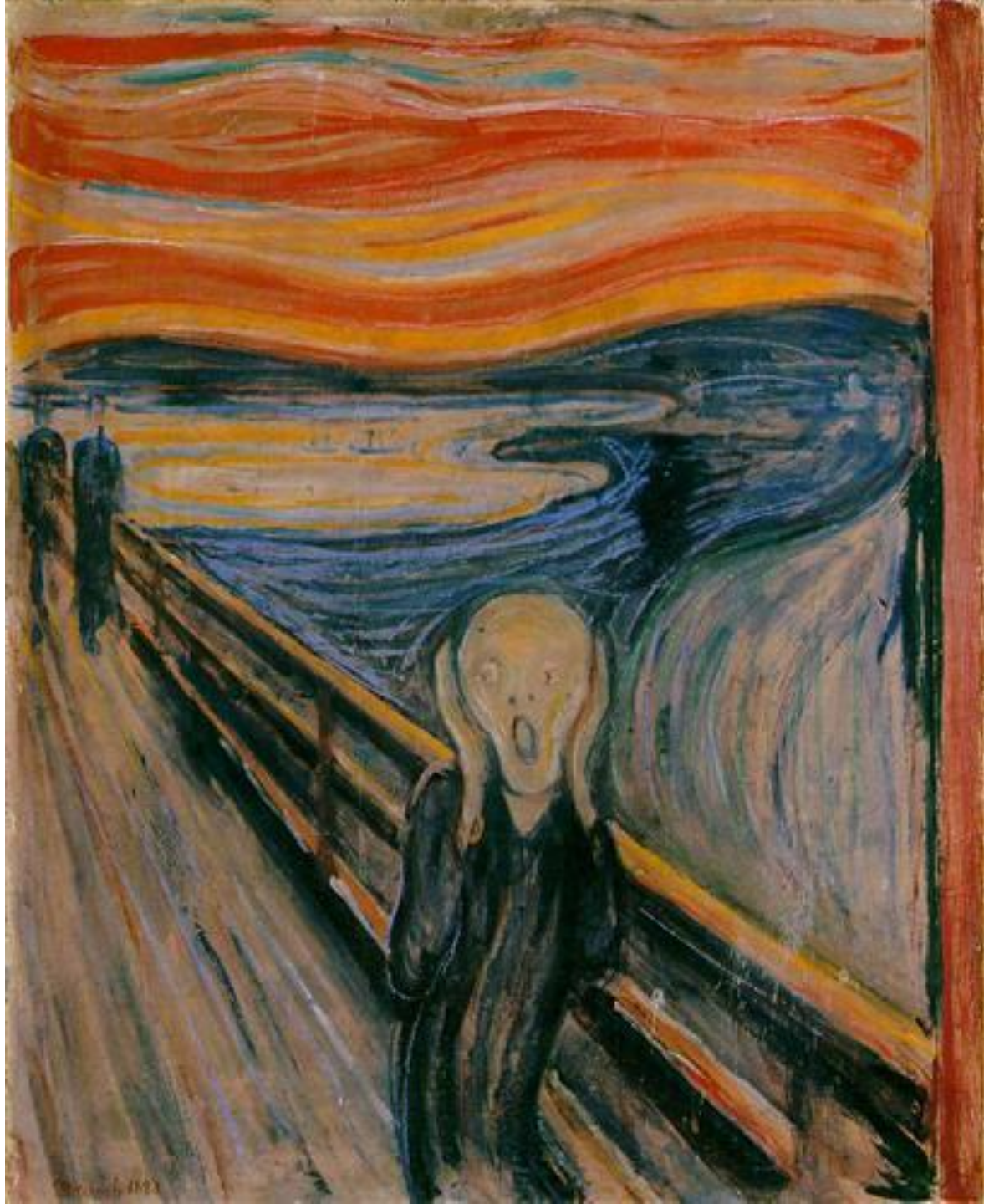
Terveisiä hoitohenkilökunnalle ja päättäjille

Taistelu hoivattavan kanssa

Läheishoiva perustuu aina tunnesuhteeseen.

Puolisoilla hoivan antamisen halukkuutta lisäävä elämäkokemukset: läheinen ja hyvä parisuhde, pitkä yhteinen historia sekä vastavuoroisuus eli toiselta aikaisemmin saatu apu

Myös moraaliset perhesitoumukset, velvollisuuden tunne, kohtaloon alistuminen ja uskonnollisuus ovat yhteydessä puolisohoivan antamiseen.



Hoivattavat voivat olla hankalia

”Kun rakas läheinen ärsyttää, raivostuttaa, kyllästyttää, kun hoivaaminen estää tekemästä sitä mikä virkistäisi, kun kauhuissasi pelkää ja välillä toivot toisen kuolemaa, kun hoivaamiseen liittyy oksettavia tehtäviä, ei sitä useinkaan voi sanoa hoivaamalleen eikä muille läheisille.”

Joustamattomuus

Hankalilla hoivattavilla sisäinen kokemus ja ulkoinen käyttäytyminen on joustamatonta, mikä johtaa jatkuviin konflikteihin läheisten ja hoitohenkilökunnan kanssa.

Ihmisen persoonaan liittyvät ongelmat kärjistyvät hoivan tarpeen lisääntyessä.

Hoivasuhde nostaa vanhat kummitukset esiin.

Parisuhde koetuksella

Kumpikaan ei ole valinnut tilannetta, jossa hoiva tulee välttämättömäksi.

Eletty elämä ennen hoivan tarpeen alkamista ei ole välttämättä sujunut parhaalla mahdollisella tavalla.



Sukupuolierot

Nainen etenee leveällä rintamalla, mies asia kerrallaan. Tässä asiassa naiselle lienee helpompi muuttua.

Pahin onnettomuus seuraa, jos toiselta toivotaan jotain, mikä on hänelle mahdotonta.



Kummallinen käytös

Lieviin muistihäiriöihin kuuluu, että hoivattavat käyttäytyvät muutoinkin kummallisesti.

”Puolisollani oli sairauden tietyssä vaiheessa tapana kätkeä kenkiä. Ja ainoastaan kenkäparin toinen kenkä. Eteinen oli täynnä parittomia jalkineita ja parin löytäminen oli ulos lähtiessä hankalaa. Kerran, keskellä kesää, löysin talvikengän jääkaapista. Ehkäpä puolisoni oli sillä kannalla, että kengän oli syytä harjoitella tulevaa talvea varten.”

Tabut

Yksi tabuaihe liittyy seksiin. Puolisohoivan alkaminen tarkoittaa usein parisuhteen muuttumista hoivasuhteeksi

” Parisuhteen muuttuminen hoivasuhteeksi on raskasta. Seksin häviäminen suhteesta on raskasta. Kun sairauden vuoksi se ei yksinkertaisesti ole mahdollista. Haaveilen, että elämässä olisi joskus parisuhde, joka olisi muuta kuin hoivasuhde.”

Hoivan areenat

Taistelu julkisen hoivan saamiseksi

Taistelu hoivattavan kanssa

Taistelu muiden hoivaajien kanssa

Taistelu oman jaksamisen kanssa

Taistelu elämän mielekkyydestä

Terveisiä hoitohenkilökunnalle ja päättäjille

Taistelu muiden hoivaajien kanssa

Hoivatyö kasaantuu yleensä yhdelle hoivaajalle, vaikka esimerkiksi sisarruksia olisi useampia.

Hoivan saajan näkökulmasta tämä ei ole välttämättä ongelma. Avun saajalle on yleensä hyvä, että hänen tarpeistaan vastaa pääosin yksi henkilö. Yhden hoivaajan taakka voi kuitenkin kasvaa liian suureksi.

Hoivaajaksi päädytään yleisimmin tässä järjestyksessä: puoliso, tytär, miniä, poika, muut sukulaiset ja ei-sukulaiset.

Hoivan areenat

Taistelu julkisen hoivan saamiseksi

Taistelu hoivattavan kanssa

Taistelu muiden hoivaajien kanssa

Taistelu oman jaksamisen kanssa

Taistelu elämän mielekkyydestä

Terveisiä hoitohenkilökunnalle ja päättäjille

Taistelu oman jaksamisen kanssa

Läheishoivaajat joutuvat yleensä tehtäväänsä kylmiltään, ilman koulutusta, ilman valmistautumista, ilman aikaisempaa kokemusta.

Läheisiään hoivaavilla keski-ikäisillä on ongelmia psyykkisen ja fyysisen terveyden kanssa.

Voimien ehtyminen

Miestään hoivaava keski-ikäinen nainen kertoi kaipaavansa vapautta: ”Muutaman kerran olen hermostunut miehelle, kun jatkuvasti vaatii tai valittaa, jos en pysty olemaan läsnä tai avuksi niin paljon kuin kaipaisi. En yksinkertaisesti aina ehdi enkä jaksa. Perheessämme on kolme lasta, jotka myös tarvitsevat äitiä.”

Parisuhteen päättyminen

Keski-ikäinen yrittäjämies päätyi eroamaan vakavasti vammautuneesta vaimostaan:

”Vaimon aivosairaus muutti hänen persoonansa vieraaksi. Yksinäisyys siis tuosta syystä. Muuten olisin varmaan jaksanut. Otimme eron yhteisellä päätöksellä lopulta. Erittäin surullista.”

Hoivan areenat

Taistelu julkisen hoivan saamiseksi

Taistelu hoivattavan kanssa

Taistelu muiden hoivaajien kanssa

Taistelu oman jaksamisen kanssa

Taistelu elämän mielekkyydestä

Terveisiä hoitohenkilökunnalle ja päättäjille

Taistelu elämän mielekkyydestä

Lasten ja vanhusten hoiva poikkeavat ratkaisevasti toisistaan siinä, ettei vanhusten hoivassa voi kuin harvoin tavoitella autonomian lisääntymistä.

”Koska vaimoni sairastaa parantumatonta Alzheimerin tautia, riittämättömyyden tunne on mieleni pohjavire. Vaikka hoivaan vaimoani ja pidän hänestä huolta parhaan kykyni mukaan, en voi parantaa sairautta. Tietoisena tästä, tosiasiat tosiasioina ottaen koetan tehdä hoivattavan arjesta mahdollisimman miellyttävän ja täyspainoisen.”

Elävän miehen leski

Vaikean aivoinfarktin keski-iässä läpikäyneen miehen vaimo kertoi olevansa ”elävän miehen leski ja hyvin yksinäinen”.

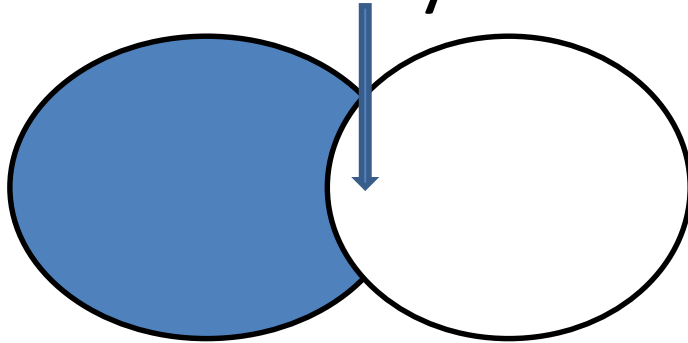
Toimitusjohtajana työskennellyt nainen päätti kuitenkin jatkaa parisuhdetta ja pitää huolta miehestään, joka kuitenkin pystyy kommunikoimaan ja on säilyttänyt huumorintajunsa.

Defenssit eli puolustusmekanismit

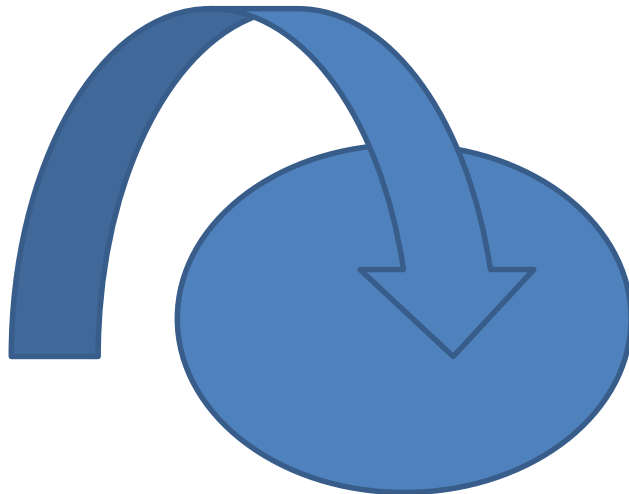
- Defenssit = minän puolustusmekanismit
- Keskeisin kysymys on: edistävätkö defenssit hyvinvointiamme vai käytämmekö niitä haitallisesti?
- Defenssejä on valtava määrä ja käytämme niitä suojataksemme itseämme
- Jokaisella ihmisellä on omat suosikkidefenssit, jotka ovat yleensä syntyneet jo lapsuuden perheessä. Defenssit periytyvät usein vanhemmilta, koska lapsi oppii, miten tunteet ja erilaiset tilanteet käsitellään sekä kohdataan perheessä.
- Omia defenssejä pystyy muuttamaan, mutta se vaatii paljon harjoittelua.

Defenssit eli puolustusmekanismit

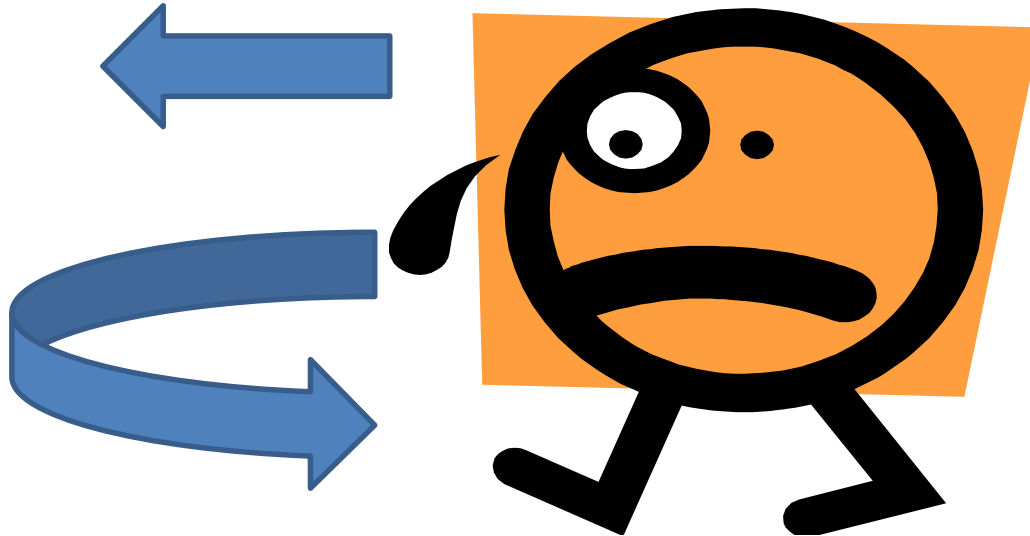
- Konfluenssi = "yhteen sulautuminen"



Introjektio = "nielaiseminen"



Retroflektio = ”itseän kääntäminen, alas painaminen”



Projisointi = "tunteiden siirto"





Kommunikaatio I

- Älä arvaa
- Älä luota omaan tulkintaasi
- Älä oletta, että toinen arvaa
- Älä luota siihen, että toinen osaa tulkita
- Kerro tunteistasi ja toiveistasi suoraan
- Kuuntele mitä toinen sanoo, ja ota se vakavasti. Jos et ole varma ymmärsitkö oikein, kysy. Kerro vasta sen jälkeen oma mielipiteesi.

Kommunikaatio II

- Mieti, haluatko loukata vai että asiat tulevat kuntoon.
- Esitä enemmän toiveita kuin moitteita.
- Älä unohda kehua ja kiitosta.
- Mies on mies ja nainen on nainen - se on ihan mielenkiintoista.
- Hän ei ole minä.
- Kaiken perusta on hyvä tahto.

Hoivan areenat

Taistelu julkisen hoivan saamiseksi

Taistelu hoivattavan kanssa

Taistelu muiden hoivaajien kanssa

Taistelu oman jaksamisen kanssa

Taistelu elämän mielekkyydestä

Terveisiä hoitohenkilökunnalle ja päättäjille

Terveisiä hoitohenkilökunnalle ja päättäjille

Kirjoittajat toivoivat, että hoitohenkilökunta neuvottelisi läheisten kanssa hoidon ja tuen järjestämisestä.

Kirjoittajat toivoivat hoitohenkilökunnalta, että he kunnioittaisivat enemmän potilaitaan, joiden ”yksityisyys, itsemääräämisoikeus, oma rauha ja turvallisuus ovat menneet rikki”.

Läheisiään hoivaavat toivovat sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilta myös enemmän tietoja.

Lopuksi

Vihkikaavassakaan ei kysytä, haluatko tämän naisen/miehen, vaan kysytään tahdotko.

Tahdotko myötä- ja vastoinkäymisissä jakaa elämäsi hänen kanssaan?

Tahtomisen seurauksena toinen ihminen sanoo: olet jaksanut, olet pysynyt lähellä, olet ollut järkkymätön.

Kyse ei ole ollut halustasi, vaan tahdosta ja lupauksesta sitoutua rakkauteen.



Lämmin kiitos
sairaanhoidohenkilöstölle!

Nimimerkki: Tyytyväinen asiakas