

Kosketuksen merkitys ja voima hoitotyössä

FT, dosentti Taina Kinnunen



Vanhan naisen muisto sairaanhoitajasta vuosikymmenten takaa

Kuin ryöppynä tulivat kaikki pelot, kivut, ikävät ja kaikki. Hän kuunteli, ymmärsi, rohkaisi, otti kädestä ja katseellaan toi sellaista lääkettä haavoittuneelle mielelle, jota parempaa lääkettä ei voi olla... Sinä Tuula olit lähellä, istahdit kiireittesi keskellä vierelle, sipaisit poskea, tukkaa ohi kulkiessasi. Nipistit leikkisästi varpaasta. Olit siinä ja nyt. Sanoit inhimillisiä ja lämpimiä sanoja, katsoit kohti ja puhuit juuri minulle... Kun pääsin aina välillä kotilomille, tulit hyvästelemään, toivottamaan rohkeutta ja voimia. Kun palasin takaisin, halasit ja toivotit tervetulleeksi. Muistan ne hetket, kun tulit käytävällä vastaan ja halasit lämpimästi, tuntui kuin olisi tullut kotiin.

Kosketuksen jäljillä

- Kosketuselämäkerrat
- Kirjan osa III: *Parantava kosketus*
- SKS:n muisteluaineisto ("Sitä hoitajaa en unohda", 2000)
- Ammatillinen kosketus osana vanhustyön taitoja ja etiikkaa (**AKTE**-tutkimusprojekti):
- <http://www.uef.fi/web/akte/home>
- <http://www.tainakinnunen.fi>



Kosketuksen parantava voima

- Välttämätöntä ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille
 - Oksitosiinijärjestelmä + muu välittäjäaine- ja hormonijärjestelmä ("onnellisuuskoneisto")
 - Laskee stressihormonipitoisuuksia
 - Alentaa verenpainetta, laskee sykettä, lievittää kipua, vahvistaa immuniteettia
- Tulevaisuuden ylellisyustuote hoidossa?**

Kosketuksen perustelut potilas- ja asiakastyössä

- Kosketuksen puute vaivaa erityisesti vanhuksia mutta myös lapsia!
 - Kosketus hyödyttää eri potilas- ja asiakasryhmiä
 - Tärkeä kaikkein haavoittuvimmille
 - Helpottaa resurssipulan haasteita
 - Teknologisoituva hoitoympäristö
- kosketus pitää huomioida entistä tarkemmin tulevaisuuden hoitotyössä**

Kosketuksen mahdollisuudet potilas- ja asiakastyössä

- Kosketus on kustannustehokas ja turvallinen
- Kosketusta voidaan hyödyntää nykyistä systemaattisemmin hoidon *vaikuttavuuden* ja työn *palkitsevuuden* parantamiseksi
- Mahdollisuus hallitsemattomaan myönteisyyden kierteseen!

**→ Kosketus on opittavissa oleva
ammattillinen taito ja eettinen asenne**

Kosketuksen päätyypit hoidossa

1. Välttämätön kosketus

a) Tutkiva kosketus

- ensikäden tieto potilaan tilasta (esim. ihon lämpötilan tai pulssin tunnistelu)

b) Toimenpiteen suorittaminen

- Hoidot, lääkitys, kokeet, pesut yms.
- asiakkaan ”reviirin rikkominen”

c) Suojaava kosketus

- pakottaminen, kiinni pitäminen

Kosketuksen päätyypit hoivassa

2. Ei-välttämätön (ilmaisullinen) kosketus

d) Yhteyttä luova kosketus

- kohdatessa ja erotessa (esim. kättely tai halaus)

e) Hoivaava kosketus

- välittämisen aktiivinen osoittaminen
- rohkaisee, lohduttaa ja rauhoittaa potilasta

f) Terapeuttinen, parantava kosketus

- esim. hieronta, erilaiset kosketushoidot

Potilaan/asiakkaan kokemus

- Potilas kokee *kaikki* kosketuksen tyypit ilmaisullisina → ei ole neutraalia kosketusta
 - Potilaat tunnistavat hoitajat erilaisista kosketustyyleistä
 - Hoitotyön ammattietiikan periaatteet: hyvän tekeminen ja pahan tekemättä jättäminen
 - Potilaan *oikeus* kosketukseen ja koskemattomuuteen?
- Kosketus on yhteydessä asiakkaan kunnioittavaan kohtaamiseen, arvokkuuden tunteen vahvistamiseen ja kaltoinkohteluun**

Hoitotilanne kohtaamisena

- Hoito on ruumiillista ja emotionaalista kohtaamista
- Hioutuu tilanteittain (hiljainen intuitiivinen tieto)
- Vaikuttavat tekijät
 - potilaan kunto ja tarpeet
 - ajalliset, välineelliset ja tilalliset resurssit
 - potilaan ja hoitajan persoona (*kosketustyyli*)

→ Kosketus on tärkeä osa kohtaamista ja saa aikaan erilaisia reaktioita ja tunteita niin potilaassa kuin työntekijässäkin

Kosketukseen sosiaalistuminen

- Yksilöllinen elämäkokemus kosketuksesta
 - Kulttuurinen tausta (suomalainen kosketuskulttuuri, monikulttuurinen hoitoympäristö)
 - Alan koulutus
 - Työpaikan toimintatavat ja työkuulttuuri
- Näiden tiedostaminen välttämätöntä kosketuksen kehittämiseksi työtaitona**

Kosketuksen haasteet

- Kompromissi etäisen ja läheisen kosketuksen välillä?
- Kosketuksen valtasuhteet?
- Tunnetyön kuormittavuus?
- Ammattitaidosta ja tuloksista palkitseminen?
- Kielletyt tunteet, häpeä ”epäammattillisista” tunteista

→ Tavoitteena kosketuksen huomioiminen osana ammatillista taitoa ja eettistä asennetta