

Muisti17

Muistiliiton puhepaketti kuntavaaliehdokkaalle

Muistisairaudet koskettavat suoraan tai välillisesti 1,6 miljoonaa suomalaista. Muistisairaiden ihmisten ja heidän läheistensä ääni ansaitsee tulla kuulluksi. Haluamme tarjota apua muistiasioiden näkymiseen vaalikentillä. Tästä Muistiliiton puhepaketista voit vapaasti napata aineksia juuri sinulle sopivaan kampanjapuheeseen tai vaikka blogikirjoitukseen.

HERÄTTÄVIÄ ALOITUKSIA

A. Tunnetta – tositarina välittämisestä

Muistisairaana äitinsä menettäneen Ulla-Maija Vähälän kirje muistiyhdistykselle käynnisti muutama vuosi sitten läheisistä välittämistä korostavan Välitä-kampanjan. Kirjeessään Ulla-Maija kertoi äitinsä traagisesta viimeisestä päivästä.

Alzheimerin tautia sairastanut äiti asui laitoksessa, mutta oli koko ajan kotiin lähdössä, oman isän ja äidin luokse. Eräänä helmikuisena pakkaspäivänä hän lähti kävelylle hoitopaikastaan. Äiti käveli läpi pienen kaupungin keskustan vilkkaan iltapäiväliikenteen sisävaatteissa, ilman päähinettä ja takkia, jalassa Aino-tossut. Kukaan ei pysäyttänyt häntä. Mittavat etsinnät aloitettiin poliisien ja vapaaehtoisten tuella. Äiti löydettiin pahoin kylmettyneenä neljän tunnin etsinnän jälkeen. Ulla-Maijan äiti pääsi sairaalaan, mutta menehtyi myöhemmin.

Ulla-Maija toi rohkeasti äitinsä menetyksen julkisuuteen. Hänen aloitteestaan on kampanjoitu niin lähimmäisistä välittämisen kuin muistisairaiden turvallisuudenkin puolesta. Nämä teemat ovat tänäänkin ajankohtaisia. On myös monia muita tapoja, joilla meidän tulisi kunnassamme välittää muistisairaista ihmisistä ja heidän läheisistään.

[Vinkki: koko tarinan löydät verkkosivuiltamme:

www.muistiliitto.fi/fi/muistiliitto/tietoa-muistiliitosta/toiminta/muistiviikko-ja-aivoviikko/valita-muista]

B. Tosiasioita – 1,6 miljoonalla suomalaisella on muistioireita, muistisairaus tai muistisairas läheinen

Muistiystävällisen Suomen ja muistiystävällisen kunnan aika on nyt. Tämän päivän viisailla päätöksillä voidaan hillitä muistisairauksiin liittyvien kustannusten kasvua. Kunnan tehtävänä on edistää kuntalaisten terveyttä ja hyvinvointia, näin panostetaan myös muistisairauksien ehkäisyyn. Lähes kaikkiin muistisairauksien riskitekijöihin, ikää luukunottamatta, voidaan vaikuttaa esim. tukemalla terveellisiä elämäntapoja. Sairauden alkua voidaan lykätä jopa viidellä vuodella ja puolittaa näin Alzheimerin taudin ilmaantuvuus yhden sukupolven aikana.

Muistisairas ihminen voi elää hyvää elämää kotona kauemmin ja pienemmin kustannuksin, kun varmistetaan että hän ja hänen läheisensä saavat tarvitsemiaan palveluja. Panostamalla hyvään hoitoon ja kuntoutukseen voidaan pidentää kotona asumisen aikaa jopa vuodella ja vähentää ympärivuorokautisen hoidon tarvetta. Samaten on mahdollista hidastaa muistisairauden etenemistä vaikeaan vaiheeseen kuukausilla, jolloin myös sosiaali- ja terveyspalvelujen kustannukset yhtä sairastunutta kohti pienenevät.

[Vinkki! Arvion muistisairaiden ihmisten määrästä omassa kunnassasi löydät täältä: www.muistiasiantuntijat.fi/tuemme.php?udpview=eme]

C. Perusoikeudet kuuluvat myös muistisairaille ihmisille

Muutosten keskellä on erityisen tärkeää pitää ihmisarvon ja inhimillisyyden kysymyksiä vahvasti esillä. Meidän on puolustettava yhteiskuntaa, jonka onnistumisen mittarina on haavoittuvimpien ihmisryhmien hyvä arki.

Suomi on sitoutunut yleisten oikeuksien puolustamiseen monien eri lakien ja sopimusten kautta. Muistisairaidenkin ihmisten ja heidän omaistensa suojana ovat niin perustuslailliset oikeudet, ihmisoikeusjulistus kuin kansainväliset yleissopimukset esimerkiksi taloudellisten, sosiaalisten ja sivistyksellisten oikeuksien osalta.

Sopimukset eivät kuitenkaan yksin riitä – muistisairaiden ihmisten ja omaisten hyvä arki rakennetaan valinnoilla, joita me kuntapäittäjinä olemme tekemässä.

TÄYTTÄ ASIAA – valitse näistä vaikka kaikki!

A. Hyvä hoito ja hoiva kannattaa!

Suomessa on arviolta 193 000 muistisairasta ihmistä. Tämä tarkoittaa lähes 200 000 yksilöä, jotka läheisineen tarvitsevat juuri heidän elämäntilanteeseensa sopivaa tukea ja palveluita.

Hyvät mahdollisuudet laadukkaaseen hoitoon ja hoivaan tulee varmistaa avopalveluista alkaen. Terveysasemien henkilöstön osaamista muistioireiden varhaisessa tunnistamisessa sekä hoidon seurannassa on vahvistettava. Riittävä määrä muistihoitajia ja muistikoordinaattoreita varmistavat suunnitelmallisen muistisairaiden ihmisten toimintakyvyn tukemisen.

Selvitysten mukaan ilta-, yö- ja viikonloppuaikaisten palveluista on puutetta, ja se lisää tarpeettomasti päivystys- ja sairaalapalvelujen kysyntää. Muistisairauden edetessä nykyisen kaltaisesti järjestetty ilta-, yö- ja viikonloppuhoito saattaa muodostua kotona asumisen esteeksi. Muistisairaiden palvelutarve onkin ymmärrettävä kokonaisvaltaisesti ja tarjolla on oltava palveluita ympäri vuorokauden.

Ympärivuorokautisen hoidon ja hoivan laadusta on pidettävä kiinni. Tarvitsemme ammattitaitoista henkilöstöä, jota on tarpeeksi. Hoitoa voidaan järjestää monin tavoin – esimerkiksi koti- ja perhehoitoa on kehitettävä järjestelmällisesti.

Muistiyhdistyksen antamalla tuella, avulla ja virkistyksellä on keskeinen tehtävä muistiperheiden hyvinvoinnin edistämisessä. Kunta voi monin tavoin tukea yhdistyksen toimintaa, antamalla vaikkapa tiloja yhdistyksen vertaistoiminnan käyttöön.

B. Omaishoitajia on autettava jaksamaan

Muistisairaana läheisen rinnalla kulkeminen on raskasta ja erittäin arvokasta työtä. Kaupunkimme/kuntamme tulisi parhain mahdollisin tavoin tukea niin virallisen omaishoitosopimuksen tehneitä kuin muitakin omaishoitajia.

Tutkimusten mukaan omaisten sidonnaisuus hoitoon on erityisen suurta muistisairauden edetessä keskivaikeaan vaiheeseen. Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos on havainnut, että omaishoitosopimuksen tehneet muistisairaiden ihmisten omaiset kantavat vastuun yhä suurenevasta hoivataakasta sairauden edetessä. Yllättäen kotihoidon antama tuki ei lisäännä läheskään samassa suhteessa. Tiedämme, että kun omaishoitaja voi ylläpitää omaa terveyttään ja viettää ansaitsemiaan vapaapäiviä hän jaksaa omaishoitajatehtävässään pidempään.

Hyviä tapoja tukea omaishoitajien jaksamista ovat sairastuneiden vuorohoitajaksot, kotiin annettavat palvelut, omaishoitajien vapaapäivät sekä omaishoitajien omasta terveydestä ja vireydestä huolehtiminen.

C. Muistiystävällinen kunta

Tulevan valtuustokauden aikana sosiaali- ja terveystalouden järjestämisessä tapahtuu merkittäviä muutoksia. Me kuntapäätäjät emme voi kuitenkaan unohtaa muistisairaiden ihmisten ja heidän läheistensä asioita sote-uudistuksen jälkeenkään.

Muistisairailla ihmisten ja heidän läheisensä ovat osa yhteisöämme, ja heidän mahdollisuuksistaan käyttää niin liikunta- kuin kulttuuripalveluja tulee turvata. Kunnan/kaupungin kehityksessä tulee huomioida esteettömyys, myös kognitiivisesta eli esimerkiksi tilojen selkeyden ja tunnistettavuuden näkökulmasta.

Uusien kuntien vastuulle tulee jäämään myös terveyden edistäminen ja siten muistisairauksien ennaltaehkäisy. Erityisesti Alzheimerin tautiin ja verisuoniperäiseen muistisairauteen sairastumiselta suojaavia ja sen riskiä lisääviä tekijöitä tunnetaan laajasti. Näiden tekijöiden merkitys voi olla suurikin: esimerkiksi ylipaino, kohonnut kolesterolit ja korkea verenpaine tuplaavat riskin esiintyessään yksin, mutta yhdessä kaikki kolme kuusinkertaistavat sen verrattuna henkilöön, jolla ei ole yhtään riskitekijää. Meidän on huolehdittava, että kunnassamme on helppo elää terveellistä arkea.

NAPAKOITA LOPETUKSIA

A. Lupa

Lopuksi haluan vielä luvata teille olevani kunnanvaltuutettu, joka ottaa muistisairaiden ja läheisten asiat tosissaan. Sitoudun rakentamaan kotikaupungistani/kotikunnastani muistiystävällisen. Haluan myös parhaani mukaan kuulla muistisairaiden ja läheisten näkökulmia päätöksien tueksi.

B. Kysymys

Uskon vahvasti, että yhdessä voisimme edistää muistisairaiden ja läheisten asiaa kotikaupungissamme/kunnassamme. Haluaisinkin nyt kysyä teiltä, mihin muistisairaille ja läheisille tärkeisiin asioihin meidän tulisi ihan ensimmäiseksi tarttua?

C. Vetoamus

Muistisairaiden ihmisten ja heidän läheistensä oikeudet koskettavat meitä kaikkia. Haastan teidät kaikki mukaan tekemään kotikaupungistamme/kotikunnastamme muistiystävällisen.

LISÄÄ LUKEMISTA JA MATERIAALIA

- www.muisti17.fi kampanjasivusto
- [Muistibarometri 2015 \(THL ja Muistiliitto\)](#)
- [Kansallinen muistiohjelma 2012–2020 \(STM\)](#)
- [Muistisairauksien Käypä hoito –suositus \(Duodecim\)](#)
- [Dementiaindeksi THL:n Terveystemme.fi –palvelussa](#) sekä [indeksin taustatietoja](#)

Lisätietoja muistisairaiden ihmisten ja omaisten tilanteesta omalla alueellasi saat paikallisten muistiyhdistyksiemme kautta: www.muistiliitto.fi/fi/tuki-ja-palvelut/muistiyhdistys-lahellasi/muistiyhdistykset

Lisätietoja Muistiliiton muisti17-kuntavaalikampanjasta antaa asiantuntija Kirsti Kuusterä, kirsti.kuusterä@muistiliitto.fi, p. 044 7277 400