



**SEIJA RUOKONEN, 58**

- Kotka
- muistineuvoja, terveydenhoitaja
- naimisissa, kolme aikuista lasta
- harrastuksia: ulkoilu koiravanhus-  
ten, Pepin ja Lillin, kanssa, mök-  
keily, purjehdus

# Uuttera muistityön kehittäjä

*Seija Ruokonen on tehnyt kaksi vuosikymmentä muistityötä. Edelleen työ kiehtoo, ja töihin on joka päivä mukava tulla. Muistityö on vienyt mennessään.*

TEKSTI **Heidi Härmä** KUVA **Markus Männistö**

Kotkan muistipoliklinikka on kasvanut Kotkan Seudun Dementiayhdistyksen (nyk. Kotkan Seudun Muistiyhdistys) projektista kaupungin vakiintuneeksi toimintamuodoksi. Kaikki lähti kahvikupin äärestä vuonna 2000.

– Olin töissä yhdistyksen projektissa, ja meillä oli yhteinen kahvihuone terveyskeskuksen lääkärin ja hoitajien kanssa. Eräänä aamuna sanoin, että tänne pitää perustaa muistipoliklinikka. Ja siitä se lähti, kertoo muistineuvoja **Seija Ruokonen**.

Kahvihuonekeskustelun seurauksena toiminta käynnistyi ensin pienesti, ja Kotkan kaupunki osti dementianeuvojan palvelut yhdistyksen projektilta. Vuonna 2002 kaupunki perusti kokopäiväisen muistineuvojan toimen, ja siitä asti Ruokonen on ollut kaupungin leivissä.

## Toimiva malli

Kun muistipoliklinikka perustettiin, oli toiminta vielä uutta, ja Kotkan ihmettä esiteltiin myös muualla Suomessa. Malli on vuosien varrella hioutunut, ja aika muuttaa käytäntöjä edelleen. Päättävöitteet ovat kuitenkin säilyneet samoina: mahdollisimman varhainen muistisairauden diagnoosi sekä heti alkava lääkitys, neuvonta ja ohjaus.

– Turhia käyntejä ei ole – meille voi aina soittaa. Kriisikäyntejä tehdään tar-

vittaessa, mutta niitä tulee vähemmän, kun pohjatyo tehdään hyvin. Mietimme koko ajan, miten asiat hoidetaan niin, että kukin pärjää kotona mahdollisimman pitkään.

Alussa potilaita ohjattiin kontrollikäynneille terveyskeskukseen, mutta se ei ollut toimiva tapa.

– Ei voida toimia niin, että annetaan aika ja sitten todetaan, että aha, ei tullut. Meillä peruuttamattomia poisjääntejä on vain vähän. Me räätälöimme kontrollit ja seurannan jokaiselle yksilöllisesti.

Usein jo hoitosuhteen alussa kysytään lupa siihen, että kaikki muistipoliklinikan posti voidaan lähettää sekä sairastuneelle että hänen valitsemalleen läheiselle. Kuitenkin vain sairastuneen itsensä luvalla, Ruokonen painottaa.

## Hyvää yhteistyötä

Muistipoliklinikka ei ole ainoa toimintamuoto, jonka Kotkan kaupunki on omaksunut yhdistyksen hankkeista siipiensä alle. Kolme Kotkan Seudun Dementiayhdistyksen aikanaan aloittamista, Raha-automaattiyhdistyksen rahoittamista hankkeista on saanut pysyvän jalansijan kaupungilta.

Yhdistys on siis ollut hieman kuin yritysmaailman startup: pieni ketterä kehittäjä, jonka hyvää työtä iso ja vahva toimija jatkaa.

Ruokonen kiittelee yhdistyksen ja kaupungin sujuvaa yhteistyötä. Hän kuvaa Kotkassa tehtävää muistityötä lumipallona, joka on lähtenyt iloisesti vyörymään. Vuosien saatossa se on löytänyt uomansa, yhteistyökumppaninsa ja asiakkaansa.

– Näen myös tulevaisuuden valoisana. Olemme saaneet hyvän jalansijan.

## Ihminen edellä

Muistityö on innostanut Ruokosta jo yli kaksikymmentä vuotta.

– Muistisairaissa on taikaa, kun ei tuijota yksin sairautta. Rypytkin silottuvat, kun katsoo niiden taakse. Vaikka eihän tauti toki tavoitta mene, muutoksia tulee aina.

Ja ne muutokset ovat usein läheisille vaikeita. Siksi Ruokoselle on tärkeää kuulla myös heitä.

– Aina pitää muistaa kysyä, miten läheinen voi ja mitä hänelle kuuluu. He ovat ihan yhtä paljon asiakkaitamme kuin muistipotilaatkin.

Ruokonen kohtaa jokaisen vastaanotolla kävijän kiireettä ja arvostaen.

– Jokainen vaikuttaa omalla asenteellaan siihen, miten muistisairaisiin ihmisiin suhtaudutaan. Joskus tulee surullinen olo, kun ihmiset lähtiessään halaavat ja sanovat, että ihanaa kun kohtelet niin hyvin. Ajattelen, etteikö se ole tavallista! Minulle on itsestäänselvyys, että ihmiset kohdataan kunnioittavasti. 🧠