

De Sjukas Väl i Huvudstadsregionen rf

Rapport och statistik Aktivering och fysioterapi i hemmiljö 2016

De Sjukas Väl i huvudstadsregionen rf är en förening inom tredje sektorn, som samarbetar med den svenska äldreomsorgen vid Social- och hälsoverket i Helsingfors. Föreningens målsättning är att bistå sjuka, som inte själva har kraft eller möjlighet att driva sin sak, att få den hjälp och det stöd de är berättigade till på sitt modersmål.

De Sjukas Väl har sedan 2011 ordnat fysioterapi åt svenskspråkiga äldre personer, som vårdas av en närstående vårdare i hemmet eller ensamma äldre med rörelsehinder, som är i behov av fysioterapi. Den fysiska rehabiliteringen utgår från individuella behov av stöd, träning och rådgivning. Målsättningen är att öka rörelse- och funktionsförmågan, trygghetskänslan, förebygga fallolyckor och därmed förbättra de äldres livskvalitet samt avlasta närståendevårdaren.

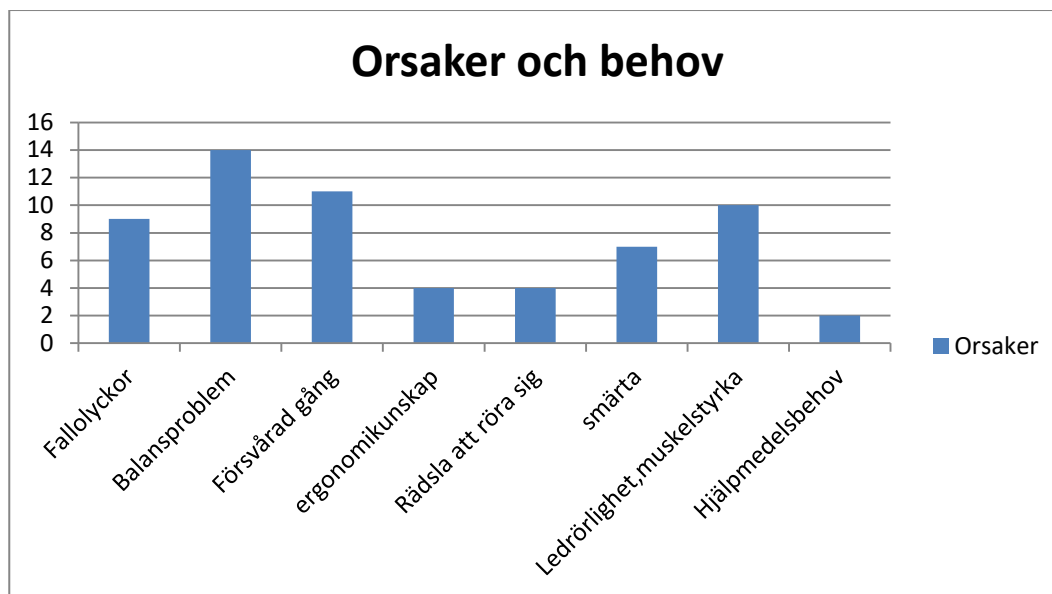
Fysioterapin bekostas med donationsmedel från svenska stiftelser och fonder och inkluderar 1-10 gånger fysioterapi eller rådgivning. Första besöket är kartläggande. Klienterna väljs i samråd med socialarbetarna och fysioterapin ges efter diskussion med och samtycke av klienten eller en anhörig. Fysioterapin utförs av två fysioterapeuter, som besöker de äldre i deras hem; Jannica Påfs- Jakobsson och Nina Sundberg

Statistik 2016:

1. Antal klienter: 61
2. Antal besök: 391 I medeltal 6,4 besök per klient
3. Könsfördelning: 31 kvinnor och 30 män
4. Närståendefamiljer 39
 Ensamboende 22
5. Av dessa hade 23 klienter en minnessjukdom
6. Åldersfördelning:

| | |
|----------|----|
| 60-69 år | 1 |
| 70-79 år | 11 |
| 80-89 år | 40 |
| 90-95 år | 7 |
| 96 + år | 2 |

7. Orsak till värderingsbesök enligt socialarbetaren eller hemvården;



8. Fysioterapins innehåll:

Balansträning: Balansbana, koordinationsövningar med olika redskap, träning av sittbalans, förflyttning till stående ställning, träning av balans stående och i rörelse.

Träning av ledrörlighet och muskelstyrka: Assisterade rörelser, aktiva rörelser med olika redskap, styrketräning.

Gångträning: Träning av gångförmågan inomhus, i trappor eller utomhus

Förflyttning i sängmiljö: Aktiva eller assisterade förflyttningar i sängen, uppstigning till sittande ställning, förflyttning till rullstol eller stol samt finande av egna styrkor i förflyttningssituationer. Träning i användning av förflyttningsredskap.

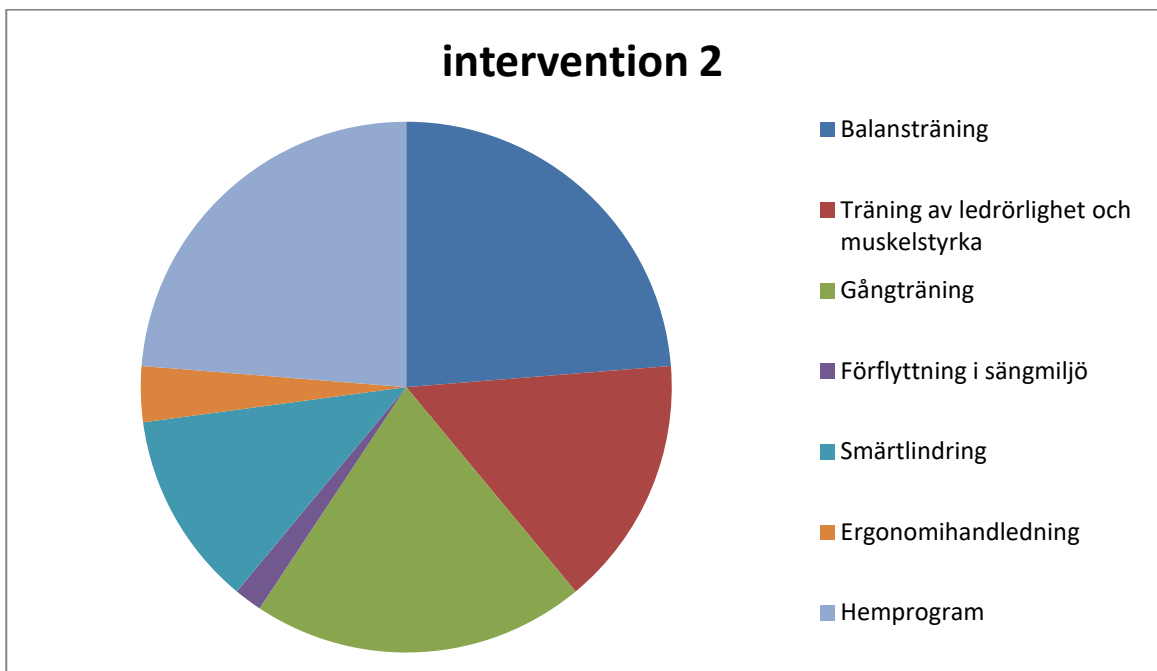
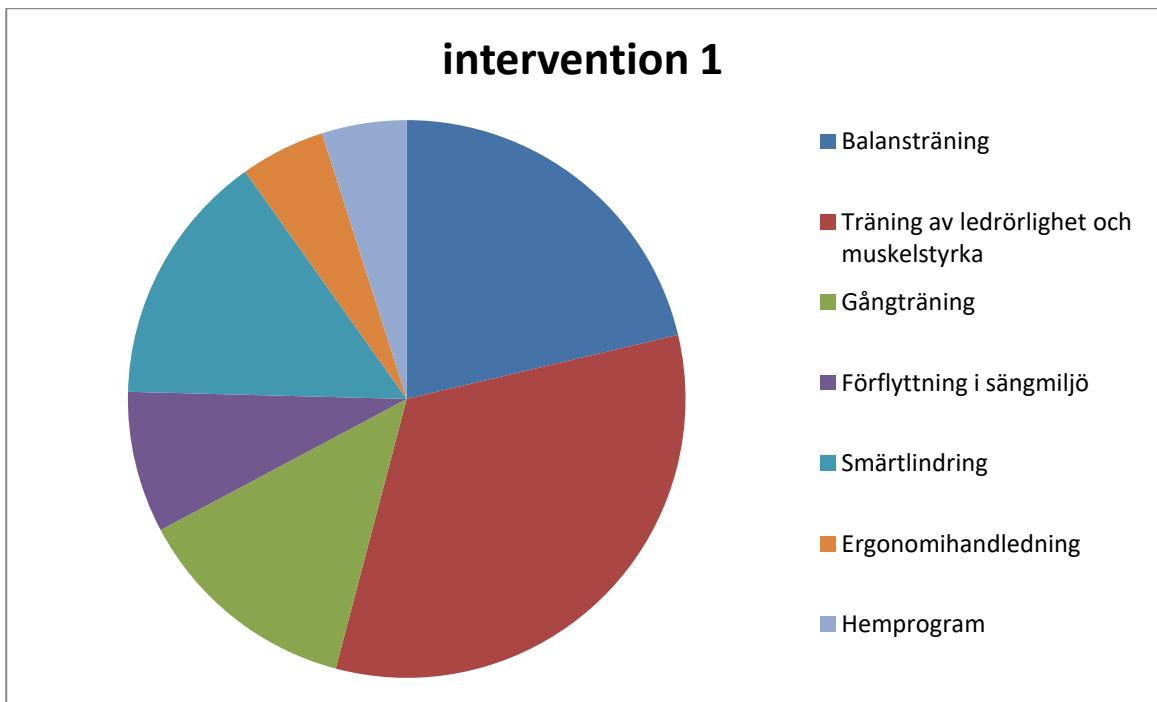
Smärtlindring: Rörelseterapi, mjukdelsbehandling, kyla eller ytvärmebehandling.

Ergonomihandledning: Handledning i förflyttningsteknik, användning av hjälpmedel samt träning i assistanssituationer.

Hemprogram: Rörelseprogram, andningsteknik, gångteknik eller förflyttning.

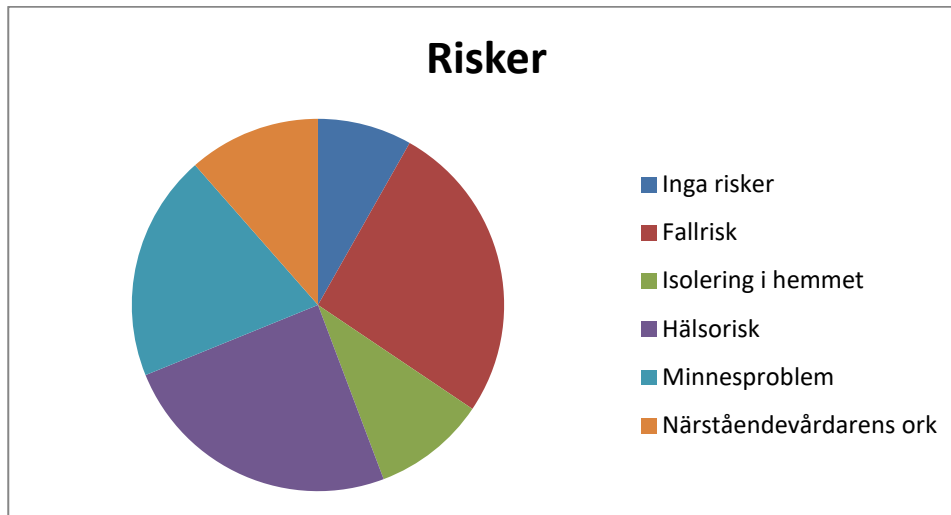
Många av familjerna hade behov av flera fysioterapi- interventioner. De hade också behov av information om olika serviceformer samt behov av hjälp med konkreta arrangemang. Kontakten till socialarbetarna och anhöriga utnyttjades i flere situationer.

De två främsta fysioterapi- interventionerna:



9. Riskerna i vardagen:

Olika risker i vardagen inverkar på funktionsförmågan, trygghetskänslan samt närståendevårdarens arbete och kan utan förebyggande verksamhet bidra till försvårade möjligheterna att bo i eget hem. Några klienter/ familjer klarade sin vardag självständigt med bra resurser, medan många av klienternas vardag innehöll risker som kan påverka funktionsförmågan i framtiden;



10. Nyttan av fysioterapi i hemmiljö enligt klienterna:

- "Jag har haft nytta av att terapeuten pratar svenska. Jag förstår vad jag ska göra. Jag kan ju inte finska så bra"
- "Jag är inte så rädd i trappan mer"
- "Jag och min man har kunnat gå tillsammans till butiken nu när han klarar av att promenera med rollator. Tandläkarbesöket lyckades fastän det fanns trappor till mottagningen"
- "Jag har gympat med stora bollen varje dag och klarar nu av att komma upp ur sängen med uppresningsstödet vi fick"
- "Jag har självständigt gått till toaletten på natten med rollatorn och har kommit ihåg att sitta en stund före uppstigningen så att jag inte får svindel"
- "Ett program i vardagen"
- "Avlastning för närståendevårdaren"
- "Klarar igen av att gå i trapporna"
- "Jag har bättre muskelstyrka och balans"
- "Det kom någon på besök som såg våra problem"
- "Bra med hjälp på svenska"
- "Vi fick tips och råd om hjälpmedel"
- "Vi kan båda göra träningsprogrammet"

| | | |
|----------------------------|--|----|
| 11. Måluppfyllelse: | 0= Ingen förändring | 7 |
| | 1= Liten förändring (fysisk, psykisk, social) | 6 |
| | 2= Förändringsprocessen är i gång, behövs stöd fortfarande | 15 |
| | 3= Gemensamt upplagda målet uppfyllt | 27 |
| | 4= Målet överskridits | 6 |

0= Ingen förändring; terapin avbröts pga sjukhus/ anstaltsvård, klienten avled, problem inom familjen, fysioterapeuten kunde inte ensam besöka klienten pga våldrisk

