

Opinnäytetyö (AMK)
Tietotekniikka
Hyvinvointiteknologia
2014

Ville Nikkanen

VIRTUAALINEN HOITOKOTI

– hoitokotijärjestelmän sisällön määrittely Gamified
Solutions in Healthcare -hankkeessa



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Tietotekniikka | Hyvinvointitekniologia

2014 | 24

Reetta Raitoharju

Ville Nikkanen

VIRTUAALINEN HOITOKOTI

Tämän opinnäytetyön aiheena on Gamified Solutions in Healthcare-hankkeen Virtuaalinen hoitokoti -järjestelmän sisällön määrittely. Gamified Solutions in Healthcare -hanke on Turun ammattikorkeakoulun, Turun yliopiston, Serious Games Finland Oy:n, Turun kaupungin, Puuha Group Oy:n ja Attendon yhteistyönä toteutettava hanke, jonka tarkoituksena on ikääntyvien kotona asumisen edesauttaminen.

Opinnäytetyössä selvitettiin, mitä palveluita Suomessa hoitokodit tarjoavat laitoksissaan ja ikääntyneiden kotona sekä mitä näistä palveluista voitaisiin virtualisoida uuteen järjestelmään. Lisäksi kartoitettiin teemahaastattelujen avulla ikääntyneiden harrastuksia, teknologian käyttöä ja toiveita Virtuaaliseen hoitokotiin. Selvityksen pohjalta pohdittiin sisältöä Virtuaaliseen hoitokotiin.

Haastattelut suoritettiin Turussa Lehmusvalkaman ja Ruusukorttelin hyvinvointikeskuksissa. Haastateltavana oli 7 naista ja 4 miestä, ikäjakauma oli Lehmusvalkamassa 63–70 vuotta ja Ruusukorttelissa yli 80 vuotta. Paikalla ei ollut henkilökunnan edustajia ja haastattelut taltioitiin haastateltavien luvalla.

Osalla tutkimukseen osallistuneista oli aiempaa kokemusta tietoteknisten laitteiden käytöstä työelämässä. Lehmusvalkaman haastateltavista neljä kuudesta omisti tietokoneen. Vastaavasti Ruusukorttelin haastatteluun osallistuneista kukaan ei omistanut tietokonetta. Myös asenteet ja mielenkiinto tietoteknisiä laitteita kohtaan vaihteli haastattelyryhmien välillä. Nämä erot selittyvät ainakin osaltaan haastateltavien ikäeroilla.

Haastattelujen pohjalta ikääntyvien mielenkiinto Virtuaalista hoitokotia kohtaan painottui järjestelmän tuomaan viihteelliseen osa-alueeseen eikä niinkään arkiaskareiden helpottamiseen tarkoitettuihin sovelluksiin.

ASIASANAT:

vanhukset, sosiaalinen kanssakäynti, virike, ajanviete, palvelut

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Information technology | Healthcare Informatics

2014 | 24

Reetta Raitoharju

Ville Nikkanen

VIRTUAL NURSING HOME

The purpose of this thesis is to define the content of a Virtual nursing home system the Gamified Solutions in Health Care project. The partners in this project include Turku University of Applied Sciences, University of Turku, Serious Games Finland Oy, City of Turku, Puuha Group Oy and ATTENDO and project aims to help elderly people living at home.

The study examined what services Finnish nursing homes provide the elderly in their facilities and at home, and how these services can be virtualized to the new system. In addition, the theme interviews were carried out to identify the hobbies of the elderly, their use of technology, and their wishes for the virtual nursing home. Based on these interviews, this thesis discusses the contents of the virtual nursing home.

The interviews were conducted in the Turku, Lehmusvalkama and Ruusukortteli Wellness Centers. The interviewees were 7 women and 4 men, aged 63-70 years in Lehmusvalkama and over 80 years in Ruusukortteli. There were no members of staff present during the interviews and the interviews were recorded with the permission of the interviewees.

Some of the study participants had previous experience with ICT devices in their workplace. In Lehmusvalkama, four of the six interviewees owned a computer. Similarly, in Ruusukortteli none of interviewees who participated owned a computer. Furthermore, attitudes and interest in IT equipment varied between the groups. These differences can be explained at least in part because the interviewees' age difference.

The interviews showed that elderly people were interested more in the entertaining aspect of the system than applications that can help them in everyday chores.

KEYWORDS:

Elderly, social interaction, stimulus, entertainment, services

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 VANHUSTENHOIDON PALVELUT TÄNÄ PÄIVÄNÄ	8
2.1 Palvelut laitoksissa	8
2.2 Palvelut kotona	9
3 IKÄÄNTYNEET TIETOTEKNIIKAN KÄYTTÄJINÄ	11
3.1 Tietotekniikan käytön haasteet ikääntyneillä	11
3.2 Asenteet tietotekniikkaa kohtaan	12
3.3 Ikääntyneiden tietotekniset laitteet ja niiden käyttö	12
4 HAASTATTELUT KÄYTTÄJÄTIEDON HANKINTANNASSA	14
5 HAASTATTELUJEN TOTEUTUS	16
6 TULOKSET JA TULOSTEN TARKASTELU	18
6.1 Ajanviete- ja sosiaaliset sovellukset	18
6.2 Liikunnalliset sovellukset	19
6.3 Muut sovellukset	20
6.4 Nykyisten palveluiden virtualisointi	20
7 LOPUKSI	22
LÄHTEET	24

KUVIOT

Kuvio 1. Tietokoneen ja internetin käytön yleisyys 2006 ja 2013. [5]	13
Kuvio 2. Laitteiden käyttäjien osuus sekä laitteita haluavien osuus 75–89-vuotiaista. [10]	22

KÄYTETYT LYHENTEET

chat	Reaaliaikainen verkkokeskustelu
GSH	Ikäntyvien kotona asumisen edesauttamiseen tähtäävä projekti. (Gamified Solutions in Healthcare)
Kinect	Microsoftin kehittämä liikeohjain, joka perustuu tunnistinlaitteisiin.
KÄKÄTE	Käyttäjälle kätevä teknologia
SHL	Sosiaalihoitolaki
Skype	Pikaviestinpalvelu
sote	Sosiaali- ja terveydenhuolto
streamaus	Suoratoisto. Tiedonsiirtotapa, jolla voidaan siirtää kuvaa ja ääntä reaaliaikaisesti.

1 JOHDANTO

Ihmisten ikääntyessä saattaa sosiaalinen kanssakäynti ja liikunta vähentyä. Tähän voi olla syynä monia eri seikkoja, kuten esimerkiksi fyysisen tai psyykkisen toimintakyvyn heikkeneminen. Vanhukset kokevat sosiaaliset suhteet tärkeäksi osaksi elämää ja hyvinvointia. Sosiaalisia suhteita on erilaisia, esimerkiksi perhe-, ystävyys- ja naapurisuhteet sekä harrastuksien kautta tulevat suhteet. [1]

lökkään väestön määrä on kasvanut kaikissa ikäryhmissä tapahtuneen kuolleisuuden pienenemisen johdosta. Väestöennusteiden mukaan vuoden 2000 lähes 800 000:sta yli 65-vuotiaasta määrä lisääntyy vuoteen 2030 mennessä lähes 1,4 miljoonaan. Terveyspolitiikan tavoite ei ole maksimaalinen elinikä, vaan elämänlaadun parantaminen. Hyvän elämänlaadun perustana on hyvä terveys ja toimintakyky, jotka mahdollistavat itsenäisen elämän mahdollisimman pitkään. Tavoitteen saavuttaminen on kuitenkin haastavaa, sillä lisääntynyt toiminnanvajavuus ja sairastavuuden kasvu liittyy ikääntymiseen. Korkeassa iässä elämänpiiriä rajoittaa ja vaikeuttaa selviytymistä itsenäisesti heikentynyt fyysinen ja usein myös psyykinen toimintakyky, vaikka vaikeilta sairauksilta olisikin vältytty. Toimintakyky heikkenee sekä toiminnanvajavuus ja avun tarve lisääntyvät iän myötä lisääntyneen sairastavuuden, vanhenemisprosessien ja elämäntavan muutoksien johdosta. Kuntoutus ja ennaltaehkäisy ovat avainasemassa hyvän elämänlaadun ylläpitämisessä. [2]

Virtuaalinen hoitokoti on osa GSH-hanketta, jossa tutkitaan ja kehitetään pelillistämiskäytäntöjä sote-alalle. Hankkeen tarkoituksena on ikääntyvien kotona asumisen edesauttaminen. Hankkeen tavoitteena on ikääntyvien ennaltaehkäisevä aktivointi. Yhteistyökumppaneina toimii vahvoja kansainvälisiä sosiaali- ja terveysalan pelillistämisen asiantuntijoita. Hankkeen pelillistettyjä palvelukonsepteja tullaan testaamaan liiketoimintakartoitusten ja käyttäjakeskeisen suunnittelun näkökulmista.

Yhteistyökumppanit hankkeessa ovat

- Turun yliopisto, Technology Research Center
- Turun kaupunki
- Attendo Finland
- Serious Games Finland Oy
- Puuha Group
- Singapore Polytechnic (Singapore)
- Tohoku University (Japani)
- Waseda University (Japani)
- Sendai National College of Technology (Japani)
- GMO Internet Group.

Opinnäytetyössä tavoitteena oli tutkia hoitokotien palveluita Suomessa, selvittää ikääntyvien harrastuksia ja teknologian käyttöä ja näiden selvitysten pohjalta alustavasti määrittellä Virtuaalisen hoitokodin sisältöä GSH -hankkeessa.

Tämän opinnäytetyön teoriaosassa tarkastellaan ikääntyviä tietotekniikan käyttäjinä ja heille tarjolla olevia palveluita. Työn käytännön osassa määritellään Virtuaalisen vanhainkodin sisältöä pohjautuen haastatteluista saatuun tietoon. Työssä tehdyn määrittelyn tarkoitus on toimia pohjatyönä Virtuaalisen vanhainkodin vaatimusmäärittelylle.

2 VANHUSTENHOIDON PALVELUT TÄNÄ PÄIVÄNÄ

Tässä luvussa selvitetään seitsemän eri puolilla Suomea sijaitsevan hoitokodin tarjoamiin palveluihin. Hoitokodit tarjoavat palveluitaan omissa laitoksissaan, jonka lisäksi palveluita on tarjolla kotona asuville ikääntyneille tai muuten heikentyneen toimintakyvyn omaaville ihmisille.

Hoitokodit, joiden palveluita selvitettiin Internetin välityksellä, olivat seuraavat:

- Vanhainkoti Hopearanta, Harjavalta
- Koukkuniemen vanhainkoti, Tampere
- Epoon vanhainkoti, Porvoo
- Pengerkosken Hoitokoti Oy, Nukari
- Hoitokoti Päiväkumpu Oy, Helsinki.

Hoitokodit joiden palveluita selvitettiin puhelinhaastattelulla, olivat

- Tehostetun palveluasumisen yksikkö, Naantali
- Myllykiventien ryhmäkoti, Naantali.

2.1 Palvelut laitoksissa

Kuntoutuksessa kuntohoitajat järjestävät mm. yksilöllistä kuntoutusta ja ryhmätoimintaa. Ryhmissä käydään muun muassa pelaamassa sulkapalloa, keilaamassa, ulkoilemassa, jumppaamassa ja uimassa. Asukkaat osallistuvat eri ryhmiin toimintakykynsä mukaan. Esimerkiksi tuolijumppaa järjestetään niille, joilla on madaltunut fyysinen toimintakyky. Fysioterapeutit suorittavat myös lääkärin määräämiä fysikaalisia hoitoja. Kuntosaleilla asukkaat voivat käydä myös vapaa-aikanaan ilman ohjaajia.

Viriketoiminta on monipuolista. Viriketoiminnan avulla tuetaan asukkaiden toimintakykyä ja sosiaalista osallistumista yksilöllisen hoitosuunnitelman

mukaisesti. Ohjattuja askartelu-, keskustelu-, peli-, visailu-, muistelu-, käsityö- ja musiikkikerhoja järjestetään laitoksissa päivittäin.

Työsaleissa voi tehdä puutöitä, entisöidä huonekaluja, kutoa mattoja kangaspuilla, ommella koneella ja käyttää erilaisia askarteluvälineitä ja materiaaleja.

Kaikki suomalaiseen juhlaperinteeseen kuuluvat juhlat järjestetään yleisesti kaikissa hoitokodeissa. Perinteisten juhlien lisäksi järjestetään taidenäyttelyitä, ehtoollisjumalanpalveluksia, erilaisia retkiä ja matkoja, kuten yhteiset laivaristeilyt. Kulttuuritarjonnassa on mukana myös teatteria ja eri musiikkitapahtumia kuten tanssit ja konsertteja. Asukkaille järjestetään myös lisämaksusta heidän toiveidensa ja tarpeidensa mukaisesti erilaisia terapia-, hieronta- ja kauneushoitopalveluja. Tilaisuuksiin ovat tervetulleita myös asukkaiden omaiset ja muut läheiset.

Joissakin hoitokodeissa on myös kahvio, kirjasto tai nettipiste. Hoitokodeissa, joissa on kirjasto, kirjaston palvelut palvelevat myös osastoille. Kahvion palveluita on mahdollista saada myös kioskivaunulla osastoille.

Hoitokodeissa on monipuolista vapaaehtoistoimintaa. Vapaaehtoistyöntekijät toimivat hoitokodeissa mm. asukkaiden ystävinä ja ulkoiluseurana sekä tukena saattohoidossa.

2.2 Palvelut kotona

Kotikuntoutuksessa kuntoutus muokataan osaksi ikäihmisen arjen askareita. Liikunnallinen kuntoutuminen yhdistetään kiireettömään yhdessä oloon ja viriketoimintaan.

Tukipalvelujen tavoitteena on tukea asiakkaan toimintakykyä ja omatoimisuutta sekä turvata asiakkaan kotona selviytyminen. Kotipalvelusta on mahdollisuus saada apua pankki-, kauppa- ja muussa asiointissa. Saattajat ja avustajat tarjoavat ikäihmisille ulkoilu- ja saattoapua erityisesti pimeinä ja liukkaina talvikuukausina. Kodin kunnossapidossa avustajat auttavat raskaammassa

töissä. Lumityöt, hiekoitus, huonekalujen nostaminen ja siivous vaativat usein apua. Myös kodin pienempiin askareihin, kuten lampun vaihtoon, löytyy tarvittaessa avustaja. Vaatehuollon avulla kotipalvelun asiakkaiden pyykkiä voidaan pestä hoitokodissa.

Kirjaston kotipalvelu on tarkoitettu ihmisille, jotka eivät sairauden, korkean iän tai vamman vuoksi itse pääse kirjastoon. Kirjastokassi toimitetaan asiakkaan kotiin kerran kuukaudessa. Kirjastoaineistoa tuodaan kotiin yksityisasiakkaille, erilaisille yhteisöille ja laitoksille, vanhainkotien ja palvelutalojen asukkaille sekä sairaaloiden potilaille.

Ikääntyvillä on myös mahdollisuus saada ateriat kotiin kuljettuna. Aterioissa huomioidaan asiakkaan ruokavalion mukaiset tarpeet. Lisäksi on tarjolla kylvetyspalvelu, joka hoidetaan palvelutalon tiloissa, jonne kuljetus järjestetään. Kylvetyspalvelua voidaan hoitaa myös asiakkaan omassa kodissa. Kuljetus hoidetaan yleensä sosiaalihuoltolain mukaisena kuljetuspalveluna.

Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu on kunnan harkinnanvarainen ja määrärahasidonnainen etuus. SHL:n mukainen kuljetuspalvelu on tarkoitettu asiakkaan omatoimisuuden tukemiseen ja päivittäisasioiden hoitamiseen. Etuus on tarkoitettu sellaisille vanhuksille tai vammaisille, joilla on liikkumisvaikeuksia, mutta jotka eivät kuitenkaan ole oikeutettuja vammaispuhelinlain mukaiseen kuljetuspalveluun. [3]

Turvapuhelimella turvataan asiakkaan avun saanti vuorokauden ajasta riippumatta. Turvapuhelin vuokrataan joko yksityisesti tai kaupungilta. Turvapuhelimien hälytykset menevät hoitokotiin. Turvapuhelinpalvelu lisää yksin asuvan turvallisuutta, kuten esimerkiksi sopimus aamusoittopalvelusta.

3 IKÄÄNTYNEET TIETOTEKNIIKAN KÄYTTÄJINÄ

3.1 Tietotekniikan käytön haasteet ikääntyneillä

Teknologia on yleisesti suunniteltu nuorten aikuisten näkökulmasta. Tämä hankaloittaa teknologian käyttöä ihmisillä, joilla on ikääntymisen myötä tulleita fyysisiä tai psyykkisiä muutoksia. Näön heikkeneminen on yleisin ja selkeimmin teknologian käyttöön vaikuttava fyysinen muutos. Myös lihasten heikkeneminen ja rajoittunut nivelten liikkuvuus vaikuttavat teknologian käyttömahdollisuuteen. Nopeiden ja tarkkojen liikkeiden tekeminen sekä sormien tarkka hallinta vaikeutuu. Ikääntymisestä johtuvista psyykkisistä muutoksista reagointiajan piteneminen sekä useaan eri tehtävään keskittymisen vaikeus vaikuttaa teknologian käyttöön. Lisäksi uusien taitojen oppiminen on nuoriin verrattuna vaikeampaa. [4]

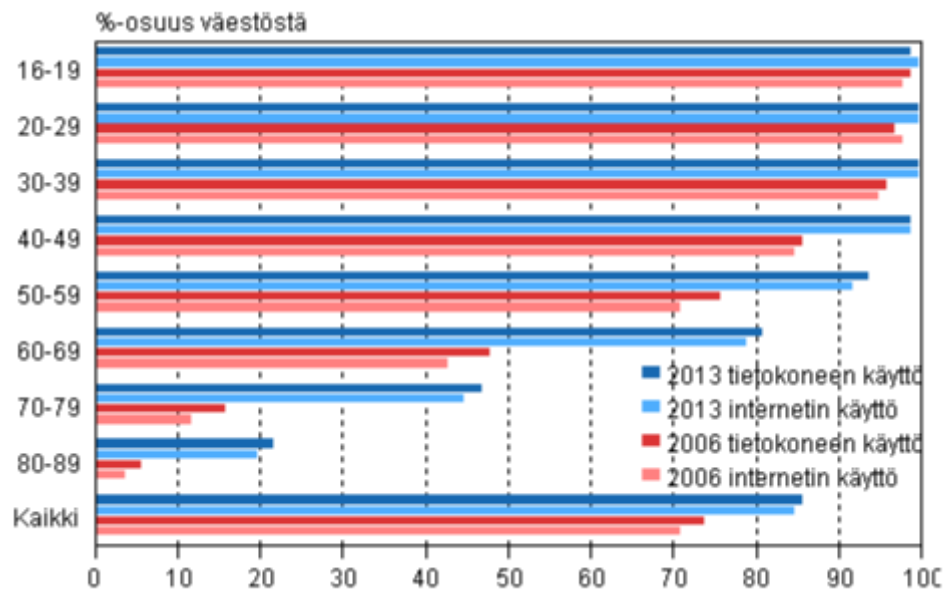
Ikääntyneet suhtautuvat monesti tietotekniikkaan pelokkaasti ja se on heille vierasta. He pelkäävät, etteivät osakaan käyttää laitetta tai rikkovat sen vahingossa. Tietoturvaan liittyvät asiat ja virukset pelottavat käytettäessä Internetiä. Omassa rauhassa laitteen käytön opettelu ja henkilökohtainen opastus auttavat negatiivisiin asenteisiin ja teknologiapelkoon. Turvattomuutta koetaan myös erilaisten maksupäätteiden ja pankkiautomaattien käytössä. Ilta-aikaan ulkona sijaitsevaa automaattia käytettäessä koetaan erityistä turvattomuutta. Turvattomuutta voidaan lieventää sillä, mihin automaattit sijoitetaan, alue valaistetaan ja miten muut asiakkaat ryhmittäytyvä ympäristössä. [4]

3.2 Asenteet tietotekniikkaa kohtaan

KÄKÄTE-tutkimuksen mukaan useat tutkimukset osoittavat, että asenteet ikääntyneillä teknologiaa kohtaan ovat melko positiivisia. Positiiviset asenteet eivät kuitenkaan välttämättä johda laitteen käytön opetteluun. Itselle teknologisia laitteita ja tietokonetta ei ehkä kuitenkaan nähdä hyödyllisinä ja tarpeellisina, vaikka muiden kohdalla näin nähtäisiinkin. Teknologia koetaan ikääntyneiden keskuudessa vain välineenä jonkin muun asian saavuttamiseksi, eikä sen nähdä vaikuttavan yhteiskunnassa menestymiseen. Myöskään tietotekniikkataitoja ei juuri arvosteta. Ikääntyneistä suurin osa hoitaisi mieluummin asiansa henkilökohtaisesti kuin teknologian avulla. Positiivinen suhtautuminen uusien teknologisten laitteiden käytön oppimiseen kasvaa sen mukaan, kuinka tuttuja teknologiset ratkaisut ja termistöt ovat. Jotkin ikääntyneille suunnatut ratkaisut voidaan kokea leimaavana. Esimerkkinä turvapuhelin, jonka käyttäjä ei mielellään myönnä olevansa niin huonokuntoinen että tarvitsee sellaisen. [4]

3.3 Ikääntyneiden tietotekniset laitteet ja niiden käyttö

Yli 70-vuotiaiden keskuudessa tietokoneen ja Internetin käyttö on moninkertaistunut vuoden 2006 ja 2013 välillä kun tutkitaan käyttöä viimeisen kolmen kuukauden ajalta. Nykyään käyttö on noin 45 % (Kuvio 1). [5]



Kuvio 1. Tietokoneen ja internetin käytön yleisyys 2006 ja 2013. [5]

75–89-vuotiaat miehet käyttävät Internetiä huomattavasti enemmän eri asioiden tekemiseen kuin samanikäiset naiset. Syynä tähän on se, että ikäryhmässä miehet ovat muutenkin enemmistö Internetin käyttäjissä. Pankkiasioiden hoito on ikääntyneillä yleisin yksittäinen Internetin käyttötarkoitus Suomessa. Myös koulutustasolla on merkitys vanhemmissa ikäryhmissä Internetin käytön yleisyydessä. 75–89-vuotiaista ainoastaan kansakoulun suorittaneista 20 % käytti Internetiä ja keskiasteen suorittaneista 33 %. Korkea-asteen suorittaneista Internetin käyttäjiä oli jo 75 %. [5]

Lähes kaikki 70–79-vuotiaat käyttävät matkapuhelinta ja 80–89-vuotiaastakin käyttäjiä on 80 %. Kuitenkin matkapuhelimet ovat suurimmaksi osaksi muuttuneet jo älypuhelimiksi eli toisin sanoen pienoistietokoneiksi, joissa on nopeat Internet-yhteydet. 70–89-vuotiaista älypuheliminta käyttää vain 10 %. [5]

4 HAASTATTELUT KÄYTTÄJÄTIEDON HANKINTANNASSA

Haastattelut ovat tärkeitä käyttäjätiedon hankkimisessa. Haastattelut mahdollistavat saamaan kuvan ihmisten tekemisistä ja haluista heidän kertoessaan omia tulkintojaan ja valottaen omien toimiansa taustoja. Haastattelut ovat harkitummin toteutettuja vastineita arkipäiviselle keskustelemiselle ja kyselemiselle, jotta vastauksilla saataisiin juuri se tieto, jota halutaan tietää. [6]

Tärkeimpiä haastattelumenetelmiä ovat,

- kysely
- strukturoitu haastattelu
- teemahaastattelu
- avoin haastattelu
- puhelinhaastattelu
- ryhmähaastattelu
- ryhmäkeskustelu. [6]

Kysely on kirjoitettuun muotoon laadittu haastattelu. Kysely voidaan toteuttaa vaikka postin välityksellä tai vaihtoehtoisesti kysely käydään henkilökohtaisesti haastattelijan kanssa kohta kohdalta läpi. Stukturoitu haastattelu on käytännössä haastatteluksi muutettu kysely. Nämä menetelmät soveltuvat hyvin esimerkiksi taustatietojen selvittämiseen ennen vapaamuotoisempaa haastattelua. [6]

Teemahaastattelussa haastatteliija käyttää laatimaansa kysymysrunkoa, mutta mukautuun haastateltavan vastauksiin ja tekeen tarkentavia kysymyksiä. Teemahaastattelut ovat erittäin hyviä käyttäjien toiminnan selvittämiseen, koska ne soveltuvat tilanteisiin, joissa haastatteliija tietää jo jotain, mutta ei ole varma, mikä kaikki on merkityksellistä toiminnassa. Koska kysymykset ovat muodoltaan

avoimia, saattaa ilmaantua uusia ja yllättäviä asioita, joihin voidaan syventyä ja palata. [6]

Puhelinhaastattelu voi haastattelutyypiltään olla mikä tahansa. Rajoitteena puhelimen käytössä on suoran kontaktin puuttuminen. Puhelimen välityksellä on vaikeampaa varmistua kysymyksen oikein ymmärtämisestä, vastauksen totuudenmukaisuudesta tai ympäristön vaikutuksesta. Puhelinhaastattelut sopivat tästä syystä paremmin asiahaastatteluihin kuin tuntemuksia tai mielipiteitä mittaaviin haastatteluihin. [6]

Ryhmähaastattelussa haastatella useampaa henkilöä samaan aikaan. Haastattelumuotona tämä sopii hyvin esimerkiksi työn perusasioiden selvittämiseen jossakin ammattiryhmässä tai tottumusten selvittämiseen eri ikäryhmissä. Haastattelun aikana haastateltavat saavat usein virikkeitä toistensa vastauksista ja täydentävät toisen mielipiteitä. Ryhmässä haastateltavien luottamus kertoa asioistaan totuudenmukaisesti, eikä odotusten mukaisesti, saattaa nousta. Toisaalta yhtä suuri todennäköisyys on, että haastateltavat ovat varuillaan toisen läsnäollessa. Tästä syystä haastateltavien valinta ryhmään saattaa olla vaikeaa. Ryhmäkeskustelussa haastattelija jää keskustelun ohjaajan rooliin. [6]

5 HAASTATTELUJEN TOTEUTUS

Hoitokotien palveluiden selvityksessä tutkittiin eri puolilla Suomea sijaitsevien hoitokotien laitoksissa ja ikääntyvien kodeissa tarjottavia palveluita Internetin välityksellä, sekä puhelinhaastatteluilla. Puhelinhaastattelun tyyppinä oli teemahaastattelu. Ikääntyvien teknologian käyttöä, harrastuksia, vapaa-ajan toimintaa ja toivomuksia selvitettiin yhdentoista ikääntyneen haastattelulla.

Ikääntyvien haastattelut suoritettiin Turussa Lehmusvalkaman ja Ruusukorttelin hyvinvointikeskuksissa. Haastateltavana oli 7 naista ja 4 miestä, ikäjakauma oli Lehmusvalkamassa 63–70 vuotta ja Ruusukorttelissa yli 80 vuotta. Paikalla ei ollut henkilökunnan edustajia ja haastattelut taltioitiin haastateltavien luvalla.

Haastattelumenetelmänä oli ryhmähaastattelu, jonka tyyppi oli teemahaastattelu. Tähän menetelmään ja tyyppiin päädyttiin haastatteluaiakataulun helpottamisen lisäksi siksi, että vaikka haastattelulla oli selkeä teema ja stukturoidut kysymykset, haluttiin myös ikääntyneiden keskustelevan vapautuneesti aiheesta keskenään ja haastattelijoiden kanssa.

Aluksi selvitettiin haastateltavien taustaa kysymyksillä, joita olivat,

- sukupuoli
- ikä
- miten viettää aikaansa
- harrastukset
- pelaako pelejä
- omistaako tietokonetta, kännykkää tai tablettia
- ovatko käyttäneet tietokonetta tai tablettia
- mihin ovat käyttäneet?

Seuraavaksi kyseltiin ovatko haastateltavat pelanneet digitaalisia pelejä, jos ovat niin millaisia. Kyseltiin myös hyötypeleistä liikunnassa ja kuntoutuksessa. Lisäksi esiteltiin lyhyesti yhtä liikunnallista sovellusta kannettavalla tietokoneella.

Lopuksi selvitettiin tietotekniikan käyttöä tulevaisuudessa kysymyksillä:

- Yleiset asenteet peleihin ja miksi?
- Mikä olisi mieluisin sovellus ja miksi?
- Pelaisitteko digitaalisia pelejä mieluiten yksin vai toisten kanssa? Kotona vai muualla?
- Mitä muuta haluaisi tehdä tietokoneella? Esimerkiksi pankkitoiminta, yhteydenpito ja linja-autojen aikataulut.

6 TULOKSET JA TULOSTEN TARKASTELU

Osalla tutkimukseen osallistuneista oli aiempaa kokemusta tietoteknisten laitteiden käytöstä työelämässä. Lehmusvalkaman haastateltavista neljä kuudesta omisti tietokoneen ja yhdellä oli käytössään myös tabletti. Vastaavasti Ruusukorttelin haastatteluun osallistuneista kukaan ei omistanut tietokonetta. Myös asenteet ja mielenkiinto tietoteknisiä laitteita kohtaan vaihteli haastatteluryhmien välillä. Nämä erot selittyvät ainakin osaltaan haastateltavien ikäeroilla.

Ikääntyneiden harrastuksiin kuuluivat mm. erilaiset käsityöt, laulaminen, kortti- ja muut pelit muiden ikääntyneiden kanssa, lintujen valokuvaus ja keksintöjen suunnittelu. Harrastuksista osa on selkeästi integroitavissa hoitokotijärjestelmään.

6.1 Ajanviete- ja sosiaaliset sovellukset

Virtuaaliseen hoitokotiin toivottiin suurimmaksi osaksi ajanvietesovelluksia. Toivotuista ajanvietesovelluksista lähes kaikki toimivat myös sosiaalisen kanssakäymisen ylläpitämisessä.

Sovellukset, jotka voitaisiin integroida sekä kotipääätteeseen netin yli käytettäväksi että laitoksen järjestelmään, voisivat olla ainakin karaoke ja erilaiset tietovisailusovellukset. Lisäksi Virtuaalinen hoitokoti voisi sisältää dokumenttivaraston omille videoille, valokuville ja piirustuksille, joita voisi halutessaan jakaa muiden käyttäjien kesken.

Kotipäätteeltä netin yli käytettäviä sovelluksia, jotka herättivät mielenkiintoa ja joiden koettiin pitävän mielen virkeänä olivat muistipelit ja seurapelit kuten shakki.

Itsenäisessä ajanvietossa suosittuja olivat lukeminen ja erilaiset ristikot ja sudokut. Nämä kaikki ovat helposti sisällytettävissä järjestelmään ristikkosovellusten ja e-kirjojen eli sähköisten kirjojen avulla. Myös television

katselu kuului osana itsenäiseen ajanviettoon. Suosittuja aiheita, kuten uutiset, elokuvat ja varsinkin eläinaiheiset dokumentit, voitaisiin tallentaa ohjelmakirjastoon, josta ne voidaan toistaa itselle sopivalla hetkellä.

Sosiaalisten kontaktien ylläpitämiseen tietoteknisten laitteiden avulla, puhelimen lisäksi, käytettiin lähinnä sähköpostia. Skypeen kaltainen pikaviestintäohjelma järjestelmässä mahdollistaisi normaalien puheluiden ja viestien lähettämisen lisäksi videopuhelut, ryhmäpuhelut, chatin, tiedostojen siirron ja oman näytön streamauksen. [7] Streamaus saattaisi olla hyvä apu esimerkiksi ongelmatilanteissa auttamiseen. Myös ikääntyneille suunnattu treffipalsta herätti mielenkiintoa. Yksi haastateltavista koki seuranhaun netin välityksellä erittäin turvattomaksi.

6.2 Liikunnalliset sovellukset

Osa haastateltavista harrasti vapaa-aikanaan ryhmäliikuntaa eri muodoissa. Uuden Kinect-kameran avulla pystytään tunnistamaan ja tarkkailemaan kuutta henkilöä samanaikaisesti. [8] Tämä mahdollistaa Kinect-urheilupelien pelaamisen pienryhmissä laitoksissa esimerkiksi valkokankaalle heijastettuna. Kinect-pelit eivät rajoitu vain urheilupeleihin, vaan tarjolla on myös seikkailu-, tanssi- tai vaikkapa autopelejä. Näitä pelejä voidaan pelata myös yksin kotona tai netin välityksellä muiden kanssa.

Reaaliaikainen ohjattu jumppa netin välityksellä on ollut kokeilussa Virtu-hankkeessa. [9] Haastateltavat kokivat mahdollisesti mielekkääksi myös jumppasovelluksen ilman reaaliaikaista ohjaajaa, kunhan tempoa on mahdollista säätää oman mieltymyksen mukaan.

6.3 Muut sovellukset

Sovellukset joita toivottiin tai herättivät mielenkiintoa edellämainittujen lisäksi olivat,

- erilaiset streematut lähetykset, esimerkiksi jumalanpalvelus ja joulurauhanjulistus
- keskustelupaikka foorumin tai Skypen kaltaisen pikaviestinohjelman avulla
- auttava puhelin tai chatti päivittäisiin ongelmiin
- linja-auton aikataulut ja reittikarttasovellus
- muistilista
- pankkipalvelut.

6.4 Nykyisten palveluiden virtualisointi

Nykyisin tarjolla olevia palveluita, joita voitaisiin virtualisoida, löytyi melko vähän. Suurin syy tähän on palveluiden vaatima henkilökohtainen kanssakäynti. Joissakin tapauksissa integraatio Virtuaaliseen hoitokotiin on kuitenkin mahdollista.

Kuntoutuksessa usein fysioterapeutit laativat ihmisille määrättyjä liikesarjoja suoritettavaksi esimerkiksi olkapään kuntouttamiseksi. Liikeratojen tarkkailuun ja liikkeen oikeaoppiseen suoritukseen opastava sovellus olisi mahdollista toteuttaa henkilön ja liikkeen tunnistavan kameran ja näytön avulla. Uudella Kinect-kameralla pystytään seuraamaan henkilön 25:tä niveltä. [8] Tarvittaessa liikkeet voitaisiin tallentaa myöhempää fysioterapeutin kanssa läpi käyntiä varten.

Myös turvapuhelin olisi mahdollista integroida järjestelmään. Henkilön ja liikkeen tunnistavat kamerat pystyvät tarkkailemaan kodin ympäristöä ja kaatumisen tai sairaskohtauksen sattuessa turvapuhelin avaisi automaattisesti

yhteyden turvapuhelin palveluun. Myös ääniohjaus turvapuhelimessa on mahdollista.

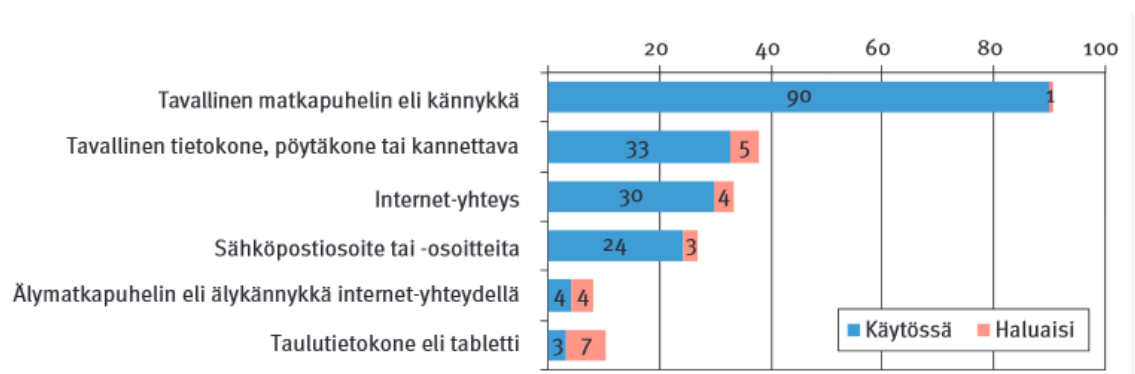
Järjestelmä voisi olla tukena nykyisille palveluille, joita ei kyetä virtualisoimaan. Pienten askareiden, kuten lampunvaihdon tai pyykkipalvelun, tilaamisen voisi hoitaa järjestelmän kautta, jotta palveluhenkilökunta pystyy varautumaan tarvittaessa näihin ennen kotikäyntiä. Myös muita tilauspalveluita voitaisiin sisällyttää järjestelmään, kuten kuljetus- ja kirjastopalvelut tai kauppatilaus.

7 LOPUKSI

Haastattelujen pohjalta ikääntyvien mielenkiinto Virtuaalista hoitokotia kohtaan painottui järjestelmän tuomaan viihteelliseen, sosiaaliseen ja liikunnalliseen osa-alueeseen eikä niinkään arkiaskareiden helpottamiseen tarkoitettuihin sovelluksiin. Oman perhe ja sukulaiset haluttiin mukaan kontakteihin ja sovelluksien käyttäjiin.

Digitaaliset hyötypelit liikunnassa tuntuivat olevan kovin vieras asia ikääntyneille, mutta lyhyen esittelyn jälkeen hyötypelit saivat erittäin positiivista palautetta.

Tulevaisuudessa teknologian tuntemus, käyttö ja mielenkiinto tulevat varmasti lisääntymään ikääntyneiden keskuudessa, koska tietotekniikka on ollut heille tuttua jo aikaisemmin niin työelämässä kuin vapaa-ajalla. Tämä tulee tasoittamaan myös koulutuksesta johtuvia ja sukupuolten välisiä eroja tietotekniikan käytössä. Tavallinen matkapuhelin on jo suurimmalla osalla 75–89-vuotiaista, (Kuvio 2) mutta tulevaisuudessa kuvion muut laitteet tulevat kuroma eroa kiinni tavalliseen matkapuhelimeen.



Kuvio 2. Laitteiden käyttäjien osuus sekä laitteita haluavien osuus 75–89-vuotiaista. [10]

Käyttöliittymä Virtuaaliseen hoitokotiin on suunniteltava mahdollisimman helppokäyttöiseksi, vaikka tietotekniikan tuntemus jatkossa tulee kasvamaan ikääntyneillä, se ei poista ikääntymisen mukanaan tuomia muita rajoitteita.

LÄHTEET

- [1] Jussila, K. 2013. Vanhusten sosiaaliset suhteet osana hyvinvointia. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- [2] Heikkinen, E. 2005. Suomalaisten terveys. Duodecim terveyskirjasto. Viitattu 26.4.2014 http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=suo00049
- [3] Harjavallan kunta. 2014. Tukipalvelut. Viitattu 28.4.2014 http://www.harjavalta.fi/palvelut/perusturvapalvelut/ikaihmissen_palvelut/tukipalvelut/
- [4] Wessman, J.; Erhola, K.; Meriläinen-Porras, S.; Pieper, R. & Luoma, M-L. 2013. Ikääntynyt ja teknologia – Kokemuksiani teknologian käytöstä. Viitattu 26.4.2014 http://www.ikateknologia.fi/images/stories/Julkaisut/ikaantynyt_ja_teknologia_tutkimus_netti.pdf
- [5] Tilastokeskus 2013. Väestön tieto- ja viestintäteknikan käyttö 2013. Viitattu 29.4.2014 http://tilastokeskus.fi/til/sutivi/2013/sutivi_2013_11-07_fi.pdf
- [6] Hyysalo, S. 2009. Käyttäjä tuotekehityksessä – Tieto, tutkimus, menetelmät. Keuruu: Ota-van Kirjapaino Oy.
- [7] Skype 2014. Ominaisuudet. Viitattu 27.4.2014 www.skype.com>Tietoa>Ominaisuudet
- [8] Microsoft 2014. Kinect for Windows features. Viitattu 30.4.2014 <http://www.microsoft.com/en-us/kinectforwindows/discover/features.aspx>
- [9] Mari Laine. Naantalin tehostetun palveluasumisen yksikkö. Puhelinhaastattelu. 29.4.2014
- [10] Nordlund, M.; Stenberg, L. & Lempola, H-M. 2014.. Tietoteknologian käyttö ja käyttämättömyyden syyt 75–89-vuotiailla – Kooste kyselytutkimuksesta. Viitattu 26.4.2014 http://www.ikateknologia.fi/images/stories/Julkaisut/Gallup-kooste_172x248_netti.pdf