

Sydänpotilaan moniammatillinen kotiuttaminen

Opas uudelle sairaanhoitajalle ja hoitotyön opiskelijalle

LAB-ammattikorkeakoulu

Sairaanhoitaja (AMK)

2024

Linda Kainulainen

Farideh Sheykhani

Tiivistelmä

Tekijä(t)	Julkaisun laji	Valmistumisaika
Linda Kainulainen	Opinnäytetyö, AMK	2024
Farideh Sheykhani	Sivumäärä	
	25	
Työn nimi		
Sydänpotilaan moniammatillinen kotiuttaminen		
Opas uudelle sairaanhoitajalle ja hoitotyön opiskelijalle		
Tutkinto		
Sairaanhoitaja (AMK)		
Toimeksiantajanorganisaatio		
HUS Meilahden sairaala		
<p>Opinnäytetyön tarkoitus oli rakentaa opas sydänpotilaan kotiutuksen tueksi. Oppaan keskeinen tavoite on tarjota ajantasaista ja luotettavaa tietoa kardiologisen potilaan turvallisen kotiuttamisen tukemiseksi moniammatillisessa hoitotiimissä. Opas on suunniteltu edistämään hoitohenkilökunnan ja opiskelijoiden ymmärrystä kotiutusprosessin merkityksestä sekä siinä huomioon otettavista asioista.</p> <p>Sydänsairauksista kärsivän potilaan kotiutus sairaalasta on huolellisuutta ja tarkkuutta vaativa toimenpide. Se vaatii moniammatillista yhteistyötä, jolla varmistetaan, että potilaalla on selkeä jatko-hoitosuunnitelma, sekä riittävä tietoa omien elintapojensa muuttamiseksi, sekä oman toiminansa vaikutuksista sairauteen. Kun kaikki tarvittavat toimenpiteet käydään vaihe vaiheelta läpi kotiuttamisvaiheessa, niin hoidon kokonaislaatu paranee, sekä saadaan luotua oikeanlaiset rutiinit hoitohenkilöstölle.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä HUS Meilahden sairaalan kardiologisten osastojen 8 ja 9 kanssa. Kokosimme helppolukuisen mutta kuitenkin riittävän yksityiskohtaisen oppaan sydänpotilaan kotiuttamisen tueksi. Oppaassa on käytetty ajantasaista tietoa, niin sydänpotilaan hoidosta, kuin kotiuttamisesta.</p> <p>Opinnäytetyössä toteutettiin sydänpotilaan moniammatillinen kotiuttamisen opas sairaanhoitajille ja opiskelijoille. Työn eteneminen noudatti lineaarista mallia, ja oppaan kehitys sisälsi tavoitteen määrittelyn, suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin vaiheet. Lisäksi pyysimme osastonhoitajalta palautetta oppaasta.</p> <p>Oppaaseen tehtiin kehityksiä palautteen perusteella, erityisesti sisällön selkeyden parantamiseksi. Ulkoasultaan opas täytti odotukset, mutta palautteessa korostettiin lähihoitajatyön merkitystä, joka otettiin huomioon parannuksissa. Palautekeskustelussa oppaan selkeys, informatiivisuus ja käytettävyys arvioitiin kohtuullisiksi, mutta tiedon jakamisen vastuun selventämistä kaivattiin lisää. Jatko-toimenpiteinä suositeltiin syvempää tutkimuksellista aineistonkeruuta ja osallistavaa käyttäjäpalautetta oppaan jatkokehittämiseksi. Palautteesta saatiin arvokasta näkemystä oppaan vahvuuksista ja kehityskohteista.</p>		
Asiasanat		
sydänpotilas, kotiuttamisprosessi, moniammatillisuus, turvallisuus		

Abstract

Author(s)	Type of Publication	Published
Linda Kainulainen	Thesis, UAS	2024
Farideh Sheykhani	Number of Pages	
	25	
Title of Publication		
Multidisciplinary discharge of a cardiac patient		
Guide for a new nurse and nursing student		
Name, Field of Degree		
Bachelor of nursing (UAS)		
Organisation of the client		
HUS Meilahti Hospital's		
Abstract		
<p>The purpose of the thesis was to create a guide to support the discharge of cardiac patients. The central objective of the guide is to provide up-to-date and reliable information to support the safe discharge of cardiological patients in a multidisciplinary healthcare team. The guide is designed to enhance the understanding of healthcare professionals and students regarding the significance of the discharge process and the factors to be considered.</p> <p>Discharging a patient suffering from heart disease from the hospital is a meticulous and precise procedure. It requires multidisciplinary collaboration to ensure that the patient has a clear follow-up care plan and sufficient information about the impact of their lifestyle on the disease. When all necessary steps are carefully taken during the discharge phase, the overall quality of care improves, and appropriate routines are established for the healthcare staff.</p> <p>The thesis was carried out in collaboration with the cardiac departments 8 and 9 at HUS Meilahti Hospital. We compiled a user-friendly yet sufficiently detailed guide to support the discharge of cardiac patients. The guide incorporates up-to-date information on both the treatment of cardiac patients and the discharge process.</p> <p>The thesis implemented a multidisciplinary discharge guide for cardiac patients aimed at nurses and students. The progress of the work followed a linear model, and the development of the guide included the stages of goal definition, planning, implementation, and evaluation. Additionally, feedback on the guide was obtained from the head nurse.</p> <p>Based on the feedback, improvements were made to the guide, particularly focusing on enhancing the clarity of the content. The appearance of the guide met expectations, but the feedback emphasized the significance of practical nursing, which was taken into account in the enhancements. In the feedback discussion, the clarity, informativeness, and usability of the guide were assessed as reasonable, but further clarification of the responsibility for information sharing was requested. As follow-up actions, deeper research data collection and participatory user feedback were recommended for the ongoing development of the guide. The feedback provided valuable insights into the strengths and areas for improvement of the guide.</p>		
Keywords		
Cardiac patient, Discharge process, Multidisciplinary, Safety		

Sisällys

1	Johdanto.....	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
2	Perustietoa kardiologisista sairauksista	3
3	Kardiologisen potilaan kotiuttaminen.....	5
3.1	Potilaan kotiuttamisprosessi	5
3.2	Kotiutukseen liittyvät eettiset näkökulmat	5
4	Moniammatillinen kotiutusyhteistyö.....	8
4.1	Moniammatillista tiimityötä osastolla	8
4.2	Moniammatillisen tiimin jäsenet	10
4.3	Viestintä ja tiedonkulku tiimityössä	11
4.4	Moniammatillinen kotiuttamisen arviointi.....	13
4.5	Potilaan rooli kotiutusprosessissa.....	15
5	Oppaan laadinnan menetelmä	16
5.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	16
5.2	Hyvän oppaan kriteerit.....	16
5.3	Oppaan kehittämisprosessi	17
6	Pohdinta	20
6.1	Yhteenveto ja johtopäätökset	20
6.2	Eettisyys ja luotettavuus	21
6.3	Kehittämis ehdotus.....	23
	Lähteet	26

Liitteet

Liite 1. Sydänpotilaan moniammatillinen Kotiuttaminen - Opas HUS Meilahden uusille sairaanhoitajatyöntekijöille sekä opiskelijoille

Liite 2. Opinnäytetyötä koskeva yhteistyösopimus

1 Johdanto

Sydän- ja verisuonitaudit ovat maailmanlaajuisesti merkittävä terveysongelma. Sydän- ja verisuonitaudit muodostavat laajan joukon sairauksia, jotka vaikuttavat sydämeen ja verenkiertojärjestelmään. Näihin sairauksiin kuuluvat muun muassa sepelvaltimotauti, sydämen vajaatoiminta, aivohalvaus, sydämen rytmihäiriöt ja verenpainetauti. (THL 2021a.)

Sydän- ja verisuonitaudit ovat yleisiä ja niiden aiheuttamat kuolemat ovat merkittäviä. Huttunen (2015) huomauttaa, että on ensisijaisen tärkeää varmistaa, että potilaat saavat asianmukaista tukea ja ohjausta kotiuttamisprosessissa. Erityisesti ikääntyvät ja sydänsairauksista kärsivät potilaat tarvitsevat huolellista seuranta ja ohjausta kotonaan. Huolellinen seuranta ja ohjaus voivat auttaa ehkäisemään komplikaatioita ja parantaa heidän elämänlaatuaan. Turvallinen kotiuttaminen ja jatkohoito voivat näin ollen merkittävästi vaikuttaa sydän- ja verisuonitautteihin liittyvien kuolemantapausten ehkäisyyn ja potilaiden hyvinvointiin. (Käypähoito 2022a.)

Sydän- ja verisuonitautien yleisyyden vuoksi on tärkeää aikaa ennaltaehkäisyyn, varhaiseen diagnosointiin ja tehokkaisiin hoitomenetelmiin. Terveystieteiden ammattilaisten, tutkijoiden ja terveysjärjestöjen jatkuva työ sydän- ja verisuonitautien torjunnassa on keskeistä väestön terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi sekä sairastavuuden ja kuolleisuuden vähentämisessä. (THL 2021a.)

Tämän opinnäytetyön toimeksiantajina ja yhteistyökumppaneina toimivat HUS Meilahden kardiologian osastot M8 ja M9. Osastot ovat erikoistuneet sydän- ja verisuonitautteja sairastavien potilaiden hoitoon. Osastolla työskentelee noin 52 sairaanhoitajaa, 13 lähihoitajaa, 3 apulaisosastonhoitajaa, yksi opetushoitaja ja yksi osastohoitaja. Osasto on 30-paikkainen, ja valvonnassa on 11 potilaspaikkaa. Osastot on jaettu M9A- ja M9B-puolen sekä valvontapuoleen M8. Jokaisella osastolla hoidetaan keskimäärin 15 potilasta, ja potilashuoneet ovat joko yhden hengen huoneita tai kolmen hengen huoneita. (Frondelius 2023.)

Meilahden kardiologian osastot M8 ja M9 tarvitsevat oppaan potilaan turvallisesta kotiuttamisesta, koska se auttaa parantamaan potilaiden hoidon laatua ja tehokkuutta. Opas voi tarjota uutta tietoa ja käytännön näkökulmia, joita voidaan hyödyntää kotiuttamisprosessin kehittämisessä. Tämä edistää potilasturvallisuutta ja parantaa hoitohenkilökunnan valmiuksia varmistaa, että potilaat siirtyvät sairaalasta kotiin turvallisesti ja saavat tarvittavan jatkohoidon. (Frondelius 2023.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä sydänpotilaan moniammatillisen kotiuttamisen opas uusille sairaanhoitajantyöntekijöille ja opiskelijoille. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta sydänpotilaan kotiutusprosessin merkityksestä ja moniammatillisen tiimityön mahdollisuuksista.

2 Perustietoa kardiologisista sairauksista

Kardiologiset sairaudet ovat sydän- ja verisuonijärjestelmään liittyviä sairauksia, jotka vaikuttavat sydämen toimintaan ja verenkiertoon (THL 2022a). Nämä sairaudet ovat yleisiä ja niitä esiintyy eri ikäryhmissä ympäri maailmaa (THL 2021b).

Yksi yleisimmistä kardiologisista sairauksista on sepelvaltimotauti. Sepelvaltimotauti johtuu sepelvaltimoiden ahtautumisesta tai tukkeutumisesta, mikä vähentää veren virtausta sydänlihakseen. Tämä tila voi ilmetä rintakipuna tai rintakipukohtauksina, joita kutsutaan myös nimellä angiina eli nielutulehdus. Vakavissa tapauksissa sepelvaltimotauti voi johtaa sydänkohtaukseen, joka voi aiheuttaa pysyvää vauriota sydänlihakselle. (Käypähoito 2020a.)

Toinen yleinen kardiologinen sairaus on sydämen vajaatoiminta. Sydämen vajaatoiminta tarkoittaa tilaa, jossa sydän ei pysty pumppaamaan tarpeeksi verta kehon tarpeisiin. Tämä voi aiheuttaa oireita, kuten hengenahdistusta, väsymystä, turvotusta ja heikentynyttä fyysistä suorituskykyä. Sydämen vajaatoiminta voi johtua esimerkiksi sepelvaltimotaudista, korkeasta verenpaineesta tai sydämen läppäviasta. (THL 2020b.)

Kolmas yleinen kardiologinen sairaus on eteisvärinä. Eteisvärinä on yleisin sydämen rytmihäiriö, joka aiheuttaa epäsäännöllistä sydämen sykettä. Tämä johtuu siitä, että sydämen eteiset supistuvat epätasaisesti. Eteisvärinä voi lisätä riskiä aivohalvaukseen ja sydänkomplikaatioihin, joten sen hoito ja hallinta ovat tärkeitä. (Käypähoito 2021b.)

Lisäksi on olemassa muita kardiologisia sairauksia, kuten sydänlähän viat, sydänlihastulehdus ja synnynnäiset sydänviat. Sydänlähän viat voivat liittyä läppien ahtautumiseen tai vuotoihin, mikä vaikeuttaa veren virtausta sydämen läpi. Sydänlihastulehdus puolestaan on sydänlihaksen tulehdustila, joka voi johtua virusinfektiosta tai autoimmuunireaktiosta. (Hekkala 2020b.)

Synnynnäiset sydänviat ovat rakenteellisia poikkeavuuksia sydämen kehityksessä, jotka ovat läsnä jo syntymän hetkellä. Ne voivat vaihdella lievistä vioista vakaviin sydänanomaliaihin. Esimerkkejä synnynnäisistä sydänvioista ovat sydämen väliseinän tai läppien epänormaali kehittyminen, suurten verisuonten väärä sijoittuminen tai sydämen kammioiden epänormaali muoto. Nämä viat voivat vaikuttaa verenkierron normaaliin kulkuun ja sydämen toimintaan. (Terveystyö 2018a.)

Kardiologiset sairaudet voivat myös johtua useista eri syistä, kuten perinnöllisistä tekijöistä, elintavoista, ikääntymisestä ja muista perussairauksista. Esimerkiksi korkea verenpaine,

diabetes, lihavuus ja tupakointi voivat lisätä riskiä kardiologisille sairauksille. (Kääriäinen & Toivanen 2023.)

3 Kardiologisen potilaan kotiuttaminen

3.1 Potilaan kotiuttamisprosessi

Kardiologisen potilaan kotiuttamisen prosessi on monivaiheinen ja vaatii tarkkaa suunnittelua sekä yhteistyötä eri terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Potilaan tilan arviointi sairaalassa on ensiarvoisen tärkeää. Kardiologian asiantuntijat seuraavat potilaan sydämen toimintaa, tutkivat mahdollisia komplikaatioita ja varmistavat, että potilaan tila on vakaa. (Palonen ym. 2020a, 3–6.)

Kardiologi laatii hoitosuunnitelman yhdessä hoitotiimin kanssa, joka sisältää lääkityksen, ravitsemuksen, liikunnan ja seurannan kotioloissa. Potilasta ja hänen läheisiään opastetaan ymmärtämään sairautensa luonne, hoitosuunnitelma ja mahdolliset oireet, jotka saattavat vaatia välitöntä lääkärin huomiota. (Hekkala 2019.)

Potilaalle annetaan selkeät ohjeet lääkkeiden ottamisesta, niiden mahdollisista sivuvaikutuksista ja muiden lääkkeiden yhteensopivuudesta. Määritellään seurantakäynnit kardiologin vastaanotolla ja tarvittaessa muilla terveydenhuollon ammattilaisilla. Tarvittaessa suunnitellaan jatkohoito, kuten fysioterapia ja ravitsemusterapian tuki. Kun potilas ja hoitotiimi ovat valmiita, potilas voidaan kotiuttaa sairaalasta. Tärkeää on varmistaa, että potilaalla on kaikki tarvittavat lääkkeet ja ohjeet kotiin lähtiessä. (Pennanen & Kaukonen 2020.)

Potilaan tilaa seurataan tarpeen mukaan. Lisäksi potilaalle annetaan mahdollisuus ottaa yhteyttä hoitotiimiin, jos ilmenee kysymyksiä tai huolia. Kotiuttamisen prosessin on oltava yksilöllinen ja kattava, jotta potilas saa tarvitsemansa tuen ja ohjauksen sairauden hallintaan kotona. Jatkuva yhteistyö potilaan, hänen omaistensa ja terveydenhuollon ammattilaisten välillä on avainasemassa onnistuneessa kotiuttamisessa. (Pennanen & Kaukonen 2020.)

3.2 Kotiutukseen liittyvät eettiset näkökulmat

Potilaan kotiuttamiseen liittyy useita eettisiä näkökulmia, jotka ovat keskeisiä terveydenhuollon ammattilaisten päätöksenteossa ja potilaan hoidon suunnittelussa. Näitä näkökulmia ovat muun muassa itsemääräämisoikeus, hoidon riittävyys, riskien hallinta, tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus. (Etene 2011, 5.)

Anttilan (2018, 47–49) mukaan itsemääräämisoikeus on yksi keskeisimmistä eettisistä näkökulmista potilaan kotiuttamisessa. Se tarkoittaa potilaan oikeutta osallistua päätöksentekoon omasta hoidostaan ja kotiuttamisestaan. Terveydenhuollon ammattilaisten on kunnioitettava

potilaan itsemääräämisoikeutta ja varmistettava, että potilas saa riittävästi tietoa kotiuttamisen seurauksista ja mahdollisista riskeistä. Potilaan tulee voida ilmaista omat mielipiteensä ja toiveensa kotiuttamisen suhteen, ja päätökset tulisi tehdä yhdessä potilaan kanssa niin pitkälle kuin mahdollista.

Itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen voi kuitenkin olla haasteellista, erityisesti jos potilas ei kykene tekemään päätöksiä omasta hoidostaan esimerkiksi vakavan sairauden tai kognitiivisen heikentymisen vuoksi. Tässä tilanteessa terveydenhuollon ammattilaisten on ymmärrettävä, milloin potilaan itsemääräämisoikeutta voidaan rajoittaa lain puitteissa, mutta tämäkin tulee tehdä aina potilaan edun mukaisesti. (Anttila 2018, 157.)

Toinen tärkeä eettinen näkökulma liittyy hoidon riittävyteen kotiuttamisen yhteydessä. Potilaan on voitava luottaa siihen, että hän saa tarvitsemansa hoidon ja ohjeet kotiuttamisen jälkeen. Tämä sisältää muun muassa lääkityksen oikean käytön, ruokavalion ja liikunnan ohjauksen sekä seurantakäyntien järjestämisen. (Koskinen & Palonen 2019.)

Hoidon riittävyyden varmistaminen on eettinen velvollisuus terveydenhuollon ammattilaisille, sillä potilaan turvallisuus ja hyvinvointi ovat etusijalla. On tärkeää, että potilas ja hänen läheisensä ymmärtävät hoitosuunnitelman ja osaavat noudattaa sitä. Terveydenhuollon ammattilaisilla on vastuu varmistaa, että potilaalla on tarvittava tuki ja mahdollisuus kysyä apua tai saada lisäohjeita tarvittaessa. (Anttila 2018, 83.)

Potilaan kotiuttamiseen liittyy aina riskejä, kuten komplikaatioiden, uusien sairastumisten tai hoidon epäonnistumisen riski. Terveydenhuollon ammattilaisten eettinen velvollisuus on arvioida huolellisesti potilaan tilaa ja riskitekijöitä ennen kotiutusta. (Anttila 2018, 198.) Tämä tarkoittaa päätöksen tekemistä siitä, milloin kotiutus on turvallista ja milloin potilaan tulisi jäädä sairaalaan. (Karhu 2023, 11). Riskien hallintaan liittyy myös päätös potilaan edun ja turvallisuuden pohjalta, mikä vaatii moniammatillisen tiimin yhteistyötä ja konsultaatioita eri asiantuntijoiden kanssa. Tärkeää on punnita hyödyt ja haitat huolellisesti ja tehdä päätökset potilaan parhaaksi. (Koskinen & Palonen 2019.)

Kotiutukseen liittyy myös eettinen näkökulma tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden kannalta. Kaikilla potilailla ei välttämättä ole samanlaisia mahdollisuuksia kotona tapahtuvaan hoitoon ja tukiverkoston. Taloudelliset, sosiaaliset ja alueelliset tekijät voivat vaikuttaa potilaan kotiuttamisen onnistumiseen merkittävästi. (Anttila 2018, 452.)

Koskisen ja Palosen (2019) mukaan on tärkeää varmistaa, että kotiutuspäätökset tehdään objektiivisten kriteerien perusteella eikä potilaan taustalla olevilla tekijöillä ole syrjivää vaikutusta päätöksiin. Jokaisella potilaalla on oltava yhdenvertaiset mahdollisuudet saada tarvitsemansa hoito ja tuki kotonaan.

Ahosen (2021) mukaan potilaan kotiuttamiseen liittyvät eettiset näkökulmat korostavat potilaan itsemääräämisoikeuden kunnioittamista, hoidon riittävyden varmistamista, riskien huolellista arviointia ja tasa-arvon sekä oikeudenmukaisuuden periaatteiden noudattamista. Terveystieteiden ammattilaisilla on suuri vastuu varmistaa, että potilas saa tarvitsemansa tuen ja hoidon kotiuttamisen jälkeen, samalla kun potilaan itsemääräämisoikeutta ja turvallisuutta kunnioitetaan. Eettisten näkökulmien huomioiminen edistää potilaan hoidon laadukkuutta ja turvallisuutta kotona.

4 Moniammatillinen kotiutusyhteistyö

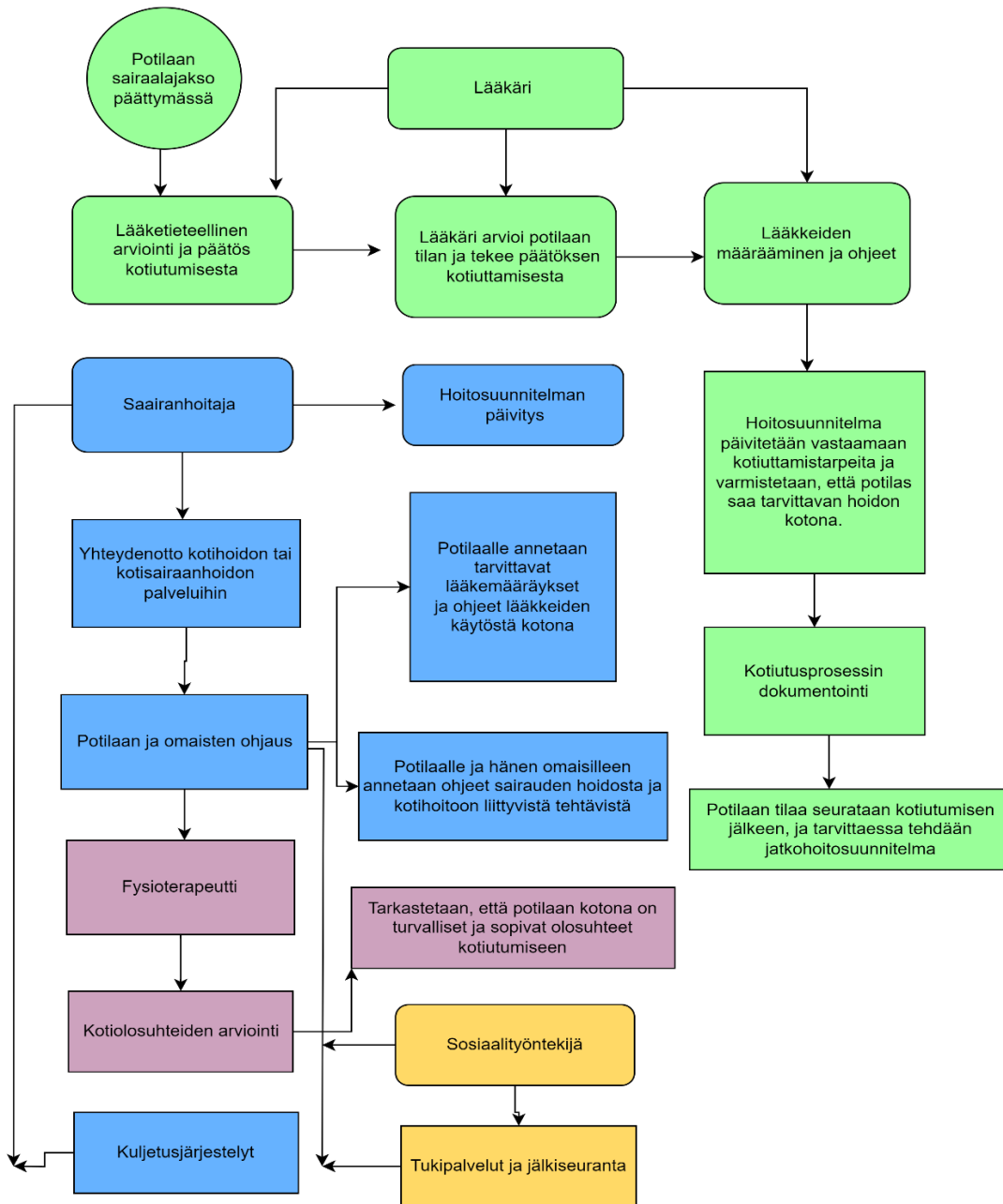
4.1 Moniammatillista tiimityötä osastolla

Moniammatillisessa terveydenhuollon tiimityössä korostuu yhteistyö, erityisesti kotiutusprosessin osalta. Meilahden kardiologisella osastolla järjestetään aamupalaveri klo 09. Aamupalaverissa eri ammattiryhmät kokoontuvat yhteen. Tarkoituksena on keskustella potilaiden hoidon suunnittelusta ja kotiutusyhteistyöstä. Yhteistyössä painotetaan potilaiden turvallisuutta. Tavoitteena on varmistaa hyvä hoito ja sairaalasta kotiin siirtyminen. (Nousiainen 2021,15.)

Palaverissa lääkärit raportoivat potilaiden tilasta ja hoitajakson arvioinnista sekä mahdollisista hoitosuunnitelmista (Kanta). Tähän kuuluu potilaiden diagnoosit, laboratoriotulokset ja kuvantamistutkimukset. Tässä vaiheessa sairaanhoitajat ja lähihoitajat voivat tuoda esille päivittäiset havainnot potilaiden voinnista, mukaan lukien verenpaine ja sydämen rytmi. (Sairaanhoitajat. 2020, 7.)

Tiimin jäsenet keskustelevat myös siitä, ketkä potilaista ovat valmiita kotiutumaan sairaalasta ja millainen tuki heille on tarpeen järjestää kotiin paluunsa helpottamiseksi. Fysioterapeutti arvioittaa potilaiden fyysistä kuntoa ja suosittelee tarvittavia jatkohoito- ja kuntoutuspalveluita. (Nousiainen 2021,16.)

Sydänpotilaan moniammatillisessa tiimissä työskentelee useita eri terveydenhuollon ammattilaisia, ja jokaisella hoitotiimin jäsenellä on oma roolinsa ja vastuunsa potilaan hoidossa. Roolien selkeys auttaa välttämään päällekkäisyyksiä ja varmistaa, että jokainen ammattilainen pystyy keskittymään omaan asiantuntemukseensa ja tehtäviinsä. (Sandström ym.2018). Kardiologisen tiimin jäseniä ovat lääkäri, sairaanhoitaja, lähihoitaja, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti, kliininen farmaseutti ja sosiaalityöntekijä (Kuusisto 2018, 21). Taulukossa 1. esitettyjä moniammatillisia työtehtäviä potilaan kotiuttamisen sairaalasta.



Taulukko 1. Potilaan moniammatillinen kotiuttaminen sairaalasta (Perälä & Hammar 2003, 29)

Erialaisten terveydenhuollon ammattilaisten yhteistyö on olennainen osa kokonaisvaltaista potilaanhoitoa (THL 2021a), erityisesti sydänsairauksien tapauksessa. Kardiologin, sairaanhoitajan, lähihoitajan, fysioterapeutin, ravitsemusterapeutin, sosiaalityöntekijän ja kliinisen farmaseutin tiivis yhteistyö mahdollistaa potilaan holistisen hoidon. Jokaisella ammattilaisella on oma roolinsa ja tehtävänsä, jotka täydentävät toisiaan. (Tirkkonen & Laatikainen 2018.)

Yhteistyö toteutuu säännöllisissä tiimikokouksissa, jossa ammattilaiset jakavat tietoa potilaasta ja suunnittelevat yhdessä hoitosuunnitelmaa. Potilaan hoidossa korostuu moniammatillinen lähestymistapa, jossa jokainen ammattilainen tuo oman erityisosaamisensa potilaan parhaaksi. (Tirkkonen & Laatikainen 2018.)

4.2 Moniammatillisen tiimin jäsenet

Moniammatillinen tiimi koostuu eri terveydenhuollon ammattilaisista, kuten lääkäreistä, hoitajista, terapeuteista, kliinisistä farmaseuteista ja sosiaalityöntekijöistä, jotka tekevät yhteistyötä potilaan parhaan mahdollisen hoidon takaamiseksi (Kuusisto 2018, 21, 34–38). Viestintä ja tiedonkulku ovat keskeisiä tekijöitä moniammatillisessa tiimissä, joka vastaa potilaan hoidosta.

Kardiologi on sydänsairauksiin erikoistunut lääkäri, joka vastaa sydänpotilaan diagnostiikasta, hoitosuunnitelman laatimisesta ja hoidon seurannasta. Kardiologi suorittaa sydäntutkimuksia, tulkitsee testituloksia, määrää tarvittavan lääkityksen ja tarvittaessa suorittaa toimenpiteitä, kuten pallolaajennuksen tai sydänleikkauksen. Lisäksi lääkärin tehtäviin kuuluu potilaan jatkoseuranta ja kotiutusprosessin dokumentointi. (Käypähoito 2022b.)

Sairaanhoitaja ja lähihoitaja ovat keskeisessä roolissa sydänpotilaan hoitotiimissä. He avustavat lääkäriä potilaan arvioinnissa, suorittavat sydäntutkimuksia, seuraavat potilaan tilaa ja antavat ohjeita lääkityksen ottamisesta. Lisäksi sairaanhoitaja ja lähihoitaja hoitavat potilaille perushoitoja ja tarjoavat heille tietoa sydänsairauksista ja niiden hoidosta. (Hekkala 2019.)

Sairaanhoitajan rooli kardiologian osastolla sisältää potilaan lääkityksen tarkistamisen ja varmistamisen, että potilas ymmärtää, miten ottaa lääkkeitä oikein. Hoitajat antavat myös ohjeita mahdollisista uusista lääkkeistä. (Schepel & Kuitunen 2020, 5.)

Lisäksi sairaanhoitaja voi osallistua kotiutumissuunnitelman laatimiseen yhteistyössä potilaan ja hoitotiimin kanssa. Tämä suunnitelma sisältää tiedot jatkohoidosta ja mahdollisista seurantakäynneistä. Tarvittaessa sairaanhoitaja auttaa järjestämään kotihoitoa, kotisairaanhoidon palveluita tai muita tukipalveluja potilaalle. Hän antaa ohjeita esimerkiksi verenpaineen mittauksessa tai ravitsemuksessa, ja opastaa potilasta tunnistamaan mahdolliset komplikaatiot, kuten rintakivun pahenemisen tai hengitysvaikeudet, ja neuvoo, milloin hakeutua hoitoon. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2022, 77, 81–83.)

Fysioterapeutti auttaa sydänpotilasta kuntoutuksessa ja fyysisen kunnon parantamisessa. Hän suunnittelee ja ohjaa sydänpotilaalle sopivaa harjoitusohjelmaa, joka voi sisältää aerobista liikuntaa, lihaskuntoharjoittelua ja kehonhallintaa. Fysioterapeutti seuraa potilaan edistymistä ja

tekee tarvittaessa muutoksia harjoitusohjelmaan. Fysioterapeutin tehtävänä on arvioida potilaan liikkumista ja tarvittaessa järjestää apuvälineitä sekä antaa ohjausta niiden käytössä. Lisäksi fysioterapeutti arvioi potilaan kotioloja. (Fysioterapeutit 2022.)

Ravitsemusterapeutti auttaa sydänpotilasta terveellisen ruokavalion suunnittelussa. Hän antaa ohjeita sydänystävällisestä ravinnosta, joka voi sisältää vähärasvaisia ruokia, kuitupitoisia elintarvikkeita ja vähäsuolaisia vaihtoehtoja. Ravitsemusterapeutti tarjoaa myös tukea ruokavalion noudattamisessa ja auttaa potilasta asettamaan realistisia tavoitteita. (HUS a.)

Sosiaalityöntekijä tukee sydänpotilasta sosiaalsiin ja taloudellisiin kysymyksiin liittyvissä asioissa. Hän auttaa potilasta löytämään tukipalveluja, kuten kotisairaanhoidoa, taloudellista tukea tai asumisjärjestelyjä. Sosiaalityöntekijä voi myös auttaa potilasta ja hänen perhettään käsittelemään sydänsairauden vaikutuksia arjessa. (HUS b.)

Kliininen farmaseutti työskentelee yhteistyössä potilaan ja muun hoitotiimin kanssa lääkehoidon turvallisuuden ja tehokkuuden varmistamiseksi. Hän arvio potilaan lääkitystä, tarkistaa mahdolliset lääkeinteraktiot ja antaa ohjeita lääkkeiden oikeasta käytöstä ja annostelusta. Kliininen farmaseutti voi myös auttaa potilasta lääkkeiden sivuvaikutusten hallinnassa. (Brinkmann & Laine 2021.)

4.3 Viestintä ja tiedonkulku tiimityössä

Tehokas viestintä ja tiedonkulku ovat olennaisia, jotta tiimi voi toimia saumattomasti yhdessä ja tarjota potilaalle kokonaisvaltaista hoitoa. Tietojen jakaminen, keskinäinen kommunikaatio ja päätöksenteon tuki mahdollistavat potilaan tarpeiden tehokkaan huomioimisen ja hoitosuunnitelmien yhtenäisen toteuttamisen. (Ervasti ym.2020.)

Kaikkien tiimin jäsenten tulisi viestiä selkeästi ja avoimesti. Tiedon tulee olla ymmärrettävää ja tarkkaa, jotta kaikki tiimin jäsenet voivat ymmärtää potilaan tilanteen ja tarpeet. Tätä voidaan toteuttaa erilaisilla viestintävälineillä, kuten raportoinnilla, kirjallisella viestinnällä, sähköposteilla ja keskusteluilla. Tietojen selkeä välittäminen mahdollistaa tehokkaan yhteistyön tiimin sisällä ja auttaa varmistamaan, että kaikki toimivat potilaan parhaaksi. (Kukkola 2021.)

Säännölliset kokoukset tiimin jäsenten kesken ovat tärkeitä tiedonkulun kannalta (Sivis). Näissä kokouksissa voidaan jakaa ajankohtaista tietoa potilaasta, keskustella hoitosuunnitelmasta ja päivittää tarvittaessa tietoja. Kokoukset mahdollistavat myös tiimin jäsenten vuorovaihtuksen ja keskinäisen tuen. (Kanta.)

Potilastietojen tulisi olla helposti saatavilla ja jaettavissa kaikille tiimin jäsenille. Tämä voidaan toteuttaa esimerkiksi sähköisen potilastietojärjestelmän avulla, jossa kaikki tarvittavat tiedot potilaasta ovat helposti saatavilla. On kuitenkin tärkeää ottaa huomioon tietosuojaan liittyvät näkökohdat potilastietojen jakamisessa. Potilastietojen luottamuksellisuus ja tietoturva on varmistettava asianmukaisilla suojamekanismeilla, jotta potilaan yksityisyys säilyy. (Valtioneuvosto.)

Tiimin jäsenten tulisi antaa säännöllisesti raportteja potilaan tilanteesta ja hoidon edistymisestä. Raporttien tulisi olla ymmärrettäviä, tiiviitä ja sisältää olennainen tieto potilaan tilasta. Raportointi auttaa kaikkia tiimin jäseniä pysymään ajan tasalla potilaan hoidosta ja mahdollisista muutoksista. (Holopainen ym. 2018.)

Jokaisella tiimin jäsenellä tulisi olla selkeät roolit ja vastuut potilaan hoidossa. On tärkeää varmistaa, että jokainen tiimin jäsen ymmärtää omat vastuualueensa ja tehtävänsä potilaan hoidossa. Selkeät roolit edistävät tehokasta tiedonkulua ja vähentävät mahdollisia päällekkäisyyksiä tai puutteita hoidossa. Tämä parantaa potilaan hoitokokemusta ja varmistaa kokonaisvaltaisen hoidon onnistumisen. (Tamminen & Solin 2014, 47.)

Moniammatillisessa tiimissä on tärkeää kannustaa avointa keskustelua ja kuuntelua. Jokaisen tiimin jäsenen näkemykset ja ehdotukset tulisi ottaa huomioon ja arvostaa. Tiimin jäsenten tulisi myös olla valmiita vastaanottamaan palautetta ja oppimaan toisiltaan. Avoin kommunikointi edistää tiedonkulun tehokkuutta ja auttaa ratkaisemaan ongelmia tai haasteita potilaan hoidossa. Tämä luo tiimiin yhteistyöhenkeä ja parantaa potilaan hoitoa ja tuloksia. (Nyrönen 2019.) Moniammatillisessa tiimissä tulisi luoda yhteinen hoitosuunnitelma potilaalle.

Hoitosuunnitelmaan tulisi sisältyä tavoitteet, hoitotoimenpiteet, aikataulut ja vastuut. Kaikki tiimin jäsenet tulee sitouttaa hoitosuunnitelman toteuttamiseen ja tiedottaa muutoksista tarvittaessa. Yhteinen hoitosuunnitelma varmistaa, että kaikki tiimin jäsenet ovat tietoisia potilaan hoidon suunnitelmasta ja osallistuvat sen toteuttamiseen. (Sandström ym. 2018.)

Potilaan hoito voi kestää pitkään, ja tiimin kokoonpano saattaa vaihdella ajan mittaan. Tässä tapauksessa on tärkeää varmistaa tiedon jatkuvuus ja siirtyminen uusille tiimin jäsenille. Tietoa potilaasta, hoitosuunnitelmasta ja edistymisestä tulee dokumentoida asianmukaisesti ja välittää uusille tiimin jäsenille. Näin uudet jäsenet voivat saada tarvittavat tiedot ja jatkaa potilaan hoidon sujuvaa etenemistä. (EU-terveydenhoito 2023)

Viestintä ja tiedonkulku moniammatillisessa tiimissä potilaan hoidossa ovat välttämättömiä tehokkaan ja laadukkaan hoidon tarjoamiseksi. Hyvä viestintä parantaa tiimityöskentelyä, edistää

potilaan turvallisuutta ja auttaa saavuttamaan tavoitteet potilaan hoidossa. Lisäksi yhteistyön avulla voidaan tunnistaa potilaan yksilölliset tarpeet, varmistaa hoitojen yhteen-sovittaminen ja tarjota kokonaisvaltaista tukea potilaan hyvinvoinnille. (Köhler ym. 2017.)

Moniammatillisessa tiimityössä on myös omat haasteensa ja esteensä. Tiimityön tehokkuutta voivat heikentää esimerkiksi erilaiset aikataululliset rajoitukset, resurssipula tai kommunikatiovaikeudet. Tiimin jäsenten erilaiset työtavat ja ammattitaustat voivat myös aiheuttaa haasteita yhteistyölle. Lisäksi potilaan tilan monimutkaisuus ja hoidon dynaamisuus voivat tuoda esiin odottamattomia tilanteita. (Nousiainen 2021, 14–15.)

4.4 Moniammatillinen kotiuttamisen arviointi

Sydänpotilaan kotiutumisprosessi arvioidaan usein monipuolisesti, ottaen huomioon potilaan tila, hoitokokemus ja kuntoutustarpeet. Lääketieteellinen tila otetaan huomioon, ja potilaan fyysinen tila ja sydänsairauden hallinta arvioidaan ennen kotiutumista. Tärkeää on varmistaa, että potilaan sydänterveys on vakaa ja että hoitotavoitteet on saavutettu. Tarvittaessa tehdään lääketieteellisiä testejä ja seuranta. (Alapappila 2022.)

Sydänpotilaiden moniammatillinen kotiuttaminen vaatii huolellista suunnittelua (Inkinen ym. 2015, 58). Potilaille tarjotaan riittävästi ohjeita kotona toimimiseen, mukaan lukien lääkkeiden ottaminen, ravitsemus, liikunta ja toipuminen. Kotiutumisympäristö ja sosiaalinen tuki arvioidaan tarkasti, jotta varmistetaan, että potilailla on turvallinen ympäristö kotonaan, erityisesti, jos he tarvitsevat apua päivittäisissä toiminnoissa. On huolehdittava, että järjestetään tarvittavat jälkitarkastukset tai seuranta-ajat potilaalle ja tarjottava kirjalliset ohjeet, joita hän voi helposti tarkistaa kotona tarvittaessa. (Koskinen & Palonen 2019.) Näiden toimenpiteiden avulla voidaan varmistaa sydänpotilaiden turvallinen kotiutuminen ja heidän terveytensä säilyminen.

Ennen potilaan kotiutusta on ensisijaisen tärkeää varmistaa, että hänen kuntosensa on riittävän hyvä kotona pärjäämiseen. Tätä arviointia tekee lääkäri tai hoitotiimi, jotka arvioivat potilaan fyysisen ja henkisen kunnon sekä kyvyn suoriutua päivittäisistä toiminnoista. (Valvira a.)

Kotiin palatessa on tärkeää varmistaa, että ympäristö on turvallinen sydänpotilaalle. Esimerkiksi esteettömät kulkureitit ja poistumistiet. Arvioidaan potilaan kotiympäristö turvallisuuden näkökulmasta ja varmistetaan, että koti on esteetön. Tarvittaessa voidaan harkita kotiin tehtäviä muutoksia, kuten käsikaiteiden tai liukuesteiden asentamista. (Muistiliitto.) Poistetaan liukkaat matot ja minimoidaan kaatumisriskit. Tarvittaessa hankitaan kotiin tarvittavia apuvälineitä, kuten rollaattoria tai suihkutuolia. Varmistetaan, että potilaalla on käytössään puhelin tai muu

kommunikaatioväline, jolla hän voi ottaa yhteyttä tarvittaessa. Suositellaan myös potilaalle tärkeiden yhteystietojen, kuten lääkärin tai hoitotiimin, tallentamista puhelimeen (Hietainen & Fröjdö 2016.) Kinnusen (2019) mukaan potilaalle tulee antaa kotiutuessa kirjallinen yhteenveto sairaalassa tehdyistä tutkimuksista, diagnooseista, suoritetuista toimenpiteistä ja jatkohoidon suunnitelmasta.

Sydänpotilaan kotiutumisen jälkeen saatetaan tarvita jatkohoitoa, kuten fysioterapiaa tai kotisairaanhoidoa. Potilaalle tulee antaa tietoa näistä jatkohoitajärjestelyistä ja ohjeet niiden noudattamisesta. Sairaalasta kotiutuvan sydänpotilaan hoitotiimin tulee varmistaa selkeä ja tehokas tiedonvälitys potilaan ja muiden terveydenhuollon ammattilaisten välillä. Tämä auttaa varmistamaan jatkohoidon sujuvuuden ja potilasturvallisuuden. (Juden 2020, 6–11.) On tärkeää varmistaa, että potilaalla on tukiverkko, ja keskustellaan hänen kanssaan hänen tukiverkostostaan. Onko hänellä perheenjäseniä, ystäviä tai naapureita, jotka voivat tarvittaessa auttaa. Tarvittaessa koordinoidaan kotihoitoa ja tukipalveluita potilaalle, kuten kotihoitopalveluja, kotihoitopua tai ruokapalveluita. (Hietainen & Fröjdö 2016.)

Potilaalle annetaan selkeät ohjeet siitä, miten toimia, mikäli hänen tilansa heikkenee tai ilmenee komplikaatioita (Valvira b). Potilaalle kerrotaan tarkasti, mihin hän voi ottaa yhteyttä ja milloin, mikäli hän tarvitsee apua tai neuvoja. Lisäksi potilaalle varmistetaan, että hänellä on sovittu jatkoseuranta-aika lääkärin tai hoitotiimin kanssa. Samalla tarkistetaan, että potilaalla on kaikki tarvittavat tiedot, kuten ajanvarausohjeet tai lähetteet, liittyen jatkoseurantaan. (Lääkäriliitto 2021.)

Huolehditaan siitä, että potilas saa tarvittavan koulutuksen ja ohjauksen kotihoiton toteuttamiseen. Tämä voi sisältää esimerkiksi haavanhoitoa, lääkkeiden annostelua tai muiden hoitotoimenpiteiden suorittamista kotona. Varmistetaan, että potilas ymmärtää annetut ohjeet ja osaa toimia oikein. (Kylmälahti 2017, 6–13.) Varmistetaan, että potilaan kotiutukseen liittyvä tieto välitetään asianmukaisesti kaikille tarpeellisille osapuolille, kuten potilaan läheisille, kotihoitopalveluille ja lääkärille. Tämä auttaa varmistamaan potilaan hoidon ja tukipalveluiden jatkuvuuden (Kinnunen 2019a.)

Seurataan potilaan kotiutumisen jälkeistä tilannetta ja arvioidaan säännöllisesti hänen hyvinvointiaan. Tarvittaessa tehdään kotikäyntejä tai järjestetään etäyhteyden kautta tapaamisia potilaan kanssa. Tämä auttaa havaitsemaan mahdolliset ongelmat varhaisessa vaiheessa ja tarjoamaan tarvittavaa tukea. On tärkeää, että potilaan kotiutus tapahtuu huolellisesti ja

turvallisesti. Yhteistyö potilaan, lääkärin, hoitohenkilökunnan ja muiden asianosaisten välillä on avainasemassa turvallisen kotiutuksen varmistamisessa. (Kuusisto ym. 2019, 3–6.)

4.5 Potilaan rooli kotiutusprosessissa

Potilaan aktiivinen osallistuminen ja sitoutuminen hoitoon ovat tärkeitä sydämen vajaatoiminnan hallinnassa. Potilaan tulee noudattaa erilaisia ohjeita ammattilaisilta, kuten lääkehoidon ohjeet, oireiden seuranta, elämäntapamuutokset, tiedonhankinta ja käydä lääkärintarkastuksessa säännöllisesti. Potilas tulee varmistaa säännölliset lääkärintarkastukset sydämen vajaatoiminnan seurantaan varten. Tämä tarjoaa mahdollisuuden arvioida tilan etenemistä, säätää lääkitystä tarvittaessa ja saada ohjeita oireiden hallitsemiseksi. (Tarnanen ym. 2018.)

Potilaan tulee noudattaa lääkehoidon ohjeita, kuten ottamalla lääkkeitä säännöllisesti ja oikea-aikaisesti lääkärin määräämällä tavalla. Tämä auttaa hallitsemaan sydämen vajaatoiminnan oireita ja parantamaan sydämen toimintaa. Potilaan tulee myös olla tietoinen lääkityksestään, sen tarkoituksesta ja mahdollisista sivuvaikutuksista. (Tarnanen ym. 2018.)

Potilaan tulee toteuttaa terveellisiä elämäntapamuutoksia sydämen vajaatoiminnan hallinnassa. Tämä sisältää terveellisen ruokavalion noudattamisen, liikunnan lisäämisen sopivassa määrin, tupakoinnin lopettamisen ja alkoholin kohtuullisen käytön. Potilas voi työskennellä yhdessä terveydenhuollon ammattilaisten kanssa suunnitelman luomiseksi ja seurataksaan edistymistään. (Tarnanen ym. 2018.)

Potilaan tulee seurata tarkkaan sydämen vajaatoiminnan oireita ja raportoida muutoksista lääkärilleen. Esimerkiksi hengenahdistuksen, väsymyksen, turvotuksen ja painonnousun seuranta voi auttaa havaitsemaan tilan muutokset varhaisessa vaiheessa. Tarvittaessa potilas voi ottaa aktiivisen roolin oppimalla lisää sydämen vajaatoiminnasta ja sen hoidosta. Tämä voi sisältää lukemista luotettavista lähteistä, osallistumista koulutustilaisuuksiin tai keskustelemalla avoimesti terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Mitä enemmän potilas ymmärtää tilaansa, sitä paremmin hän voi osallistua hoitoon ja tehdä informoituja päätöksiä. (Tarnanen ym. 2018.) Potilaan tulee varmistaa säännölliset lääkärintarkastukset sydämen vajaatoiminnan seurantaan varten. Tämä tarjoaa mahdollisuuden arvioida tilan etenemistä, säätää lääkitystä tarvittaessa ja saada ohjeita oireiden hallitsemiseksi. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2019.)

5 Oppaan laadinnan menetelmä

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on opiskelijan suorittama projekti, jonka tavoitteena on tuottaa käytännöllinen lopputulos. Yleensä pyritään ratkaisemaan ongelma, kuvailemaan prosessia tai kehittämään alan käytäntöä. Opiskelija suunnittelee, toteuttaa ja arvioi konkreettisia toimenpiteitä, kuten uuden prosessin, palvelun tai tuotteen kehittämistä. Opiskelija arvioi toimenpiteiden vaikutuksia asetettuihin tavoitteisiin käyttäen erilaisia mittareita ja dokumentoi koko prosessin kirjallisessa raportissa, joka sisältää taustatiedot, tavoitteet, suunnitelman, toteutuksen ja arvioinnin. (Salonen 2013, 6–8.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä sydänpotilaan moniammatillinen kotiuttamisen opas uusille sairaanhoitajatyöntekijöille ja opiskelijoille. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta sydänpotilaan kotiutusprosessin merkityksestä ja moniammatillisen tiimityön mahdollisuuksista.

Toiminnallisen opinnäytetyön suunnitellaan ja toteutetaan oma projekti, jossa yhdistetään teoreettista tietoa ja käytännön toimintaa. Tavoitteena on vastata työelämän tarpeisiin ja tuottaa konkreettisia tuloksia omalla panostuksella. Opinnäytetyö keskittyy erityisesti potilasturvallisuuden parantamiseen ja hoitoketjun sujuvuuden edistämiseen potilaan siirtyessä sairaalasta kotiin omasta näkökulmasta.

5.2 Hyvän oppaan kriteerit

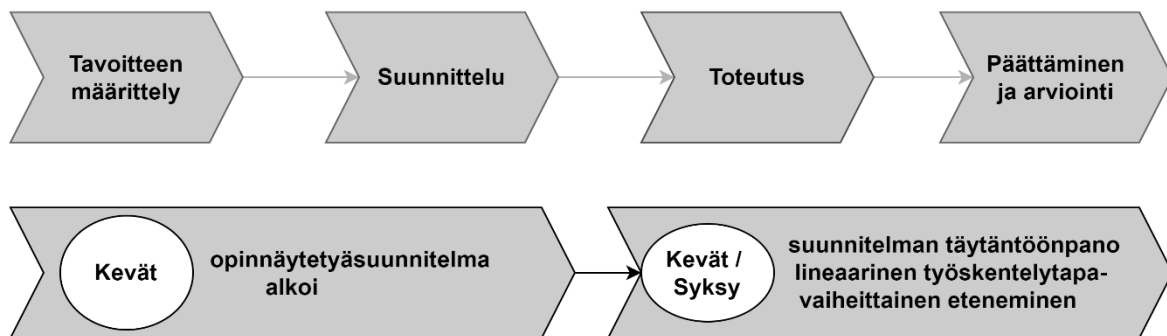
Oppaan kirjallisessa laadinnassa kiinnitetään huomiota siihen, että tekstin sävy on asiallinen ja asiakasta arvostava. Tiedon tulee olla ajantasaista ja virheetöntä. Oppaassa käytetään riittävän suurta kirjasinkokoa ja huolehditaan tekstin selkeästä asetelusta, jotta se olisi helppolukuinen uudemmalle työntekijälle, että opiskelijoille lukijoille. Tekstissä tulee noudattaa oikeinkirjoitusnormeja. Opas esittää samat asiat samoin termein eri vaiheissa, välttäen kuitenkin toistoa oppaan etenemisen aikana. (Perttula 2018a.)

Oppaan pääkohdat tulee olla selkeästi esillä. Tarvittaessa oppaassa voidaan mainita, mistä aiheeseen liittyvää lisätietoa löytyy. Tekstin lisäksi voidaan käyttää luetteluita, joissa asiat on erotettu toisistaan esimerkiksi viivan avulla. Luetteluiden avulla korostetaan tärkeitä asioita, mutta on tärkeää huomioida, etteivät luettelut muodostu liian pitkiksi, sillä se saattaa vaikeuttaa oppaan lukemista. (Perttula 2018b.)

Huolimattomasti tehty, viimeistelemätön teksti saattaa aiheuttaa lukijalle ärtymystä. On suositeltavaa luetuttaa opas jollakulla toisella ennen valmistumista, sillä tekijä voi muuttua sokeaksi omille virheilleen. Tekstin lopullista asettelua tehdessä on tärkeää huomioida sivujen taitto, jotta tiedon jäsentelyä tuetaan. Tarvittaessa oppaan tekstiä voi selventää kuvilla tai taulukoilla. (Perttula 2018b.)

5.3 Oppaan kehittämisprosessi

Opinnäytetyö etenee viiden erilaisen vaiheen kautta lineaarisen mallin mukaisesti. (Toikko & Rantanen 2009.) Käytetään tätä mallia varmistamaan, että opinnäytetyön tulosta kehitetään systemaattisesti ja määrätietoisesti.



Taulukko 2. *Opinnäytetyön eteneminen lineaarisen malli mukaan (Salonen 2013, 15)*

Tavoitteen määrittelyvaiheessa oppaan perustava vaihe oli, jossa tavoitteet määritettiin selkeästi, ja päätettiin, mitä haluttiin saavuttaa työllä. Tavoitteiden asettaminen auttoi ohjaamaan koko opinnäytetyön prosessia. Oli tärkeää pohtia, miksi kyseinen aihe valittiin ja miksi se on tärkeä sairaanhoitajalle potilaan kotiutumisen kannalta.

Suunnitteluvaiheessa korostuu systemaattinen suunnittelu, joka varmistaa loogisen etenemisen ja asioiden luonnollisen yhteyden toisiinsa. Ymmärrettävyyttä edistetään kielen selkeydellä, asianmukaisella ulkoasulla ja rakenteen selkeydellä. Otsikoinnilla tiivistetään oppaan sisältö, ja lauserakenteita suunniteltaessa otetaan huomioon oppaan käyttötarkoitus. (Salonen 2013, 5, 31.) Oppaan suunnittelu alkoi keväällä 2023 aiheen valinnan jälkeen yhteistyökumppanilta HUS Meilahdelta saadun toimeksiannon myötä. Osastohoitajan kanssa käytiin läpi heidän ajatuksiaan ja toiveitaan oppaan suhteen, ja toimeksiantosopimus allekirjoitettiin 5.5.2023. Suunnitelmassa otettiin huomioon oppaan helppolukuisuus ja selkeys, vastaten yhteistyökumppanin toiveisiin oppaan sisällöstä.

Toteutusvaiheessa opinnäytettä työstetään suunnitelman ja aikataulun pohjalta, osallistuen ohjaukseen ohjaajan ja toimeksiantajan kanssa. Opiskelijan sitoutuminen korostuu, ja kaikki toimenpiteet suoritetaan ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaisesti. (Salonen 2013, 5,18.) Toteutusvaiheessa hyödynnetään tutkimus- ja kehittämisosaamista, ja suunnitelma pannaan täytäntöön kevään ja syksyn aikana. Toteutusvaiheessa suunnitelmaa noudatettiin tarkasti. Aineistoa kerättiin internetistä, ja kirjoitusprosessi käynnistyi aiemmin kerättyjen tietolähteiden pohjalta. Oppaan kirjoittamisessa kiinnitettiin erityistä huomiota selkeään kieleen ja vältettiin liian teknistä terminologiaa. Toteutusvaiheessa oppaan sisältöä laajennettiin monipuolisesti kattamaan eri osa-alueet.

Päätös- ja arviointivaiheessa opas viimeistellään ja raportoidaan koulutusalan käytänteiden mukaisesti (Salonen 2013, 19). Opas esiteltiin kardiologisen osaston osastonhoitajalle, ja oppaaseen liittyen käytiin palautekeskustelu. Lisäksi kävimme kardiologisen osastonhoitajan kanssa oppaan läpi, käytimme ALD-mittaria sekä keskustelimme moniammatillisesta yhteistyöstä, jossa jokaisella on oma roolinsa ja tehtävänsä. Palautekeskustelun perusteella opas vaikutti ulkoasultaan selkeältä ja helppolukuiselta. Saimme kuitenkin palautetta oppaan sisällöstä ja korjaus- sekä parannusehdotuksia niihin. Toiveena oli lisätä selkeyttä siitä, kuka suorittaa minkäkin tehtävän, sekä ottaa huomioon myös lähihoitajatyön. Saamamme palautteen perusteella täydensimme ja hioimme opastamme vielä haluttuun suuntaan.

Arviointivaiheessa emme keränneet tutkimuksellista aineistoa oppaaseen liittyen, mutta halusimme kuitenkin saada palautetta oppaasta. Palautteen saamiseksi sovimme palautetapaamisen kardiologisen yksikön osastonhoitajan kanssa. Tapaaminen toteutui hybridinä, missä toinen meistä oli HUS Meilahden sairaalassa Helsingissä kardiologisen hoitajan kanssa, ja toinen osallistui Teamsin välityksellä. Tapaaminen kesti yhden tunnin, ja tuona aikana kävimme oppaan läpi.

Arvioinnin yhteydessä tarkastelimme oppaan vaikutuksia koulutusalan käytänteiden mukaisesti. Johtopäätöksinäimme huomasimme, että opas täytti ulkoasultaan selkeän ja helppolukuisen kriteerit, mutta palautteen perusteella havaitsemamme kehityskohdat sisällössä olivat merkittäviä. Korjasimme oppaaseen liittyviä epäselvyyksiä ja lisäsimme tarkennuksia erityisesti kohdissa, joissa selkeyden puute oli noussut esiin. Tässä vaiheessa oli myös olennaista huomioida lähihoitajatyön osuus, kuten palautteessa oli toivottu.

Palautekeskustelussa nousi esille useita hyvän oppaan kriteereihin liittyviä asioita, kuten selkeys, informatiivisuus ja käytettävyys. Keskustelun perusteella saatoimme todeta, että

oppaamme vastasi näihin odotuksiin kohtuullisesti, mutta parannuksia tarvittiin erityisesti tiedon jakamisen vastuun selventämisessä. Olimme tyytyväisiä saatuun palautteeseen, sillä se antoi meille arvokasta näkemystä oppaan vahvuuksista ja kehityskohteista.

Jatkotoimenpiteenä suosittelimme syvällisempää tutkimuksellista aineistonkeruuta tuleville tutkimuksille. Lisäksi suosittelimme osallistavaa käyttäjäpalautetta oppaan kehittämiseksi. Näiden elementtien avulla voimme saada monipuolisempaa tietoa oppaan tehokkuudesta ja sen käytännön soveltuvuudesta kohderyhmälle.

6 Pohdinta

6.1 Yhteenveto ja johtopäätökset

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä sydänpotilaan moniammatillinen kotiuttamisen opas uusille sairaanhoitajalle ja hoitotyön opiskelijoille. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta sydänpotilaan kotiutusprosessin merkityksestä ja moniammatillisen tiimityön mahdollisuuksista.

Oppaan tavoitteena on tukea uusien työntekijöiden ja opiskelijoiden tietoisuutta kotiutusprosessin merkityksestä ja mahdollisuuksista Meilahden sairaalan kardiologian osastolla. Keskeisenä tavoitteena on tarjota ajantasaista ja luotettavaa tietoa, joka tukee moniammatillisen terveydenhuoltotiimin sydänosaston potilaiden turvallista kotiuttamista.

Opinnäytetyössä luotu opas tarjoaa tukea ja ohjausta uusille työntekijöille ja opiskelijoille eri vaiheissa kotiutusprosessia, mikä parantaa potilasturvallisuutta ja hoitotyön laatua. Lisäksi se edistää moniammatillista yhteistyötä ja tiedon jakamista osastolla. Näin ollen opinnäytetyön kautta saatu opas voi parantaa potilasturvallisuutta ja hoitotyön laatua kardiologian osastolla.

Oppaan tietoperusta on rakennettu hoitoalla yleisesti käytettyjen lähteiden varaan, kuten Duodecimin julkaisut ja erilaiset hoito-ohjeet. Tämä tietoperusta on olennainen osa oppaan luotettavuutta ja käytännöllisyyttä. Se sisältää yksityiskohtaisia ohjeita ja suosituksia käytännön toimenpiteistä liittyen potilaan kotiuttamiseen, kuten potilaan arviointi kotiutuskelpoisuuden osalta, lääkitys- ja hoitosuosituksiset sekä ohjeistus potilaan ja hänen perheensä neuvomiseen kotiutuksen jälkeisestä hoidosta ja seurannasta kotona.

Opinnäytetyössä pyrimme kokoamaan kattavan ja ajantasaisen oppaan sydänpotilaan moniammatilliseen kotiuttamiseen. Työn aikana valitsimme tietoperustaksi luotettavia ja hoitoalalla yleisesti hyväksytyjä lähteitä, kuten Duodecimin julkaisut ja erilaiset hoito-ohjeet. Tämä päätös perustui haluumme varmistaa oppaan luotettavuus ja käytännöllisyys. Pidimme näitä lähteitä lähtökohtaisesti melko luotettavina, koska tiedämme niitä käytettävän myös itse hoitotyössä.

Työn edetessä koimme, että valittu tietoperusta tarjosi vahvan perustan, mutta samalla heräsi kysymys siitä, miten voimme entisestään syventää ja laajentaa oppaan sisältöä. Tulevaisuudessa voisi olla hyödyllistä harkita esimerkiksi potilaskeskeisempää näkökulmaa tai tuoda

mukaan kokemusperäistä tietoa, mikä voisi rikastuttaa oppaan sisältöä ja tehdä siitä vieläkin käytännönläheisemmän.

Reflektointi tietoperustan kanssa on jatkokehityksen kannalta tärkeää, ja se antoi meille mahdollisuuden oppia ja kehittyä entistä paremmiksi terveydenhuolto-oppaiden tuottajina. Tämä prosessi avasi meille mahdollisuuden hienosäätää lähestymistapojamme ja parantaa tuottamiemme oppaiden laatua entisestään.

Työmme tuloksena syntynyt opas on merkittävä lisä Meilahden sairaalan kardiologian osaston toimintaan. Se ei ainoastaan tue uusia työntekijöitä ja opiskelijoita, vaan myös edistää potilasturvallisuutta ja hoitotyön laatua. Kääriäisen (2020, 7) mukaan opas on esimerkki siitä, miten teoreettinen tieto voidaan muuttaa käytännön toiminnaksi, joka tukee terveydenhuollon ammattilaisten työtä ja parantaa potilaiden hoitoa. Tämä opinnäytetyö osoittaa, kuinka tärkeää on yhdistää teoreettinen tieto ja käytännön sovellukset terveydenhuollossa (Oulun ammattikorkeakoulu. 2024).

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen on olennainen vaatimus opinnäytetyön laatijalle, joka sitoutuu ensisijaisesti rehellisyyteen ja huolellisuuteen. Tieteellisen kunnioituksen periaate edellyttää myös muiden tutkijoiden työn arvostamista. Opinnäytetyöprosessissa on lisäksi tärkeää ottaa huomioon sovellettavat lait, kuten EU:n tietosuojasetus, tietosuojalaki, tekijänoikeuslaki, laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista sekä hallintolaki. (Raivo & Lempinen 2020,11–13,26.)

Opinnäytetyössä hyödynnettiin tietoa monipuolisista, luotettavista ja relevanteista lähteistä (Mäkimurto & Koikkalainen 2019, 12). Lisäksi tietoa kerättiin haastattelemalla M8- ja M9-osastolta ja lääketieteellisistä tutkimustuloksista sekä internet-lähteistä. Hoitotyön lähteinä on käytetty yleisesti hoitoalla luotettavina pidettyjä lähteitä, kuten alan opetuskirjallisuutta, sekä tutkimustuloksia käyttäviä lähteitä.

Internet-lähteiden luotettavuus varmistetaan arvioimalla huolellisesti tekijän tai organisaation asiantuntemusta, tarkistamalla julkaisualustan maine, kiinnittämällä huomiota päivämäärään ja mahdolliseen puolueellisuuteen, tarkistamalla lähdeviitteet, vertailemalla useita luotettavia lähteitä, tarkistamalla verkkotunnus ja soveltamalla kriittistä ajattelua. Näillä toimenpiteillä pyritään varmistamaan, että käytetty tieto perustuu luotettaviin ja päteviin lähteisiin (Kuutti 2015, 57–59).

On tärkeää korostaa, että luotettavuuden tarkastelun lisäksi myös eettisyys on keskeinen näkökulma. Tietolähteiden käytössä on otettava huomioon, että ne eivät ole vain luotettavia vaan myös eettisesti kestäviä. Tämä voi sisältää tarkastelun siitä, miten tiedon hankinta on tapahtunut, onko se julkaistu avoimesti ja läpinäkyvästi, sekä onko tekijällä mahdollisia sidonnaisuuksia tai intressejä, jotka voivat vaikuttaa tiedon esittämiseen. (Keiski ym.2023, 8–10.)

Eettinen tarkastelu on olennainen osa informaation arviointia, ja sen huomioiminen edistää paitsi luotettavan myös eettisesti kestävä tiedon käyttöä ja jakamista (Vuori). Henkilötietojen käsittelyssä on aina noudatettava tietosuojalain tai tietosuoja-asetuksen mukaisia käsittelyperusteita. Ainoastaan tietoja, jotka ovat tarpeellisia käsittelyn tarkoituksen kannalta, saa käsitellä. (Tietosuojavaltuutetun toimisto.)

Tutkimusaineistoa käsiteltäessä on noudatettava suunnitelmallisuutta, vastuullisuutta ja lainmukaisuutta. Tämä tarkoittaa esimerkiksi tutkimukseen osallistujien informoimista ja suostumuksen hankkimista. Tutkimussuunnitelmassa on otettava huomioon kaikki tutkimusaineiston käsittelyyn liittyvät riskit sekä tutkittavien että muiden henkilöiden kannalta. Lisäksi tutkijan on noudatettava voimassa olevan lainsäädännön ohella oman organisaationsa tietosuojaohjeita. Yleisenä periaatteena on suojata julkaisuissa mainittujen sekä tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden yksityisyyttä. Henkilöhaastatteluihin voidaan liittää henkilöiden nimiä ja muita taustatietoja vain heidän suostumuksellaan. Yleisesti ottaen ei ole asianmukaista julkaista tietoja, joista henkilöt voitaisiin tunnistaa. (Kohonen ym. 2019,5,14–15.) On tärkeää korostaa, että opinnäytetyöraportissamme ei ole paljastettu kenenkään henkilöllisyyttä, eikä minkäänlaista henkilötietoa ole kerätty opinnäytetyön laatimisen yhteydessä.

Opinnäytetyö tehtiin työelämän yhteistyökumppanin toimeksiannosta, ja yhteistyösopimus tutkimuslupineen solmittiin HUS Meilahden sairaalan kanssa. Oppaan toteutusta varten kuulimme eri henkilökunnan jäseniä ja Meilahden sairaalan opiskelijoita, joiden kokemukset uusien asiakkaiden tiedon tarpeista toimivat oppaan perustana. Materiaalin hyödyllisyys ja luotettavuus perustuivat näiden ammattilaisten kokemukseen, ja samalla otimme huomioon myös toimeksiantajan toiveet.

Jatkossa olisi voinut olla hyödyllistä lisätä vielä tarkemmin, miten eri henkilökunnan jäsenten ja opiskelijoiden kokemukset integroitiin oppaan sisältöön. Lisäksi opinnäytetyön käytännön sovellutuksen seuraamista ja mahdollisia muutoksia olisi voitu tarkastella tarkemmin. Kriittinen arviointi siitä, miten materiaalia käytettiin tai voisi käyttää käytännössä, olisi voinut antaa syvällisempää tietoa oppaan vaikutuksesta kohderyhmään. Asiakaspalautteen tai

käyttökokemusten kerääminen voisi myös olla hyödyllinen jatkokehityksen näkökulmasta, antaen mahdollisuuden reagoida nopeasti ja tehdä tarvittavia parannuksia.

Oppinäytetyön uskottavuutta voidaan varmistaa huolellisella lähdemateriaalin käytöllä. Jokaisen väitteen tueksi on viitattava luotettaviin lähteisiin, kuten tutkimuksiin tai asiantuntijoiden näkemyksiin. Tärkeää on myös avoimuus tutkimusprosessista ja menetelmistä. (Keskitalo 2022, 19.) Kirjoittajan on oltava rehellinen tutkimuksen rajoituksista ja mahdollisista bias-tekijöistä. Vertaisarvioinnilla ja palautteella on myös keskeinen rooli, ja siksi on suositeltavaa pyytää asiantuntijoiden arvioita ja kommentteja oppinäytetyöstä ennen sen lopullista viimeistelyä. Näin varmistetaan, että työ on tasokas ja vastaa tieteellisiä standardeja. (Arene 2018, 7–8.)

Opinnäytetyössämme pyrimme varmistamaan uskottavuutta huolehtimalla systemaattisesta lähdemateriaalin käytöstä. Jokainen esittämämme väite pohjautui luotettaviin lähteisiin, kuten aikaisempiin tutkimuksiin ja asiantuntijoiden näkemyksiin. Lisäksi kiinnitimme erityistä huomiota avoimuuteen tutkimusprosessissa ja -menetelmissä, ilmoittaen selkeästi mahdollisista rajoituksista ja bias-tekijöistä. Vielä laadukkaamman oppaasta olisi voinut saada tekemällä itse jonkinlaista tutkimusta aiheeseen liittyen, esimerkiksi kyselytutkimuksen muodossa.

Vertaisarviointi oli keskeinen osa työtämme, ja pyysimme useiden asiantuntijoiden arvioita ja kommentteja ennen opinnäytetyön lopullista viimeistelyä. Tällainen palautteen kerääminen varmistasi, että työmme vastaa tieteellisiä standardeja ja auttoi meitä havaitsemaan mahdolliset parannusmahdollisuudet ennen lopullista jättämistä.

6.3 Kehittämisehdotus

Sydänpotilaan moniammatillinen kotiuttaminen kardiologiselta osastolta on tärkeä aihe, joka vaatii kehittämisehdotuksia. Kehittämisehdotus liittyy turvallisen kotiuttamisen parantamiseen, erityisesti sydämenvajaatoiminta potilaiden kotiutusprosessiin moniammatillisella yhteistyöllä ja ohjauksella.

Moniammatillisen tiimin roolia voidaan vahvistaa kehittämällä selkeämpi ja aktiivisempi rooli tiimin jäsenille, jotka koostuvat kardiologeista, sairaanhoitajista, fysioterapeuteista, sosiaalityöntekijöistä ja tarvittaessa muista terveydenhuollon ammattilaisista (Kela 2023). Tärkeää on, että jokaisella tiimin jäsenellä on oma roolinsa tiedossa. Tiimin tarkoituksena on tehdä yhteistyötä ja jakaa keskenään tietoa potilaan kotiuttamiseen liittyvistä asioista sekä suunnitella yhdessä potilaan jatkohoitoa.

Tiedon jakamista voitaisiin tehostaa esimerkiksi säännöllisillä tiimikokouksilla, sähköisillä potilastietojärjestelmillä, raportoinnilla ja vuorovaikutuksella hoitotyössä. Nämä välineet varmistavat, että kaikki tiimin jäsenet saavat ajantasaista tietoa potilaan tilasta ja voivat osallistua aktiivisesti hoitosuunnitelmaan. Lisäksi koulutustilaisuudet ja yhteiset dokumentaatiokäytännöt voivat edistää yhdenmukaista tiedonkulkua ja ymmärrystä.

Tulevaisuudessa on tarpeen tutkia tarkemmin, miten moniammatillisen tiimin jäsenet jakavat tietoa keskenään, jotta prosessia voidaan hienosäätää entistä tehokkaammaksi. Syvälinen ymmärrys tiedonkulusta voi johtaa parempaan potilaiden hoitoon ja turvalliseen kotiutukseen kardiologiselta osastolta.

Seuraaville opiskelijoille hyviä tutkimusaiheita tai kehittämissuunnitelman aiheita olisivat esimerkiksi: "Sydänpotilaan kotiuttamisprosessin vaikutus potilaan pitkäaikaishoitoon ja elämänlaatuun". Tämä tutkimus voisi keskittyä siihen, miten kotiuttamisprosessi vaikuttaa potilaan elämänlaatuun ja pitkäaikaishoitoon.

Siinä voitaisiin tarkastella, miten potilaat soveltavat ja ylläpitävät kotiuttamisen yhteydessä saamia ohjeita terveellisistä elämäntavoista, kuten ruokavaliosta ja liikunnasta, ja miten nämä muutokset vaikuttavat heidän pitkäaikaisterveyteensä. Tutkimus voisi tarkastella myös erilaisia kotiuttamismenetelmiä ja niiden vaikutusta potilaan terveyteen ja hyvinvointiin pitkällä aikavälillä.

Lisäksi olisi tärkeää kerätä lisätietoa, että millaista emotionaalista tukea potilaat ja heidän perheensä tarvitsevat. Tämä voisi sisältää pelkojen ja huolien käsittelyn, masennuksen tai ahdistuksen tunnistamisen ja tukemisen sekä perheenjäsenten roolin potilaan tukemisessa. Huomiota voisi ottaa myös, että kotiuttamisprosessin vaikutus perheen arkeen, mukaan lukien taloudelliset seuraukset, työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen sekä mahdolliset muutokset perheenjäsenten rooleissa ja vastuissa.

Toinen hyvä ja hyvinkin ajankohtainen aihe olisi: digitaalisten työkalujen käyttö sydänpotilaiden kotiuttamisessa ja seurannassa. Tämä kehittämissuunnitelma voisi tutkia, miten digitaalisia ratkaisuja, kuten mobiilisovelluksia, etäseurantajärjestelmiä tai tekoälypohjaisia työkaluja, voidaan hyödyntää potilaiden kotiuttamisessa ja jälkihoidossa. Tutkimus voisi keskittyä digitaalisten työkalujen tehokkuuteen potilaiden seurannassa, niiden vaikutuksiin potilaiden itsenäisessä hoidossa ja elämänlaatuun sekä niiden integrointiin terveydenhuollon järjestelmiin. Lisäksi voitaisiin tutkia, miten nämä työkalut vaikuttavat terveydenhuollon ammattilaisten työskentelyyn ja potilaiden turvallisuuteen.

On tärkeää varmistaa, että digitaaliset työkalut ovat helppokäyttöisiä ja saavutettavissa kaikille potilaille, mukaan lukien ikääntyneet tai teknologisesti vähemmän taitavat käyttäjät. Tämä vaatii intuitiivisen käyttöliittymän suunnittelua ja selkeiden ohjeiden tarjoamista. Nykyaikana kaikkea kyllä pystytään digitalisoimaan, mutta varsinkin vanhusten kanssa toimiessa digitaalisten alus-
tojen täytyisi olla mahdollisimman helppokäyttöisiä, jotta kynnys niiden hyödyntämiseen olisi mahdollisimman matala.

Lähteet

Aho, K. 2021. Kotiutushoitajien kokemuksia takaisinsoitoista sairaalasta kotiutumisen jälkeen. Itä-Suomen yliopisto, Terveystieteiden tiedekunta. Viitattu 9.10.2023. Saatavissa

https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/26126/urn_nbn_fi_uef-20211345.pdf?sequence=1

Alapappila, A. 2022. Liikunta ja sydämensiirto. Sydänliitto. Viitattu 16.6.2023. Saatavissa

<https://sydan.fi/ammattilaispalvelu/artikkeli/sydamen-siirto-ja-liikunta/>

Anttila, L.-H. 2018. Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaan itsemääräämisoikeus. Työryhmän raportti. Viitattu 20.12.2023. Saatavissa

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160961/STM_R_27_Asiak_itsemaaraami-soikeus_sos_terv_huollossa.pdf

Arene. 2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 22.11.2023.

Saatavissa https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_ammattikorkeakoulujen-opinnaytetoiden-eettiset-suositukset.pdf

Brinkmann, S. & Laine, M. 2021. Lääkehoidon suunnitelma osana terveys- ja hoitosuunnitelmaa.

Duodecim. Viitattu 23.6.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo16109>

Ervasti, M., Hackzell, T., Päätaalo, K. & Saarnio, R. 2020. Potilasturvallisuus ja ISBAR-menetelmä puhelimesta käytävän viestinnän ytimessä.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/337958/ePooki%2030_2020.pdf?sequence=2&isAlowed=y

Etene. 2011. Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. Etene-julkaisuja 32. Viitattu 17.11.2023.

Saatavissa <https://etene.fi/documents/66861912/66865169/ETENE-julkaisuja+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf/13c517e8-6644-4fa5-8c5f-193cfdce9841/ETENE-julkaisuja+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf?t=1439805553000>

EU-terveydenhoito. 2023. Hoitosuunnitelma. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa <https://www.eu-terveydenhoito.fi/tieda-oikeutesi/potilaan-oikeus-hoitoon/hoitosuunnitelma/>

Frondelius, U. 2023. Meilahden sairaalaa kardiologian osastohoitaja. Haastattelu 26.10.2023.

Fysioterapeutit. 2022. Sepelvaltimotautipotilaan liikunnallinen kuntoutus. Suomen Fysioterapeutit.

Viitattu 23.6.2023. Saatavissa <https://www.suomenfysioterapeutit.fi/fysioterapia/fysioterapiatiede-ja-tutkimus/fysioterapiasuositukset/sepelvaltimotautipotilaan-liikunnallinen-kuntoutus/>

Hekkala, A.-M. 2019. Sydän- ja verisuonitautien tutkimukset. Sydänliitto. Viitattu 12.6.2023.

Saatavissa <https://sydan.fi/fakta/sydan-ja-verisuonitautien-tutkimukset/>

Hekkala, A.-M. 2020. Sydänlähän tulehduksen ehkäisy. Sydänliitto. Viitattu 7.6.2023. Saatavissa

<https://sydan.fi/fakta/sydanlapan-tulehduksen-ehkaisy/>

Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. a. Ravitsemusterapia. Viitattu 23.6.2023. Saatavissa

<https://www.hus.fi/potilaalle/hoidot-ja-tutkimukset/ravitsemusterapia>

Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. b. Sosiaalityö. Viitattu 23.6.2023. Saatavissa

<https://www.hus.fi/potilaalle/hoidot-ja-tutkimukset/sosiaalityo>

Hietainen, A. & Fröjdö, M. 2016. Tähtäimessä ikääntyneiden ihmisten turvallinen kotona asuminen.

NOVIA. Viitattu 24.6.2023. Saatavissa [https://www.novia.fi/assets/Publikationer/Serie-R-](https://www.novia.fi/assets/Publikationer/Serie-R-Rapporter/R6.2016-Hietanen-A-Frojdo-M-Hemmabast-Kotonaparas.pdf)

[Rapporter/R6.2016-Hietanen-A-Frojdo-M-Hemmabast-Kotonaparas.pdf](https://www.novia.fi/assets/Publikationer/Serie-R-Rapporter/R6.2016-Hietanen-A-Frojdo-M-Hemmabast-Kotonaparas.pdf)

Holopainen, T., Huhtala, I. & Kuvatoimisto, R. 2018. Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaan

itsemääräämisoikeus. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160961/STM_R_27_Asiak_itsemaaraami_soikeus_sos_terv_huollossa.pdf

Inkinen, R., Volmanen, P. & Hakoinen, S. 2015. Turvallinen lääkehoito. Opas

lääkehoitosuunnitelman tekemiseen sosiaali- ja terveydenhuollossa. Terveyden ja hyvinvointi

laitos. Viitattu 3.9.2023. Saatavissa

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129969/OHJ2015_014%20VANHENTUNUT.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Juden, K.-M. 2020. Yli 65-vuotiaiden potilaiden kotiutumisvalmius sairaalasta ja siihen yhteydessä

olevat tekijät. Tampereen yliopisto. Viitattu 23.6.2023. Saatavissa

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/120410/JudenKirsti-Maria.pdf>

Kanta. Sote-ammattilaiset. Terveys- ja hoitosuunnitelma. Viitattu 17.9.2023. Saatavissa

<https://www.kanta.fi/ammattilaiset/terveys-ja-hoitosuunnitelma>

Karhu, R. 2023. Ikääntyneen potilaan osallisuus oman hoitonsa suunnitteluun sairaalasta

kotiutuessa - kotiutusohitajien kokemuksia. Hoitotiede Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 9.1.2024.

Saatavissa [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/30573/urn_nbn_fi_uef-](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/30573/urn_nbn_fi_uef-20231196.pdf;jsessionid=75BB337E082ACBE1CCF68257E04D01BE?sequence=1)

[20231196.pdf;jsessionid=75BB337E082ACBE1CCF68257E04D01BE?sequence=1](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/30573/urn_nbn_fi_uef-20231196.pdf;jsessionid=75BB337E082ACBE1CCF68257E04D01BE?sequence=1)

Kela. 2023. Matillinen yksilökuntoutus. Viitattu 4.7.2023. Saatavissa

<https://www.kela.fi/moniammatillinen-yksilokuntoutus>

Keiski, R., Hämäläinen, R., Karhunen, M., Löfström, E., Näreaho, S., Varantola, K., Spoofo, S-K., Tarkiainen, T., Kaila, E. & Aittasalo, M. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 1 painos Helsinki 2023. Viitattu 11.1.2024. Saatavissa

https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

Keskitalo, T. 2022. Uudistuva johtaminen – Artikkelikokoelma monialaisista YAMK-opinnäytetöistä. Lapin ammattikorkeakoulun. Viitattu 22.11.2023. Saatavissa

<https://www.lapinamk.fi/loader.aspx?id=5a7ce8d3-5e55-4b4d-88f0-788589a043d0>

Kinnunen, U.-M. 2019. Hoitotyön keskeiset rakenteiset tiedot. Yhteistyötilat. Viitattu 23.6.2023.

Saatavissa <https://yhteistyotilat.fi/wiki08/pages/viewpage.action?pageId=56886412>

Kohonen, I., Kuula-Luumi, A. & Spoofo, A-K. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisu 3. Viitattu 1.10.2023. Saatavissa

https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf

Koskinen, S. & Palonen, M. 2019. Potilaan kotiutumisvalmius on tärkeä osa hoitoa. Tampereen yliopiston yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Viitattu 11.1.2023. Saatavissa

<https://www.tuni.fi/alustalehti/2019/09/05/potilaan-kotiutumisvalmius-on-tarkea-osa-hoitoa/>

Kukkola, E. 2021. Tiimityön onnistuminen edellyttää hyvää johtamista. Viitattu 8.6.2023.

Saatavissa <https://peruspelijaohtaja.com/2021/11/21/tiimityon-onnistuminen-edellyttaa-hyvaa-johtamista/>

Kuusisto, A. 2018. Potilaan hoidon jatkuvuuden turvaaminen sähköisen hoitotyön yhteenvedon avulla. Publications of the university of eastern Finland. Viitattu 3.10.2023. Saatavissa

https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/18854/urn_isbn_978-952-61-2707-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kuutti, H. 2015. Todenmukainen journalismi. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 21.11.2023. Saatavissa

https://www.hssaatio.fi/wp-content/uploads/2015/05/TODENMUKAINEN-JOURNALISMI_verkkajulkaisu.pdf

Kylmälahti, L. 2017. Kirjalliset potilasohjeet potilaiden arvioimana. Sosiaali- ja terveysalan ylempi AMK tutkinto-ohjelma Kliininen asiantuntija. Viitattu 24.6.2023. Saatavissa

<https://core.ac.uk/download/pdf/161420616.pdf>

Käypä-hoito. 2021 a. Eteisvärinä. Duodecim Viitattu 17.9.2023. Saatavissa

<https://www.kaypahoito.fi/hoi50036>

Käypä-hoito. 2022 b. Sepelvaltimotautikohtaus (sydäninfarkti, ”sydänkohtaus”). Duodecim. Viitattu 14.6.2023. Saatavissa <https://www.kaypahoito.fi/xmedia/khp/khp00135.pdf>

Käypä-hoito. 2022 b. Sepelvaltimotautikohtaus. Duodecim. Viitattu 3.10.2023. Saatavissa <https://www.kaypahoito.fi/hoi50130>

Kääriäinen, H. & Toivanen, L. 2023. Sairauksien periytyvyys. Duodecim. Terveyskirjasto. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00985>

Kääriäinen, A. 2020. Käytännön ja teorian yhdistäminen ammatillisessa työskentelyssä: Opas Käy Te-ryhmän ohjaamiseen. University of Helsinki. Viitattu 9.1.2024. Saatavissa <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/8048cbec-51c4-445b-811b-af35d6dc21c0/content>

Köhler, H., Rautava, P. & Vuorinen, V. 2017. Hoitava viestintä - lääkärin ja potilaan keskinäisviestinnän vaikuttavuus. Duodecim. Viitattu 17.11.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo13677>

Lääkäriliitto. 2021. Potilasasiakirjat. Suomen lääkäriliitto. Viitattu 24.6.2023. Saatavissa <https://www.laakariliitto.fi/laakarin-etiikka/potilas-laakarisuhde/potilasasiakirjat/>

Muistiliitto. Koti ja pihapiiri. Viitattu 23.6.2023. Saatavissa <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistiystavallinen-ymparisto-turvallisuus/koti-ja-pihapiiri>

Nousiainen, K. 2021. Moniammatillinen tiimityö ja sen johtaminen sotekeskuksissa: Kartoittava tapaustutkimus esimiesten tietoisuudesta ja käsityksistä Päijät-Hämeessä. Vaasan yliopisto. Viitattu 11.1.2024. Saatavissa

https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/13393/UniVaasa_%202021_Nousiainen%20Katri.pdf?sequence=2

Nyrönen, H. 2019. Yksilön hyvä, yhdessä parempi, tiiminä paras. Tampereen yliopisto. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/116432/NyronenHanna.pdf?sequence=2>

Oulun ammattikorkeakoulu. 2024. Opinnäytetyö. Viitattu 9.1.2024. Saatavissa

<https://vanha.oamk.fi/opinto-opas/opintojen-sisalto/opinnaytetyo>

Palonen, M., Kariniemi, K., Peltola, P., Pesonen, H.-M., Rantanen, A. & Siira, H. 2020 b. läkkään turvallinen kotiutuminen sairaalasta. Hotus. Viitattu 15.6.2023. Saatavissa <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2020/12/netti-hoitosuositus-iaekkaeaen-kotiutuminen.pdf>

- Pennanen, A. & Kaukonen, M. 2020. Yleisimpien lääkkeiden aloitus ja niihin liittyvä seuranta. Duodecim. Viitattu 16.6.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo15679>
- Perttula, S. 2018a. Luotettavat lähteet – hyvä opinnäytetyön tietoperusta. Kreodi. Viitattu 13.7.2023. Saatavissa <https://www.kreodi.fi/arkisto/artikkelit/luotettavat-lahteet-hyva-opinnaytetyon-tietoperusta.html>
- Perttula, S. 2018b. Opinnäytetyön raportointi. Viitattu 13.7.2023. Saatavissa <https://help.jamk.fi/raportointiohje/fi/>
- Perälä, M.-L. & Hammar, T. 2003. Palko malli – Palveluja yhteensovittava kotiutuminen ja kotihoito organisaatorajat ylittävänä yhteistyönä. Viitattu 1.10.2023. Saatavissa <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75681/Aiheita29-2003.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Raivo, P. & Lempinen, P. 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Arene. Viitattu 1.10.2023. Saatavissa <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 21.11.2023. Saatavissa <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>
- Sandström, S., Keski-Turunen, A., Hassilla, L., Aunola, E. & Alahuhta, M. 2018. Moniammatillinen yhteistyö sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kuvaamana. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/152021/ePooki%2044_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Schepel, L. & Kuitunen, S. 2020. Lääkitysturvallisuus sairaalassa. Duodecim lehti. Viitattu 1.10.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo15348.pdf>
- Sivis. Opintokeskus. Kokouksen kulku. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa <https://www.kokouskaytannot.fi/kokouksen-jarjestaminen/kokouksen-kulku/>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2018a. Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaan itsemääräämisoikeus -työryhmän raportti. Valtioneuvosto. Viitattu 13.10.2023. Saatavissa https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160961/STM_R_27_Asiak_itsemaaraami_soikeus_sos_terv_huollossa.pdf
- Sosiaali- ja terveysministeriön. 2022 2019b. Laivaväen lääkärintarkastusohjeet, 38–39. Viitattu 21.11.2023. Saatavissa

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164488/STM_2022_17_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2022b. Opas terveyden- ja sosiaalihuollon ammattilaisille ja kuntoutuksen parissa työskenteleville. Viitattu 3.10.2023. Saatavissa

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161751/STM_2019_20_Tautiryhmakohtaiset_soveltamisohjeet.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Sydänliitto a. Näkymiä sydämen vajaatoiminnan hoidossa. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa

<https://sydan.fi/artikkeli/nakymia-sydamen-vajaatoiminnan-hoidossa/>

Tamminen, N. & Solin, P. 2015. Mielenterveyden edistäminen työpaikalla. THL-Opas. Viitattu 30.11.2023. Saatavissa

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/115996/THL_OPA2014_032_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tarnanen, K., Lommi, J., Lassus, J. & Mervaala, E. 2018. Sydämen vajaatoiminta. Duodecim. Terveyskirjasto. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/khp00124>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2017a. Potilaan opas. Viitattu 14.6.2023. Saatavissa

<https://www.khshp.fi/wp-content/uploads/2017/06/potilaanopas.pdf>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019b. Turvallisuus ympäri-vuorokautisessa hoidossa ja

kotihoidossa. Viitattu 20.11.2023. Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/iakkaiden-tapaturmat/turvallisuus-ymparivuorokautisessa-hoidossa-ja-kotihoidossa>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020a. Sydän- ja verisuonitaudit. Viitattu 7.6.2023. Saatavissa

<https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/sydan-ja-verisuonitaudit>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021b. Sosiaali- ja terveydenhuollon monialaisen yhteistyön

kirjaamisesta on julkaistu opas. Viitattu 21.11.2023. Saatavissa <https://thl.fi/-/sosiaali-ja-terveydenhuollon-monialaisen-yhteistyon-kirjaamisesta-on-julkaistu-opas>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021b. Sydän- ja verisuonitautien hoito. Viitattu 16.5.2023.

Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/sydan-ja-verisuonitaudit/sydan-ja-verisuonitautien-hoito>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021a. Sydän- ja verisuonitautien riskitekijät ja ehkäisy. Viitattu

3.10.2023. Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/sydan-ja-verisuonitaudit/sydan-ja-verisuonitautien-riskitekijat-ja-ehkaisy>

<https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/sydan-ja-verisuonitaudit/sydan-ja-verisuonitautien-riskitekijat-ja-ehkaisy>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021a. Sydän- ja verisuonitautien yleisyys. Viitattu 16.5.2023. Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/sydan-ja-verisuonitaudit/sydan-ja-verisuonitautien-yleisyys>

Terveyden ja hyvinvointi laitos. 2022b. Asiakassuunnitelma ja palvelusuunnitelma. Viitattu 17.9.2023. Saatavissa <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/asiakassuunnitelma-ja-palvelusuunnitelma>

Terveyskylä. 2018a. Tavallisimmat synnynnäiset sydänviat. Viitattu 7.6.2023. Saatavissa <https://www.terveyskyla.fi/lastentalo/tietoa-lasten-sairauksista/syd%C3%A4nsairaudet-lapsella/tavallisimmat-synnynn%C3%A4iset-syd%C3%A4nviat>

Tietosuojavaltuutetun toimisto. Henkilötietojen käsittely. Viitattu 11.1.2024. Saatavissa <https://tietosuoja.fi/henkilotietojen-kasittely>

Tirkkonen, H. & Laatikainen, T. 2018. Moniammatillinen tiimi avoterveydenhuollon diabetesvastaanotolla - kokemuksia Pohjois-Karjalasta. Duodecim. Viitattu 21.11.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo14618>

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämis- toiminta. Viitattu 24.11.2023. Saatavissa https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko_Rantanen_Tutkimuksellinen_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Valtioneuvosto ja ministeriö. Asiakas- ja potilastiedot. Viitattu 8.6.2023. Saatavissa <https://stm.fi/asiakastietojen-potilastietojen-salassapito>

Valvira a. Hoitoon pääsy. Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto. Viitattu 24.6.2023. Saatavissa <https://valvira.fi/sosiaali-ja-terveydenhuolto/hoitoon-paasy>

Valvira b. Potilas- ja asiakasasiakirjat. Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto. Viitattu 24.6.2023. Saatavissa <https://valvira.fi/sosiaali-ja-terveydenhuolto/potilas-ja-asiakasasiakirjat>

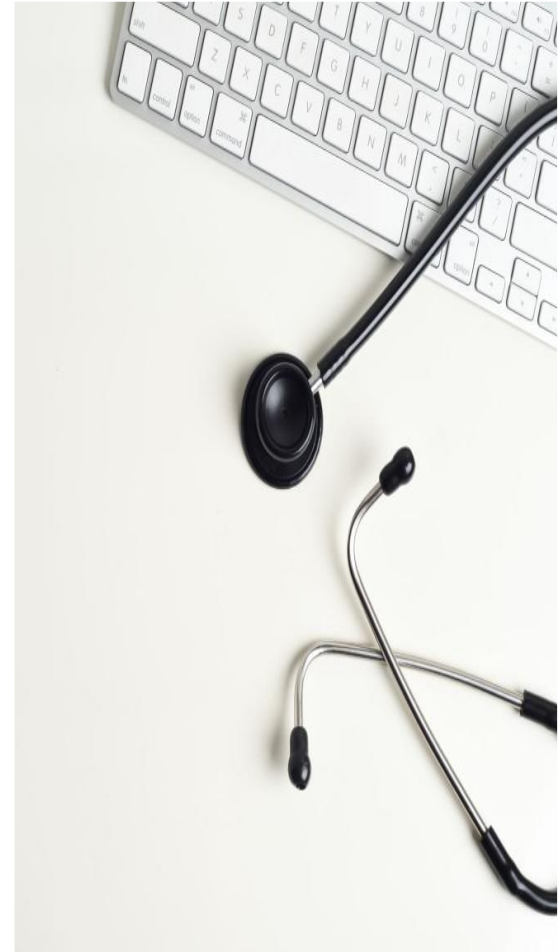
Vuori, J. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Tietoarkisto. Tampereen yliopisto. Viitattu 14.1.2024. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>

Liite 1: Sydänpotilaan moniammatillinen kotiuttaminen

SYDÄNPOTILAAN MONIAMMATILLINEN KOTIUTTAMINEN

Opas HUS Meilahden uusille
terveydenhuollon työntekijöille /hoitajille
kardiologian osastoille M8/M9 ja valvonta

*Linda Kainulainen & Farideh Sheykhani
Sairaanhoitajaopiskelijat
LAB-ammattikorkeakoulu 2024*



Sisällysluettelo

• Lukijalle3
• Fyysisen toimintakyvyn arviointi.....	4 -5
• Vitaalien ja elintoimintojen seuranta.....	6
• Lääkityksen tarkistus ja ohjeistus.....	7
• Lääkityksen päivittäminen.....	8
• Lääkkeiden sivuvaikutukset.....	9
• Psykologinen tuki.....	10
• Sydänpotilaan osallistuminen hoitoonsa.....	11 -12
• Potilaan perheen ohjaus.....	13
• Lääkärin kontrollikäynnit.....	14
• Sosiaalisten ja kotiin liittyvien tarpeiden arviointi.....	15
• Asiakirjojen ja tietojen päivittäminen.....	16
• Lähteet.....	17 -18



Lukijalle

- Opinnäytetyössä luotu opas tarjoaa tukea ja ohjausta uusille työntekijöille ja opiskelijoille eri vaiheissa kotiutusprosessia, mikä parantaa potilasturvallisuutta ja hoitotyön laatua. Se auttaa hahmottamaan, mitä kaikkea kotiutusprosessinaikana on hyvä huomioida sekä saattaa potilaalle tietoon.
- Lisäksi se edistää moniammatillista yhteistyötä ja tiedon jakamista osastolla. Näin ollen opinnäytetyön kautta saatu opas voi parantaa potilasturvallisuutta ja hoitotyön laatua kardiologian osastolla.
- Opinnäytetyön tarkoitus oli rakentaa opas sydänpotilaan kotiutuksen tueksi. Oppaan keskeinen tavoite on tarjota ajantasaista ja luotettavaa tietoa kardiologisen potilaan turvallisen kotiuttamisen tukemiseksi moniammatillisessa hoitotiimissä. Opas on suunniteltu edistämään hoitohenkilökunnan ja opiskelijoiden ymmärrystä kotiutusprosessin merkityksestä sekä siinä huomioon otettavista asioista.
- Sydänsairauksista kärsivän potilaan kotiutus sairaalasta on huolellisuutta ja tarkkuutta vaativa toimenpide. Se vaatii moniammatillista yhteistyötä, jolla varmistetaan, että potilaalla on selkeä jatkohoitosuunnitelma, sekä riittävä tietoa omien elintapojensa muuttamiseksi, sekä oman toiminansa vaikutuksista sairauteen. Kun kaikki tarvittavat toimenpiteet käydään vaihe vaiheelta läpi kotiuttamisvaiheessa, niin hoidon kokonaislaatu paranee, sekä saadaan luotua oikeanlaiset rutiinit hoitohenkilöstölle.

Fyysisen toimintakyvyn arviointi

- Sairaanhoitaja
 - Fysioterapeutti
 - Lähihoitaja
- Arvioidaan potilaan kyky suoriutua päivittäisistä toiminnoista. ADL-mittarilla
 - Muiden sairauksien vaikutukset
 - Otetaan huomioon muut sairaudet, kuten diabetes tai nivelrikko, jotka voivat vaikuttaa potilaan fyysiseen toimintakykyyn.
 - Tarvittaessa järjestetään fysioterapiaa tai muita kuntoutuspalveluita esim. kotihoito

Lääkärin kontrollikäynnit

Lääkäri

- Hoitaja varmistaa, että lääkäri on jo määrittänyt kontrolliajat.
- Säännölliset käynnit kardiologin tai yleislääkärin luona ovat tärkeitä sydänsairauden hallinnan ja hoidon seurannan kannalta.
- Näillä käynneillä arvioidaan potilaan oireita, lääkityksen tehoa ja tehdään tarvittavia muutoksia hoitosuunnitelmaan.

ALD-taulukko

- Sairaanhoitaja
- Fysioterapeutti
- Lähihoitaja
- Taulukko 1.

Päivittäisten toimintojen arviointiin soveltuva mittari.
(Oulun ammattikorkeakoulu).

ADL mittari:

Potilaan nimi: Päivä: Vastaajan nimi: Tutkija:

Miten itsenäisesti olette viime aikoina kyennyt huolehtimaan seuraavista päivittäisen elämän tehtävistä? Rengastakaa sopivin vastausvaihtoehto kullakin riviltä. Jos potilas ei itse pysty vastaamaan, voi hänet tunteva omainen vastata.

Toiminto	Taso 0 (Itsenäinen)	Taso 1 (Tuettuna)	Taso 2 (Autettuna)	Taso 3 (Ei onnistu)	
Peseytyminen	Täysin itsenäinen ja oma-aloitteinen	Tarvitsen apua kylpemisessä tai saunassa käymisessä	Tarvitsen apua tai valvontaa päivittäispesuissa	Riippuvainen toisista peseytymisessä	Ei tietoa
Pukeutuminen	Täysin itsenäinen ja oma-aloitteinen	Tarvitsen ajoittain apua, esim. ulkovaatteiden kanssa/ epätarkoituksenmukaista pukeutumista	Tarvitsen vähän apua sisävaatteiden kanssa tai valvontaa	Toiset pukevat vaatteet ylleni	Ei tietoa
WC:ssä käynti	Täysin itsenäinen ja oma-aloitteinen	Tarvitsen muistuttamista wc:ssä käynneistä	Tarvitsen apua päästäkseen wc:hen tai siistiytyäkseeni	Olen täysin toisten autettava wc-asioiden kanssa	Ei tietoa
Liikkuminen kodissa	Täysin itsenäinen ja oma-aloitteinen, myös kodin lähipiirissä	Liikkumiseni on rajoittunut kodin sisälle	Tarvitsen toisen ihmisen apua tai valvontaa liikkeessani kodissani	Elintilani on rajoittunut vuoteeseen tai tuoliin ilman toisten apua	Ei tietoa
Pidätyskyky	Täysin itsenäinen, ei vahinkoja	Ajoittaisia vahinkoja, joista ei ole mainittavaa haittaa	Oleellinen kastelu- tai tahrimisongelma	En pysty huolehtimaan lainkaan omasta virtsan tai ulosteen pidätyksestäni	Ei tietoa
Ruokailu	Täysin itsenäinen ja oma-aloitteinen	Syön itse ruoan, joka tuodaan eteen (mahdollisesti pilkottuna tai soseena)	Tarvitsen apua saadakseen ruokansa syödyksi	Kokonaan ruokittava	Ei tietoa
Yhteensä					

Vitaalien ja elintoimintojen seuranta

- Sairaanhoitaja
- Lähihoitaja

Seurataan potilaan elintoimintoja:

- Verenpaineen, sykkeen, lämmön, saturaation, rintakivun, hengenahdistuksen ja turvotuksen.
- Varmistetaan, että nämä ovat stabiilit ja hallinnassa.

Veriarvot:

- Tarkistetaan veren elektrolyytit, munuaisten toiminta, verenkuva ja mahdolliset merkkiaineet (kuten troponiinit), jotka viittaavat sydänvaurioon.

Lääkityksen tarkistus ja ohjeistus



Lääkityslistan kokoaminen



Kootaan täydellinen lista kaikista potilaan käyttämistä lääkkeistä, mukaan lukien reseptilääkkeet, itsehoitolääkkeet ja mahdolliset ravintolisät.



Lääkityksen tarkistaminen kotiutuspäivänä



Varmistetaan, että kaikki lääkkeet ovat edelleen tarpeellisia ja sopivia potilaan nykytilanteeseen.



Tarkistetaan annostukset ja ottoajat, erityisesti sydänsairauksien hoitoon liittyvät lääkkeet kuten beetasalpaajat, ACE:n estäjät, statiinit, antikoagulantit ja diureetit.



Tunnistetaan mahdolliset lääkeaineiden yhteisvaikutukset ja niiden riskit.

Lääkityksen päivittäminen

- Lääkäri
- Farmaseutti
- Sairaanhoidaja

- Tarvittaessa päivitetään lääkitystä sairaalassa saatujen hoitopäätösten ja tutkimustulosten perusteella.
- Poistetaan tarpeettomat lääkkeet ja lisätään uudet määräykset.
- Erytisen tärkeää insuliinidiabeetikoiden kohdalla

Selkeät ohjeet lääkkeiden ottamisesta:

- Annetaan potilaalle ymmärrettävät ohjeet siitä, miten ja milloin kukin lääke tulee ottaa.
- Korostetaan aikataulun merkitystä ja lääkkeiden säännöllisen käytön tärkeyttä.

Lääkkeiden sivuvaikutukset

- Informoidaan potilasta mahdollisista sivuvaikutuksista ja siitä, miten niihin tulee reagoida.
 - Kerrotaan, milloin on syytä ottaa yhteyttä terveydenhuollon ammattilaiseen sivuvaikutusten ilmetessä.
 - Ohjeistetaan lääkkeiden säilytyksestä oikein, esimerkiksi lämpötilavaatimukset ja lasten ulottumattomissa pitäminen.
- Sairaanhoidaja
 - Farmaseutti

Psykologinen tuki

- Arvioidaan potilaan ja perheen psyykkistä valmiutta kotiutukseen.
- Tarjotaan tarvittaessa tukipalveluita, kuten keskusteluapua tai vertaistukea.
- OLKA-tukitoiminta (OLKA on osa hyvinvointialueen/ Sairaalan toimintaa), joka tarjoaa esimerkiksi vertaistukea ja hyvinvointialueen palveluita.
- Psykiatrisen sairaanhoitajan konsultaatio/pappi .



Sydänpotilaan osallistuminen kotiutustilanteessa

- Tiedon jakaminen:
 - Tarjoa potilaalle selkeää ja ymmärrettävää tietoa hänen sairaudestaan, hoitovaihtoehdoistaan ja mahdollisista riskeistä.
- Kuunteleminen:
 - Anna potilaalle tilaisuus kertoa omista kokemuksistaan, huolistaan ja odotuksistaan. Kuuntele huolellisesti ja osoita ymmärrystä hänen näkökulmastaan.
- Osallistuminen päätöksen tekoon:
 - Kannusta potilasta osallistumaan hoitopäätöksiin.
 - Opetä potilaalle tarvittavia taitoja ja antaa ohjeita itsehoidon toteuttamiseksi kotona.
- Itsehoidon tukeminen:
 - Sydänsairaanhoitaja seuraa potilaan edistymistä yhdessä hänen kanssaan, jos potilaalla on sydämenvajaatoiminta, esimerkiksi seurantapuheluiden avulla ja lisäksi hän tarjoaa palautetta hoidon tehokkuudesta.
- Seuranta ja palautteenanto:
 - Teach-back menetelmä, jossa terveydenhuollon ammattilainen pyytää potilasta ohjauskeskustelun aikana kertomaan takaisin hoitoon liittyvät keskeiset asiat ohjauskeskustelun aikana.

Potilaan/ perheen ohjaus

- Sairaanhoitaja
- Lähihoitaja
- Annetaan ohjeita kotona noudatettavasta elämäntavasta, ruokavaliosta, kannustetaan tupakoinnin lopettamiseen ja kerrotaan stressinhallinnasta.
- Keskustellaan mahdollisista oireista, joihin tulee reagoida ja milloin hakeutua jatkohoitoon.
- Ohjeistetaan potilasta ja perhettä hätätilanteiden varalta, kuten miten toimia rintakivun tai muiden vakavien oireiden ilmetessä.
- Varmistetaan, että potilas on ymmärtänyt kaikki ohjeet. Tarjotaan kirjalliset ohjeet tai lääkityslista potilaan mukaan.

Lääkärin kontrollikäynnit

Lääkäri

- Hoitaja varmistaa, että lääkäri on jo määrittänyt kontrolliajat.
- Säännölliset käynnit kardiologin tai yleislääkärin luona ovat tärkeitä sydänsairauden hallinnan ja hoidon seurannan kannalta.
- Näillä käynneillä arvioidaan potilaan oireita, lääkityksen tehoa ja tehdään tarvittavia muutoksia hoitosuunnitelmaan.

Sosiaalisten ja kotiin liittyvien tarpeiden arviointi

- Sairaanhoitaja
- Lähihoitaja
- Fysioterapeutti

- Varmistaa, että potilaalla on turvallinen ja sopiva ympäristö kotona.
- Kiinnitä huomiota potilaan tunne-elämään. Onko hänellä stressiä, ahdistusta, masennusta tai muita tunneongelmia? Nämä voivat lisätä sosiaalisen tuen tarvetta.

Sosiaaliset suhteet:

- Arvioi potilaan sosiaalisia suhteita. Onko hänellä läheisiä ystäviä tai perheenjäseniä, joiden kanssa hän voi jakaa iloja ja huolia? Puuttuuko häneltä tukiverkosto?

Asiakirjojen ja tietojen päivittäminen

- Lääkäri
- Sairaanhoitaja
- Lähihoitaja
- Päivitetään potilaan hoitosuunnitelma ja siirretään tarvittavat tiedot jatkohoidon tarjoajille.
- Varmistetaan, että potilaalla on kaikki tarvittavat asiakirjat ja yhteystiedot.

Lähteet

Autismiliitto . 2023. Tietoa tuesta, palveluista ja kuntoutuksesta . Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://autismiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/neuvontapalvelu/usein-kysytya/>

Eerola, H. 2022. EKG (sydänfilmi). Terveyskirjasto . Duodecim. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/snk03210>

EU-terveydenhoito . 2016. Jatkohoito. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa
Hekkala, A-M. 2017. Seuranta kuuluu sydänpotilaan hoitoon. Sydänliitto . Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.eu-terveydenhoito.fi/tieda-oikeutesi/potilaan-oikeus-hoitoon/jatkohoito/>

Kanta. 2020a. Lääkkeiden määrääminen , 3–6. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa https://www.kanta.fi/documents/20143/687297/Laakkeiden+maaraaminen.pdf/aff71ba_b46a-0c40-c0f7-acaac8ddcb12?t=1586863896140

Kanta. b. Terveys- ja hoitosuunnitelma . Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.kanta.fi/ammattilaiset/terveys-ja-hoitosuunnitelma>

Kettunen, R. 2020. Sydäninfarkti ja sydänkohtaus . Terveyskirjasto . Duodecim. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00086>

Käypä hoito -suositus. 2017a. Sydämen vajaatoiminta. Duodecim. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.kaypahoito.fi/hoi50113>

Käypä hoito -suositus. 2021b. Eteisvärinä . Duodecim. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.kaypahoito.fi/hoi50036>

Käytetyt kuvat ovat Microsoft 365n kuvakekirjastosta . Saatavissa . Ammattimaisten dia-asettelujen luominen Designer.

Lähteet

Lääkärelehti. 2022. Miten arvioin iäkkään potilaan lääkityksen? Viitattu 4.12.2023. Saatavissa https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/kaytannot/miten_arvioin_iakkaan_potilaan_laakityksen/?public=402da8cb0b2cb8fb6289648432ff2_406

Mieli. 2023. Mielenterveyspalvelut. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa https://mieli.fi/mielenterveys_koetuksella/miten_hakea_apua_mielenterveyden_ongelmiin/mielenterveyspalvelut/

Oulun ammattikorkeakoulu. Päivittäisten toimintojen arviointiin soveltuva mittari. Viitattu 19.12.2023. Saatavissa <https://vanha.oamk.fi/~eihautal/aktiivinenvanhuus/mittarit/6ADL.htm>

Palonen, M., Kariniemi, K., Peltola, P., Pesonen, H -M., Rantanen, A. & Siira, H. 2020. Iäkkään turvallinen kotiutuminen sairaalasta, 21. Hotus. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2020/12/netti_hoitosuositus_iaekkaean-kotiutuminen.pdf

Pennanen, A. & Kaukonen, M. 2020. Yleisimpien lääkkeiden aloitus ja niihin liittyvä seuranta. Duodecim. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo15679>

Rosenvall, A. 2016. Muistipotilaan yleisvaikutelman arviointi. Käypä hoito- suositus. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.kaypahoito.fi/nix02418>

Terveyskylä. 2020b. Harkiten alkoholia. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa https://www.terveyskyla.fi/painonhallinta/itsehoito/ruokavalion_kulmakivet/harkiten_alkoholia

Terveyskylä. 2022a. Verenpaineen ja sykkeen seuranta osana sydämen vajaatoiminnan omahoitoa. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa https://www.terveyskyla.fi/sydansairaudet/tietoa/syd%C3%A4men_vajaatoiminta/syd%C3%A4men_vajaatoiminnan_omahoito/verenpaineen_ja_sykkeen_seuranta-osana-syd%C3%A4men_vajaatoiminnan_omahoitoa

Welling, M. 2021. Lääkehoidon turvallisuutta varmistetaan lääkkeen kehittämisestä aina lääkehoidon lopettamiseen asti. Duodecim. Viitattu 4.12.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo16104>

Liite 2. Opinnäytetyötä koskeva yhteistyösopimus

OPINNÄYTETYÖTÄ KOSKEVA YHTEISTYÖSOPIMUS

I Sopimusosapuolet

Yhteistyökumppani	
Yrityksen nimi	Meilahden sairaala, Kardiologinen osasto M8/M9 sydän- ja keuhkokeskus
Y-tunnus	Kirjoita tekstiä napsauttamalla tätä.
Lähiosoite	Haartmanninkatu 4
Postinumero ja toimipaikka	00290, Helsinki
Yhteyshenkilön nimi	
Puhelin	
Sähköposti	Kirjoita tekstiä napsauttamalla tätä.

(jäljempänä "Yhteistyökumppani")

Opinnäytetyön tekijä(t) ¹	Aktivoi Nimi ja napsauta + -painiketta lisätäksesi uusi rivi
Nimi	Linda Kainulainen Farideh Sheykhani
Opiskelijatunnus	
Koulutusala	Sosiaali- ja terveystieteiden ala
Tutkinto	Sairaanhoitaja
Puhelin	
Sähköposti	

(jäljempänä "Opiskelija")

(jäljempänä kumpikin yksin myös "Osapuoli" tai molemmat yhdessä "Osapuolet")

II Sopimuksen tausta ja tarkoitus

Tällä sopimuksella (jäljempänä "Sopimus") Yhteistyökumppani ja Opiskelija sopivat Yhteistyökumppanin toimialaan liittyvän Opiskelijan opinnäytetyön tekemisestä. Opiskelija opiskelee LAB-ammattikorkeakoulussa ja opinnäytetyö on osa hänen ammattikorkeakouluopintojaan. LAB-ammattikorkeakoulu Oy tarjoaa tämän sopimusmallin, mutta ei ole Sopimuksen osapuoli.

Opinnäytetyön aihe ja opinnäytetyöprojektiä koskevat tiedot on esitelty alla. Tämän Sopimuksen liitteenä voi olla tarkempi opinnäytetyöprojektiä koskeva esittely.²

Opinnäytetyön aihe ja arvioitu kokonaiskesto	
Opinnäytetyön aihe ³	Potilaan turvallinen kotiuttaminen moniammatillisesti kardiologinen osasto M8 ja M9
Opinnäytetyöprojektin arvioitu kokonaiskesto	4.5.2023- Joulukuu 2023

Opinnäytetyölle on nimetty ohjaaja(t), jonka yhteystiedot on ilmoitettu alla.

Opinnäytetyön ohjaaja(t) ⁴	Aktivoi Nimi ja napsauta + -painiketta lisätäksesi uusi rivi
Nimi	
Puhelin	Kirjoita tekstiä napsauttamalla tätä.
Sähköposti	

(ilmoita kaikki ohjaajat)

¹ Ilmoita kaikki opinnäytetyön tekijät ja heidän yhteystietonsa. Käytä tarvittaessa erillistä liitettä.

² Mahdollista lisätä sopimuksen liitteeksi esimerkiksi tutkimussuunnitelma.

³ Lyhyt esittely opinnäytetyön aiheesta.




⁴ Ilmoita kaikki opinnäytetyön ohjaajat ja heidän yhteystietonsa.

VIII Yhteistyökumppanin vastuut	
Yhteyshenkilö ja tarvittavien tietojen luovuttaminen	Yhteistyökumppani nimeää yhteyshenkilön tämän Sopimuksen velvoitteiden täyttämiseksi. Yhteistyökumppani sitoutuu antamaan Opiskelijan käyttöön opinnäytetyön tekemisen tarpeelliset tiedot sekä antamaan opinnäytetyön aihepiiriin kuuluvaa tarvittavaa asiantuntijaohjausta.
Tarkastusvelvollisuus	Yhteistyökumppanin vastuisiin kuuluu tarkastaa ennen opinnäytetyön julkaisemista, ettei opinnäytetyö sisällä Yhteistyökumppanin salassa pidettävää aineistoa. Opinnäytetyön tarkastaminen on suoritettava kohtuullisen, kuitenkin viimeistään neljäntoista (14) päivän kuluessa siitä, kun Opiskelija toimitti opinnäytetyön Yhteistyökumppanille. Mikäli Yhteistyökumppani ei kommentoi sille toimitettua opinnäytetyötä jäljempänä mainitun määräajan kuluessa, Opiskelijalla on oikeus julkaista opinnäytetyö. ⁹

IX Opiskelijan muut vastuut	
Toimintatavat	Opiskelija sitoutuu työskentelemään tavoitteellisesti Yhteistyökumppanin kanssa ja noudattaa opinnäytetyötä tehdessään hyvän tutkimuskäytännön periaatteita.
Ilmoitusvelvollisuus	Opiskelija on velvollinen ilmoittamaan Yhteistyökumppanille sekä LAB-ammattikorkeakoululle yhteyshenkilön ja opinnäytetyön ohjaajaa koskevista muutoksista.
Opinnäytetyön toimittaminen Yhteistyökumppanille	Opiskelijan velvollisuuksiin kuuluu toimittaa arvosteltavaksi jätettävä opinnäytetyö Yhteistyökumppanille ennen työn julkaisemista. Mikäli Yhteistyökumppani ilmoittaa tarkastusajan kuluessa opinnäytetyön sisältävän salassa pidettävää tietoa, Opiskelija on velvollinen muokkamaan opinnäytetyötään siten, ettei julkaista va opinnäytetyö sisältä salassa pidettävää tietoa.

X Sopimusmuutokset	
Tätä Sopimusta voidaan muuttaa ainoastaan kirjallisesti. Kirjallisen muutoksen tulee olla molempien Osapuolten allekirjoituksella hyväksymä.	

XI Voimassaolo	
Tämä Sopimus astuu voimaan molempien Osapuolten allekirjoituksella ja on voimassa, kunnes Opiskelijan opinnäytetyö on julkaistu Theseus-portaalissa tai Osapuolet yhteisesti toteavat Sopimuksen päättyneen.	

XII Allekirjoitukset	
Opinnäytetyön tekijä(t) ja allekirjoitukset	
Aktivoi Päivämäärä ja napsauta +-painiketta lisätäksesi uusi rivi!	
Päivämäärä	4.5.2023
Paikka	Helsinki
Allekirjoitus ja nimenselvennys	 Linda Kainulainen Farideh Sheykhanli  Kirjoita tekstiä napsauttamalla tätä.
Yhteistyökumppanin allekirjoitus	
Päivämäärä	Kirjoita tekstiä napsauttamalla tätä.
Paikka	Kirjoita tekstiä napsauttamalla tätä.
Allekirjoitus ja nimenselvennys	 Kirjoita tekstiä napsauttamalla tätä.

Päivitetty 27.8.2020

⁹ Yhteistyökumppanin vastuista on mahdollista sopia tarkemmin erillisellä sopimusliitteellä.