



MASKUN NEUROLOGINEN  
KUNTOUTUSKESKUS

# Kuntoutuksen mahdollisuudet neurologisen potilaan rakon ja suolen toiminta- ongelmien ratkaisemisessa

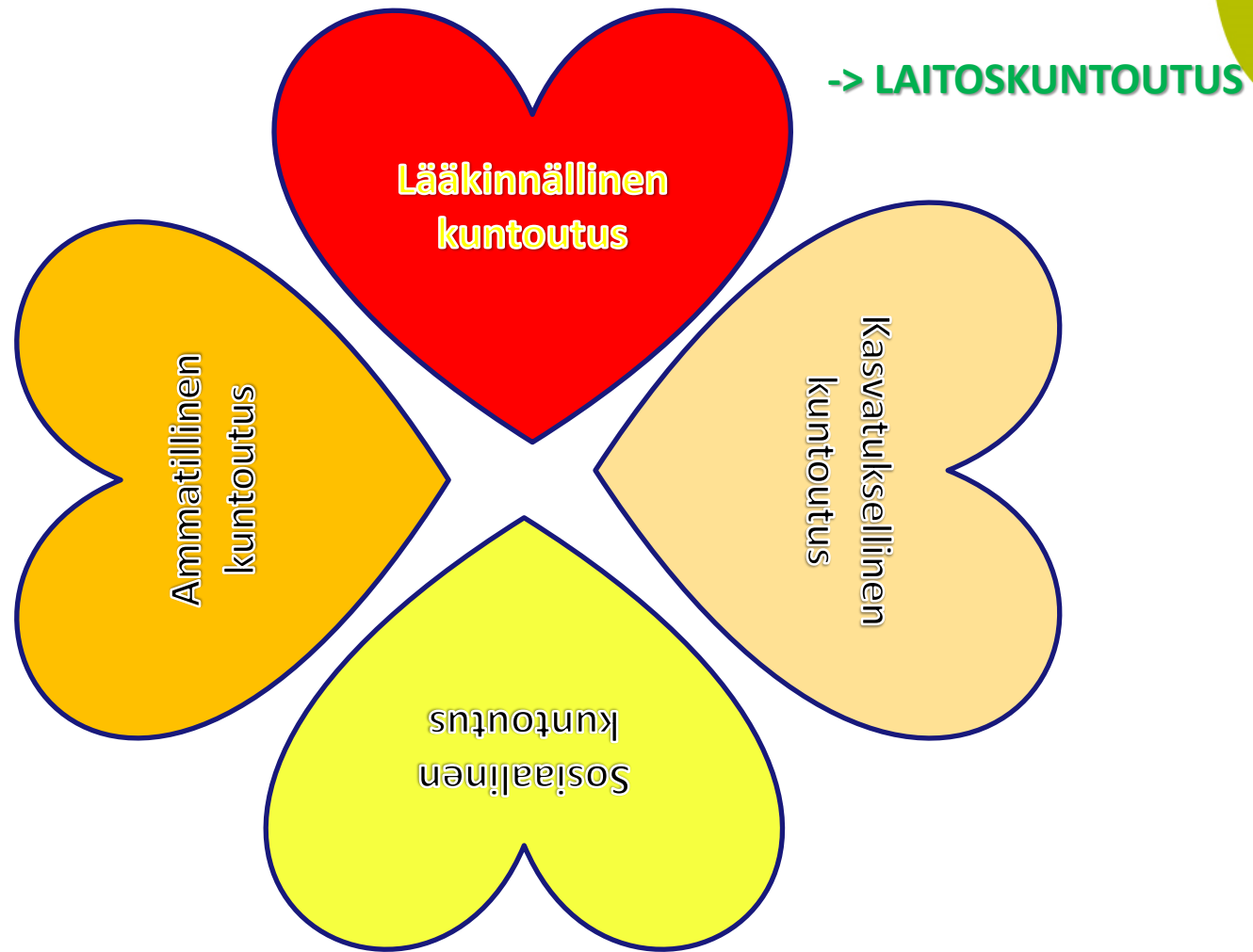
Eeva-Maija Saaranto

uroterapeutti, auktorisoitu seksuaalineuvoja.

Maskun neurologinen kuntoutuskeskus

Urologisten hoitajien syyskoulutuspäivät 11/2019

# Kuntoutusjärjestelmän palvelut



# Kelan vaativa lääkinällinen kuntoutus

- Sinulla voi olla oikeus vaativaan lääkinälliseen kuntoutukseen, jos
- olet **alle 65-vuotias**
- kuntoutus **ei liity välittömästi sairaanhoitoon**
- kuntoutuksen tavoitteet eivät ole hoidollisia, vaan tukevat **suoriutumista ja osallistumista**. Sinulla voi olla oikeus Kelan järjestämään vaativaan moniammatilliseen yksilökuntoutukseen, jos sairautesi tai vammaasi liittyy rajoitteita, jotka vaikeuttavat huomattavasti arjen sujumista. Kuntoutukseen pääsy edellyttää, että sairautesi tai vammasi vaatii **vähintään 1 vuoden kestävä** kuntoutusta.
- Vaativaa lääkinällistä kuntoutusta varten tarvitset [kuntoutussuunnitelman](#). Sen tekee sinua hoitava lääkäri **julkisessa terveydenhuollossa**
- Kuntoutus kestää 10–26 vuorokautta yksilöllisen kuntoutustarpeen mukaan. Kuntoutus voidaan toteuttaa joko yhdessä tai useammassa jaksossa.

## Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit

**Kela** järjestää kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja lapsille, nuorille ja aikuisille sekä heidän perheilleen ja lähiomaisilleen. Kurssit auttavat kuntoutujaa ja hänen perhettään

sopeutumaan sairauden tai vamman mukanaan tuomiin muutoksiin tai kuntoutumaan siitä. Kurseilta saat tietoa sairaudestasi, vertaistukea sekä tukea arjen toimintoihin ja niistä suoriutumiseen. Kurssit toteutetaan ryhmäkuntoutuksena

**Kuntoutusportti** kokoaa **STEAn tukemat ja järjestöjen toteuttamat**

sopeutumisvalmennuskurssit yhteen. Sopeutumisvalmennuksen tavoitteena on tukea valmiuksia mahdollisimman täysipainoiseen elämään sairaudesta tai vammasta huolimatta.

**<https://kuntoutusportti.fi/sopeutumisvalmennuskurssit/>**

Esimerkkejä:

Voimia työelämään -yksilökurssi

Suuret unelmat, pienet askeleet - luonto ja liikuntaa

Onko tässä pimeydessä valoa -verkkokurssi

# Moniammatillinen yksilökuntoutus

- Sinulla voi olla oikeus Kelan järjestämään moniammatilliseen yksilökuntoutukseen, jos sairautesi on **laaja-alainen ja siihen liittyy monia eri ongelmia**. Sairautesi vuoksi kuntoutukseksi saattaa myös vaatia yksilöllisempää suunnittelua ja toteutusta.
- Moniammatillisen yksilökuntoutuksen **tavoitteena on parantaa tai ylläpitää arjen, työn ja opiskelun sujuvuutta**. Kuntoutus sisältää sekä yksilöllistä että ryhmämuotoista ohjelmaa.
- Kuntoutuksen kesto on enintään 15 päivää, ja se alkaa 4–6 vuorokauden jaksolla. Aloitusjakson aikana moniammatillinen työryhmä laatii kanssasi yksilölliset **kuntoutustavoitteet ja henkilökohtaisen ohjelman**.
- Loput kuntoutuksesta (9–11 vrk) toteutetaan tarpeen mukaan eripituisissa jaksoissa.

**Kuntoutuspalvelut,  
etuudet ja sosiaaliset tuet**

**Apuvälineet**

**Fyysinen suorituskyky**  
(liikkuminen sisällä/ ulkona,  
siirtyminen, kantaminen /esineiden  
käsittely, jne.)

**Päivittäiset toiminnot**  
(pukeminen, hygienia, peseytyminen  
, syöminen, kodinhoito,  
keittiötoimet, jne.)

**Vapaa-ajan toiminnot**  
(harrastukset ja yhteiskunnallinen  
osallistuminen)

**Työssä /opiskeluissa  
selviytyminen**

**MINÄ**

**Terveyteen liittyvä neuvonta**  
(**ravitsemus, rakon -/ suolentoiminta**  
**ja seksuaalisuus**, kivunhallinta,  
lääkitys, itsehoito)

**Asiointi ja yhteydenpito  
ympäristöön**  
(ostokset, palvelut, ATK, puhelin, jne.)

**Puhuminen, kommunikointi ja  
nieleminen**

**Mieliala, tunteiden säätely,  
elämänhallinta ja  
sopeutuminen**

**Muisti, keskittyminen,  
hahmottaminen**

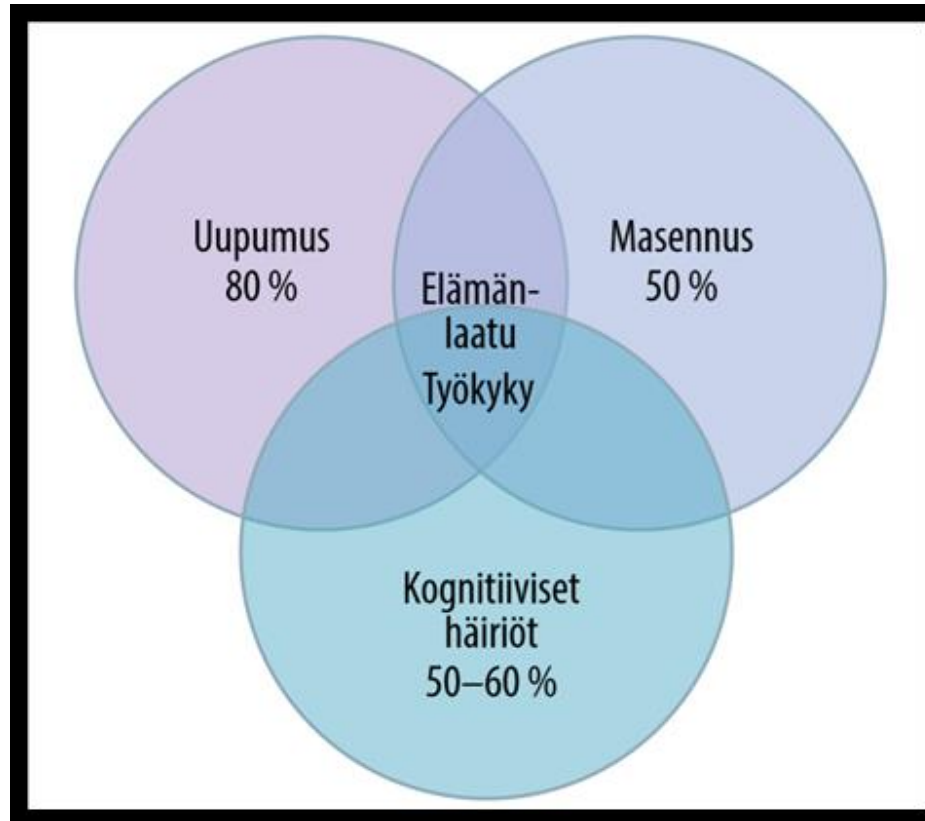
**Perhe ja sosiaaliset suhteet**

Kuntoutusjaksosi toteutuksesta vastaa **moniammatillinen työryhmä**, johon kuuluvat neurologi, fysioterapeutti, sairaanhoitaja, toimintaterapeutti ja psykologi. Lisäksi tapaavat sosiaalityöntekijän. Tarpeidesi mukaan ohjelmaan voi sisältyä myös muiden kuntoutuksen ammattihenkilöiden tapaamisia. Kuntoutusjakson alussa määrittelemme kanssasi jakson yksityiskohtaiset **tavoitteet**. Jotta voimme rakentaa jaksostasi mahdollisimman toimivan, toivomme, että mietit jakson tavoitteita jo etukäteen täyttämällä yllä olevat kohdat.

# MS-tauti ja kognitiivinen toimintakyky

LÄÄKETIETEELLINEN AIKAKAUSKIRJA DUODECIM 2019;135(19):1839-44

Eija Rosti-Otajärvi, Merja Soilu-Hänninen, Hanna Kuusisto, Juhani Ruutiainen ja Päivi Hämäläinen




*Kognitiivisten häiriöiden kuntoutuksessa tarvitaan holistista otetta sekä monimuotoisten kuntoutusmenetelmien hyödyntämistä.*

*Potilaan käsitys omista mahdollisuuksistaan vaikuttaa tilanteeseen vahvistuu*

# Uroterapeutti kuntoutustyössä -oma näkökulmani

- Tutustun pohjatietoihin
- Kuuntelen
- Kartoitan
- Kokoan
- Kerron
- Neuvon
- Annan kokeiluun
- Kannustan
- Ymmärrän
- Pyrin helpottamaan tulevaisuutta
- Pyrin pitämään tietoni ajantasaisina





”Kuntoutus on suunnitelmallista ja monialaista toimintaa, jonka tavoitteena on auttaa kuntoutujaa toteuttamaan elämänprojektejaan ja ylläpitämään elämänhallintaansa tilanteissa, joissa hänen mahdollisuutensa sosiaaliseen selviytymiseen ja integraatioon ovat (sairauden tai vamman tai muiden syiden vuoksi) uhattuina tai heikentyneet.”

*Järvikoski A & Härkäpää K.*

*Kuntoutuksen perusteet: näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen.  
Helsinki: WSOYpro, 2008*