

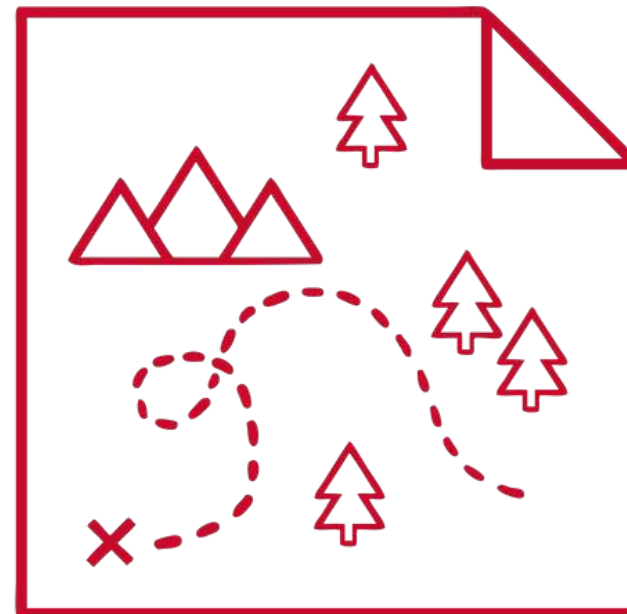
Muistisairas asukas

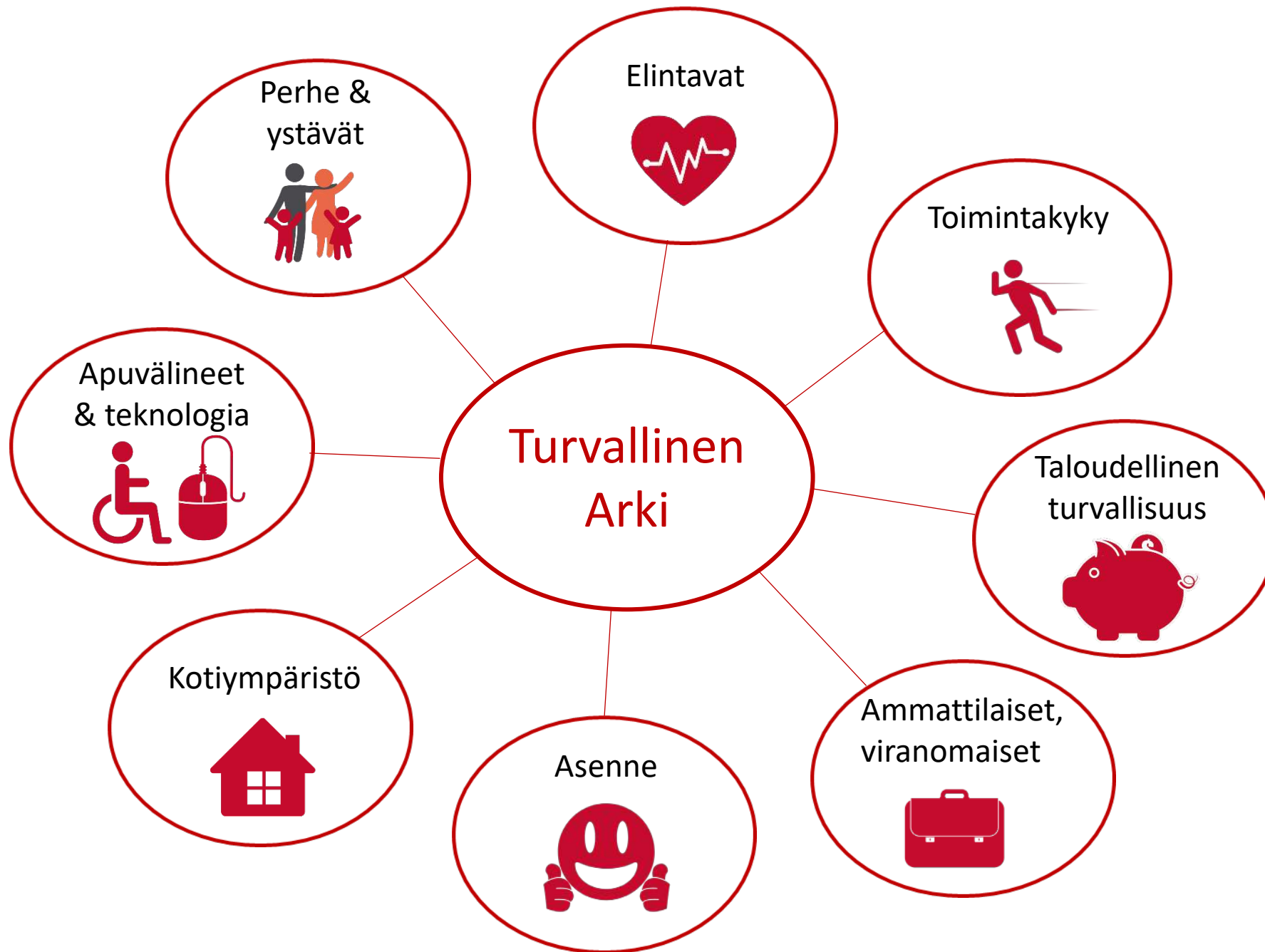


Hanne Mansala, Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry. 2025.

Näkökulmina tässä esityksessä

- Miksi ennakointi on tärkeää
- Muistisairaudet
- Läheiset turvallisuuden edistäjinä
- Keinot turvallisuuden parantamiseksi





Turvallisia vuosia muistiperheille



Tietoa turvallisesta kotona asumisesta muistisairautta sairastaville ja heidän läheisilleen

Hankkeen opas:
Turvallisia vuosia muistiperheille

[Linkki oppaaseen](#)



Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry
Muistiliiton jäsen

Miksi ennakoida?

- Emme pysty hallitsemaan kaikkia elämän osa-alueita
- Sopiva asuinympäristö ja apuvälineet tukevat kykyä toimia arjen askareissa
- Ympäristön muokkaaminen on tehokkain tapa ennaltaehkäistä riskejä
- Päätöksiä on helpompi tehdä terveenä, kaikki tulevat kuulluksi



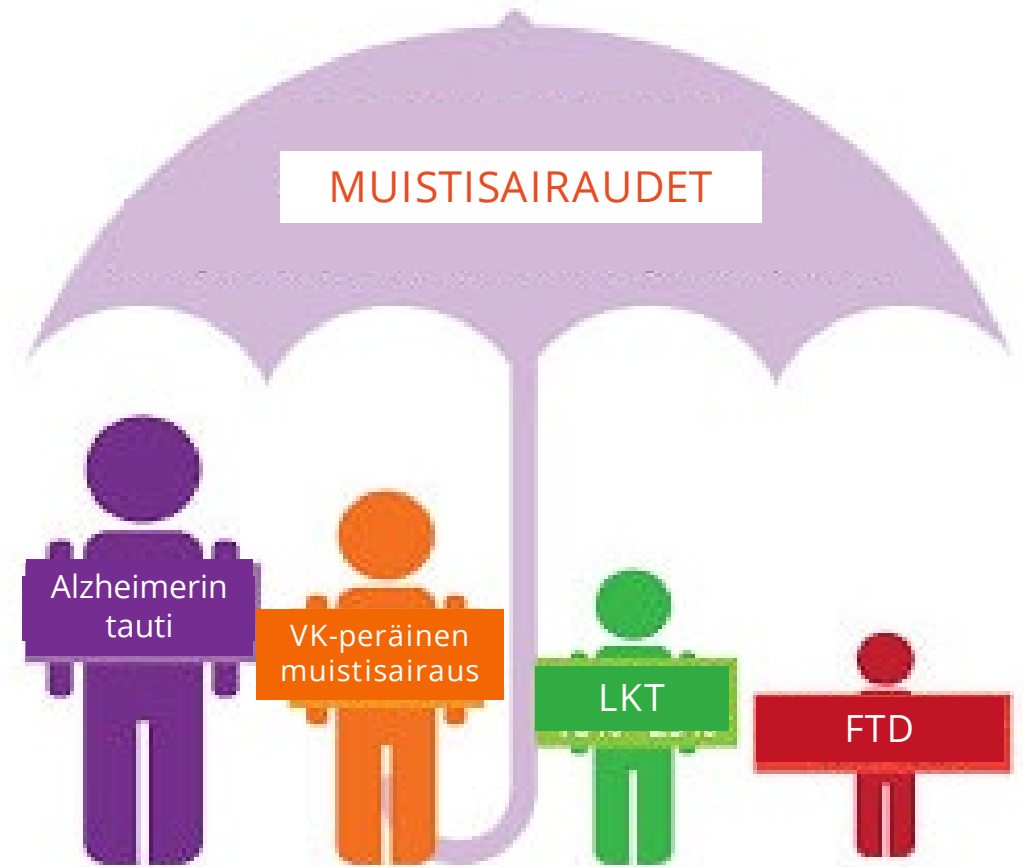
Keitä muistisairaudet koskettaa

- Suomessa muistisairauteen sairastuneita on yli 190 000. Lisäksi arvioidaan, että noin 200 000 ihmisellä tiedonkäsittely on lievästi heikentynyt
- Joka vuosi 23 000 ihmistä sairastuu muistisairauteen, josta Varhan alueella 2000
- Lisäksi suuria joukko ikäihmisiä elää muistisairauden kanssa ilman diagnoosia
- 40% muistisairauksista on yhteydessä elintapoihin
- Sairastavuus kasvaa iän myötä



Lyhyesti muistisairauksista

- Muistisairaus on ns. sateenvarjokäsite, jonka alla on useampia erilaisia muistiin ja/tai toiminnanohjaukseen vaikuttavia sairauksia.
- Yleisimpiä eteneviä muistisairauksia ovat:
 - Alzheimerin tauti (AT)
 - Verenkiertoperäinen muistisairaus (VK)
 - Lewyn kappale -tauti (LKT)
 - Otsa-ohimolohkorappeuma (FTD)
 - Muut harvinaisemmat muistisairaudet



Kuva: hopedementiasupport.org

Muistisairaus on yksilöllinen

- Muistisairaudet ovat ns. sateenvarjokäsite, muistisairauksia on erilaisia
- Etenee yksilöllisesti ja sen piirteet voivat näyttäytyä eri tavoin

Huomioi myös:

- Muistamaton asukas ei aina sairasta muistisairautta.
- Muistisairaus ei välttämättä näyttäydy muistioireina. Oireet voivat liittyä myös esim. kommunikaatioon, hahmotukseen tai toiminnanohjaukseen
- Muistisairauteen sairastunut ei aina itse tiedosta oireita

Mitä arjen haasteita
muistisairas kohtaa?

Muistihäiriöt

- Ei välttämättä muista annettuja ohjeita
- Aika, paikka ja tapahtumat saattavat sekoittua
- Unohdukset lisääntyvät
- Etsimisestä tulee arkipäivää
- Puheessa saattaa toistua samat asiat

- Harmitus oman muistin toimimattomuudesta



Arjen hallinta

- Muistisairaalla toiminnanohjaus vaikeutuu,
 - Hän ei saa aloitettua toimintaa, esimerkiksi siivousta – voi näyttäytyä laiskuutena tai viitsimättömyytenä
 - tehtävät voivat jäädä kesken tai pyydetyt asiat voivat jäädä hoitamatta
 - päättelykyky heikentyy
 - toiminta voi olla epäloogista, suunnitelmallisuus puuttuu



Hahmottamisen haasteet

- Muistisairauteen liittyy usein hahmottamisen vaikeuksia.
- Muistisairas voi tehdä virhetulkintoja ympäristöstä
 - musta kuvio lattiassa näyttäytyy kuoppana
 - valoja ei käytetä, koska valokatkaisuja ei erotu seinästä
 - kiiltävä pinta voi näyttää liukkaalta
 - peili aiheuttaa hämmennystä – mielikuva itsestä voi olla kymmeniä vuosia nuorempi

→ Hyvä, riittävä valaistus ehkäisee virhetulkintoja

→ Värien ja kontrastien käyttäminen tukee hahmottamista

→ Peilit ja muut heijastavat pinnat voi peittää

23.3.2025

- Paikkojen, esineiden tunnistamisen vaikeus
- Ihmisten tunnistamisen vaikeus
- Oman kehon hahmottamisen muutokset
- Eksyminen tutussakin ympäristössä



Sosiaalinen kanssakäyminen

- Muistisairaus voi aiheuttaa kommunikaatiovaikeuksia
 - Muistisairaalla sanat voivat unohtua, niitä joutuu hakemaan
 - Henkilö saattaa käyttää ns. vääriä sanoja tai kiertoilmaisuja
 - Keskustelukumppanin nopea puherytmi, vaikeaselkoiset sanat ja taustäänät vaikuttavat puheen ymmärtämiseen
- Kommunikaatiovaikeuksien seurauksena sairastunut jää helposti ulkopuoliseksi (esim. keskustellaan vain läheiselle)
- Käytös saattaa muuttua ja kohtaamistilanteet tuntua erilaisilta.

Miten muistisairaus näyttyy asumisessa

- Päätöksenteko taloyhtiön asioissa vaikeaa
- Avaimet unohtuu sisään
- Läheltä piti -tilanteita keittiössä
- Väärässä varustuksessa ulkona tai väärään aikaan
- Oman asunnon löytäminen saattaa olla vaikeaa
- Toimintaa epätyypillisinä aikoina
- Kiusaamisen tai häirinnän kokemuksia



Muistisairaus ja asumisturvallisuus

- Toimintakyky muuttuu, kun sairaus etenee
 - Päivittäistä vaihtelua on runsaasti
 - Ohjeet ja neuvot eivät yleensä edistä turvallisuutta
 - Vastuu kodin turvallisuudesta siirtyy muille
-
- Tavoitteena ei välttämättä ole asua nykyisessä kodissa mahdollisimman pitkään, vaan mahdollistaa turvallinen ja laadukas arki mahdollisimman pitkään.



Turvallisuuden edistäminen: läheisen rooli

- Läheisten toiminnan merkitys kasvaa sairauden edetessä
- Tulevaisuuteen varautuminen tekojen perustana
 - Kodin kriittinen arviointi, mikä toimii ja mikä ei
 - Oman ja asuinkumppanin toimintakyvyn arviointi
 - Onko tulevaisuutta suunniteltu?
 - Onko toiveista keskusteltu yhdessä?
 - Mitä jos tämä koti ei ole tulevaisuudessa paras vaihtoehto



Ennakoi arjen haasteita

Mitä kannattaa ennakoida?

- Pystynkö asumaan nykyisessä asunnossani turvallisesti, jos sairastun tai toimintakykyni heikkenee?

Pohdi:

Onko palvelut lähellä tai saatavilla?

Onko asunto esteetön?

Jaksanko hoitaa talon ja pihan huoltotoimet?

Onko asunto turvallinen ja onko apuvälineitä riittävästi?

Jos vastaat kysymyksiin kieltävästi, pohdi mitä voit muuttaa.



Mitä kannattaa tehdä jo nyt

- Arvio oman asuntosi turvallisuus
- Kiinnitä huomiota "läheltä piti tilanteisiin"



Ehkäise kaatumiset

- Yövalot + ulkovalot
- Lattian liukkaudenesto
- Apuvälineet, kuten Wc – korotus ja suihkutuoli
- Tukevat tikkaat
- Kaiteet ja tukikahvat
- Kynnysten madallus
- Siisteys

Ehkäise tulipalot

- Liesivahti tai liesihälytin
 - Led-kynttilät
 - Siisteys
 - Sähkösaunan siisteys
-
- GPS paikannus ja turvahälyttimet

Kiinnitä huomiota...



TAPATURMIEN EHKÄISY

15. Onko liukastumisen ja kompastumisen vaara minimoitu



Asunnon siisteys ja järjestys	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lattian materiaali ja matot	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kynnykset (ei pinnassa olevia nauvoja)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jatkojohdot on minimoitu ja sijoitettu siten, että niihin ei kompastu, johtohässäköitä ei muodostu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tarvittavat tuet, kahvat ja kaiteet (kulkutiet, keittiö, makuuhuone, peseytymistilat)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jalkineet ovat turvalliset ja olosuhteiden mukaiset.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. Seurataanko kaatumisia?



Asukas ei ole kaatunut tai kompastunut viimeisen vuoden aikana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asukkaalla ei ole tasapainovaikeuksia tai huimausta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asukkaalla ei ole vaikeuksia liikkua asunnossa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asukkaalla ei ole vaikeutta liikkua asunnon ulkopuolella.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asukas välttää liikkumista ja ulos menemistä kaatumisen pelon vuoksi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko asukkaan lihaskuntoa mitattu kuluneen vuoden aikana?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Kiinnitä huomiota...



LIESITURVALLISUUS

6. Onko lieden käyttö turvallista? Onko liesi turvallinen?
Onko liedessä jokin turvalaite?



Asukas pystyy käyttämään liettä turvallisesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Liedessä on liesiturvalaite.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lieden päällä tai välittömässä läheisyydessä ei säilytetä palavaa tavaraa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko estetty, että asukas, lemmikit, lapset tai esimerkiksi rollaattorin kahva ei säätönuppeihin osuessaan voi saada liettä vahingossa päälle?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Yhteenvetona

Muistettavaa:

- Ennakointi kannattaa tehdä ajoissa, kun voimavaroja on
- Fyysisen ympäristön muokkaaminen on tehokkain tapa ennaltaehkäistä onnettomuuksia ja tapaturmia
- Saatavilla on toimivia turvalaitteita

Ajateltavaa:

- Miten pärjään nykyisessä asunnossani, jos toimintakykyäni heikkenee?
- Onko jokin muu asumismuoto parempi kuin nykyinen koti?
- Miten voin huomioida muistisairaantuneet ihmiset omassa asuinympäristössäni?





ja antaa hänelle aikaa, ilman kiirehtimistä.



Muistiliitto
Muistisäätiöliitto



**Finlands-Suomen
Muistisäätiö ry**
Muistiliiton jäsen

Kaatumiset

Liukastuminen

Kompastuminen

Kiipeily ja kurottelu

Huonot sisäjälkineet

Liukas lattia

Tukikahvojen puuttuminen

WC-istuimen väärä korkeus

Tilan puute

Heikko valaistus



Paloturvallisuus

- Palovaroittimien kunto
- Lieden käyttö
- Sähkölaitteiden kunto
- Sähkösauna
- Kynttilöiden polttaminen
- Hehkulamput
- Tupakointi



Youtube:

Paloturvallisuus ja
muistisairaus

<https://youtu.be/NO7XntTYpyM>



**Varsinais-Suomen
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

Kiinnitä huomiota...

3. Onko asunnossa riittävä määrä toimivia ja asukkaan tarpeisiin soveltuvia palovaroittimia?
Onko savuun reagoinnin nopeus ja hälytyksen kuuluvuus tai muu havaittavuus varmistettu?



Palovaroitin soveltuu asukkaalle (esim. kuulovamma tai muistisairaus).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asukas ymmärtää mitä tehdä, jos palovaroitin hälyttää.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Palovaroitin on asennettu ohjeen mukaan oikeaan paikkaan katossa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pystyykö asukas tarkistamaan palovaroittimen toiminnan ja tarvittaessa vaihtamaan pariston?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko palovaroittimessa jatkojohto ja paristokotelo pariston vaihtoa helpottamaan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tee muutoksia

- Palovaroitin – vastuunotto, pariston vaihtoa helpottavat välineet tai pitkäkestoinen laite
- Liesivahti ja liesihälytin
- Kynttilät led – valoihin (huom. Myös parveke ja terassi)
- Jos sähkösauna ei käytössä – sulake pois
- Vanhat sähkölaitteet pois käytöstä
- Alkusammutusvälineet



Katoaminen / Eksyminen

Kiinnitä huomiota...

- Onko henkilö aktiivinen liikkuja
- Liittykö käytökseen levottomuutta tai lähtemisen tarvetta
- Onko eksymisiä ilmennyt
- Onko kyky hahmottaa ympäristöä heikentynyt
- Onko todellisuus sekoittunut, menneisyys vs. nykyisyys

HUKASSA



TIMO, MIES 65 VUOTTA Timo on muistisairas. Kadotessaan Timo oli pukeutunut harmaaseen neuleeseen ja farmerihousuihin. Hän on hoikka ja noin 180 cm pitkä sekä ruskeahiuksinen. Timo on luultavasti ollut matkalla kirjastoon polkupyörällä.

VIIMEINEN HAVAINTO:
Kodin edustalla,
Kotipolku 1, Kotipaikka

Echän kävele Timon ohji ja jätä häntä yksin!

LISÄTIETOA: [välitä.fi](#)
LISÄTIETOA: [välitä.fi](#)
LISÄTIETOA: [välitä.fi](#)
LISÄTIETOA: [välitä.fi](#)
LISÄTIETOA: [välitä.fi](#)
LISÄTIETOA: [välitä.fi](#)
LISÄTIETOA: [välitä.fi](#)

Tee muutoksia

- Ovivahdit
- GPS paikantimet
- Turvapalvelut
- Älypuhelimien paikannus

- Huomioita aina poistumisturvallisuus!

- Video yhteistyössä Vapaaehtoisen pelastuspalvelun kanssa:
<https://www.youtube.com/watch?v=ZyttovDbVyo>

- Apuvälineeseen ja vaatteisiin omaisen yhteystiedot, ei osoitetietoja!



Jaksaminen ja kuormittuneisuus

- Mihin voimavarat riittävät?
 - Ennakoitavia asioita on paljon
 - Vastuu kasvaa monilla eri elämän osa-alueilla
 - Asiakokonaisuus kerrallaan
- Suurin hyöty saavutetaan, kun reagoidaan ennen "läheltä piti" - tilanteita
- Voimavaroja tarvitaan paitsi hankinnan suunnitteluun, myös käyttöönottoon.



Kiitos!

Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry
Varusmestarintie 15
20360 Turku
www.muistiturku.fi



**Varsinais-Suomen
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen