

Ikäneuvolat parantavat ikäihmisten elämänlaatua

Ikäneuvola on osa ennaltaehkäisevää vanhuspalvelua. Ikääntyneen väestön neuvolatoiminnalla tavoitetaan työelämän ja siten työterveyspalvelujen ulkopuolelle siirtyneet eläkeläiset. Vanhuspalvelulaki ei suoraan velvoita järjestämään Ikäneuvolatoimintaa, mutta laki velvoittaa hyvinvointialueet tukemaan ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä sekä itsenäistä suoriutumista.

Matalan kynnyksen ja varhaisen puuttumisen palveluna Ikäneuvolan terveystarkastuksessa tunnistetaan piileviä terveysongelmia, kuten diabetes, verenpainetauti tai muistisairaus jo varhaisessa vaiheessa. Iso merkitys on myös elintapoihin liittyvien riskien toteamisella ja fyysisen sekä henkisen hyvinvoinnin arvioinnilla. Näin vähennetään raskaiden ja kalliiden terveyspalveluiden tarvetta, lisätään terveitä elinvuosia, vähennetään yksinäisyyttä ja mahdollistetaan lisää vuosia jatkaa itsenäistä elämää omassa kodissa.

Ennaltaehkäisy säästää terveydenhuollon kustannuksia. Hyvinvointipalvelujen rahoituksen kannalta tämä on ensiarvoisen tärkeää. Yhden ympärivuorokautisen hoivapäivän kustannuksella voidaan suorittaa useampi ennaltaehkäisevä neuvolakäynti. Merkittäviä säästöjä syntyy, kun asiakkaalta löytyy vakavampi hoidettavissa oleva sairaus jo alkuvaiheessa tai kun asiakas pystytään ohjaamaan kotihoidon piiriin ja mahdollistetaan näin asumisen jatkuminen vielä omassa kodissa.

Ikävuodet eivät kerro ihmisen todellisesta toimintakyvystä eivätkä hänen terveydentilastaan. Varsinais- Suomessa Ikäneuvolaan kutsutaan 75-vuotiaat. Ikäneuvolaan kutsuttavan 75 vuoden ikää perustellaan sillä, että se on kriittinen ikä terveysneuvonnalle sekä palveluiden oikea-aikaisuudelle suurempien ongelmien ehkäisemiseksi. Monella 65-vuotiaalla voi kuitenkin olla yhtä paljon, tai jopa enemmän piilevää palveluiden tarvetta kuin hyväkuntoisella ja itsenäisesti toimeen tulevalla 80-vuotiaalla.

Terveydentilan ja toimintakyvyn arviointi sekä terveysneuvonta tulisi aloittaa heti työelämästä eläköityessä. Palvelua tulisi jatkaa säännöllisesti, esimerkiksi 5-vuosittain, mikäli pyrimme lisäämään ikäihmisten aktiivisia vuosia, vahvistamaan vanhusten edellytyksiä asua omassa kodissa, säästämään terveydenhuollon kustannuksia ja siirtämään kallista laitoshoidon tarvetta. Yli 65-vuotiaat ovat käytännössä ainut ikäryhmä, jotka ovat vailla mitään terveydentilan kartoitusta.

Neuvolatoiminta voidaan järjestää eri tavoin kuten sähköisenä kyselynä tai kasvokkain kohdaten. Ehdottomasti tehokkain tapa toimia on kasvokkain arvioida fyysistä ja henkistä hyvinvointia sekä asiakkaan elämäntapoja. Ikäneuvolan yhtenä tavoitteena on tavoittaa ne ikäihmiset, jotka tarvitsevat palveluita ja ohjata heidät tarvittavien palveluiden äärelle. Myös sähköinen kysely toimii hyvin osalle jatkokäyntinä. Ikäneuvola tulee nähdä ikäihmisen kokonaisuuden arviointina, sairauksien ehkäisijänä, ei hoitona.

Jotta ikäneuvola tavoittaa kohderyhmän, on toiminnasta tärkeää tiedottaa aktiivisesti ja kattavasti myös yhteistyössä vanhusneuvostojen ja eläkeläisjärjestöjen kanssa. Tavoitteena on ennaltaehkäisevällä toiminnalla edistää ikäihmisten hyvinvointia ja samalla vähentää kalliiden terveys- ja vanhuspalvelujen tarvetta.

Kari Kantalainen
puheenjohtaja
Kansallinen senioriliitto ry

Teija Tiusanen
TtM, Ikääntyneiden palvelulautakunta Varha (kok)