

IKÄÄNTYNYT OSALLISEKSI RUOKAILUTILANTEISIIN

6.10.2022

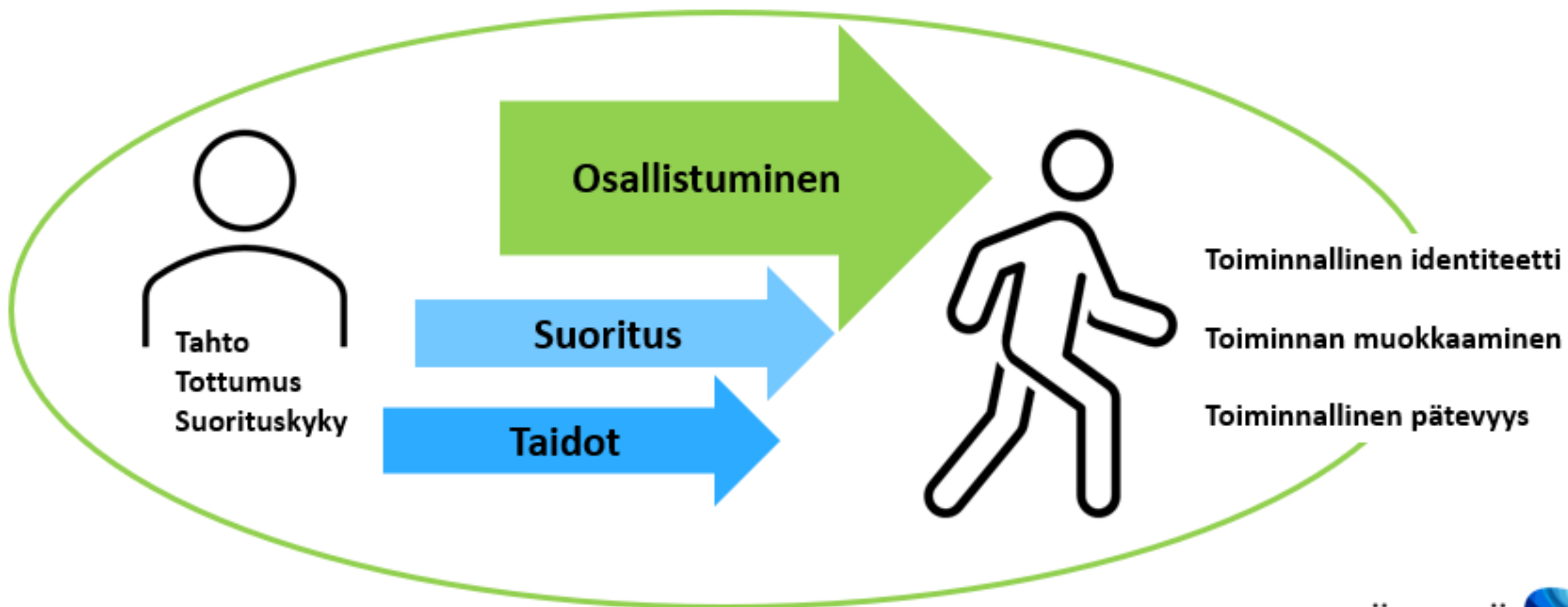
Pauliina Tammi

Kuntoutuksen koordinaattori

Jyväskylän kaupunki, Ikääntyneiden palvelut

Arki ilman ruuanlaittoa on tuoksuton.
Päivä ilman ruokailua on toimeton.
Keho ilman ruokaa on voimaton.

RUOKAILUTILANNE IHMISEN TOIMINNAN KAUTTA TARKASTELTUNA



Lähde: Kielhofner, G. 2007. A model of human occupation.

OSALLISUUDEN EDISTÄMISEN RUOKAILUTILANTEISSA

- ☐ Asiakkaan tarpeen ymmärtäminen
- ☐ Asiakkaan arvot, kulttuuri ja taloudellinen toimintakyky
- ☐ Ruokailutilanteet muodostavat rytmin päivään ja siihen kuuluvat toiminnot tukevat arjessa toistuvaa rytmiä.
- ☐ Teknologian ja apuvälineiden käytön harjoittelun tukeminen.
- ☐ Ruokailutila ja sen siisteys sekä sopivuus ruokailuun.
- ☐ Tilan riittävä valaistus ja käyttötavaroiden järjestely sopivalle korkeudelle.
- ☐ Ruuan valmiusasteen säätely ja osallisuuden tukeminen ruuan valmistuksen liittyvien pienempien tehtävien kautta.

OSALLISUUDEN EDISTÄMISEN NÄKÖKULMIA RUOKAILUTILANTEISIIN

- ❑ Asiakkaan toiminnan tukena kuvalliset ohjeet tai toiminnan mallintaminen
- ❑ Sopivat ruokailuvälineet (Hyödyntäen mm. erilaisia materiaaleja, kontrasteja ja liukuesteitä.)
- ❑ Aistit ovat vahvasti läsnä ruokailutilanteissa. Hyödynnetään niitä ja luodaan arkeen elämyksiä.
- ❑ Suun terveyden edistäminen
- ❑ Ruokailuasentojen turvallisuuden huomiointi ja nielemisen haasteisiin tarttuminen.
- ❑ Ruokailutilanteiden kautta kokemus yhteisöön kuulumisesta.
- ❑ Ikääntyneiden ympärillä toimivien asenteet. Miten kohtaamme eri tavalla toimivat ruokailutilanteissa ja hyödynnämme yksilöllisiä tukikeinoja osallisuuden tukena.

ARJEN RUOKAILUTILANTEET JA PÄÄTÖKSENTEKO

Ruokailuun liittyy paljon valintoja, joiden kautta asiakkaalla on mahdollista ilmentää itseään juuri sellaisena kun on ja elää oman näköistä elämää.

Arjen ruokailutilanteiden kautta tapahtuva asiakkaan päätöksenteon tukeminen on asiakkaan itsemääräämisoikeuden vahvistamista.



LOPUKSI

- Ruokailutilanteet ja siihen liittyvät toiminnot ovat äärimmäisen hyviä ikääntyneen kuntoutumista tukevia toimintoja.
 - Ruokailu fysiologisena perustarpeena (A. Maslow)
 - Toiminta tapahtuu arjessa toistuvasti
 - Toimintoja on mahdollisuus osittaa ja soveltaa. Näin toiminnot eivät jää kokonaan pois asiakkaan arjesta, vaikka hän tarvitsisikin tukea.
- Ruokailutilanteiden merkitys asiakkaan toimintakyvyn ylläpitävänä toimintana korostuu toimintakyvyn haasteiden kasvaessa.



PALVELUOHJAUS RAVITSEMUKSEN TUKENA

6.10.2022

Pauliina Tammi

Kuntoutuksen koordinaattori

Jyväskylän kaupunki, Ikääntyneiden palvelut

JYVÄSKYLÄ 

PALVELUOHJAUS

Palveluohjauksella tarkoitetaan

- Asiakkaan tilanteen kokonaisvaltainen kartoitusta.
- Palveluiden suunnittelua, hankintaa, yhteensovittamista ja seuraamista yhteistyössä asiakkaan kanssa.
- Työskentelyn tavoitteina tukea palveluiden vaikuttavuutta ja edistää asiakkaan terveyttä ja hyvinvointia.

(Lähde: Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos.)

Palveluohjauksella tärkeä tehtävä turvata ravitsemuksen toteutumista ja ylläpitää toimintakykyä.

ENNAKOIVA NÄKÖKULMA

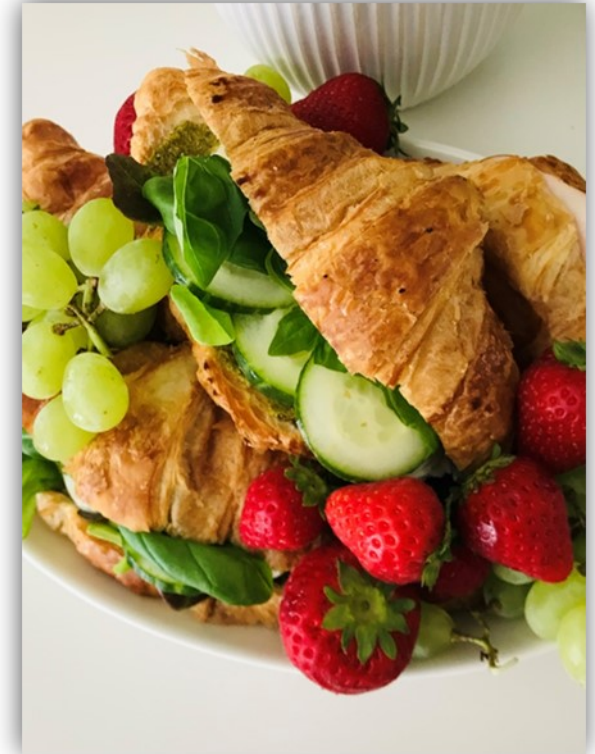
- ❑ Ruokakaupassa asiointi ja keittiötoiminnot ovat vaativia välineellisiä päivittäisiä toimintoja, joihin ensimmäisinä haetaan apua, helpotetaan tai jätetään pois toimintakyvyn laskiessa hetkellisesti tai pysyvästi.
- ❑ Näissä tilanteissa tulisi muistaa, että ruokailutilanteet tai herkutteluhetket ovat hyvä motivointikeino kasvattaa arjen kokonaisaktiivisuutta sekä mahdollistaa kuntoutumista ja toimintakyvyn ylläpitoa yksilön arjessa.
 - Ruokaan liittyvä päätöksenteon jatkuvuuden turvaaminen
 - Voimavaralähtöisyys: Mihin toimintoihin asiakas pystyy osallistumaan?
 - Päämääränä on ylläpitää asiakkaan sisäistä tunnetta hallita ruokailua toimintana ja halua palata itsenäisemmän toiminnan pariin toimintakyvyn haasteen ohittuessa. Hallinnan tunne tukee myös uuden toimintatavan oppimista toimintakyvyn muutostilanteissa.

RUOKAILUN HAASTEISIIN TARTTUMINEN

- ☐ Selvitettävä yhdessä asiakkaan kanssa, mikä ruokailussa tuottaa haastetta juuri hänelle.
- ☐ Kuuntele mitä asiakas kertoo omista ruokailutottumuksistaan.
- ☐ Tarjoa tietoa asiakkaan muutoksen pohjalle arjen kielellä. Yksilöi perustelusi asiakkaalle ja tarjoa mahdollisuuksien mukaan vaihtoehtoja. Pohtikaa yhdessä mikä on asiakkaan arjessa mahdollista toteuttaa ja tarvitaanko toteutumisen tueksi erityistä apua/tukea.
- ☐ Kirjaa suunnitelma. Kirjatut keinot ja ravitsemuksen seuraaminen (tapa ja ajankohta) tuo esille valittujen keinojen vaikutukset.

MONIAMMATILLISEN OSAAMISEN HYÖDYNTÄMINEN ERITYISKYSYMYKSIIN

- ❑ Toimintakyvyn heikentyessä ruokailuun kytkeytyy useita erityiskysymyksiä mm. toiminnan sujuvuuteen ja turvallisuuteen sekä päätöksentekoon liittyen.
 - Näitä ovat mm. apuvälineet, kommunikointikeinot, nielemisen asiat ja kehon hallinta istuma-asennossa.
 - Tarvitaan moniammatillista työskentelyä ruokailun edistämiseksi asiakkaan ja hänen läheisverkoston kanssa.



ENNAKOIVA OTE JA LAAJA-ALAINEN NÄKÖKULMA OHJAUKSEEN

Palveluseteli- ja ostopalveluiden sekä hoitotarvikejakelun asiointikanava.

www.palse.fi

Polku kuvan tietojen äärelle:

- Palse -portaali asiakkaalle
- Etsi palveluita ja palveluntuottajia
- Itse maksettavat palvelut asiakkaille

Vertaile palveluita

Tuottajaluettelo

- Hoito- ja hoivapalvelut
- Kodin siivous- ja kunnossapitopalvelut
- **Tukipalveluiden tuottajarekisteri**
 - Tukipalvelu: Asiointiapu
 - Tukipalvelu: Ateriapalvelu
 - Tukipalvelu: Henkilökohtainen apu
 - Tukipalvelu: Ikkunanpesuapu
 - Tukipalvelu: Kauppapalvelu
 - Tukipalvelu: Kylvetysapu
 - Tukipalvelu: Pihatyöt
 - Tukipalvelu: Saattoapu
 - Tukipalvelu: Siivouspalvelu
 - Tukipalvelu: Sosiaalinen kanssakäyminen
 - Tukipalvelu: Ulkoilutusapu
 - Tukipalvelu: Vaatehuolto

KIITOS!

Pauliina Tammi
Kuntoutuksen koordinaattori
Jyväskylän kaupunki, ikääntyneiden palvelut
pauliina.tammi@jyvaskyla.fi

JYVÄSKYLÄ 

