

KOTONA ASUMISTA TUKEVIEN KOTIKÄYNTIEN VAIKUTUS IKÄÄNTYVIEN TOIMINTAKYKYYN

TAUSTA

Näyttövinkin kohderyhmänä ovat ikääntyneet (yli 65-vuotiaat), joiden toimintakyky on heikentynyt ja jotka tarvitsevat kotihoidon palveluja selviytyäkseen kotona mahdollisimman pitkään. Toimintakyky on yksilön pystyvyyttä huolehtia itsenäisesti päivittäisistä toiminnoista omassa elinympäristössään. Toimintakykyä voidaan tarkastella neljän ulottuvuuden kautta: fyysinen, kognitiivinen (älyllinen), psyykkinen, sosiaalinen. Fyysiseen toimintakykyyn liittyy kyky suoriutua päivittäisistä toiminnoista (ADL= Activities of Daily Living). Toiminnanvajaus määritellään vaikeudeksi suoriutua itsenäiseen elämiseen tarvittavista päivittäisistä toiminnoista tai avuntarpeeksi näissä toiminnoissa. Toiminnanvajaus syntyy, kun ihmisen kognitiivinen tai psyko-sosiaalinen toimintakyky ei riitä arjesta selviytymiseen.

KYSYMYKSET

Miten kotona asumista tukevat kotikäynnit vaikuttavat ikääntyneiden toimintakykyyn?

AINEISTO JA MENETELMÄT

Järjestelmälliset katsaukset ja meta-analyysit¹⁻³ laadittiin kansainvälisten menetelmien mukaisesti. Kriittisen arvioinnin jälkeen katsauksiin hyväksyttiin mukaan 87¹, 64² ja 9³ tutkimusta. Vaikuttavuuden arviointia vaikeutti tutkimusten puutteellinen raportointi sekä kotikäyntien erilainen toteutus ja niiden puutteellinen kuvaus. Katsausten menetelmällinen toteutus on kuvattu alkuperäisissä julkaisuissa.

SUOSITUKSET SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLTOON

Terveystieteiden ammattilaisten tekemillä kotikäynneillä näyttäisi olevan fyysistä ja kognitiivista toimintakykyä edistävä vaikutus, mikäli kotikäynnit perustuvat:

- ikääntyneen toimintakyvyn kokonaisvaltaiseen arviointiin ja sen pohjalta laadittuun yksilölliseen ja monipuoliseen suunnitelmaan
- moniammatillisuuteen
- riittävän pitkään seurantaan

Erityisesti moniammatillisilla toimintakykyä ylläpitävillä/parantavilla kotikäynneillä, jotka sisältävät useita eri menetelmiä näyttää olevan myönteinen vaikutus ikääntyneen toimintakykyyn. Säännöllisten, ikääntyneiden tarpeisiin vastaavien kotikäyntien ei ole voitu osoittaa olevan kalliimpia kuin muiden palvelujen.

Tutkijoiden tulee kiinnittää huomioita vaikuttavuustutkimusten laatuun ja tulosten raportointiin entistä paremmin. Tutkimusta tulee kohdentaa suuria otosmääriä sisältäviin asetelmiin.

Näyttövinkki on hyvälaatuisten järjestelmällisten katsausten ja hoitosuosittelujen tiivistelmä. Sen tarkoituksena on levittää kansalaisille ja sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille näyttöön perustuvaa tietoa.

Alkuperäiset julkaisut:

- 1) Beswick AD, Rees K, Dieppe P, Ayis S, Gooberman-Hill R, Horwood J, Ebrahim S. Complex interventions to improve physical function and maintain independent living in elderly people: a systematic review and meta-analysis. *Lancet* 2008; 1(371), 725-735.
- 2) Mayo-Wilson E, Grant S, Burton J, Parsons A, Underhill K, Montgomery P. Preventive home visits for mortality, morbidity, and institutionalization in older adults: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE* 2014; 9(3): e89257.
- 3) Stall N, Nowaczynski M, Sinha SK. Systematic review of outcomes from home-based primary care programs for homebound older adults. *Journal of the American Geriatrics Society* 2014; 62(12): 2243-2251.

TIIVISTELMÄN TEKIJÄT

Tutkija, Virpi Jylhä, ft, TtM, Hoitotyön tutkimussäätiö, Virpi.Jylha@hotus.fi

Tutkimusjohtaja Arja Holopainen, sh, TtT, Hoitotyön tutkimussäätiö,
Arja.Holopainen@hotus.fi

Johtaja Päivi Voutilainen, sh, TtT, dosentti, Sosiaali- ja terveysministeriö,
Paivi.Voutilainen@stm.fi

KÄYTTÖKELPOISUUS SUOMESSA JA LISÄTIETOJA

Näyttövinkin taustalla olevien järjestelmällisten katsausten suositukset soveltuvat suomalaiseen sosiaali- ja terveydenhuoltoon.