

MUISTISAIRAAN HENKILÖN LÄHEISEN TUKEMINEN

TAUSTA

Muistisairaus on etenevä sairaus, jota sairastaa arviolta noin 40 miljoonaa ihmistä maailmassa (Prince ym. 2013). Suuri osa muistisairaista henkilöistä asuu kotona puolison tai muun läheisen ihmisen toimiessa muistisairaahan hoitajana. Sairauden edetessä etenkin puolisoitten välinen suhde muuttuu, joka näkyy esimerkiksi parin yhteisen identiteetin, tapojen, vuorovaikutusmallien ja tulevaisuuden suunnitelmien osalta. Sopeutuminen muuttuvaan tilanteeseen voi kuormittaa hoitavaa puolisoa aiheuttaen esimerkiksi pitkäaikaista stressiä, masennusta ja ahdistusta.

Terveystieteiden ammattilaisilla on merkittävä rooli muistisairaahan henkilön puolison ja läheisten tukemisessa. Ammattilaisten tulee antaa heille tietoa sairaudesta ja mahdollisuuksista saada tukea.

KYSYMYS

Miten muistisairaahan hoitajana toimivaa puolisoa ja läheistä voidaan tukea sosiaali- ja terveydenhuollossa?

AINEISTO, MENETELMÄT JA TULOKSET

Tämä näyttövinkki perustuu kahteen laadullista tutkimuksia kokoavaan järjestelmälliseen katsaukseen, ns. metasynteesiin. Ensimmäinen katsaus¹ sisälsi 16 laadullista tutkimusartikkelia, joissa tutkimuskohteena olivat muistisairasta puolisoaan hoitavat henkilöt ja heidän kokemuksensa elämästä muistisairaahan puolisonsa kanssa. Aineisto käsitti 307 alkuperäisilmaisua, joiden temaattisessa analyysissä muodostui viisi teemaa: kumppanin menettäminen, muutoksen tunnistaminen, kriisi, sopeutuminen ja tottuminen, hyväksyminen ja suuntaaminen eteenpäin.

Toiseen katsaukseen² hyväksyttiin mukaan viisi laadullista tutkimusta, joissa tutkimuskohteena olivat muistisairasta hoitavat läheiset (n=59) ja heidän kokemuksensa vertaistukiryhmien merkityksellisyydestä. Tutkimusartikkeleiden laadunarvioinnissa, tulosten uuttamisessa ja analyysissä käytettiin Joanna Briggs Instituutin laadullisen katsauksen työkaluja. Aineiston meta-aggregaatiossa syntyi kolme kategoriaa: vertaistuen emotionaalinen hyöty, läheisen hoitamisen haasteiden kohtaaminen ja tulevaisuuden hyväksyminen. Katsausten menetelmällinen toteutus on kuvattu alkuperäisissä julkaisuissa.

SUOSITUKSET SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLTOON

1. Kyetäkseen tukemaan muistisairaahan henkilön puolisoa sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset tarvitsevat tietoa siitä, miten muistisairaus vaikuttaa henkilön persoonallisuuteen, käyttäytymiseen ja päivittäisiin toimintoihin.
2. Henkilöt, jotka toimivat kotona muistisairaahan puolisonsa hoitajina, tarvitsevat ammatillista tukea ja käytännön neuvoja hankkiakseen riittävät taidot sopeutua muistisairauden etenemisen myötä muuttuviin olosuhteisiin.
3. Muistisairaiden henkilöiden puolisojen tukeminen tulee olla yksilöllistä ja perustua ymmärrykseen parisuhteen historiasta, jaetuista kiinnostuksen kohteista ja elämäntyylistä.
4. Vertaisryhmät, joko kasvokkain tai virtuaalisena, tarjoavat emotionaalista tukea ja mahdollisuuden muistisairaahan läheiselle purkaa esimerkiksi omia negatiivisia tunteitaan.
5. Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten tulee olla tietoisia vertaistukiryhmien tarpeesta sekä edesauttaa näiden ryhmien perustamista ja ylläpitoa. Muistikoordinaattoreiden ja perusterveydenhuollossa toimivien sairaanhoitajien tulee toimia aktiivisesti näiden ryhmien toiminnan puolesta. Terveydenhuollon ammattilaisten tulee varmistaa, että ryhmätapaamiset säilyvät sisällöltään merkityksellisinä muistisairaahan läheisille.

Alkuperäiset julkaisut:

- 1) Pozzebon M, Douglas J, Ames D. Spouses' experience of living with a partner diagnosed with a dementia: a synthesis of the qualitative research. *International Psychogeriatrics* 2016; 28(4), 537–556. doi:10.1017/S1041610215002239
- 2) Lauritzen J, Pedersen PU, Sørensen EE, Bjerrum MB. The meaningfulness of participating in support groups for informal caregivers of older adults with dementia: a systematic review. *JBI Database of Systematic Reviews & Implementation Reports* 2015;13(6) 373 - 433.
- 3) Prince M, Bryce R, Albanese E, Wimo A, Ribeiro W, Ferri CP. The global prevalence of dementia: a systematic review and meta-analysis. *Alzheimer's & Dementia* 2013; 9(1),63–75. doi: 10.1016/j.jalz.2012.11.007.

TIIVISTELMÄN TEKIJÄT

Tutkija Hannele Siltanen, sh, TtT-opiskelija, Hoitotyön tutkimussäätiö,
siltanen.p.hannele@student.uta.fi

Tutkija Teija Korhonen, sh, TtT, Hoitotyön tutkimussäätiö, teija.korhonen@hotus.fi

KÄYTTÖKELPOISUUS SUOMESSA JA LISÄTIETOJA

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