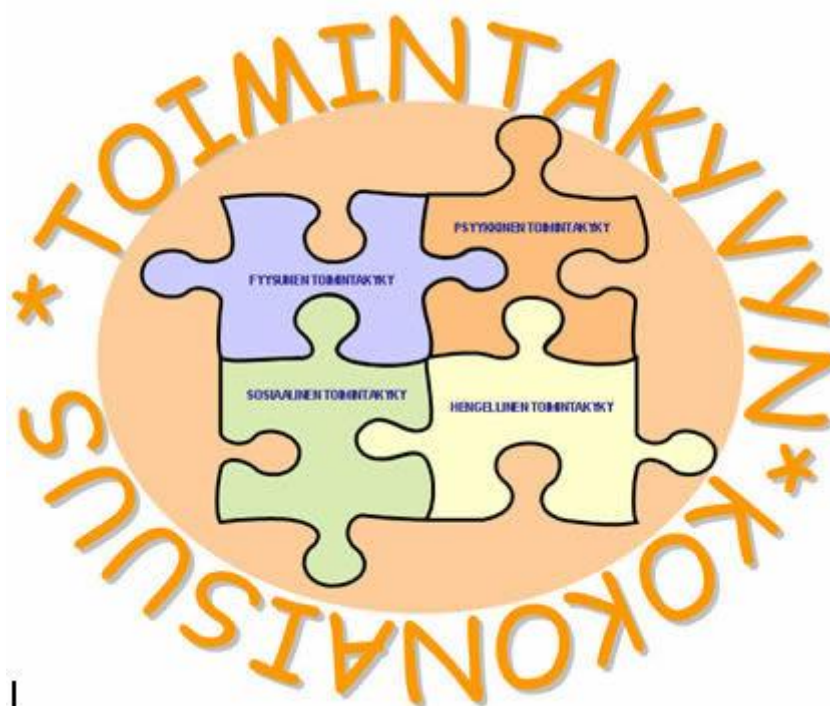


TOIMINTAKYVYN TUKEMISEN PROSESSI

Toimintakyvyn osa-alueet

Vanhuksen toimintakyky voidaan määritellä monella eri tavalla. Sitä voidaan esimerkiksi hahmottaa fyysisestä, psyykkisestä, sosiaalisesta ja hengellisestä osa-alueesta muodostuvana kokonaisuutena. Osa-alueet ovat sidoksissa toisiinsa ja vuorovaikutuksessa keskenään. Muutos jollakin osa-alueella vaikuttaa myös muihin toimintakyvyn osa-alueisiin. Vanhuksen toimintakyky on kykyä selvitä arkeen liittyvistä toiminnoista sekä kykyä kokea erilaisia kokemuksia ja elää laadukasta elämää.



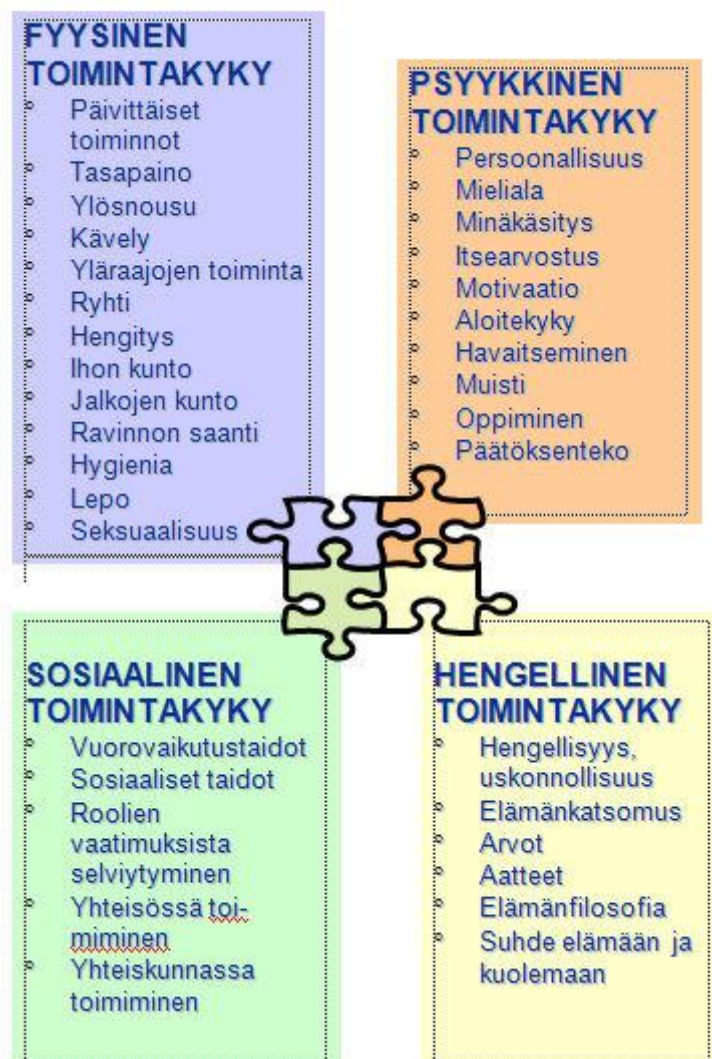
Kuva. Toimintakyvyn osa-alueet muodostavat kokonaisuuden, jonka osat vaikuttavat toisiinsa ja kokonaisuuteen.

Ikääntyminen aiheuttaa eriasteisia elämää rajoittavia ja kärsivällisyyttä koettelevia fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia ja hengellisiä seurauksia, jotka vaikuttavat jokapäiväiseen elämään ja sen laatuun. Fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja hengellinen ovat erottamattomia toimintakyvyn ulottuvuuksia. Ne muodostavat kokonaisuuden, jossa osa-alueet vaikuttavat toisiinsa. Muutos yhdellä alueella vaikuttaa aina myös muihin toimintakyvyn alueisiin.

Keho, mieli ja ympäristö ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Vanhuksen toimintakykyyn vaikuttavat myös perinnölliset tekijät ja ympäristö. Samanikäisten vanhusten toimintakyky vaihtelee suuresti. Toimintakyky muuttuu iän myötä, mutta muutokset tapahtuvat eri tavalla ja eri nopeudella. Lisäksi sairaudet ja vammat heikentävät vanhuksen toimintakykyä.

Vanhuksen toimintakyvyssä keskeistä on suoriutuminen arkielämän vaatimuksista. Hyvä toimintakyky on kykyä selviytyä päivittäisissä arjen toiminnoissa. Tällöin toimintakyvyn osa-alueet ovat tasapainossa keskenään. Mikäli jokin toimintakyvyn osa-alue heikkenee, toimintakyky kokonaisuutena huononee, ja vanhuksen kyky selviytyä arjessa vaikeutuu. Vanhukselle on kehittynyt erilaisia toiminnallisia ja kokemuksellisia keinoja ja strategioita, joilla hän pyrkii ratkaisemaan erilaisia ongelmatilanteita.

Toimintakyky on olennainen osa vanhuksen elämänlaatua. Toimintakyky tarkoittaa, että vanhus selviytyy erilaisissa tilanteissa ja pystyy toimimaan haluamallaan tavalla. Toimintakyvyn heikkenemisen seurauksena vanhus joutuu määrittelemään käsityksensä elämänlaadusta uudelleen. Hoitajan haasteellisena tehtävänä on tunnistaa vanhuksen voimavarat ja ongelmat, jotta hän pystyy kokonaisvaltaisesti ja tavoitteellisesti tukemaan vanhuksen toimintakykyä. Hoitajan tulee ymmärtää, milloin hänen on tuettava vanhuksen itsenäistä selviytymistä, milloin vanhus tarvitsee osittaista apua selviytymiseensä ja missä tapauksissa vanhus tarvitsee puolesta tekemistä.



VANHUSTEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN TAIDOLLA JA LAADULLA