



Pirkanmaan Hoitokodin viihtyisä ja elämyksellinen ympäristö tuo levollisuutta potilaille, omaisille, henkilökunnalle ja vierailijoille.



Saattohoidon tehtävänä on hoitaa potilasta niin, että hänen viimeiset viikkonsa ovat mahdollisimman hyviä.

Kun mitään ei ole tehtävissä, on vielä paljon tekemistä

Saattokoti täynnä elämää

Kuolema on jokaisen ihmisen elämää kohtaava tapahtuma, mutta siitä harvoin puhutaan avoimesti. Kuolema on parhaimmillaan yhtä kaunis asia kuin syntymäkin.

En tiedä, mitä odottaisin astuessani Pirkanmaan Hoitokotiin. Ehkäpä oletan kuoleman tulevan heti saattohoitokodin ovelta vastaan. Ympärillä olevat viihtyisät, vihreät ja kauniit tilat sekä arjen askareista kertovat toimintamuodot saavat toisiin ajatuksiin.

Tuloaulassa on kahvila ja kaunis talvipuutarha suihkulähteineen. Puutarhassa on entisten potilaiden tekemä ikoni, patsaita ja muita kauniita esineitä. Tunnelmat, muistot ja äänet välittyvät vierailijalle. Potilashuoneet ovat viihtyisiä, niissä on parveke ja pieni keittiö. Hoitohenkilökunta on ystävällistä, ja käytäviltä kuuluu iloista puheen sorinaa.

Mistään ei kuulu tuskanhuutoja tai epätoivoista ääntelyä. Minua opastava vapaaehtoistyöntekijä, **Maarit Nousiainen**, vahvistaa, että Pirkanmaan Hoitokodissa ollaan levollisia ja rauhallisia. Kuoleman hetkikin on usein kaunis, eikä silloinkaan tarvitse olla yksin.

Elämää ennen kuolemaa

Hyvän saattohoidon tehtävä on hoitaa potilasta niin, että hänen viimeiset viikkonsa ovat mahdollisimman hyviä ja kivuttomia. Vuorovaikutus hoitohenkilökunnan, omaisten ja potilaan välillä on keskeinen osa hoitoa.

Pirkanmaan Hoitokodissa tämä tehtävä toteutuu erinomaisesti. Potilas elää elämänsä oman voinnin mukaan, vaikka se onkin jo loppuvaiheessaan. Pirkanmaan Hoitokodin motto on: Kun ei ole enää mitään tehtävissä, on vielä paljon tekemistä.

Hoitokodin johtajan **Mirja Jussilan** mukaan kuolemaa ei odoteta, se tulee odottamattakin.

– Pyrimme tarjoamaan potilaalle kokemuksen siitä, että elämää on loppuun asti. Viimeisinä viikkoina ja kuukausina tarvitaan vierellä kulkijoita, jotka saattavat ihmisen hänen elämänsä viimeiselle rannalle, hän sanoo.

Kierros hoitokodissa selvittää, että talossa on oma keittiö, jossa valmistuu kotiruokaa. Alakerran kirpputorilta löytyy kaikkea kivaa. Kirpputorin sohvalla lepäilee Niksu, hoitokodin oma terapiakissa, jota voi halutessa silittelä.

Viihtyisissä saunatiloissa on takka. Saunominen on potilaille ja heidän perheilleen rentouttava kokemus. Makkaraakin silloin tällöin takkahuoneessa paistellaan. Täällä järjestetään myös erilaisia kädentaitoryhmiä, omaisryhmiä ja hemmotteluryhmiä. Elämyksiä ja kokemuksia on saatavilla, jos voimat niitä sallivat.

Ainutkertainen elämä

Pirkanmaan Hoitokodissa on 24 vuodepaikkaa, keskimääräinen hoitoaika on 0–9 päivää, jotkut ovat kuukausiakin. Valtaosa on syöpäpotilaita, mutta muitakin hoidetaan.

Potilasta ja omaisia kohtaa moniammatillinen tiimi. Siihen kuuluvat muun muassa lääkäri, hoitajat, sosiaalityöntekijä, fysioterapeutti, pappi ja koko joukko va-

paaehtoistyöntekijöitä. Lisäksi järjestetään kotisairaanhoidoa ja päiväkeskustoimintaa.

Hoitokodin filosofisiin tavoitteisiin kuuluvat ihmiselämän ainutkertaisuuden arvostaminen, kodinomaiset olosuhteet ja oikeiden lievitys.

– Pyrimme kokonaisvaltaiseen kivunlievitykseen: fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja hengelliseen, Mirja Jussila kertoo.

Hoitokodissa nähdään erityisesti omaisten tukemisen tärkeys.

– Kaikilla potilailla ei ole lähiomaisia, mutta valtaosalla heistä on useita, lapsista lapsenlapsiin ja puolisoista sisariin. Omaisia tuetaan usein myös potilaan kuoleman jälkeen, Jussila sanoo.

Viimeisiä toiveita

Hoitokodissa pyritään mahdollisuuksien mukaan täyttämään potilaan toiveita. Jos jokin asia on jäänyt tekemättä, potilaalta kysytään, toivooko hän jonkin asian olevan toisin tai vaivaako jokin mieltä. Jussila kertoo esimerkin miehestä, jolla oli ollut hyvin kiinteä suhde vaimoonsa. Vaimo oli kuitenkin menehtynyt vuotta aiemmin kuin mies oli itse sairastunut.

– Mies oli viihtynyt vaimonsa kanssa eikä hänellä ollut vilkasta sosiaalista elämää. Pariskunnalla ei ollut lapsia, miehen sisar eli ulkomailla. Kysyin mieheltä, haluaisiko hän soittaa sisarelleen, jonka hän oli nähnyt viimeksi äitinsä hautajaisissa. Mies epäröi, mutta suostui siihen, että minä puhuisin ensin hänen sisarensa kanssa.

Sisar ei ollut tiennyt veljensä tilanteesta mitään ja oli äärimmäisen helpottunut puhelinsoitosta.

– He ehtivät jopa tapaamaan pari kertaa, ennen kuin mies menehtyi. Tämä on vain yksi pieni esimerkki siitä, mitä kaikkea saattohoitoon voi sisältyä, Jussila sanoo.

Aistit avoimena

Usein kuoleman läheisyys herättää ihmisen elämään enemmän juuri tätä hetkeä. Yksikin päivä tulee äärimmäisen arvokkaaksi. Aistit avautuvat: tuoksut, äänet ja asiat saatetaan kokea voimakkaammin kuin ennen.

Eräs sänkypotilaana ollut rouva rakasti kovasti tuoksujia. Hänen unelmansa oli vielä kerran kokea itsensä luonnon keskellä ja kuulla lintujen laulun. Hän toteutti unelmansa omahoitajan avulla. Vaikka keuhkojen toiminta oli heikkoa, happiivikset otettiin pois ja hänet vietiin huvimajaretkelle.

– Rouva oli ikionnellinen koettuaan kevään luonnon rikkauten. Tämä oli juuri sitä, mitä hän kaipasi, ennen kuin nukkui pois, Jussila toteaa.

Vapaaehtoistyöntekijä **Pepe Järvinen** muistaa myös liikuttavan tapauksen, jossa nuori muusikko sai bändikavereiltaan kauniin jäähyväislahjan.

– Nuori mies oli jo niin huonossa kunnossa, ettei päässyt sängystään ylös. Bändikaverit tulivat tänne. Potilas vietiin pääaulaan, jossa kaverit soittivat ja lauloivat nuoren miehen sängyn ympärillä. Ystäviä oli omaisten

lisäksi parikymmentä. Moni hoitaja ei liikutukseltaan pystynyt tapahtumaa katsomaan, Järvinen muistelee.

Omannäköinen elämä

Moni huomaa vasta elämänsä loppuvaiheessa sen, ettei ole elänyt omannäköistään elämää ehkä lainkaan. Jollei ole ehtinyt elää, kuolemankin kohtaaminen voi olla kipeää.

– Mikään ei ole niin surullista kuin elämätön elämä. Siksi on hyvä olla kiitollinen juuri tästä päivästä ja tehdä siitä elämisen arvoinen. Muistutan usein itseänikin huomaamaan se, mitä minulla on, sen sijaan että murehtisin sitä, mitä minulta puuttuu, pohtii Mirja Jussila.

Mahdollisimman laaja-alainen elämä ja läheisten ihmisten verkosto auttavat ihmistä kuolemankin kohdatessa.

– Meille kaikille on tärkeää kokea oman elämämme merkityksellisyyttä ja tarkoitussellisuutta. Samalla toivon, että arjessamme ilmenisi enemmän toisista välittäminen. Nykypäivän itsekkyyden myötä liian moni jää yksin.

Saattohoitotyössä työntekijän jaksaminen on keskeinen osa työn laadun ylläpittoa.

– Jotta itse jaksan työssäni, on tärkeää, että minulla on oma elämä, perhe, ystäviä ja harrastukset. Työ on silti olennainen osa elämäni ja arvostan myös motivoituneita työtovereitani, Jussila sanoo.

Omahoitaja taustatukena

Sairaanhoitaja **Eeva Kallio** kertoo, että hoitokodissa jokaisella potilaalla on omahoitaja. Yhdellä hoitajalla on yhdestä kolmeen potilasta.

– Omahoitaja laatii potilaalle kokonaishoitosuunnitelman yhdessä potilaan ja omaisten kanssa. Silloin käydään läpi toiveita siitä, miten potilas haluaa tulla hoidetuksi. Kuolemasta puhutaan avoimesti. Läpi käydään potilaan mieltymyksiä ja siihenastista elämänsäkaarta. Potilaiden ja omaisten eteen tehdään paljon työtä, Kallio toteaa.

Potilaan lääkitys riippuu sairauksista, kaikki mahdollinen oireenmukainen lääkitys on käytössä tehokkaasti. Nesteytystä ei enää käytetä saattohoidossa, siitä ei katsota olevan hyötyä.

Hoitokodille saa tuoda omiakin tavaroita. Talon ulkopuolelle saa lähteä ja kulkea vapaasti; jos kykenee käymään vaikka torilla kahvilla, niin voi tehdä.

– Ulkoilla voi pyörätuolilla ja sängyllä vaikka viimeisenä elinpäivänä; siihen tuetaan ja sitä avustetaan. Omahoitaja myös mahdollistaa potilaalle hyviä kokemuksia ja elämyksiä, oli sitten kyse peli-illan tai perhesaunan järjestämisestä, Kallio kertoo. Sairaanhoitaja on useimmiten läsnä potilaan kuolinhetkellä, mikäli omaiset näin toivovat.

Kiireetöntä läsnäoloa

Pirkanmaan Hoitokodissa toimii joukko vapaaehtoistyöntekijöitä palkatun henkilökunnan rinnalla oman ohjaajansa johdolla. Vapaaehtoistyö ei sisällä ammattitehtäviä,



Leena Sifverhuth (vas.) on pääosin luopunut arkkitehdin työstä toisen silmänsä sokeuduttua. Hän on tehnyt yksitoista vuotta vapaaehtoistyötä Pirkanmaan saattohoitokodissa. Eläkkeellä oleva Pirkko Diehl on tehnyt työuransa terveydenhuollon parissa. Hän toimii saattohoitokodissa aulaemäntänä ja tuokioavustajana.



– Pyrimme kokonaisvaltaiseen kivunlievitykseen: fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja hengelliseen, Pirkanmaan Hoitokodin johtaja Mirja Jussila kertoo.

vaan vapaaehtoistyöntekijät toimivat erilaisissa tehtävissä tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.

Potilaiden parissa työskentelevä vapaaehtoistyöntekijä Maarit Nousiainen kokee olevansa etuoikeutettu tehtävässään. Hän on kiitollinen jokaisesta kohtaamisesta.

– Koen, että potilas antaa minulle suuren lahjan jakaessaan arkisia asioitaan, elämäntarinoitaan ja muistojaan. Usein jaamme ajatuksia myös kuolemasta.

Erityisesti kiireettömyys on tärkeä asia kuolevalle potilaalle.

– Minulla on itselläni sellainen tunne kuin aika pysähtyisi täällä. Koska minulla ei ole kiire, aikaa on olla potilaan luona niin kauan kuin hän sitä tarvitsee. Jos esimerkiksi veden juomiseen kuluu puoli tuntia, pystyn hyvin käyttämään sen ajan. Kiireettömyyden myös potilas vaistoaa.

Pirkanmaan Hoitokodissa vapaaehtoistyöntekijöitä on käytettävissä myös öisin, joten silloinkaan potilaan ei tarvitse olla yksin.

Maarit Nousiainen kokee, että juuri nyt on ajan tilaus ihmisten pyyteettömään auttamistyöhön. Hän ei pidä saattohoitona sitä, että ihminen laitetaan sänkyyn seuranaan korkeintaan kipulääkitys.

– Saattohoito sisältää myös henkisen huolenpidon ja omaisten huomioimisen. On surullista, että niin moni ihminen kuolee nykypäivänä yksin, ilman tukea. Omaistakaan eivät aina pysty olemaan koko ajan rinnalla; potilas tarvitsee muutakin tukea, hän sanoo.

Vapaaehtoistyövoiman käyttäminen olisi Nousiaisen mielestä arvokas voimavara saattohoitotyössä, missä ikinä sitä tehdäänkin. Vapaaehtoistyö auttaa myös tekijäänsä.

– Hiljattain julkaistun tutkimuksen mukaan vapaaehtoistyö parantaa tekijän omaa terveyttä. Toisen tutkimuksen mukaan se jopa pidentää elinikää. Jossain meissä elää sisäinen tieto siitä, mistä ilo, onni ja rauha tulevat elämään, hän kiteyttää. *

TEKSTI JA KUVAT:
MERJA KIVILUOMA



Maarit Nousiainen kertoo saavansa vapaaehtoistyöstä moninkertaisesti takaisin sen, mitä hän itse antaa.



Sini Helinin taideteos ”Taivaan Pii: Lyyra” kuvaa ihmisen kasvua ja monimuotoista elämää.

Pirkanmaan Hoitokotiin tullaan lääkärin läheteellä

* **PIRKANMAAN HOITOKOTIA** ylläpitää Syöpäpotilaiden Hoitokotisäätiö. Se on sekä Pohjoismaiden että Suomen ensimmäinen saattohoitokoti. Pirkanmaan Hoitokoti aloitti toimintansa 1988.

Hoitokotiin tullaan lääkärin lähettämänä. Lisäksi tarvitaan kunnan maksusitoumus, mutta Hoitokotiin voi tulla myös itse maksavana. Kun saattohoitopäätös tehdään, selvitetään potilaan ja usein myös omaisten kanssa tarkasti se, minne ollaan tulossa.

Vuorokausihinta on 290 euroa. Jos kyseessä on erityisen paljon hoitoa vaativa potilas, hinta on 400 euroa. Potilaista suurin osa tulee Pirkanmaan sairaanhoitopiiriin ja Tampereen kaupungin lähettämänä. Pirkanmaan Hoitokoti tarjoaa myös saattohoitokoulutusta sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille sekä opiskelijoille.

Kuoleman kohtaaminen ei pelota

Vierailen keuhkosityöpää sairastavan **Risto Hämäläisen** luona. Hän on juuri tullut saunasta ja esittelee ottamiinsa kuvia saattohoitokodin Niksu-kissasta tietokoneella. Pienet tiputkin ovat saaneet väliaikaisen kodin hoitokodista, joten niitäkin on ollut mukava seurata.

Hämäläinen on harrastanut valokuvausta lähes koko aikuiselämänsä ja jatkanut harrastustaan saattohoitokodissa.

– Jonkinlaisia harrastuksia pitää ihmisellä olla, kun ei ole tullut harrastettua viinan juontiakaan! mies viitsailee.

Hämäläinen liikkuu kätevästi pyörätuolillaan ja pääsee sänkyynkin ilman apua. Mieleltään hän vaikuttaa virkeältä ja positiiviselta. Mies viittaa naapurisänkyyn ja toteaa sen olevan ”kuoleman paikka”, eikä kuulemma aio vaihtaa siihen ihan heti.

– Siihen tullaan ja siitä lähdetään nopeasti. Monet ovat olleet siinä vain muutamia tunteja. Minä olen vielä suhteellisen hyväkuntoinen, käsivoimatkin ovat tallella. Muutama hoitajakin on minua huonokuntoisempi, veistelee potilas.

Hän on ollut hoitokodissa haastatteluhetkellä kuukauden.

Diagnoosi puun takaa

Risto Hämäläinen on kotoisin Ruovedeltä, alun perin hän on siirtokarjalaisia. Hämäläinen teki työurallaan laivahitsaajan töitä Helsingissä. Hän ollut eläkkeellä vuodesta 2000.

Pirkanmaan Hoitokodissa hän on kunnan maksusitoumuksella. Sitä hän pitää onnellisena asiana. Täällä hän kokee voivansa paljon paremmin kuin aiemmin sairaalassa. Saattokoteja pitäisi hänen mielestään olla paljon enemmän.

Pitkälle edenneelle keuhkosityöväälle ei enää mahdeta mitään.

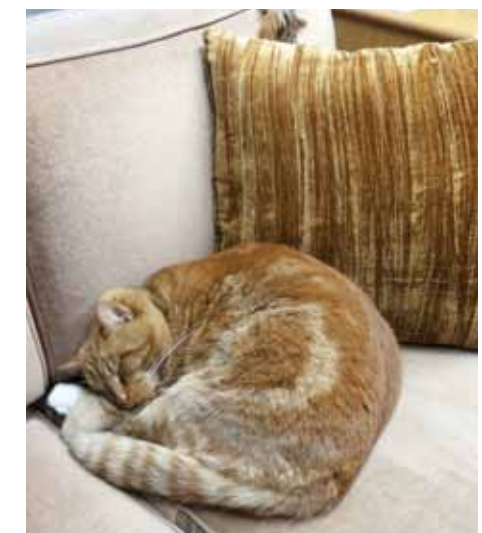
– Sairaus todettiin puolisoista vuotta sitten. Diagnoosi tuli täysin puun takaa. Huomasin, etten pystynyt nojaillemaan mihinkään ja minulla oli hengitysvaikeuksia. Hammaslääkärikin ihmetteli, kun nojaaminen tuoliin tuotti kipua ja kehotti menemään tutkimuksiin. Kun keuhkosityöpä todettiin, elinennuste oli noin 20 kuukautta. Se aika on kutakuinkin mennyt, Hämäläinen selvittää.

Kuoleman läheisyys ei Hämäläistä tässä vaiheessa askarruta.

– Ei kukaan voi tietää, kuinka paljon elinpäiviä vielä on, joten mitäpä siitä pelkäisi. ➤



Risto Hämäläinen liikkuu haastatteluhetkellä kätevästi pyörätuolillaan. Hän vaikutti mieleltään virkeältä ja positiiviselta. Pian haastattelun jälkeen hänen kuntonsa kuitenkin nopeasti huononi. Hän menehtyi sisarensa ollessa hänen vierellään.



Niksu on saattohoitokodin oma terapiakissa.



Käytävän sivupöydälle sytytetään kynttilä aina, kun joku kuolee. Välillä pöydällä palaa useita kynttilöitä yhtäaikaa.

Kukaan ei ole myöskään tullut kertomaan, mitä kuoleman jälkeen tapahtuu. Eiköhän tämä kaikki loppu siihen, hän arvelee.

Ystävä tukena

Hämäläisen vieraaksi saapuu lapsuudenystävä, **Arja Häkli**, joka vahvistaa, että potilas on huomattavasti virkeämpi täällä kuin Ruovedellä.

– Ero on todella suuri. Osuutensa ehkä lääkityksellä, mutta myös sillä, että täällä on turvallinen ja kotoisa olo, hän toteaa.

Ystävykset ovat tunteneet toisensa teini-ikästä alkaen, 45 vuotta. Häkli on käynyt katsomassa ystävänsä säännöllisesti. Omaa perhettä Hämäläisellä ei ole, jäljellä omaisista on sisar. Hyvä ystävä on kallisarvoinen tuki.

Häkli kertoo kohdanneensa omassa elämässään paljonkin kuolemaa, eikä hän koe sitä pelottavana. Hänen mielestään kuolemasta ja Jumalasta puhutaan vielä liian vähän.

– Itse uskon vahvasti, että elämä jatkuu kuoleman jälkeen. Mitään pahempaa se ei varmasti ole, hän sanoo.

Lapset huolehtivat

Toinen saattohoidossa oleva, jonka luona vierailen, on **Sibylle Kingelin**. Hän on kotoisin Saksasta, mutta on asunut Suomessa vuosikymmeniä.

Hän sairastaa aivosyöpää, joka on levinnyt niin pitkälle, ettei sitä enää voi leikata. Hänen suomalainen puolisonsa menehtyi kaksi vuosikymmentä sitten. Kingelinillä on kaksi lasta, toinen asuu Berliinissä ja toinen Helsingissä. He käyvät katsomassa äitiään joka viikko.

– Lapseni hoitavat arkiset toimeni pankkiasioista pyykkiasioihin. Minun on helppo olla ja keskittyä vain itseeni, potilas toteaa.

Kuolema läheisyys ei Kingelinä pelota.

– En varsinaisesti pelkää kuolemaa. Enemmänkin huolestuttavat viimeiset hetket, ovatko ne fyysisesti kivuliaita ja miten kuolen.

Omaisten tuki tärkeää

Sibylle Kingelin ei myöskään tuhlaa aikaansa miksi-kysymyksiin.

– Sairaus ja kuolema eivät katso henkilöä; kun jokin kohtalo ihmisellä on, se pitää vain hyväksyä. Katkeruus ei ole hyväksi.

Kingelin haluaa kuitenkin painottaa omaisten ja ystävien tuen tärkeyttä. Pirkanmaan Hoitokotiin voi tulla koska tahansa, eikä erityisiä vierailuaikoja ole.

– Ystävät ja omaiset ovat erityisen tärkeitä. Ihmistä ei tule jättää yksin tällaisessa tilanteessa. Muiden läsnäolo rohkaisee oleellisesti meitä potilaita. Olen nähnyt niitäkin, joilla ei käy vieraita lainkaan. Se on surullista, hän sanoo.

Varsinaisia kipuja Kingelin ei koe. Hän liikkuu rollaattorilla lähinnä huimauksen vuoksi. Juuri nyt hän on valmistautumassa hoitajan kanssa ulkoilemaan. *



Risto Hämäläinen sairasti keuhkosityöpiä. Hän jatkoi saattohoitokodissa valokuvausharrastustaan. Lapsuudenystävä, Arja Häkli ja sisar, Anneli Hämäläinen, olivat potilaan rinnalla loppuun asti.



Sibylle Kingelin korostaa omaisten ja ystävien tukea: Ihmistä ei tulisi jättää yksin. Heinäkuussa Sibylle voi vielä tilanteeseensa nähden hyvin.