

Teksti: Riitta Liede, Lihastautiliiton kuntoutustiimi

Kuvat: Saara Jokinen, Riitta Liede

Kuntoutuksen lähtökohtana omat

# VOIMAVARAT

Kuntoutuksen käsite on laajentunut vuosien mittaan. Pientä ryhmää koskevista palveluista on tullut monialainen toimintakokonaisuus, joka edistää suuren väestöosan hyvinvointia.

**K**untoutuksen ajattelu- ja toimintamalli oli pitkään, aina 1970-luvulle saakka, vajavuuskeskeinen. Perusongelmana pidettiin nimenomaan ihmisen itsensä vajavuutta ja sitä hoidettiin, valmennettiin, kasvatettiin ja sopeutettiin. Viime vuosikymmeninä on pyritty kiinnittämään enemmän huomiota kuntoutujan voimavaroihin kuin toimintakyvyn rajoitteisiin. Kuntoutujan omaa kokemusta ja aktiivisuutta korostetaan. Sosiaaliset ja muut ihmisen elämään liittyvät tekijät ovat nousseet tärkeään asemaan. Kuntoutuksella ja kuntoutumisella on sekä yhteiskunnallisia että yksilöllä koskettavia tavoitteita ja sen nähdään nyt palvelevan molempien etua. Nykyään kuntoutukseen myös suhtaudutaan enemmän investointina, eikä vain kustannuksena.

## Ihminen osana ympäristöään

Uusi ajattelu- ja toimintamalli tarkastelee ihmistä hänen omassa toiminta-ympäristössään. Kuntou-



Sari van der Steen ja kimppu auringonkeltaisia voikukkia viime kesän nuorten kursilla

tuksen käynnistämisperusteena pidetään elämänprojektien keskeytymisen uhkaa tai vajetta hyvinvoinnissa. Sosiaalisten tekijöiden ja toimintaympäristön merkityksen lisäksi esiin nostetaan kuntoutujan oma kokemus, vaikutusmahdollisuudet ja osallisuus. Kuntoutus eroaa

tavanomaisesta hoidosta monialaisuutensa ja menetelmiensä vuoksi. Kuntoutuksessa on tärkeää ottaa huomioon näkökulma muustakin kuin sairauden tuomista fyysisistä esteistä. Se pitää sisällään myös psykososiaalisia ja sosiaalisia ulottuvuuksia.

Erityishaasteen lihastautia sairas-

...sivulle 23

**Kuntoutuksen kenttä on laaja ja siksi on tärkeää, että taustatukena on järjestö, joka tuntee hyvin jäsenistönsä tarpeet ja hallitsee kuntoutuksen kokonaisuuksia.**

## Kuntoutustarpeet muuttuvat elämäntilanteiden muuttuessa ja sairauden edetessä.

tavien kuntoutukseen tuo se, että kyse on harvinaisista ja etenevistä sairauksista.

### Ennakointi ja oikea-aikaisuus ovat tärkeitä

Kuntoutuksen suunnittelussa on erityisen tärkeää ennakointi ja oikea-aikaisuus. Kuntoutuksella ei pystytä vaikuttamaan lihassairauksien perussyhyyn tai sairauden etenemiseen, vaan hyvään elämänlaatuun ja kokonaisvaltaiseen elämäntilanteeseen.

Kuntoutustarpeet muuttuvat elämäntilanteiden muuttuessa ja sairauden edetessä.

Vaikka sana kuntoutus on yläkäsite, käytetään sitä usein kuvaamaan yksittäisiä kuntoutuksen toimenpiteitä.

Varsin usein kuulee, ettei henkilö ole saanut kuntoutusta, kun hän on jäänyt vaille jotain terapiapalvelua. Kuntoutusta on sekin, että ihminen saa oikeaan aikaan käyttöönsä oikeanlaisen apuvälineen tai kunnan tuottamana vammaispalveluna esimerkiksi kuljetuspalvelut liikkumisen apuvälineen kanssa.

### Kaikki elämän osa-alueet

Lihastautiliiton erityistuntemus Lihastautiliiton tuottaa kuntoutuspalveluina sopeutumisvalmennus- ja kuntoutuskursseja, fysioterapi-aa, lihastautineuvolan palveluita sekä koulunkäynti- ja työllisyysneuvontaa.

Lihastautiliiton kuntoutuspalveluiden yhdeksi strategiseksi linjaukseksi on nostettu bio-psykososiaalinen toimintamalli, jolloin

palvelutoiminta ja sen kehittäminen pitää sisällään kaikki ihmisen elämään kuuluvat osa-alueet.

### Vammaisjärjestöillä erityisosaaminen

Vammaisjärjestöt ovat erityisosaamisensa johdosta osa virallista kuntoutusjärjestelmää, jota lainsäädäntö ohjaa ja jossa on myös muita toimijoita, kuten rahoittajia ja palveluiden tuottajia julkiselta ja yksityiseltä sektorilta.

Kuntoutuksen kenttä on laaja ja siksi on tärkeää, että taustatukena on järjestö, joka tuntee hyvin jäsenistönsä tarpeet ja hallitsee kuntoutuksen kokonaisuuksia.



Järjestötyö mahdollistaa ihmisten kohtaamisen ja kuulemisen sekä tarpeitten esiintuomisen. Asiakkaan tullessa hakemaan apua järjestöltä, lähdetään viemään eteenpäin hänen asiaansa, eikä lähetetä häntä itseään muualle.



Lihastautiliiton kuntoutustiimi. Edessä vasemmalta kuntoutussihteeri Pekka Kallio (psykologi), suunnittelija Ritva Pirttimaa (fysioterapeutti, kotiventilaatio toiminta), diagnoosineuvoja Sinikka Loukamaa (sairaanhoitaja). Takana vasemmalta: sosiaalisihiteeri Anu Mattila (sosionomi), fysioterapeutti Kristiina Jokinen, kurssi-sihiteeri Saara Jokinen (kuntoutuksen ohjaaja), suunnittelija Liisa-Maija Verainen (työllisyys- ja koulutusneuvonta).