

## Omaishoitoon liittyvät kokemukset

Kela toteutti 1.7.2014-30.6.2015 omaishoitotutkimuksen, jonka osana tutkittiin omaishoitajien kokemuksia omaishoidosta arvioivan mittarin, COPE-indeksin (Carers of Older People in Europe), soveltuvuutta eri ikäisten omaishoitajien tilanteen arvioinnissa. Lisäksi tutkittiin omaishoitajien jaksamiseen yhteydessä olevia tekijöitä yleisesti omaishoitajilla sekä tarkemmin puolisoaan, vanhempiaan ja lastaan hoitavilla omaishoitajilla.

COPE-indeksin rakennetta tutkittiin jakamalla omaishoitajat kolmeen ryhmään, yli 64-vuotiaita hoitaviin, 19-64 vuotta hoitaviin ja alle 19-vuotiaita hoitaviin. Tulosten mukaan COPE-indeksi jakaantui kolmeen osa-alueeseen kaikissa ikäryhmissä ja rakenteesta tunnistettiin kielteisten vaikutusten, saadun tuen laadun ja myönteisten merkitysten osa-alueet. Pääsääntöisesti COPE-indeksi on käytettävissä kaikilla omaishoitajilla, kun halutaan tunnistaa mahdollisen lisätukea tai tarkempaa omaishoitotilanteen arviointia tarvitsevat omaishoitajat. Työikäisten omaishoitajien kohdalla kuitenkin omaishoidon vaikutus taloudellisiin vaikeuksiin on arvioitava erikseen, koska heidän kohdallaan ansiotyön vähentäminen voi lisätä taloudellista kuormitusta ja samalla vähentää muuta omaishoitoon liittyvää kuormitusta.

Omaishoidon tukea saavat omaishoitajat tekevät vaativaa työtä valtaosan käyttäessä yli 12 tuntia vuorokaudessa aikaa omaishoitoon liittyviin tehtäviin tai valvontaan. Tästä huolimatta suurimmalla osalla tutkittavista omaishoitajista oli aina hyvä suhde hoidettavaan ja omaishoito koettiin vaivan arvoiseksi. Merkittävimmät erot miesten ja naisten välillä olivat puolisoitensa omaishoitajilla. Puolisoitaan hoitavista naisista lähes puolet ilmaisi olleensa huolissaan omasta alakulostaan tai masennuksestaan kuluneen kuukauden aikana ja he kokivat myös eniten kielteisiä vaikutuksia ja vähiten myönteisiä merkityksiä omaishoidosta. Puolisoitaan hoitavista miehistä ja lastaan hoitavista kolmannes sekä vanhempiaan hoitavista noin 40 prosenttia koki masennusta. Masennuksen yhteys kuormittumiseen näkyi kaikissa omaishoitajaryhmissä, mutta yhteys oli erityisen voimakas puolisoitaan hoitavilla miehillä. Myös omaishoidon myönteiset merkitykset ja hyvä tuki olivat yhteydessä pienempään kuormittumiseen kaikissa omaishoitoryhmissä. Hoidettavan toimintakykyyn liittyvistä tekijöistä vaikeat kognitiiviset ongelmat lisäävät sekä puolisoitaan, vanhempiaan että lastaan hoitavien kuormittumista.

Hyvä sekä omaishoitajan että hoidettavan palvelujen suunnittelu ja ajoitus yhdessä omaishoitoperheen kanssa on oleellista omaishoidon kielteisten vaikutusten minimoimiseksi. Omaishoitajien tilanteen arvioinnissa on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, miten omaishoitajan ja hoidettavan hyvää suhdetta voidaan vaalia ja parantaa. Omaishoitajien mielialaan ja psyykkiseen hyvinvointiin on kiinnitettävä erityistä huomiota. Masennusta ja/tai kuormittuneisuutta kokevien omaishoitajien kanssa tulisi löytää heille sopivia hoito- ja palvelumuotoja kuormittumisen ja masennusoireiden vähentämiseksi.

Julkaisu:

Juntunen K, Salminen A. Mikä omaishoitajaa kuormittaa? Omaishoitajien jaksaminen ja tuen tarve COPE-indeksillä mitattuna. Julkaisussa: Tillman P; Kalliomaa-Puha L; Mikkola H; toim. Rakas mutta raskas työ. Kelan omaishoitohankkeen ensimmäisiä tuloksia. Helsinki: Kela 69, 2014: 69-79.

Julkaisemattomat artikkelit:

Juntunen K, Nikander R, Törmäkallio T, Tillman P, Salminen A-L. The reliability and validity of the COPE Index among caregivers of disabled people with varying age.

Juntunen, K. Nikander, R. Leinonen, K. Törmäkangas, T. Tillman, P. Salminen A-L. Caregiver burden related to gender of caregiver and relationship to care recipient