

Aikuisen sydänkuntoutuskurssi

Kelan kuntoutuksen palvelukuvaus, harkinnanvarainen kuntoutus

1.2.2021

Sisällysluettelo

Johdanto.....	3
Palvelukuvauksen rakenne.....	3
1 Kuntoutuskurssi tukee sydänsairauden aiheuttamassa muutostilanteessa.....	4
2 Hyvä kuntoutuskäytäntö.....	5
2.1 Asiakkaan tavoitteet ohjaavat kuntoutuksen toteutusta.....	6
2.2 Kuntoutuminen tulee osaksi asiakkaan arkea.....	6
2.3 Yhteistyö on tuloksellisen kuntoutuksen edellytys	6
2.4 Ryhmätoiminta mahdollistaa vertaistuen	7
3 Kuntoutuskurssin suunnittelu ja toteutus.....	7
3.1 Kurssin kohderyhmän valinta.....	7
3.2 Kuntoutuksen kesto ja rakenne.....	8
3.3 Kuntoutuksen sisältö.....	10
3.4 Palveluntuottajan tehtävät.....	11
4 Kuntoutuskurssin toteuttava henkilöstö	17
4.1 Moniammatillinen tiimi ja muu henkilöstö.....	17
4.2 Erikoislääkärin, ammattihenkilöiden, avustavan henkilöstön sekä palveluvastaavan tehtävät ja kokemusvaatimukset.....	21
5 Palveluntuottajan kokemus.....	25
6 Kuntoutuksessa käytettävät tilat.....	25
7 Toimintakyvyn arviointi ohjaa toteutusta ja todentaa muutosta.....	26
7.1 Mittarit, niiden käyttö ja mittauksen tarkoitus.....	26

Johdanto

Aikuisen sydänsairauksia sairastavien kuntoutuskurssi, sydänkuntoutuskurssi, on tarkoitettu yli 18-vuotiaalle asiakkaalle ja se toteutetaan ryhmässä.

Kuntoutuskurssi toteutetaan suunnitelmallisesti, monialaisesti ja moniammatillisti. Asiakas tarvitsee tukea elämäntilanteensa hallintaan sekä keinoja, apua ja valmennusta sairaudesta tai vammasta aiheutuvien haasteiden ymmärtämiseen ja mahdollisten käytännön ongelmien selvittämiseen.

Myös asiakkaan aikuinen läheinen voi osallistua osan aikaa kuntoutukseen yhdessä asiakkaan kanssa.

Asiakkaan (ja läheisen) kuntoutus toteutetaan palveluntuottajan toimipisteessä majoituksella tai ilman majoitusta.

Kela järjestää kuntoutuksen harkinnanvaraisena kuntoutuksena (laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 12§).

Palvelukuvauksen rakenne

Sydänkuntoutuskurssin palvelukuvaus jakautuu kahteen osaan, jotka ovat **sydänkuntoutuskurssin osa** ja **yleinen osa** (jäljempänä sydänkuntoutuksen palvelukuvaus). Sydänkuntoutuksen palvelukuvaus tulee voimaan 1.2.2021.

Sydänkuntoutuskurssin osa ja yleinen on sijoitettu tähän kokonaisuuteen peräkkäin ja molemmilla osilla on oma kansilehtensä sekä sisällysluettelonsa. Nämä osat täydentävät toisiaan, ja niitä molempia sovelletaan Kelan järjestämän kuntoutuksen toteuttamisessa.

Palveluntuottaja sitoutuu toteuttamaan sydänkuntoutuskurssin palvelukuvauksen periaatteiden ja vaatimusten mukaisesti.

Sydänkuntoutuskurssin osa sisältää:

- vaikuttavan ja kuntoutumista tukevan **hyvän kuntoutuskäytännön** ydinasiat otsikoittain
- kuvaukset kuntoutuksen **sisällöstä, palveluntuottajan tehtävistä ja henki- löstöstä**
- **palveluntuottajan kokemusvaatimukset**
- **kuntoutustilavaatimukset**
- **käytettävien mittarien kuvaukset**
- **kuntoutustoiminnan tavoitteet**, jotka palveluntuottajan pitää ottaa huomioon merkityksellisinä tekijöinä, kun palveluntuottaja sitouttaa asiakkaan kuntoutumiseen.

1 Kuntoutuskurssi tukee sydänsairauden aiheuttamassa muutostilan- teessa

Asiakkaan ikä, sairaus ja toimintakyky

Asiakkaana sydänkuntoutuskurssille osallistuu **yli 18-vuotias aikuinen** ja **hänen ai- kuinen läheisensä**, joka voi osallistua yhdessä asiakkaan kanssa kuntoutukseen osan aikaa.

Sydänsairauden kuntoutuksessa asiakas (ja hänen läheisensä) saa tukea elämäntilan- teeseensa sekä tietoa ja konkreettisia ohjeita arjessa selviytymiseen. Lisäksi asiakas saa voimavaroja ja valmiuksia osallistua monipuolisesti eri toimintoihin omassa elinympä- ristössään ja yhteiskunnassa.

Kuntoutukseen osallistuvalla asiakkaalla on todettu asianmukaisen diagnostisen arvion perusteella sydänsairaus. Kuntoutus soveltuu asiakkaalle, jonka ensivaiheen hoitojakso on päättynyt ja jonka tilanne on muuten vakiintunut.

Tämän lisäksi asiakkaalla on

- sairaudesta tai vammasta aiheutuvia työ- tai opiskelu- tai toimintakyvyn rajoit- teita, jotka heikentävät suoriutumista työssä ja arjen ympäristöissä

- riittävästi itsenäistä toimintakykyä, jotta hän kykenee liikkumaan palveluntuottajan tiloissa sekä osallistumaan kuntoutukseen ilman jatkuvaa avustamista.

Huomioitavaa:

- On suositeltavaa, että asiakkaan sydämen tilanne on tutkittu **viimeisen 6 kuukauden aikana** ja asiakkaan terveydentilan **on todettu olevan soveltuva** kuntoutukseen osallistumiseen.
- Asiakasryhmään kuuluvalla henkilöllä **voi olla** avustamisen tarvetta. Valmistaudu tähän selvittämällä asiakkaan avuntarpeen taso ja määrä asiakkaalta **ennen kuntoutuksen alkua**.

2 Hyvä kuntoutuskäytäntö

Toteuta kuntoutuskurssi palveluntuottajana siten, että

- asiakas voi luottaa kuntoutuksessa käytettävien kuntoutuksenmenetelmien ja toteutustapojen pohjautuvan tieteelliseen näyttöön tai olevan muuten vakiintuneita ja yleisesti hyväksytyjä
- asiakas (ja hänen läheisensä) kokee tulevansa kohdatuksi yksilönä ja hänen erilaiset tiedolliset, toiminnalliset, emotionaaliset sekä henkiset voimavaransa ja tuen tarpeensa huomioidaan
- asiakas kokee, että vuorovaikutus on arvostavaa ja että hänen kuntoutukseensa on valmistauduttu
- asiakas on mukana kuntoutuksensa suunnittelussa ja itseään koskevassa päätöksenteossa sekä saa sitä varten yleistä ja kohdennettua tietoa
- asiakas oivaltaa toimintakykyynsä vaikuttavat tekijät, tunnistaa rajoitteiden lisäksi vahvuutensa ja alkaa nähdä asioita (yksilö- ja ympäristötekijöitä), jotka mahdollistavat muutoksen parempaan.

2.1 Asiakkaan tavoitteet ohjaavat kuntoutuksen toteutusta

Toteuta kuntoutus palveluntuottajana siten, että

- asiakas kokee yhteistyössä asetetut kuntoutuksensa konkreettiset ja saavutettavissa olevat tavoitteet itselleen merkityksellisiksi
- asiakas näkee muutoksen mahdollisena ja kykenee sitoutumaan työskentelyyn, jota tavoitteiden saavuttaminen edellyttää
- asiakas kokee, että kuntoutuksessa keskitytään olennaisiin asioihin ja että kuntoutus on asetettujen tavoitteiden mukaista
- asiakkaan kuntoutuksen tavoitteiden saavuttamista ja siihen tarvittavaa työskentelyä arvioidaan yhteistyössä koko kuntoutuksen ajan, mikä mahdollistaa tarvittaessa kuntoutumisen suunnitelmien ja toteutumisen muokkaamisen.

2.2 Kuntoutuminen tulee osaksi asiakkaan arkea

Toteuta kuntoutus palveluntuottajana siten, että

- asiakas kokee yhteistyössä asetetut kuntoutuksensa konkreettiset ja saavutettavissa olevat tavoitteet itselleen merkityksellisiksi
- asiakas näkee muutoksen mahdollisena ja kykenee sitoutumaan työskentelyyn, jota tavoitteiden saavuttaminen edellyttää
- asiakas kokee, että kuntoutuksessa keskitytään olennaisiin asioihin ja että kuntoutus on asetettujen tavoitteiden mukaista
- asiakkaan kuntoutuksen tavoitteiden saavuttamista ja siihen tarvittavaa työskentelyä arvioidaan yhteistyössä koko kuntoutuksen ajan, mikä mahdollistaa tarvittaessa kuntoutumisen suunnitelmien ja toteutumisen muokkaamisen.

2.3 Yhteistyö on tuloksellisen kuntoutuksen edellytys

Toteuta kuntoutus palveluntuottajana siten, että

- asiakas oivaltaa läheisten ja eri toimijoiden kanssa tehtävän yhteistyön keskeiseksi tavoitteellisessa ja pitkäjänteisessä kuntoutumisessa
- asiakas kokee hyötyvänsä erilaista osaamista ja näkökulmia yhdistävästä moniammatillisesta yhteistyöstä
- asiakas kokee eri toimijoiden toimivan yhteisten tavoitteiden mukaisesti
- asiakas kokee, että viestintä eri toimijoiden välillä on toimivaa ja selkeää ja että se toteutuu sovitusti.

2.4 Ryhmätoiminta mahdollistaa vertaistuen

Varmista palveluntuottajana, että

- asiakas kokee ryhmätoiminnan soveltuvan itselleen ja edistävän kuntoutumista
- asiakas saa mahdollisuuden tietojen ja hyvien oppimiskokemusten vaihtoon ryhmässä, jonka jäsenillä on samankaltainen kuntoutumisen tarve ja tavoite, elämäntilanne tai ikävaihe.

3 Kuntoutuskurssin suunnittelu ja toteutus

3.1 Kurssin kohderyhmän valinta

Valitse jokaiselle sydänkurssille alla luetelluista vaihtoehdoista

- 1-3 sairauskohderyhmää
ja
- 1-2 työelämäkohderyhmää.

3.1.1 Sairauskohderyhmät (valitse seuraavista vaihtoehdoista 1-3)

1. **Sepelvaltimotautia sairastavat**, joilla on
 - useita riskitekijöitä **tai**
 - toimintakykyä rajoittava angina pectoris -oire **tai**
 - tehty ohitusleikkaus **tai**
 - tehty pallolaajennus.

2. Läppäleikatut

3. **Sydämen vajaatoimintaa, kardiomyopatiaa, sydänsarkoidoosia, harvinaista sydänsairautta tai synnynnäistä sydänsairautta sairastavat** (kaikki sairaudet samalla kurssilla).

3.1.2 Työelämäkohderyhmät (valitse seuraavista vaihtoehdoista 1-2)

- **Työelämässä olevat**
 - työssä olevat, työttömät, sairauspäivärahalla olevat, kuntoutustuella olevat ja opiskelevat asiakkaat.
- **Eläkkeellä olevat**
 - työkyvyttömyyseläkkeellä tai vanhuuseläkkeellä olevat asiakkaat.

Huomioitavaa: Jos valitset työelämäkohderyhmäksi **eläkkeellä olevat**, valitse lisäksi seuraavista **1-2 ikäkohderyhmää:**

- **alle 68-vuotiaat**
- **yli 68-vuotiaat**, joilla on haasteita omahoidon ylläpitämisessä tai sairauden säännöllisessä seurannassa.

3.2 Kuntoutuksen kesto ja rakenne

3.2.1 Asiakkaan kuntoutuskokonaisuuden kesto

- Sydänkurssin kokonaiskesto on yhteensä **12-24 kuukautta**.
- Kuntoutuskokonaisuus toteutetaan asiakkaan kuntoutuspäätöksen voimassaolon aikana (kesto enintään 24 kk).

Kuntoutuskokonaisuus sisältää

- ennakkoyhteydenoton asiakkaaseen
- kuntoutusjaksojen toteutuksen
- kuntoutusjaksojen välillä toteutuvat yhteydenotot
- seurantayhteydenotot asiakkaaseen.

3.2.2 Kuntoutuksen rakenne

Asiakkaan kuntoutus

- Kuntoutus toteutetaan palveluntuottajan toimipisteessä **majoituksella** (ent. laituskuntoutus).

Huomioitavaa:

- Halutessaan asiakas (ja hänen läheisensä) voi osallistua sopeutumisvalmennukseen myös **ilman majoitusta** (ent. avomuotoinen kuntoutus)
- Asiakas (ja hänen läheisensä) valitsee itselleen parhaiten soveltuvan kuntoutuksen toteutusmuodon kuntoutuksen hakuvaiheessa.
- Kuntoutuksen kokonaispituus on yhteensä **15 vuorokautta**, ja se toteutetaan **3 jaksossa, 9–12 kuukauden aikana**.
- Kuntoutus toteutetaan **ryhmätoimintana** ryhmän sekä asiakkaan yksilölliset kuntoutustavoitteet huomioiden.

Läheisen kuntoutus

- **1 aikuinen läheinen** osallistuu asiakkaan kuntoutukseen enintään **2 arkipäivää**
- Läheinen osallistuu kuntoutukseen **yhtä aikaa** asiakkaan kanssa
 - läheisen päivät voivat olla myös yksittäisiä kuntoutuspäiviä.
- Läheisen kuntoutus toteutetaan palveluntuottajan toimipisteessä **majoituksella** tai **ilman majoitusta**.

Huomioitavaa:

- Läheinen valitsee itselleen parhaiten soveltuvan kuntoutuksen toteutusmuodon asiakkaan kuntoutuksen hakuvaiheessa.

3.2.3 Kuntoutuksen osallistujat

- **6-12** asiakasta
- **6-12** aikuista läheistä.

Huomioitavaa: Kurssi on aloitettava, jos kurssilla on **vähintään 7 asiakasta**.

3.3 Kuntoutuksen sisältö

3.3.1 Asiakkaan kuntoutuksen sisältö

1. Kurssin ajankohdan ja kohderyhmän sopiminen asiakkaan kanssa (puhelimella)

Toteutetaan asiakkaan kuntoutuspäätöksen saavuttua **viimeistään 2 viikon kuluessa**.

2. Kutsukirjeen lähettäminen asiakkaalle

Sisältää kuntoutuksen etukäteistiedot ja ilmoituksen ajankohdasta, jolloin palveluntuottaja ottaa yhteyttä asiakkaaseen.

3. Ennakkoyhteydenotto asiakkaaseen (puhelimella)

- Yhteydenoton kesto on keskimäärin **30 minuuttia**.
- Toteutetaan **aikaisintaan viikko** kutsukirjeen toimittamisen jälkeen tai **n. 2-3 viikkoa** ennen ensimmäisen kuntoutusjakson alkamista.

4. Asiakkaan kuntoutusjakso (15 arkipäivää)

- Asiakkaan kuntoutuspäivän pituus on **vähintään 6 tuntia**.
 - Tästä ohjattua kuntoutusta on keskimäärin **5 tuntia**/kuntoutuspäivä.
- Kuntoutukseen sisältyvien asiakkaan ja asiantuntijoiden välisten yksilöllisten tapaamisten kesto on **45-60 minuuttia**/tapaamiskerta, ja niiden kesto määräytyy asiakkaan yksilöllisen tarpeen mukaan.

5. Väliyhteydenotot asiakkaaseen (puhelimella)

- Yhteydenoton kesto on keskimäärin **30 minuuttia/yhteydenotto**.
- Toteutetaan kuntoutusjaksojen välissä, yhteensä **2 yhteydenottoa**.

6. Seurantayhteydenotot asiakkaaseen kuntoutuksen päättymisvaiheessa (puhelimella)

- Seurantayhteydenottoja on **yhteensä 2-4**. Yhteydenottokerrat määräytyvät asiakkaan yksilöllisen tarpeen mukaan.
- Yhteydenoton kesto on keskimäärin **30 minuuttia/yhteydenotto**.
- Yhteydenotot toteutetaan **6 kuukauden kuluessa, laskien** viimeisen kuntoutusjakson päättymisestä.

3.3.2 Kuntoutukseen osallistuvan läheisen kuntoutuksen sisältö

- Läheisen kuntoutuspäivän pituus on **vähintään 6 tuntia**.
- Ohjatun kuntoutuksen osuus on keskimäärin **5 tuntia/kuntoutuspäivä**.
- Läheisen omaa ohjattua yksilöllistä tai ryhmämuotoista kuntoutusta on **2-3 tuntia/kuntoutuspäivä**.

3.4 Palveluntuottajan tehtävät

3.4.1 Palveluntuottajan tehtävät ennen asiakkaan kuntoutuksen alkua

Kurssin sopiminen

1. Sovi asiakkaan kanssa alustavasti **kurssin toteutusajankohta 2 viikon kuluessa** siitä ajankohdasta, kun asiakkaan kuntoutuspäätös on saapunut.
2. Ilmoita asiakkaalle **kurssin vahvistunut ajankohta 4 kuukauden kuluessa** siitä ajankohdasta, kun asiakkaalle on annettu kuntoutuspäätös.

Huomioitavaa:

- Asiakkaan kuntoutuskokonaisuuden **on toteuduttava** seurantayhteydenottoineen **24 kuukauden kuluessa** päätöksen antamisesta.
 - Jos **et pysty** toteuttamaan asiakkaan kuntoutusta kokonaisuudessaan 24 kuukauden kuluessa kuntoutuspäätöksen antamisesta, ilmoita asiasta Kelan viranomaislinjalle ja asiakkaalle.
- Asiakkaalla on oltava vahvistettu kurssi tiedossaan **4 kuukauden kuluessa päätöksen antamisesta**.

- Jos **et pysty** vahvistamaan asiakkaalle kurssia em. määräajoissa, asiakas voi tässä tilanteessa vaihtaa palveluntuottajaa tai jäädä edelleen odottamaan, että saat toteutettua kurssin.
- Kerro asiakkaalle mahdollisuudesta jäädä odottamaan seuraavaa soveltuvaa kurssia tai vaihtaa tarvittaessa palveluntuottajaa. Dokumentoi tieto asiakkaan asiakirjoihin.
- **Kurssin vahvistamisen jälkeen**
 - kurssi **on aloitettava** ilmoitettuna ajankohtana
 - kurssin kohderyhmää **ei saa** muuttaa.

Lisätietoja: Rekisteröitymisjärjestelmän kurssiohje / Kurssin vahvistaminen

Kutsukirje

Lähetä asiakkaalle **kurssin vahvistuttua kutsukirje**, jossa on kuntoutukseen liittyvät etukäteistiedot. **Lisätietoja:** Yleinen osa, luku 5.1.3

Kutsukirjeen tarkoituksena on, että asiakas saa

- etukäteen tietoja kuntoutuksen toteutusaikataulusta sekä kuntoutuksen toteuttajasta
- tietoa kuntoutuksen toteutuksesta, esim. henkilöstöstä, ohjelmasta ja menetelmistä
- tiedon mahdollisuudestaan esittää kysymyksiä ja toiveita kuntoutukseen myöhemmin toteutuvan ennakkoyhteydenoton yhteydessä.

Ennakkoyhteydenotto asiakkaaseen

Ota asiakkaaseen yhteyttä **noin 3 viikkoa ennen kuntoutuksen alkamista** puhelimitse. Yhteydenoton toteuttaa asiakkaan tuleva omaohjaaja (tai muu moniammatillisen tiimin jäsen).

Yhteydenoton tarkoituksena on, että asiakas

- varmistuu kuntoutuksen soveltuvuudesta itselleen
- varmistuu toteutuksen oikea-aikaisuudesta

- saa tarkempaa tietoa esim.
 - kuntoutuksen sisällöstä
 - mukaan otettavista henkilökohtaisista tarvikkeista (esim. liikuntavarusteet, mahdolliset apuvälineet jne.)
- voi esittää kysymyksiä ja toiveita
- voi varmistua, että hänen erityistarpeensa tulevat huomioiduiksi (esim. avustamisen tarve)
- saa tietää, että hänellä on mahdollisuus tavata henkilökohtaisesti ne ammattihenkilöt, joiden asiantuntijuus on tarpeellista hänen tilanteessaan
- saa tukea kuntoutuksensa tavoitteiden asettamiseen.

3.4.2 Kuntoutuskurssin toteuttaminen

Toteutuksen pääperiaatteet

Toteuta kuntoutus **palveluntuottajan toimipisteessä**.

Toteuta kuntoutus aina **asiakkaan** ja **hänen läheisensä yksilölliset** sekä **ryhmän tarpeet** ja **voimavarat** huomioiden ja asetettujen kuntoutustavoitteiden mukaisena.

Moniammatillinen tiimi ohjaa asiakasta kohti aktiivista toimijuutta. Asiakkaan kuntoutumisen lähtökohtana ovat asiakkaan tarpeet, hänen oma elinympäristönsä ja mielekäs toiminta arjessa.

Toteuta kuntoutus siten, että asiakas ja hänen läheisensä saavat

- tukea sairauden aiheuttamassa muutostilanteessa ja mahdollisuuden vertaistukeen
- neuvontaa, ohjausta ja keinoja jatkaa mahdollisimman täysipainoista elämää sairaudesta huolimatta
- monipuolisesti tietoa sairaudesta
- valmiuksia vahvistaa omia voimavarojaan ja elämänhallintaansa
- valmennusta kyetäkseen mahdollisimman itsenäisesti ja aktiivisesti toimimaan omassa arjessaan ja osallistumaan yhteiskunnassa
- valmiuksia siihen, miten voi itse vaikuttaa omaan toiminta- ja työkykyynsä sekä hyvinvointiinsa.

Mahdollista ja varmista palveluntuottajana kuntoutuksen aloitusvaiheessa **asiakkaiden (ja läheisten) ryhmäytyminen** ja huolehdi jatkossa ryhmäytymisen vahvistumisesta.

Kuntoutuskurssi sisältää

1. asiakkaan (ja läheisen) yksilölliset haastattelut, tarvittavat tapaamiset, väliarvioinnin sekä loppukeskustelun moniammatilliseen tiimiin kuuluvien omaohjaajan, tarvittavien asiantuntijoiden ja lääkärin kanssa
2. asiakkaiden ryhmätoimintana toteutuvan kuntoutuksen, josta muodostuu taroituksenmukainen ja tavoitteellinen kokonaisuus
3. käytännön harjoittelua, vuorovaikutusta edistäviä keskusteluja, monipuolista tekemistä sekä tarvittaessa pienryhmätyöskentelyä kuntoutustavoitteiden saavuttamiseksi ja varmistamiseksi
4. erillisiä asiakkaan (ja läheisen) ja moniammatilliseen tiimiin kuuluvien ammattihenkilöiden välisiä tapaamisia, jos asiakkaan yksilöllinen tilanne sitä vaatii
5. yhteistyön asiakkaan arjen toimijoiden kanssa siten, kun asiakkaan yksilöllinen tilanne vaatii.

Aloituskeskustelu

Järjestä heti ensimmäisen kuntoutusjakson alkaessa asiakkaalle (ja hänen läheiselleen) aloituskeskustelu seuraavien moniammatillisen tiimin jäsenien kanssa:

- omaohjaaja (1.-2. kuntoutuspäivän aikana)
- erikoislääkäri.

Aloituskeskustelun tavoitteena on, että asiakas (ja hänen läheisensä)

- on konkreettisesti mukana kuntoutuksensa suunnittelussa sekä kuntoutuksensa tavoitteiden asettamisessa
- kokee palveluntuottajan huomioivan hänen kokonaistilanteensa, kuntoutustarpeensa sekä kuntoutustavoitteensa yhtenäisenä ja yhdenmukaisena
- kokee, että yhteistyössä laadittava kuntoutumisen suunnitelma on toimiva ja realistinen ja sen sisällöstä on yhteinen ymmärrys kuntoutuksen eri toimijoiden kesken

- ymmärtää mitä kuntoutuksella tavoitellaan, mihin hän on valmis sitoutumaan ja oman aktiivisen toimijuutensa kuntoutumisprosessissaan
- ymmärtää, mikä merkitys tehtävillä arvioinneilla (haastattelut, tutkimukset, mittaukset) on hänen kokonaistilanteensa arvioimisessa ja konkreettisten kuntoutustavoitteiden määrittämisessä.

Kuntoutusjakso

Toteuta asiakkaan kuntoutus tukemalla asiakasta sairauden aiheuttamassa muutostilanteessa aina niin, että asiakkaan (ja hänen läheisensä) yksilölliset **sekä** ryhmän tarpeet ja heidän voimavaransa huomioidaan kokonaisvaltaisesti.

Auta asiakasta jäsentämään omaa elämäntilannettaan ja toimimaan omien kuntoutustavoitteidensa saavuttamiseksi. Toteuta asiakkaan kuntoutus asetettujen tavoitteiden mukaisena ja siten, että se on mielekästä sekä hyödyllistä kaikille osallistujille.

Mahdollista ja varmista kuntoutuksen aloitusvaiheessa asiakkaiden (ja läheisten) ryhmäytyminen ja huolehdi jatkossa, että ryhmäytyminen vahvistuu.

Tavoitteena on, että asiakas

- saa yksilöllistä tukea, neuvoja ja ohjausta koko kuntoutuksen ajan
- saa monipuolisesti tietoa sairaudestaan
- saa oppia siitä, miten hän voi itse vaikuttaa toiminta- tai opiskelu- tai työkykyynsä sekä hyvinvointiinsa
- saa eri ammattihenkilöiltä yksilöllistä ja konkreettista ohjausta yksilöllisten tavoitteidensa saavuttamiseksi heti kuntoutuksen ensi päivästä alkaen
- löytää itselleen soveltuvia keinoja, joilla voi edistää kuntoutumista ja arjen sujumista
- vahvistaa käsitystään oman osallisuuden ja motivaation merkityksestä kuntoutumisessaan
- mahdollisuuden vertaistukeen, jonka avulla asiakas kokee voimaantumista ja jonka kautta asiakas voi löytää kyvykkyytensä ja uuden tavan toimia.

Väliarvio

Järjestä jokaisen kuntoutusjakson lopussa tapaaminen **asiakkaan** ja **omaohjaajan** kesken kuntoutuksen väliarviointia varten. Tarvittaessa tapaamiseen osallistuu myös muita moniammatillisen tiimin jäseniä.

Väliarvion tavoitteena on mm.

- arvioida asiakkaan kulunutta jaksoa, kuntoutustavoitteiden toteutumista sekä mahdollisia muutostarpeita kuntoutuksen sisältöön
- varmistaa asiakkaan kuntoutumisen jatkumista asiakkaan arjessa käymällä läpi kuntoutuksessa opittuja asioita.

Kuntoutusjaksojen välinen yhteydenotto

Ota asiakkaaseen yhteyttä puhelimitse asiakkaan kanssa yhteisesti sovittuna aikana kuntoutusjaksojen välissä. Tavoitteena on arvioida asiakkaan kulunutta kuntoutusjaksoa ja varmistaa kuntoutumisen jatkuminen asiakkaan omassa arjessa.

Yhteydenoton toteuttaa omaohjaaja (tai muu moniammatillisen tiimin jäsen).

Väliyhteydenoton tavoitteena on mm. varmistaa asiakkaan

- arjen sujuvuutta
- sitoutumista toimintakäytäntöjen muutoksiin
- luottamusta siitä, että asiakkaan omat voimavarat pysyvät vahvoina.

Kuntoutusjakson loppukeskustelu

Järjestä viimeisen kuntoutusjakson lopussa yksilöllinen keskustelu asiakkaan (ja hänen läheisensä) sekä moniammatillisen tiimin jäsenten kesken. Palaveriin osallistuvat **omaohjaaja** sekä **1-2 muuta moniammatillisen tiimin jäsentä**.

Loppukeskustelussa yhdessä asiakkaan kanssa

- arvioidaan kuntoutukselle asetettujen tavoitteiden toteutumista
- laaditaan kuntoutumisen jatkosuunnitelma ja mm. käydään läpi kuntoutuspa-lautteen sisältö

- varmistetaan kuntoutumisen jatkuminen arjessa käymällä läpi kuntoutuksessa opittuja asioita
- varmistetaan, että asiakkaalla on tiedossa arjen muita toimijoita, joihin hän voi olla tarvittaessa yhteydessä
- sovitaan seurantayhteydenottojen ajankohta ja toteutustapa.

3.4.3 Kuntoutumisen seuranta

Ota asiakkaaseen yhteyttä **2-4 kertaa, keskimäärin 6 kuukauden kuluessa** siitä, kun viimeinen kuntoutusjakso on päättynyt.

Yhteydenottojen määrä ja ajankohta sovitaan aina yhdessä asiakkaan kanssa. Yhteydenottojen määrä perustuu asiakkaan yksilölliseen tarpeeseen.

Yhteydenotot toteuttaa **omaohjaaja** (tai muu moniammatillisen tiimin jäsen) puhelimella.

Seurantayhteydenoton tavoitteena on

- varmistaa asiakkaan arjen sujuminen ja vahvistaa hänen toimintakykyisyytään omassa elinympäristössään
- varmistaa, että kuntoutuminen jatkuu asiakkaan arjessa
- varmistaa, että asiakkaan työ- tai opiskelukyky pysyy yllä ja vahvistuu
- vahvistaa asiakkaan sitoutumista toimintakäytäntöjen muutoksiin
- vahvistaa asiakkaan luottamusta omiin voimavaroihinsa
- varmistaa, että asiakkaalla on tietoa siitä, miten kuntoutuminen voi jatkua oman terveydenhuollon ja/tai muiden arjen toimijoiden (esim. sosiaalitoimen) tuella ja kehen asiakas voi ottaa tarvittaessa yhteyttä.

4 Kuntoutuskurssin toteuttava henkilöstö

4.1 Moniammatillinen tiimi ja muu henkilöstö

Muodosta moniammatillinen tiimi, joka toteuttaa kuntoutuksen **yhdessä asiakkaan kanssa**. Asiakkaan kuntoutumisen lähtökohtana ovat asiakkaan tarpeet, hänen oma elinympäristönsä sekä mielekäs toiminta arjessa.

Jokainen moniammatillisen tiimin jäsen osallistuu kokonaisvaltaisesti kuntoutuksen toteutukseen koko asiakasryhmän sekä yksittäisen asiakkaan tarpeiden mukaan joustavasti ja kuntoutuksen tavoitteiden suuntaisesti.

4.1.1 Moniammatillisen tiimin tehtävät

Moniammatillinen tiimi

- ryhmänä vastaa **kaikista** kuntoutuskokonaisuuteen liittyvien osa-alueiden laadukkaasta toteutuksesta
- laatii yhteisen ja selkeän suunnitelman moniammatillisen tiimin tavoitteista, kunkin ammattihenkilön roolista ja tehtävistä asiakkaan kuntoutuksen toteutuksessa
- työskentelee toistensa kanssa aktiivisina kumppaneina. Jokaisella tiimin jäsenellä on roolissaan yhteinen vastuu tiimin toiminnasta ja asiakkaan kuntoutuksen tavoitteiden mukaisesta etenemisestä (ml. erikoislääkäri)
- osallistuu laajasti ja joustavasti omassa roolissaan tarvittaviin asiakkaan tapauksiin siten, kun asiakkaan yksilöllinen kuntoutustarve ja elämäntilanne edellyttävät.

4.1.2 Moniammatillisen tiimin kokoonpano

Moniammatilliseen tiimiin kuuluvat seuraavat ammattihenkilöt:

- **1** erikoislääkäri
- **4** pakollista ammattihenkilöä
- **vähintään 1** valinnainen ammattihenkilö.

Moniammatillisen tiimin lisäksi palveluntuottajalla on muuta ammattihenkilöstöä asiakkaan tarpeen mukaisesti.

Lisätietoja: Ammatti- ja tehtävänimikkeiden koulutusvaatimukset kuvataan palvelukuvaus- ja tehtävänimikkeiden yleisessä osassa (Liite 1 Ammatti- ja tehtävänimikkeet).

Erikoislääkäri

Erikoislääkärin erikoistumisala on kardiologia tai sisätaudit. Sisätautilääkäri on ol-
tava perehtynyt sydänsairauksiin.

Pakolliset ammattihenkilöt

Moniammatillisen tiimin 4 pakollista ammattihenkilöä ovat

1. sairaanhoitaja (AMK) **tai** terveydenhoitaja (AMK)
2. fysioterapeutti (AMK)
3. psykologi
4. ravitsemusterapeutti.

Huomioitavaa:

- Moniammatilliseen tiimiin valittavat **4 pakollista ammattihenkilöä** ovat kaikki keskenään eri ammattialoilta.
- Pyri palveluntuottajana siihen, että moniammatillisen tiimin jäsenet pysyvät samoina asiakkaan kuntoutuksen ajan.
- Varmista palveluntuottajana, että moniammatillisen tiimin jäsenet osallistuvat omassa roolissaan kokonaisvaltaisesti kuntoutuksen toteutukseen asiakkaan yksilöllisen tilanteen vaatimalla tavalla, joustavasti ja kuntoutuksen tavoitteiden suuntaisesti.
- **1 pakollisista** ammattihenkilöistä toimii **asiakkaan omaohjaajana**, joka
 - ohjaa ja neuvoo asiakasta koko kuntoutuksen ajan
 - huolehtii yhteydenpidosta asiakkaan ja tarvittavien toimijoiden kanssa
 - vastaa asiakasta koskevien asioiden ja yhteistyön koordinoinnista ja kirjaamisesta
 - seuraa asiakkaan kanssa kuntoutuksen toteutumista ja tavoitteiden saavuttamista.

Huomioitavaa: Eri asiakkaiden omaohjaajana toimimisen voi jakaa tiimiin kuuluvien pakollisten ammattihenkilöiden kesken.

Valinnaiset ammattihenkilöt

Palveluntuottajalla on käytettävissään seuraavat **2 valinnaista ammattihenkilöä**:

- sosiaalityöntekijä **tai** sosionomi (AMK) **tai** kuntoutuksen ohjaaja (AMK) **tai** yhteiskuntatieteiden maisteri (pääaine kuntoutustiede)
- seksuaaliterapeutti **tai** seksuaalineuvoja.

Valituista valinnaisista ammattihenkilöistä **vähintään 1** on moniammatillisen tiimin jäsen.

Huomioitavaa:

- Valitse valinnaiset ammattihenkilöt moniammatilliseen tiimiin **asiakasryhmän kuntoutustarpeen mukaisesti**.
- Pyri palveluntuottajana, että moniammatilliseen tiimiin valitut valinnaiset ammattihenkilöt pysyvät samoina ammattialoitain **koko kuntoutuskurssin ajan** (esim. sijaistustilanteissa).
- Ammattihenkilöä **voi vaihtaa saman kurssin eri jaksoilla**, jos se on asiakasryhmän kuntoutustavoitteiden kannalta tarkoituksenmukaista.

Muut ammattihenkilöt

Muuta ammattihenkilöstöä käytetään asiakkaan tarpeiden mukaisesti tarvittaessa täydentämään moniammatillisen tiimin työskentelyä.

Muu ammattihenkilö

- on vähintään ammatillisen tutkinnon suorittanut oman ammattialansa tehtävässä toimiva henkilö
- **ei voi** missään tilanteessa korvata pakollista tai valinnaista ammattihenkilöä
- voi olla myös avustavaan henkilöstöön kuuluva henkilö.

Avustava henkilö

Avustava henkilö on vähintään toisen asteen sosiaali- ja terveydenhuollon **tai** humanistisen **tai** kasvatusalan tutkinnon suorittanut henkilö (esim. lähihoitaja tai vapaa-ajanohjaaja).

Huomioitavaa:

- Sydän kuntoutuskurssin asiakkailla arvioidaan olevan vain vähäinen avustamisen tarve tai avustamisen tarvetta ei ole.
- Varmista palveluntuottajana, että muuta ammattihenkilöstöä sekä avustavaa henkilöstöä on riittävästi vastaamaan asiakkaiden tarpeisiin laadukkaan ja tavoitteellisen kuntoutuksen toteuttamiseksi.

Palveluvastaava

Nimeä palveluvastaava, jonka tehtävänä on toimia kaikkien palveluntuottajan toteuttamien sydänkurssien nimettynä yhteyshenkilönä ja koordinoijana.

Palveluvastaava on terveydenhuollon ammattihenkilö, jolla on ymmärrys sekä tieto ko. sairausryhmän erityistarpeista. Hän voi olla 1 moniammatillisen tiimin ammattihenkilöstä. **Lisätietoja:** Yleinen osa, luku 7, Henkilöstö

4.2 Erikoislääkärin, ammattihenkilöiden, avustavan henkilöstön sekä palveluvastaavan tehtävät ja kokemusvaatimukset

4.2.1 Erikoislääkäri

Tehtävä

- Toimii (lääketieteellisenä) asiantuntijana moniammatillisessa tiimissä erikoisalansa ja sen kuntoutuksen edustajana
- Osallistuu roolissaan
 - asiakkaan kuntoutuksen toteuttamiseen palvelukuvauksen mukaisesti ja asiakkaan yksilöllisen tilanteen vaatimalla tavalla
 - tilanteen mukaan asiakkaan tavoitteellisen kuntoutuksen suunnitteluun sekä kuntoutuksen laadun ja tuloksellisuuden arviointiin (esim. konsultaationa).

Kokemusvaatimus

- **Vähintään 3 vuoden** kokemus sydänsairauksia sairastavien kuntoutuksesta tai hoidosta **viimeisten 10 vuoden** ajalta

- Erikoistumisaikana (kardiologia, sisätaudit) hankittu kokemus otetaan huomioon.

4.2.2 Ammattihenkilöt

Tehtävät

- Vastaavat kurssin suunnittelusta ja toteuttamisesta omasta ammatillisesta näkökulmastaan.
- Ovat keskeisessä roolissa asiakkaan ohjauksessa ja asiakkaan kuntoutumisen prosessin tukena.
- Etsivät aktiivisesti uusia näkökulmia ja uutta tietoa sekä kehittävät uudenlaisia ratkaisuja asiakkaan kuntoutustavoitteiden saavuttamiseksi yhdessä toimivana moniammatillisena tiiminä.

Kokemusvaatimukset

- Yhteensä **vähintään 3:lla** pakollisista ja/tai valinnaisista ammattihenkilöistä on oltava kokemusta sairaanhoidon akuuttivaiheen jälkeisestä moniammatillisesta kuntoutuksesta.*
- Kukin ammattihenkilö on tehnyt moniammatillista kuntoutustyötä vähintään **1500 tuntia viimeisen 6 vuoden aikana**
 - 1500 tuntia vastaa noin 10 kuukauden työskentelyä.

*Kuntoutus on toteutettu moniammatillisessa tiimissä, jossa on ollut vähintään 3 eri ammattiryhmän henkilöä.

4.2.3 Pakolliset ammattihenkilöt

- **Vähintään 3** ammattihenkilöllä on oltava **sydänsairauksia** sairastavien aikuisten kuntoutus- tai hoitotyöstä **vähintään 900 tunnin** kokemus viimeisen 10 vuoden ajalta
 - 900 tuntia vastaa noin 6 kuukauden työskentelyä.
- **Ainakin yhdellä** on kokemusta **vähintään 200 tuntia** ryhmien ohjaamisesta.

4.2.4 Valinnaiset ammattihenkilöt

- Sydänsairauksia sairastavien kuntoutus- tai hoitotyöstä vähintään **900 tunnin** kokemus viimeisen **10 vuoden ajalta**
 - 900 tuntia vastaa noin 6 kuukauden työskentelyä.

4.2.5 Muu ammattihenkilö

Tehtävät

- Osallistuu oman roolinsa mukaisesti asiakkaiden kuntoutukseen, ryhmätoimintaan ja vapaa-ajan ohjelman toteutukseen yhdessä moniammatillisen tiimin kanssa.

Kokemussuositus

- Suosituksena kokemus **sydänsairauksia** sairastavien aikuisten kuntoutus- tai hoitotyöstä.

4.2.6 Avustava henkilöstö

Tehtävä

- Toteuttaa roolinsa mukaisesti asiakkaiden yksilölliseen avuntarpeeseen liittyviä palvelutehtäviä
- Osallistuu asiakkaiden kuntoutuksen toteuttamiseen, ryhmätoimintaan ja vapaa-ajan ohjelman toteutukseen yhdessä moniammatillisen tiimin kanssa.

Kokemussuositus

- Avustavan henkilöstön kokemussuosituksena on kokemus sydänsairaiden aikuisten kuntoutus- ja/tai hoitotyöstä.

4.2.7 Palveluvastaava

Tehtävät

- Toimii kaikkien palveluntuottajan toteuttamien sydän kuntoutuskurssien nimettynä yhteyshenkilönä.
- Huolehtii kuntoutusohjelman toimivuudesta sekä aikataulujen yhteensopivuudesta, sujuvuudesta ja joustavuudesta.
- Varmistaa, että asiakkaat saavat kaiken tarvittavan tiedon.
- On asiakkaiden saavutettavissa ja käytettävissä ma-pe kuntoutusohjelman ajan.
- Huolehtii asiakkaiden tarvitsemien erityisruokavalioiden saatavuudesta ja tarjoilun toimivuudesta.
- Varmistaa kuntoutuksen aikana tarvittavan sairaanhoidon ja sujuvan yhteistyön toteutumisen paikallisten toimijoiden kanssa.
- Varmistaa asiakkaille ja läheisille sopivien tilojen (esim. ruokailutilojen, ryhmätyötilojen) toimivuuden ja riittävyden.
- Suunnittelee ja kehittää toimintaa asiakkaille soveltuvaksi, mm. esitietolomakkeilta saadun tiedon ja asiakaspalautteiden pohjalta.
- Vastaa asiakaspalautteiden käsittelystä ja välittää ne johdolle tiedoksi ja tarvittavia toimenpiteitä varten.
- Varmistaa henkilöstön ymmärtävän asiakasryhmän erityistarpeet, ohjaa tarvittaessa ottamaan ne huomioon sekä arvioi roolissaan henkilöstön sisäisen ja ulkoisen koulutuksen tarvetta asiaan liittyen.

5 Palveluntuottajan kokemus

Palveluntuottajalle on kertynyt kokemusta* seuraavanlaisen kuntoutuksen toteuttamisesta **viimeisen 6 vuoden** sisällä **vähintään 2 vuoden** ajalta:

- sairaanhoidon akuuttivaiheen jälkeisestä kuntoutuksesta 18-vuotta täyttäneille
- kuntoutuksesta, jossa osalla asiakkaista kuntoutumisen tarve on liittynyt työssä jatkamiseen, sinne palaamiseen tai työkyvyn ylläpitämiseen
- moniammatillisesti toteutetusta kuntoutuksesta, jota on toteuttanut vähintään 3 eri ammattiryhmän henkilöä
- moniammatillisesti toteutetusta kuntoutuksesta, jossa asiakkaat ovat osallistuneet ryhmässä toteutettuun yksilökuntoutukseen **tai** kurssimuotoiseen kuntoutukseen.

***Tämä kokemus on kertynyt seuraavista moniammatillisesti toteutetuista kuntoutuksista:**

Kelan vaativa lääkinnällinen kuntoutus (lukuun ottamatta terapioida) ja/tai harkinnanvarainen lääkinnällinen kuntoutus ja/tai ammatillinen kuntoutus ja/tai vastaava muun maksajatahon toteuttama kuntoutus. Muina maksajatahoina voidaan ottaa huomioon esim. terveydenhuolto ja vakuutusyhtiöt. Itsemaksavia asiakkaita ei huomioida kokemuksena, koska heidän kuntoutustarvettaan ei ole todennettu Kelan kuntoutuspalvelua vastaavalla tavalla.

6 Kuntoutuksessa käytettävät tilat

Sydänkuntoutuskurssi toteutetaan **palveluntuottajan toimipisteessä**, joka on laitoksen yksikkö. Palveluntuottajan toimipisteessä on oltava yleisessä osassa **toimipisteelle määritellyt tilat** sekä yleisessä osassa määritelty **lupa**.

Tämän lisäksi palveluntuottajan toimipisteessä on

- kuntosali
- liikuntasali
- toinen ryhmätyötila
- 2 erillistä terapiatilaa.

Palveluntuottajalla **voi olla allastilat**, jotka voivat sijaita

- toimipisteessä **tai**
- muissa kuntoutuksessa käytettävissä tiloissa.

Lisätietoja: Yleinen osa / Kuntoutustilat ja Allastilat sekä Luvat.

7 Toimintakyvyn arviointi ohjaa toteutusta ja todentaa muutosta

Toteuta kuntoutus palveluntuottajana siten, että

- asiakas saa tietoa ja ymmärtää arvioinnin sekä siinä käytettävien menetelmien merkityksen
- asiakas voi luottaa, että käytettävät arviointimenetelmät ovat turvallisia, päteviä ja tarkoituksenmukaisia ja että niiden käyttäjät on koulutettu niiden käyttöön.

[Lisätietoja Toimia-tietokanta \(toimia.fi\)](#)

7.1 Mittarit, niiden käyttö ja mittauksen tarkoitus

Sydänkuntoutuskurssi on mukana Kelan kuntoutuksen hyödyn arvioinnissa ja raportoinnissa. Kuntoutuksen hyödyn arvioinnissa verrataan asiakkaan kuntoutuksen päätösvaiheen vastauksia alkuvaiheen tilanteeseen. Tulosten raportointi Kelalle vaatii aina asiakkaan kirjallisen suostumuksen asiaan. [Lisätietoja tuloksellisuudesta](#)

Arvioi asiakkaan toimintakykyä keräämällä, yhdistämällä ja tulkitsemalla sekä kuvailemalla asiakaskohtaista tietoa sekä mittaus- ja arviointituloksia. Käytä mittauksessa alla lueteltuja pakollisia ja vapaaehtoisia mittareita.

Toteuta tähän palveluun liittyvät asiakkaan toimintakykymittaukset kuntoutuksen alussa sekä lopussa.

7.1.1 Pakolliset käytettävät mittarit

Kuntoutuksessa käytettävät pakolliset mittarit sisältyvät Kelan hyödyn arviointiin.

Lisätietoja: www.kela.fi/tuloksellisuus

Huomioitavaa:

- Asiakas täyttää mittarit (WHOQOL-BREF -, Työkykykysymykset -, BDI 21 -kysely) **kuntoutuksen alussa ja lopussa.**
- Kuntoutuksen tavoitteiden arviointi GAS-menetelmällä ja sen raportointi Ke-
laan toteutetaan **kuntoutuksen lopussa.**

GAS –menetelmä

- Kuntoutuksen tavoitteiden laatimisen ja arvioinnin apuväline
Lisätietoja: [GAS-menetelmä \(Kela.fi\)](#)
- Tuloksia hyödynnetään, kun asiakkaan toimintakyvystä muodostetaan koko-
naiskuvaa ja suunnitellaan tarvittavia kuntoutustoimenpiteitä.

WHOQOL- BREF

- Elämänlaatumittari.
[Lisätietoa WHOQOL-BREF elämänlaatumittarista \(toimia.fi\).](#)
- Tuloksia hyödynnetään asiakkaan elämänlaadun arvioinnissa ja seurannassa
sekä kuntoutuksen vaikuttavuuden arvioinnissa.

Masennusoireiden vakavuusaste BDI 21 (Beckin depressiokysely, käyttö väestötutkimuksiin)

- Mielialamittari.
[Lisätietoa BDI21 mielialamittarista \(toimia.fi\)](#)
- Tuloksia hyödynnetään asiakkaan masennuksen oirekuvan arvioimiseksi.

Työkykykysymykset työssä oleville

- Täytetään lomakkeelle AKV 1. **Lisätietoja:** Kela.fi/Lomakkeet
- Tuloksia hyödynnetään työkyvyn arvioinnissa.

Muut pakollisesti käytettävät mittarit

Rasitus-EKG

- Toteutetaan niille asiakkaille, joiden terveydentila vaatii mittauksen tekemisen
kurssille osallistumisen turvallisuuden varmistamiseksi.

Huomioitavaa: Moniammatillisen tiimin erikoislääkäri tai sairaanhoitaja (AMK)/terveydenhoitaja (AMK) ratkaisevat, kenelle asiakkaalle mittaus on tarpeellista tehdä.

- Tuloksia hyödynnetään asiakkaan toimintakyvyn arvioinnissa.

6 minuutin kävelytesti

- **Ei tehdä** asiakkaalle, jolle tehdään raskaus-EKG kuntoutuskurssin aikana.
- Tuloksia hyödynnetään toimintakyvyn arvioinnissa.

Terveysteen liittyvät pakolliset mittarit

Painoindeksi (BMI)

- Lasketaan kurssin alussa ja lopussa.

CCS-oirekysely tai Nyha-luokitus.

7.1.2 Vapaaehtoiset käytettävät mittarit

- Vapaa-ajan liikunta-aktiivisuuskysely.
- Muut mahdollisesti tarvittavat mittaus- ja arviointimenetelmät.
- Tuloksia hyödynnetään toimintakyvyn arvioinnissa.