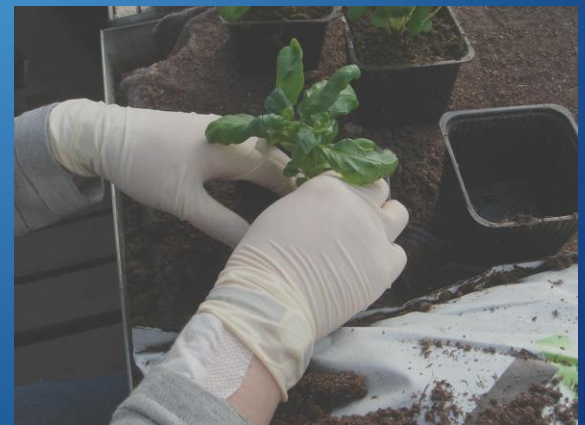




*Elämän
tähdien*

Puutarhaterapiaa Pitkänienemen sairaalan elvyttävässä viherympäristössä



TAYS/ Psykiatrian toimialue/ Pitkänienemen sairaala



Pääosa Tampereen yliopistollisen sairaalan psykiatrisesta hoidosta annetaan Nokiolla sijaitsevassa Pitkänienemen sairaalassa.

Sairaalassa hoidetaan aikuisia ja nuoria. Yli 80 prosenttia aikuispotilaista tulee hoitoon päivystyspotilaina. Aikuisikäisten sairaalahoido kestää yleensä 2-3 viikkoa.

Psykiatrian toimialueella (= TA 5) on aikuispsykiatrian ja nuorisopsykiatrian vastuualueet.

Aikuispsykiatrian vastuualueeseen kuuluu akuuttipsykiatrian, neuro- ja vanhuspsykiatrian, oikeuspsykiatrian ja yleissairaalapsykiatrian vastuuyksiköt sekä psykiatrian terapiapalvelujen vastuuyksikkö.

Nuorisopsykiatrian vastuualueeseen kuuluu nuorisopsykiatrian vastuuyksikkö ja EVA-yksikkö. Toimipaikkoja on Nokiolla ja Tampereella.

Sairaansijoja koko toimialueella on 229.



Elvyttävä ympäristö



Kasvien ja viherympäristön on todettu lisäävän ihmisen hyvinvointia ja edistävän toipumista.

”Viherympäristöjen ja terveyden yhteys on noussut kiinnostavaksi kansainväliseksi tutkimuskohteeksi monella tieteen alalla.

Niin terveystieteilijät, liikuntatieteilijät kuin metsä- ja puutarhatieteilijät tutkivat innokkaasti terveyden ja luontoympäristön yhteyksiä.

Jo nyt voidaan todeta, että yhteys luontoympäristöön voi vaikuttaa terveyteen. Mitä enemmän asuinalueella on viheralueita, sitä terveemmiksi ihmiset ovat kokeneet itsensä.”

Elvyttävä ympäristö



Tutkimukset ovat osoittaneet, että viherympäristöt poistavat stressioireita, muuttavat tunnetiloja myönteisimmiksi sekä parantavat tarkkaavaisuutta. Mitä useammin ihmiset ovat vierailleet puistossa ja mitä pidempään siellä olleet, sitä vähemmän he ovat kärsineet stressiperäisistä sairauksista. Sairaalaympäristöissä erityisesti stressioireiden ja kielteisten tunnetilojen lievittyminen voivat olla merkittäviä hyvinvointia edistäviä tekijöitä. Viherympäristöjen on todettu myös vaikuttavan sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Puistot asuinympäristössä edistävät sosiaalisten suhteiden syntyä ja vastuullista käyttäytymistä. Viihtyisä ulkoympäristö liitetään myös lisääntyneeseen ulkoiluhalukkuuteen. Ulkoiluun ja siihen liittyvään fyysiseen harjoitukseen puolestaan liitetään useita terveyttä edistäviä vaikutuksia. Esimerkiksi läheisyys puistoon, jossa oli kävelymahdollisuus, ennusti parhaiten tokiolaisvanhusten viiden vuoden eloonjäämistä.”

MMT Erja Rappe

Green care mielenterveystyössä

”Green care –interventioissa luontoa ja luonnollisia ympäristöjä käytetään tavoitteellisesti sairauden hoitoon, terveyden edistämiseen, kuntoutukseen ja koulutukseen.

Mielenterveystyössä maatalous-, puisto ja puutarhaympäristöt ovat olleet laitoshoidon alkuaajoista lähtien merkittävä hoidollinen resurssi.

Luontoympäristö **aistien kautta koettuna** rauhoittaa, parantaa keskittymiskykyä ja lievittää ahdistusta. **Merkityksellinen ja onnistunut toiminta** vahvistaa itsetuntoa ja luottamusta omiin kykyihin. **Vuorovaikutus** elollisen luonnon kanssa kehittää vastuuntuntoa, kykyä tuntea empatiaa ja kiinnittää huomion pois omista ongelmista. **Toiminta ryhmässä**, jossa on tasa-arvoinen ilmapiiri, tuottaa yhteisöllisyyttä.”



Green care mielenterveystyössä

”Mielenterveystyössä green care –interventioita voidaan käyttää sekä laitosp- että avohoidon terapiamuotoina.

Ympäristöt, joita voi käyttää psyykkiseen itsesäätelyyn ja terveyttä tukevaan toimintaan, voivat myös ennaltaehkäistä mielenterveysongelmia mikä tulisi ottaa yhdyskuntasuunnittelussa huomioon nykyistä paremmin.”

Erja Rappe ja Minna-Helena Malin



Puutarhaterapian tavoite

Tavoitteellista toimintaa, joka tukee potilaan hoitoa ja kuntoutumista

Tavoitteena on tarjota sairaalassa oleville potilaille ns. normaalia tekemistä, joka parantaa toimintakykyä, antaa taitoja itsenäiseen selviytymiseen ja motivoi toimintaan

Toiminnan aikana kiinnitetään erityisesti huomiota potilaan yksilöllisiin tavoitteisiin sekä hänen mahdollisuuksiinsa osallistua ja hyödyntää omia voimavarojaan puutarhalla tarjolla olevissa tehtävissä



Tavoitteita ryhmätoiminnalle

Mielekäs toiminta

Osallistuminen, yhdessä oleminen ja – tekeminen sekä vuorovaikutus

Yksilöllisyys ja potilaan tarpeet

Vapaaehtoisuus ja valinnan mahdollisuus

Omien voimavarojen käyttö

Itseilmaisu ja luovuus

Onnistumisen kokemukset

Itsenäinen selviytyminen ja oppiminen

Rentoutuminen ja hyvinvointi

Turvallisuus

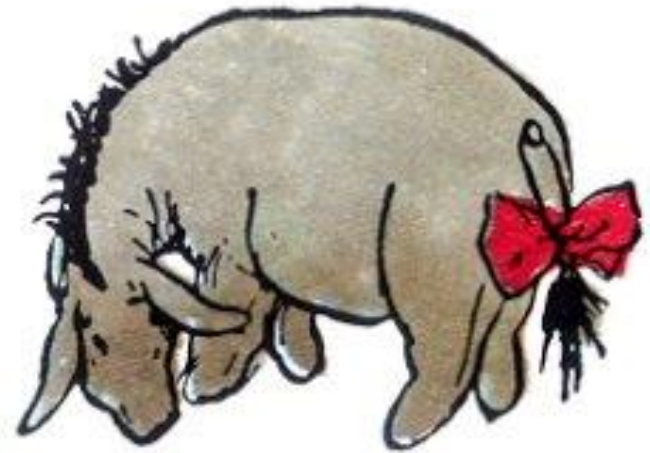
Toiminnan loppuunsaattaminen

Myönteisten tunteiden herättäminen

Moniammatillinen yhteistyö

Palautteen antaminen ja saaminen

Puutarhatöiden tekeminen ja hyödyksi oleminen



Toiminta

Puutarhaterapiaan osallistuu potilaita, jotka ovat kiinnostuneet puutarhatoiminnasta.

Eri osastojen potilaista koostuvat (pitkäaikais- ja akuuttiosastot sekä intensiiviyksiköt) ryhmät kokoontuvat aamu- ja iltapäivisin toimimaan sairaalan puutarhalle. Heidän kanssaan työskentelee 1-3 ohjaajaa. Potilaat tulevat puutarhalle omatoimisesti tai saatettuna, jos heillä ei ole vapaakävely-oikeutta.

Joidenkin osastojen (nuoriso- ja vanhusosastot) tarpeen ja erityisluonteen takia voidaan sovitusti ja resurssien salliessa järjestää myös määräaikainen osaston sisäinen terapeuttinen puutarharyhmä.



Sisältö

Puutarhaterapiassa työt valitaan potilaan tavoitteiden, mieltymysten ja kokemuksen perusteella.

Tarjolla olevat tehtävät vaihtelevat vuodenaikojen ja puutarhan toimintaan liittyvien töiden mukaan. Sisältöä suunnittelevat puutarhuri ja muu puutarhan henkilökunta yhdessä ohjaajien kanssa. Pääasiallista tekemistä ovat eri kasvien istuttaminen, kasvattaminen, hoitaminen ja vaaliminen, kukkien valmistelu ja kukka-asetelmien tekeminen sekä sadonkorjuu ja työympäristön viihtyvyydestä huolehtiminen.

Lisäksi ryhmä tekee erilaisia vuodenaikoihin ja juhlakausiin liittyviä askartelu- ja koristelutöitä sekä on osittain itse tekemillään tai kunnostamallaan kalusteilla sisustanut uudet työskentelytilansa.



Jotain menossa, jotain tulossa...

Pitkä ja merkittävä perinne psykiatrisen hoidon yhteydessä

Palaute potilailta ja osastoilta kannustaa jatkamaan

Käynti- ja kävijämäärät

Puutarhaterapiaprojekti 2003-2005

Puutarhatoiminnan säilyminen yliopistosairaalassa

(Suomessa Kellokoski, Niuvanniemi, Pitkäniemi),

linkittyminen ja yhteydenpito

Verte-projekti (www.verte.fi) 2006->

Viherympäristöterapeuttisen hoitotyön koulutus (VYT)

Pitkäniemessä 2008->

Puutarhan muutto: Uusi kasvihuone, terapiatilat, piha, ulkoviljelyn suunnittelu sekä koko toiminnan uudelleen järjestäminen 2010->



Viherympäristöterapeuttisen hoitoyön koulutus

Taustalla kehittämisprojekti v. 2003 – 2005

- terapiapainotteisuuden lisääminen
- tiedon hankkiminen koulutuksen ja konsultaatioiden avulla

Puutarhaterapiakoulutuksen suunnittelukokous 9 / 2007

Yhteistyökumppanit: Koulutuksen organisoijana Pirkanmaan koulutus konsernin Pirkanmaan aikuisopisto (PIRKO) ja kouluttajana MMT Erja Rappe Helsingin yliopistosta (työskentelee nykyisin Marttaliitossa)

Koulutuksen laajuus on 7 ov (280 tuntia)



Viherympäristöterapeuttisen hoitoyön koulutus

Koulutuksen tavoitteita:

- Toiminnallisuuden mahdollisuuksien laaja-alainen ymmärtäminen ja hyödyntäminen hoitotyössä
- Tietoisuuden ja näkemyksen lisääminen hoidon suunnittelussa, jotta juuri ympäristö ja ilmapiiri sairaalahoitajakson aikana voivat tarjota potilaalle ainutkertaisia ja myös tulevaisuudessa kantavia kokemuksia
- Sairaalahoidossa olevan potilaan elämän laadun parantaminen
- Täydennyskoulutuksen mahdollistaminen työntekijöille



Viherympäristöterapeuttisen hoitoyön koulutus

Ensimmäinen koulutusryhmä (ainoastaan TA 5 henkilökuntaa) aloitti 2/2008.

Tähän mennessä on koulutettu 77 henkilöä, joista 48 TA 5:ltä.

Vähitellen laajennettu PSHP:ssä; osallistujia Kaivannosta, Vammalasta ja Yliseltä.

Koulutuksessa menossa parhaillaan neljäs ryhmä, jossa osallistujia myös 3.sektorilta (Esperi Care).



Viherympäristöterapeuttisen hoitoyön koulutus

Näkyvät sairaalan arjessa osastoilla, pihapiirissä ja puutarhalla (osastojen piha-alueiden suunnitelmat, hoitaminen, omat viherryhmät sekä kasvimaat, sairaalan puiston käyttö, käynnit puutarhalla kävelylenkeillä, hoitaja pt-ryhmien mukana).

Syyskuussa 2011 arvioidaan mennyttä ja meneillään olevaa koulutusta sekä suunnitellaan tulevaisuutta ja mahdollista jatkokoulutusta.



Kiitos!

Seuraamme tilannetta...

