



**FinFami**

Etelä-Pohjanmaa ry

# *ARJEN AVUKSI*



**Palveluopas mielenterveysasiakkaan  
omaiselle ja läheiselle  
Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kuntien alueella**

# Sisällys

1. Johdanto .....	2
2. Omaisen hyvinvointi .....	3
2.1 Omaisten tuen tarve ja hyvinvointia vahvistavia tekijöitä .....	3
2.2 Suositukset omaisten hyvinvoinnin parantamiseksi .....	4
3. Mielensterveysomaisten yhdistys FinFami Etelä-Pohjanmaa ry .....	5
3.1 Järjestölähtöinen omaisneuvonta .....	5
3.2 Vertaistuki .....	5
4. Mielensterveystyö .....	6
4.1 Mielensterveyspalvelut .....	6
4.1.1 Sairaanhoidopiirin omaisneuvonta .....	6
4.2 Päihdetyö .....	6
4.3 Asumispaalvelut .....	7
5. Asiakkaan ja potilaan asema ja oikeudet sekä omaisen osallistuminen .....	7
5.1 Laki potilaan asemasta ja oikeuksista .....	7
5.2 Laki asiakkaan asemasta ja oikeuksista .....	8
5.3 Hoitotakuu .....	9
5.4 Holhustoimi ja edunvalvojan määrääminen .....	10
5.5 Asiakkaan ja potilaan tiedonsaanti- ja itsemääräämisoikeus .....	10
5.6 Oikeus potilas- ja asiakastietoon .....	11
6. Kuntien ja Kelan myöntämät palvelut ja etuudet .....	11
6.1 Kunnan myöntämä omaishoidon tuki .....	11
6.2 Kunnan kotiin tarjoamat palvelut .....	12
6.3 Lääkekulujen korvaus .....	12
6.4 Kela kuntouttaa .....	12
6.5 Toimeentulotuki .....	13
6.6 Eläkettä saavan hoitotuki .....	13
6.7 Vammaisetaudet .....	13
7. Täydentävät palvelut ja järjestöjen tarjoama tuki .....	14
7.1 Tukihenkilötoiminta .....	14
7.2 Omaiset huomioivaa yhdistystoimintaa .....	14
7.3 Järjestöjen verkkovälitteinen tuki .....	15
7.4 Seurakunnat .....	15
8. Lapset ja nuoret.....	16
8.1 Lapsiomaiset ja nuoret hoivaajat .....	16
8.2 Psykkisesti oireileva lapsi .....	16
9. Ilmoitus sosiaalihuollon tarpeesta .....	17
9.1 Milloin tehdä lastensuojeluilmoitus? .....	17
10. Lähteet .....	18
11. Liitteet	
” Mielensterveys- ja päihdeomaisten mielen hyvinvointia vahvistavat tekijät”	
”Omaisen tiedonantomahdollisuudet Etelä-Pohjanmaan sairaanhoidopiirissä”	

## 1. Johdanto

Tämä opas on osoitettu henkilöille, joiden läheinen sairastaa tai oireilee psyykkisesti. Oppaassa kohde-ryhmästä käytetään termiä mielenterveysomaiset (myös omaiset), mikä ei kuitenkaan tarkoita rajausta perhe- tai sukulaissuhteeseen. Mielenterveysomainen onkin kuka tahansa, jolla on huoli lähipiiriinsä kuuluvan henkilön mielenterveydestä tai päihdeiden käytöstä. Lähipiiriin kuuluva ihminen voi olla esimerkiksi ystävä, naapuri, työtoveri, isovanhempi, oma lapsi tai puoliso. Mielenterveysomainen voi olla missä elämänvaiheessa tai iässä tahansa, myös lapsiomainen tai nuori hoivaaja.

Omainen ei useinkaan tarkoita omaishoitajuutta, eikä samaa, kuin omaishoitaja. Huoli läheisen mielenterveydestä ei myöskään edellytä diagnoosia.

Omaisien rooli on vain yksi arkea tai elämäntilannetta määrittävä tekijä. Omaisella on oikeus myös oman näköiseen elämään, iloihin, osallisuuteen, harrastuksiin, työhön ja ihmissuhteisiin, vaikeasta elämäntilanteesta huolimatta. On tärkeää, että omainen huolehtii myös omasta jaksamisestaan ja hyvinvoinnistaan.

FinFamit ovat mielenterveysomaisten yhdistyksiä. Yhdistysten tehtävä on muistuttaa, että psyykkisesti sairastuneen tai oireilevan lähipiirikin tarvitsee tukea. Mielenterveysomainen on usein sairastuneen läheisen tuki ja rinnalla kulkija, mutta myös itsenäinen ihminen, jolla on omat voimavarat ja tuen tarpeet. Valtakunnallinen Finfami-verkosto myös tarjoaa omaisille suunnattua tietoa, tukea, toimintaa ja toivoa.

Kun läheisellä on mielenterveys- tai päihdeongelma, voidaan omaisen hyvinvointia tukea monella tavalla. Omaisille tärkeintä on, että sairastunut läheinen saa tarvitsemaansa hoitoa ja riittävästi palveluita sekä se, että palveluissa huomioidaan koko perhe. Omaiset tarvitsevat tietoa läheiselle, mutta myös itselleen tarjolla olevista palveluista ja oikeuksistaan. Omaisille hyödyksi ovat keskustelut ammattilaisen kanssa, mutta myös kokemusten vaihto vertaisten kesken.

Tässä oppaassa selvitetty, millaisia palveluita ja etuuksia mielenterveysomaisten tueksi on tarjolla. Opas ei kuitenkaan ole kaiken kattava ja palveluissa saattaa olla esim. kuntakohtaisia eroja. Oppaassa on myös lainauksia omaisten avoimista vastauksista tekstissä mainittuihin kyselyihin sekä omaisilta kuultuja kommentteja.

*”Sanoisin vielä, että omasta aktiivisuudesta paljon riippuu kuinka paljon saa palveluita. Mutta sairaat ja omaiset ovat sen verran väsyneitä, hiljaisia, syrjäytyneitä. Ei välttämättä jaksa vaatia eikä osallistua.”*

**KUN YKSI SAIRASTUU,  
MONEN MAAILMA  
MUUTTUU.**

***Mutta sen ei tarvitse murtua.***

## 2. Omaisen hyvinvointi

Omaisen hyvinvointia tarkastellaan usein psyykkisen pahoinvoinnin, kuten masennuksen ja ahdistuneisuuden kautta. Omaisten tiedetään kokevan stressiä ja rasittuneisuutta, lisäksi heillä on keskimääräistä suurempi riski sairastua itse mielenterveydenhäiriöihin. Jos omainen on sairastuneen puoliso tai vanhempi, hänen masennusriskinsä on muita omaisryhmiä suurempi (mm. Nyman & Stengård 2001).



Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen yhteisessä tutkimushankkeessa (MIPA) tehtiin vuonna 2019 kysely, jossa kartoitettiin omaisten mielen hyvinvointia (n=363). Myös FinFami Etelä-Pohjanmaa ry:n omaisia osallistui tutkimukseen (50 vastaajaa). Kyselyn perusteella omaisten oli erityisen vaikeaa rentoutua ja säilyttää tulevaisuuden toivo läheistä koskevan huolen keskellä sekä käsitellä arjessa eteen tulevia ongelmia. Läheisen tilanne myös aiheutti omaisissa usein syyllisyyden tunteita sekä rajoitti vapaa-ajan viettoa ja sosiaalisia suhteita. Kokemukset omaisen kuormittumisesta vaihtelivat sen suhteen, mikä omaisen ja läheisen välinen suhde on.

*”Olen surullinen siitä, että hän on yksinäinen, eristäytynyt, onneton ja stressaantunut, ja siitä, ettei hän pidä yhteyttä sukulaisiinsa ja ystäviimme, eikä halua, että hänen asioistaan puhutaan, joten joudun selittelemään ja peittelemään tilannetta.” (MIPA 2019)*

Huoli läheisen mielenterveydestä tai tämän sairastuminen eivät tarkoita pelkästään negatiivisia asioita. Puolet MIPA omaiskyselyyn vastanneista oli paljon tai jossain määrin sitä mieltä, että läheisen tilanne oli tuonut elämään merkityksellisyyttä, vahvistanut perheenjäsenten välisiä suhteita ja antanut mahdollisuuden auttaa toista ihmistä. Elämäntilanteesta löydetty myönteiset kokemukset tukivat omaisen mielen hyvinvointia.

*”Tuntuu siltä, että en mitään elämästä ymmärtäisi ilman häntä, niin paljon olen häneltä oppinut.” (MIPA 2019)*

### 2.1 Omaisen tuen tarve ja hyvinvointia vahvistavia tekijöitä

Kantaessaan huolta läheisestä, omainen ei aina tunnista omaa tuen tarvettaan tai siirtää sen syrjään. Omainen hakeutuukin usein tuen piiriin vasta, kun omat voimavarat ovat jo lopussa.

Omaisen ei tulisi jäädä yksin vaikeassa elämäntilanteessa. Asioiden jakaminen ystävien ja sukulaisten kanssa tukee omaisen mielen hyvinvointia ja edesauttaa tarvittaessa ammatillisen tuen piiriin hakeutumisesta. Lähipiiriltä saatu tuki onkin omaisille ensiarvoisen tärkeää. Omaiset kertovat kaipaavansa lähipiiriltään niin yhteistä tekemistä, kuin kuuntelijaa.

Jokaisella omaisella on omat yksilölliset hyvinvoinnin lähteensä. On ehdottoman tärkeää, että omainen pitää huolta omasta jaksamisestaan ja hyvinvoinnistaan. Omaisella on oikeus iloon, nautintoon, ihmissuhteisiin, terveyteen, työhön ja harrastuksiin, lepoon ja rentoutumiseen jne. vaikeasta elämäntilanteesta huolimatta. Lohtua ja helpotusta voi saada ystäviltä, liikunnasta, musiikista, kirjoittamisesta tai vaikkapa hyvästä ruoasta. Usein asioista puhuminen ammattilaiselle tai keskustelu vastaavaa kokeneen vertaisen kanssa auttaa. Palvelujärjestelmän ja omaisyhdistyksen tuki on erityisesti merkittävä tilanteissa, joissa omaisen hyvinvointi on vaarantunut läheiseen kohdistuvan huolenpidon kuormittavuuden tai ongelmien kasautumisen vuoksi.

Mikäli kyse on psyykkisesti sairastuneen perheenjäsenestä, omaisen hyvinvoinnille merkittävää on sairastavan läheisen hoidon ja palveluiden saanti sekä koko perheen huomiointi palveluissa (liite 1.). Kun sairastava läheinen saa tarvitsemaansa hoitoa ja palveluita, myös omainen voi paremmin.

*”Mielenterveyspotilaan omainen voi hyvin silloin kun potilaskin voi hyvin. Potilaan hoitoon kannattaa panostaa erilaisin vaihtoehtoin yksilöllisyys huomioiden.”*

Palveluissa omaiset huomioidaan usein resurssina, sairastuneen läheisensä hoidon tukena ja yhteistyökumppanina hoidosta vastaavalle taholle. Omaiset tulisi kuitenkin nähdä myös itsenäisinä tuen tarvitsijoina. FinFami ry:n Recovery-toimintaorientaatio mielenterveyspalveluissa -hankkeen hyvinvointitutkimuksessa (2020) jouduttiin toteamaan, että palvelujärjestelmä ei edelleenkään tunnista omaisen tilannetta ja tuen tarvetta, vaan vastaa huonosti omaisen tarpeisiin.

*”Toivoisin, että joku kysyisi joskus, kuinka sinä jaksat ja perheesi, ja voisi jonkun kanssa keskustella.”*

## **2.2 Suositukset omaisen hyvinvoinnin parantamiseksi**

Mielenterveysomaisen keskusliitto FinFami ry on julkaissut suositukset omaisten hyvinvoinnin parantamiseksi

- Mielenterveyspotilaiden ja heidän omaistensa taloudellista selviytymistä tulee tukea. Heikko taloudellinen tilanne vaikeuttaa sekä sairastuneen, että hänen omaisensa arkipäivän selviytymistä ja lisää omaisen masennusriskiä merkittävästi. Omaishoidon tuki tulee saada mielenterveyspotilaiden omaisten käyttöön nykyistä laajemmin.
- Yksilöllistä hoitoa ja kuntoutusta sekä tuettua asumista on kehitettävä. Läheisen sairastuneen toimintakyvyn puutteet vaikeuttavat hänen selviytymistään yhteiskunnassa ja kuormittavat myös hänen omaisiaan. Hoito- ja kuntoutusjärjestelmää tulee kehittää siten, että se antaa nykyistä enemmän mahdollisuuksia yksilöllisiin kuntoutusratkaisuihin
- Yhteistyötä mielenterveysalan ammattilaisten ja omaisten välillä tulee tiivistää. Potilaiden hoidon järjestäminen ilman omaisten osallistumista heikentää omaisten elämänlaatua oleellisesti. Avainasemassa ovat käytännön hoitotyöhön ja hoitojärjestelmän kehittämiseen osallistuvat henkilöt. Omaisten tulee saada huolenpitotehtävässään riittävästi tietoa ja tukea. Mielenterveysalan ammattilaisten tulisi myös arvioida omaisten jaksamista ja ohjata heitä tarvittavien tukitoimien piiriin.
- Omaehtoiselle vertaistukitoiminnalle on taattava riittävät toimintaedellytykset. Omaisjärjestöjen ja oma-apuryhmien asema on ainutkertainen siinä, että ne voivat tarjota omaiselle tärkeää vertaistukea ja mahdollisuuksia lepoon sekä virkistäytymiseen. Sopeutusvalmennuskursseilla omainen voi saada tietoa ja valmiuksia selviytyä huolenpitotehtävästään.
- Erityistä huomiota on kiinnitettävä omaisten masentuneisuuden ja uupumisen ennaltaehkäisyyn, tunnistamiseen ja hoitoon. Omaisten masennuksen ennaltaehkäisyssä ja tunnistamisessa ovat avainasemassa mielenterveysalan ammattilaiset, omaisjärjestöjen työntekijät ja vertaisryhmien ohjaajat. Omaisella on oikeus ja oltava mahdollisuus myös omaan aikaan ja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Lisäksi omaisella on oikeus tulla kuulluksi läheisen hoidossa ja kuntoutuksessa sekä riittävään tietoon omaa huolenpitotehtäväänsä varten.



### 3. Mielensterveysomaisten yhdistys FinFami Etelä-Pohjanmaa ry

Vuonna 2001 perustettu Omaiset mielensterveystyön tukena Etelä-Pohjanmaa ry on toiminut vuodesta 2014 lähtien nimellä FinFami Etelä-Pohjanmaa ry. Yhdistyksen tarkoituksena on tukea yksilöitä ja perheitä, kun läheinen sairastaa tai oireilee psyykkisesti. Tuki konkretisoituu kohderyhmätasolla myös vaikuttamistoimina. FinFami Etelä-Pohjanmaa ry kuuluu jäsenenä valtakunnalliseen FinFami -omaisyhdistysten verkostoon ja on keskusjärjestö FinFami ry:n jäsen.

Omaiset kokevat saavansa itselleen tärkeää tukea järjestötoiminnasta. MIPA kyselyyn vastanneet FinFami Etelä-Pohjanmaan toiminnassa mukana olevat omaiset kertovat erityisesti kohdatuksi tulemisen tunteen olleen keskeinen osa hyvinvoinnin edistämässä. Tärkeimpiä asioita yhdistyksen toiminnassa olivat sen tarjoama turva, mahdollisuus saada omaan vaikeaan elämäntilanteeseen uusia näkökulmia ja tarpeellista tietoa sekä kokemus yhdenvertaisuudesta ja kuulluksi tulemisesta.

Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä kuka tahansa. Toimintaan osallistuminen tai palveluiden käyttö ei kuitenkaan edellytä jäsenyyttä. Jäsenhakemuksen voi täyttää yhdistyksen kotisivulla ja lisätietoja jäsenyydestä saat ottamalla yhteyttä yhdistyksen toiminnanjohtajaan.

**FinFami Etelä-Pohjanmaa ry**  
Huhtalantie 2, 3.krs, 60220 Seinäjoki  
[toimisto@finfamiiep.fi](mailto:toimisto@finfamiiep.fi)  
[www.finfamiiep.fi](http://www.finfamiiep.fi)

#### 3.1 Järjestölähtöinen omaisneuvonta

Omaisneuvonta on maksutonta ja luottamuksellista keskusteluapua psyykkisesti sairastuneiden omaisille ja läheisille. Neuvonnassa omainen itse on pääroolissa ja yhdessä ammattilaisen kanssa etsii neuvoja vaikeasta elämäntilanteesta selviytymiseen. Omainen saa omin sanoin puhua huolestaan, ajatuksistaan sekä tunteistaan ja käydä läpi omaa elämäntilannettaan.

Omaisneuvonnassa omainen saa tukea omaan jaksamiseen, toivoa muuttuneeseen arkeen ja tietoa psyykkisistä sairauksista sekä mielensterveys- ja päihdepalveluista. Neuvontaa tehdään vahvalla palveluohjauksellisella otteella. Omaisneuvoja on terveydenhuollon ammattilainen.

Ota yhteyttä, mikäli haluat keskustella elämäntilanteeseesi liittyvistä asioista ja sopia henkilökohtaisesta tapaamisesta. Omaisneuvontaa ajanvarauksella, sähköinen ajanvaraus [www.finfamiiep.fi](http://www.finfamiiep.fi)

*”Ei niin pientä ongelmaa tai suurta huolen aihetta, ettetkö voisi ottaa yhteyttä.”*

#### 3.2 Vertaistuki

Vertainen on samankaltaisia asioita kokenut ihminen. Usein vertaisen merkitys tulee esiin tilanteissa, joissa olet luullut olevasi ainoa, jota vastaava tilanne, kriisi tai sairaus on kohdannut. Vastaavaa kokeneen toisen ihmisen tai kokonaisen ryhmän löytäminen helpottaa yksinäisyyden ja häpeän tunteita.

Parhaimmillaan vertaisten välille muodostuu kokemus keskinäisestä tuesta, jota kutsutaankin vertaistueksi. Vertaistuki on saman kielen puhumista, jopa sanatonta



keskinäistä ja syvää ymmärrystä. Vertaistuki on omien kokemusten ja tunteiden jakamista ilman pelkoa leimatuksi tulemisesta. Vertaistuki on parhaimmillaan voimaannuttavaa ja auttaa työstämään kipeätkin kokemukset voimavaraksi.

FinFami Etelä-Pohjanmaa ry mahdollistaa, koordinoi ja tukee vertaistoimintaa Etelä-Pohjanmaan alueella. Vertaistoiminnan muotoja ovat mm. ryhmät, teemaillat ja webinaarit. Ryhmiä on erilaisia; keskustelevia ja toiminnallisia. Toiminta on tavoitteellista ja kohdennetaan eri elämänvaiheissa ja omaistilanteessa oleville. Lue lisää vertaistoiminnasta [www.finfamieip.fi](http://www.finfamieip.fi) sekä sosiaalisen median kanavista.

## **4. Mielen terveystyö**

Mielen terveystyössä (1990/1116) mielen terveystyöllä tarkoitetaan yksilön psyykkisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja persoonallisuuden kasvun edistämistä sekä mielisairauksien ja muiden mielen tervyyden häiriöiden ehkäisemistä, parantamista ja lievittämistä. Laissa mielen terveystyö ymmärretään laajasti ja siihen kuuluu muutakin kuin varsinaiset mielen tervyyden palvelut, joissa keskitytään mielen tervyyden häiriöiden ja mielisairauksien hoitoon sekä kuntoutukseen.

### **4.1 Mielen tervyyden palvelut**

Toistaiseksi laki velvoittaa kunnat huolehtimaan kuntalaisten mielen tervyyden palveluiden järjestämisestä osana kansanterveystyötä ja sosiaalihuoltoa. Lain mukaan mielen tervyyden palvelut tulee järjestää alueella esiintyvän tarpeen mukaisesti. Ensisijainen taho, josta voi hakea apua, on oman kunnan tervyyden keskus.

Erikoissairaanhoidossa tarkoitettua sairaanhoitopiiriin kuntayhtymän tulee huolehtia erikoissairaanhoidon annettavista mielen tervyyden palveluista alueellaan, siten kuin tervyyden huoltolaissa ja mielen tervyyden laissa säädetään. Erityis palveluihin kuten esimerkiksi psykiatriselle osastolle tai psykiatrian poliklinikalle tarvitaan lähete. Lähete voi kirjoittaa tervyyden keskuksen tai työterveyshuollon lääkäri.

Mielen tervyyden palveluihin kuluu myös päivätoiminta, sekä kuntoutus- ja palvelukodit, joihin tarvitaan yleensä lähete sekä kotikunnan maksusitoumus. Näistä saa lisätietoja oman kunnan sosiaalitoimesta ja tervyyden keskukselta.

Jos olet huolissasi omasta mielen tervyydestäsi tai tilanteestasi, ota yhteyttä oman kuntasi tervyyden keskuksen tai sosiaalitoimeen. Jos tilanne on kiireellinen ja on viikonloppu, ilta- tai yöaika, eikä asia voi odottaa seuraavaan arkiamuun, seuraavista paikoista saa apua:

- yleinen hätänumero 112
- Seinäjoen keskussairaalan 24h päivystysapu p. 116117
- Etelä-Pohjanmaan sosiaali- ja kriisipäivystyskeskuksen päivystys p. 044 4700 444

#### **4.1.1 Sairaanhoidopiirin omaisneuvonta**

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoidopiirin omaisneuvonta on omaisen käytettävissä silloin, kun läheinen on potilaana osastolla. Neuvonta on luottamuksellista ja omaiselle maksutonta. Käynnistä ei kirjata henkilö- tai sisältötietoja, eikä tietoja luovuteta eteenpäin. Omaisneuvoja tavoiteltavissa puhelimitse 050 474 2962 sekä 050 474 3149.

### **4.2 Päihdetyö**

Seinäjoen kaupungin päihdepalveluihin kuuluvat avopalvelut päihde- ja peliongelmaisille tai muista toiminnallisista riippuvuuksista kärsiville sekä heidän läheisilleen. Seinäjoen päihdekliniikan palvelut on tarkoitettu seinäjokelaisille asiakkaille.

Seinäjoella toimii myös Nuorisoasema Steissi, joka tarjoaa palveluja seinäjokisille alle 18-vuotiaille nuoril-

le ja heidän vanhemmilleen, joita huolestuttaa nuoren alkoholin, lääkkeiden ja huumeiden käyttö.

Päihdepalveluita tarjotaan kaikilla muillakin Etelä-Pohjanmaan kuntayhtymäalueilla. Vaikka kunta vastaa päihdetyöpalveluista, voidaan palvelut ostaa tai tuottaa yhdessä ulkopuolisen palveluntarjoajan kanssa.

Päihdetyötä täydentävinä palveluina järjestetään kuntalaisille mm. päivätoimintaa, laitospääntoutusta sekä asumispalveluita.

### 4.3 Asumispalvelut

Asumispalveluiksi kutsutaan esim. kuntoutus- ja palvelukoteja sekä erilaisia tuettuja asumisen muotoja. Kodeissa voi työskennellä ohjaajia, jotka auttavat ja tukevat kuntoutujia arjen askareissa.

Kuntoutus- ja palvelukoteja on erilaisia riippuen asukkaiden tuen tarpeesta: osassa henkilökunta on paikalla arkisin 8-16, toisissa myös iltaisin ja viikonloppuisin sekä yöaikaan. Asuminen kodeissa voi olla tarpeen ja kuntoutussuunnitelman mukaan joko pitkäaikaista tai lyhytaikaisempaa.

Tuettu asuminen tarkoittaa yleensä sitä, että kuntoutuja asuu omassa asunnossa, jossa työntekijä käy kotikäynnillä sovitusti. Lisäksi kuntoutuja voi käydä esim. psykiatrian poliklinikalla vastaanotoilla tai päivätoiminnassa.

Asumispalveluita järjestävät sekä kunnat, järjestöt että yksityiset yritykset. Palvelut ovat maksullisia ja maksujen suuruus voi riippua esim. kuntoutujan tuloista, tarvittavan tuen määrästä sekä kodin henkilökuntamäärästä.

Alueellamme asumispalveluita tarjoavat mm. Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry, Mikeva Oy, Komian Kranni Oy ja ASPA.

Lisätietoja asumispalveluista saa kotikunnan sosiaalitoimesta ja hoitavilta tahoilta.

## 5. Asiakkaan ja potilaan asema, oikeudet sekä omaisen osallistuminen

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaan ja potilaan asemaa turvaavat monet lait ja säännökset. Niistä keskeisimmät ovat ns. potilaslaki (laki potilaan asemasta ja oikeuksista 1992/785) ja sosiaalihuollon asiakaslaki (laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812). Näissä laeissa on määritelty myös, millaisissa tilanteissa asiakkaan tai potilaan omaista tulisi kuulla. Muun muassa lastensuojelulaissa (2007/417) on erikseen lapsia ja nuoria koskevista määräyksistä.

### 5.1 Laki potilaan asemasta ja oikeuksista

Potilaan/asiakkaan oikeusturvan parantamiseksi Suomessa on laki potilaan oikeuksista. Laki koskee koko terveydenhuoltoa ja sosiaalihuollon laitoksissa annettavia terveydenhuollon palveluita. Laki koskee esimerkiksi terveyskeskuksissa sekä psykiatrisilla osastoilla ja poliklinikoilla annettavaa hoitoa.

Lain keskeiset kohdat ovat:

- Hoitoon tarvitaan potilaan suostumus.
- Potilaalle annetaan tiedot hänen terveydentilastaan ja hoidosta: mitä hoitoon sisältyy, millaisia riskejä siihen liittyy ja mitä eri hoitovaihtoehtoja potilaalla on.





- Jonottamaan joutuvalla ilmoitetaan odottamisen syy ja sen arvioitu kesto.
- Hoitoon tyytymätön voi tehdä muistutuksen hoitolaitokselle tai kantelun terveyden- huoltovalvovalle viranomaiselle.
- Hoitolaitoksella on oltava potilasta avustava potilasiamies. Jokaisella Suomessa asuvalla ihmisellä on oikeus saada terveydentilansa edellyttämää terveydenhoitoa ja sairaanhoitoa niiden voimavarojen rajoissa, jotka ovat käytettävissä. Suomessa kunnat vastaavat terveydenhuollon järjestämisestä ja niiden velvollisuuksista on säädetty laeissa. Potilaalla/asiakkaalla on oikeus hyvään hoitoon ja kohteluun.



Hoito on järjestettävä niin, ettei se loukkaa henkilön ihmisarvoa, vakaumusta tai yksityisyyttä. Yksityisyyden suoja tarkoittaa sitä, ettei potilasta/asiakasta koskevia tietoja saa pääsääntöisesti luovuttaa ilman hänen suostumustaan edes omaiselle. Tämä saattaa omaisesta joskus tuntua käsittämättömältä, jos he eivät saa tietoa läheisensä sairaudesta tai hoidosta.

*”Läheisenä tuntuu oudolta että emme saaneet tietoa, eikä meille ilmoitettu edes sitä, että poikamme on otettu sairaalaan.”*

Hoitoratkaisut on tehtävä yhteisymmärryksessä potilaan/asiakkaan kanssa eli hänen suostumuksellaan. Jos henkilö kieltäytyy hoidosta tai jostain hoitotoimenpiteestä, pyritään sopimaan muusta hoitotavasta. Hoidosta voi myös kieltäytyä kokonaan. Jos henkilö kuitenkin välttämättä tarvitsee mielisairautensa vuoksi hoitoa, hänet voidaan määrätä mielenterveyslain (1990/1116) perusteella tahdonvastaiseen hoitoon (tällöin puhutaan usein ns. M1-lähetteestä).

*”Itsemääräämisoikeuden kunnioituksesta ja suojelusta on väärin ymmärrystä, joka pitäisi voida käsitellä niin, että suojelusta tulee tukeva tekijä eikä este oikean hoidon piiriin.”*

Jos täysi-ikäinen potilas/asiakas ei pysty esimerkiksi mielenterveyden häiriön vuoksi itse päättämään hoidostaan, potilaan laillista edustajaa, lähiomaista tai muuta läheistä on kuultava ennen tärkeän hoitopäätöksen tekemistä. Tällaisessa tilanteessa laillisella edustajalla, lähiomaisella tai muulla läheisellä on oikeus myös saada kuulemista ja suostumuksen antamista varten tarpeelliset tiedot potilaan terveydentilasta. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että hoitavien henkilöiden on annettava omaiselle tai läheiselle ne tiedot, joita hän tarvitsee pystyäkseen tekemään päätöksen. Omaisella tai läheisellä on oikeus pyytää ja saada nämä tiedot.

Käytännössä myös omaisella on oikeus antaa hoitavalle taholle läheisen hoitoon vaikuttavia tietoja (liite 2.).

## 5.2 Laki asiakkaan asemasta ja oikeuksista

Sosiaalihuollon asiakkaan aseman parantamiseksi on laadittu laki. Siinä määritellään keskeiset oikeudelliset periaatteet, jotka liittyvät sosiaalihuollon asiakkaan osallistumiseen, kohteluun ja oikeusturvaan. Laki koskee sekä kunnan että yksityisen järjestämää sosiaalihuoltoa. Laki koskee esimerkiksi kotipalvelua, palvelu- ja kuntoutuskoteja tai toimeentulotukea.

Lain keskeiset kohdat ovat:

- Asiakkaalla on oikeus laadultaan hyvään sosiaalihuoltoon ja hyvään kohteluun.
- Sosiaalihuoltoa toteutettaessa on ensisijaisesti otettava huomioon asiakkaan toivomukset ja mielipide ja muutoinkin kunnioitettava hänen itsemääräämisoikeuttaan.
- Asiakkaalla on oikeus saada selvitys eri toimenpidevaihtoehdoista.

- Sosiaalihuollon asiakirjat ovat salassa pidettäviä. Asiakkaalla on kuitenkin oikeus saada tietoja itseään koskevasta asiakirjasta.
- Asiakkaalla on velvollisuus antaa tiedot, joita tarvitaan sosiaalihuollon palvelujen ja etuuksien järjestämiseksi hänelle.
- Kunnan on nimettävä sosiaaliasiamies. Kahdella tai useammalla kunnalla voi olla yhteinen sosiaaliasiamies.

Asiakkaalla on oikeus saada sosiaalihuollon palveluissa laadultaan hyvää sosiaalihuoltoa ja hyvää kohtelua ilman syrjintää. Asiakasta on kohdeltava siten, ettei hänen ihmisarvoaan loukata. Asiakkaan vakaumusta ja yksityisyyttä tulee kunnioittaa. Sosiaalihuollon asiakasta koskevat asiakirjat ovat salassa pidettäviä ja työntekijöillä on vaitiolovelvollisuus. Pääsääntöisesti tietoja saa antaa vain asiakkaan suostumuksella.

Henkilökunnan on selvitettävä asiakkaalle hänen oikeutensa ja velvollisuutensa sekä erilaiset vaihtoehdot ja niiden vaikutukset. Lisäksi tulee selvittää muutkin seikat, joilla on merkitystä hänen asiassaan.

Selvitys on annettava siten, että asiakas riittävästi ymmärtää sen sisällön ja merkityksen. Jos täysi-ikäinen asiakas ei esimerkiksi mielenterveyden häiriön vuoksi pysty osallistumaan ja vaikuttamaan palveluiden suunnitteluun tai toteuttamiseen, on asiakkaan tahtoa selvitettävä yhteistyössä hänen laillisen edustajansa, omaisensa tai muun läheisen henkilön kanssa. Jotta omainen tai läheinen voi osallistua asiakkaan edustajana päätöksentekoon, henkilökunnan pitää kertoa hänelle eri vaihtoehdoista ja niiden vaikutuksista.

*”Omaisiet pitäisi ottaa huomioon ja kuunnella heitä. Hehän potilaan kaikista parhaiten tuntevat. Yhteistyöllä pitäisi toimia, sillä tämä on niin vaikea sairaus.”*

Asiakkaan ja hänen edustajallaan on velvollisuus antaa ne tiedot, joita tarvitaan sosiaalihuollon järjestämisessä ja toteuttamisessa. Asiakkaalle on oikeus tietää, jos sosiaalihuolto hankkii muualta häntä koskevia tietoja. Asiakkaalla tai hänen edustajallaan on oikeus saada tietää, miksi hänen antamia tietoja tarvitaan, mihin tarkoitukseen niitä käytetään, mihin niitä luovutetaan ja talletetaan.

### 5.3 Hoitotakuu

Hoitoon pääsystä säädetään terveydenhuoltolaissa. Ensiapuun ja kiireelliseen hoitoon on päästävä heti potilaan asuinpaikasta riippumatta. Kiireettömät tapaukset hoidetaan kunnallisissa terveyskeskuksissa.

- Terveyskeskukseen pitää saada arkipäivisin virka-aikana välitön puhelinyhteys tai sinne on voitava mennä käymään.

- Mikäli hoidon tarpeen arviointi vaatii terveyskeskuksessa käyntiä, sinne on saatava aika kolmen arkipäivän kuluessa yhteydenotosta. Hoitoon on päästävä viimeistään kolmessa kuukaudessa.

- Erikoissairaanhoidossa hoidon tarpeen arviointi on aloitettava kolmessa viikossa lähetteen saapumisesta.

- Arvioinnin edellyttämät tutkimukset ja erikoislääkärin arviointi on tehtävä kolmessa kuukaudessa lähetteen saapumisesta.

- Lääketieteellisesti tai hammaslääketieteellisesti tarpeelliseksi todettuun erikoissairaanhoitoon on päästävä viimeistään kuuden kuukauden kuluessa siitä, kun hoidon tarve on arvioitu.

- Lasten ja nuorten mielenterveyspalveluissa (alle 23-vuotiaat) hoidon tarpeen arvioinnin edellyttämät tutkimukset ja erikoislääkärin arviointi on toteutettava kuudessa viikossa lähetteen saapumisesta.

Hoito on järjestettävä kolmessa kuukaudessa hoidon tarpeen toteutamisesta.

- Jos oma terveyskeskus tai sairaala ei pysty hoitamaan potilasta määräajassa, sen on järjestettävä potilaalle mahdollisuus päästä hoitoon muualle, joko toiseen sairaanhoitopiiriin tai yksityissektorille. Potilaalle ei koidu tästä ylimääräisiä kuluja.

## 5.4 Holhustoimenpalvelut ja edunvalvojan määrääminen

Holhustoimen palveluilla pyritään auttamaan henkilöitä, jotka eivät itse kykene huolehtimaan taloudellisista asioistaan. Holhustoimen avulla tällainen henkilö voi saada tuekseen edunvalvojan, joka yhdessä hänen kanssaan tai hänen puolestaan huolehtii hänen asioistaan ja valvoo hänen etujaan. Edunvalvoja voi olla tarpeen, kun esimerkiksi vaikea sairaus tai korkea ikä ovat heikentäneet henkilön henkisiä kykyjä niin, että hän ei itse kykene valvomaan etujaan tai hoitamaan asioitaan. Holhustointia säätelee laki holhustoimesta (1999/442).

Henkilö itse voi hakea itselleen edunvalvojaa tekemällä kirjallisen hakemuksen maistraatille. Kirjallinen hakemus edunvalvojan määräämiseksi voidaan tehdä myös kärjäoikeudelle. Hakemuksen kärjäoikeudelle voi tehdä apua tarvitsevan henkilön lisäksi tehdä myös tämän vanhemmat, aviopuoliso, lapsi tai joku muu läheinen. Myös maistraatti voi tehdä hakemuksen.

Edunvalvojasta ja tehtävistä määrää maistraatti tai kärjäoikeus. Edunvalvojaksi voidaan määrätä tehtävään sopiva ja suostuva henkilö, jolla on riittävä taito ja kokemus. Edunvalvojana voi toimia esim. apua tarvitsevan henkilön lapsi, aviopuoliso tai muu läheinen. Edunvalvojaksi määrätään myös usein yleinen edunvalvoja, joka hoitaa näitä tehtäviä työnsä puolesta. Määräys edunvalvonnasta on kuitenkin aina toissijainen. Tämä tarkoittaa sitä, että jos asianosaisella on tietystä tilanteesta riittävä päättämiskyky ja hän ymmärtää asian, hän päättää siitä yksin.

Se, että henkilölle on määrätty edunvalvoja, ei automaattisesti rajoita hänen oikeutta esimerkiksi käyttää varojaan tai myydä ja ostaa omaisuutta. Joskus mahdollisuus tehdä sopimuksia tai kauppoja voi vaarantaa henkilön taloudelliset edut. Näin voi käydä erityisesti silloin, kun asianomainen ei kuuntele edunvalvojaansa, vaan tekee tärkeitä ja huonoiksi osoittautuvia päätöksiä yksin. Tällöin kärjäoikeus voi hakemuksesta rajoittaa henkilön toimintakelpoisuutta. Kärjäoikeus voi esimerkiksi päättää, ettei asianomaisella ole oikeutta tehdä velkaa, tai oikeutta määrätä tietystä omaisuudestaan. Kärjäoikeus saa rajoittaa toimintakelpoisuutta vain siinä määrin kuin se on välttämätöntä henkilön suojaamiseksi. (Oikeusministeriö [www.oikeusministerio.fi](http://www.oikeusministerio.fi))

## 5.5 Asiakkaan ja potilaan tiedonsaanti- ja itsemääräämisoikeus

Asiakkaalla on oikeus saada tietoa eri hoito- ja palveluvaihtoehdoista ja niiden vaikutuksista. Asiakkaan asiat on hoidettava yhteisymmärryksessä hänen kanssaan. Riittävä päättämiskyky on oikeudellisesti pätevän suostumuksen ehdoton edellytys. Riittävä päättämiskyky ei merkitse sitä, että henkilön tulee olla oikeustoimikelpoinen.

Myös kypsä alaikäinen käyttää itsemääräämisoikeuttaan. Mikäli alaikäisellä ei ole ikänsä ja kehitystasonsa perusteella edellytyksiä itsemääräämiseen, alaikäisen huoltaja tai muu laillinen edustaja ottaa kantaa hoitoon. Samalla tavoin kuin kypsä alaikäinen, henkilö, jolla on mielenterveyden häiriö tai joka potee muistisairautta, käyttää itsemääräämisoikeuttaan, mikäli kelpoisuuden edellytykset täyttyvät.

Jos henkilö ei itse kykene käyttämään itsemääräämisoikeuttaan mielenterveyden häiriön vuoksi, tärkeiden hoitopäätösten osalta tulee hoitoon saada potilaan laillisen edustajan, lähiomaisen tai muun läheisen suostumus. Heidän tulee suostumusta antaessaan ottaa huomioon potilaan aikaisemmin ilmaisema tahto, suullinen tai kirjallinen hoitotahto.

Sosiaalihuollon henkilöstön on selvitettävä asiakkaalle hänen oikeutensa ja velvollisuutensa sekä erilaiset vaihtoehdot ja niiden vaikutukset, joilla on merkitystä hänen asiassaan. Tämä selvitys tulee antaa siten, että asiakas riittävästi ymmärtää sen sisällön ja merkityksen. Tilanteessa, jossa täysi-ikäinen asiakas ei sairauden, henkisen toimintakyvyn vajavuuden tai muun vastaavan syyn vuoksi pysty osallistumaan ja vaikuttamaan itseensä kohdistuvan sosiaalihuollon suunnitteluun ja toteuttamiseen taikka ymmärtämään ehdotettuja ratkaisuvaihtoehtoja tai päätösten vaikutuksia, on asiakkaan tahtoa selvitettävä.

Tämä tapahtuu yhteistyössä asiakkaan laillisen edustajan taikka hänen omaisensa tai muun läheisen henkilön kanssa.

Lainsäädäntö velvoittaa selvittämään ja ottamaan huomioon alaikäisen asiakkaan toivomukset ja mielihoidon hänen ikänsä ja kehitystasonsa edellyttämällä tavalla. Alaikäisen etu on ensisijaisesti otettava huomioon kaikissa julkisen tai yksityisen sosiaalihuollon toimissa, jotka koskevat alaikäistä.

## 5.6 Oikeus potilas- ja asiakastietoon

Henkilöllä on oikeus tarkastaa itseään koskevat potilasrekisteritiedot sekä oikeus nähdä ja saada kopioita omasta potilaskertomuksestaan. Potilaan laillisella edustajalla taikka lähiomaisella tai muulla läheisellä, eli sijaispäättäjällä on tärkeiden hoitopäätösten osalta oikeus saada kuulemista ja suostumuksen antamista varten tarpeelliset tiedot potilaan terveydentilasta. Jos alaikäinen henkilö ikänsä ja kehitystasoonsa nähden kykenee päättämään hoidostaan, hänellä on oikeus kieltää terveydentilaansa ja hoitoaan koskevien tietojen antaminen huoltajalleen tai muulle lailliselle edustajalleen.

Asiakkaalla ja hänen laillisella edustajallaan on oikeus saada tieto asianosaisena ja oikeus saada tieto itseään koskevasta asiakirjasta. Lisäksi asiakkaalla on oikeus tarkastaa häntä itseään koskevat sosiaalihuollon henkilökisteriin talletetut tiedot.

Alaikäisen ikä ja kehitystaso sekä asian laatu huomioon ottaen, alaikäinen voi painavasta syystä kieltää antamasta itseään koskevia tietoja lailliselle edustajalleen, jollei se ole selvästi alaikäisen edun vastaista. Tilanteessa, jossa alaikäinen tai hänen laillinen edustajansa ovat asianosaisena sosiaalihuoltoa koskevassa asiassa, laillisella edustajalla on oikeus tiedonsaantiin.

## 6. Kuntien ja Kelan myöntämät palvelut ja etuudet

Tässä kappaleessa kerrotaan Kelan eli Kansaneläkelaitoksien etuuksista. Luettelo ei ole kattava ja siitä puuttuvat esimerkiksi ne etuudet, joita Kelalla on työttömiä työnhakijoita tai opiskelijoita varten. Tietoa kaikista etuuksista sekä ajantasaisista etuuksien euromääristä saa Kelan toimistoista sekä osoitteesta [www.kela.fi](http://www.kela.fi).

Kelan toimistoissa neuvotaan hakijaa henkilökohtaisesti ja niistä saa hakemuslomakkeita. Hakemuksen voi jättää tai lähettää mihin tahansa Kelan toimistoon.

### 6.1 Kunnan myöntämä omaishoidon tuki

Kun omainen hoitaa esimerkiksi psyykkisesti sairastunutta läheistään, kunta voi maksaa hoitajalle omaishoidon tukea. Hoitopalkkio on veronalaista tuloa. Omaishoidon tuen ja saajien määrä voi vaihdella kunnittain, se on ns. harkinnanvarainen etuus. Lisäksi kunta voi järjestää hoidon tukemiseksi erilaisia sosiaali- ja terveyspalveluja. Hoitajana voi toimia muukin henkilö, kuin hoidettavan omainen.

*”Omaishoitaja mielenterveyskuntoutujalle on vailla minkäänlaisia oikeuksia ja rahallista tukea, vaikka työ jatkuu ympäri vuorokauden, 24 tuntia. Hän on ns. lainsuojaton. ... Useinkaan omaisen tai omaishoitajan voimavarat eivät enää riitä omista tai ”potilaan” oikeuksista taistelemiseen.”*

Omaishoidon tuen saaminen edellyttää, että tuen saamisen kriteerit täyttyvät. Kunta ja hoitaja tekevät hoidosta sopimuksen, johon liittyy hoito- ja palvelusuunnitelma. Hoito- ja palvelusuunnitelmassa määrittellään hoidettavalle annettavien palvelujen lisäksi myös hoitajalle suunnatut omaishoitoa tukevat palvelut. Omaishoidon tuen saajalla on oikeus saada vähintään kolme vapaapäivää sellaista kuukautta kohti, jonka aikana hoitotyö on luonteeltaan erittäin sitovaa. Kunta huolehtii hoidon järjestämisestä lakisääteisen vapaan ajaksi. Kunnalla on mahdollisuus järjestää virkistysvapaita hoitopalkkiota alentamatta. Lisää tietoa omaishoidon tuesta saa oman kunnan sosiaalivirastosta.

## 6.2 Kunnan kotiin tarjoamat palvelut

Kunnan järjestämiä kotiin tuotavia palveluita ovat kotipalvelu ja kotisairaanhoido. Ne toimivat yleensä tiiviissä yhteistyössä ja joissain kunnissa nämä toiminnot on yhdistetty kotihoidoksi. Kotipalvelusta ja kotisairaanhoidosta peritään asiakasmaksu. Sekä omainen, että sairastunut läheinen voivat hakea kotiin saatavia palveluita.

Kotipalvelua voidaan antaa niille henkilöille, jotka tarvitsevat apua kotona suoriutuakseen tavanomaisista tehtävistä ja toiminnoista. Kotipalvelu auttaa, jos asiakas tarvitsee sairauden tai alentuneen toimintakyvyn vuoksi apua kotiin selviytyäkseen arkipäivän toimistaan. Kotipalvelun työntekijät ovat koulutettuja sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöitä: lähihoitajia, kodinhoitajia, kotiavustajia.

Kotipalveluun voi liittyä erilaisia tukipalveluja. Tukipalveluja ovat mm. ateria-, kylvetys- ja kuljetuspalvelut. Kotipalvelusta ja asiakasmaksuista saa lisätietoa oman kunnan sosiaali- tai kotipalvelutoimistosta.



Kotisairaanhoidon järjestämisestä vastaavat terveyskeskukset, joissa on kotiin annettavia terveydenhuollon palveluja varten erikseen henkilökuntaa. Työntekijät ovat koulutukseltaan terveyden- ja sairaanhoitajia, perus- tai lähihoitajia. Kotisairaanhoidon voi kuulua esimerkiksi hoito- ja hoitomenpiteitä, kuten lääkkeiden jakoa sekä näytteiden ja kokeiden ottamista.

Jossain kunnissa on mahdollisuus ns. intervallihoitoon. Tämä tarkoittaa sitä, että omaisena sinulla on mahdollisuus levähdysaikaan sillä aikaa, kun läheisesi on hoidettavana esim. terveyskeskuksessa, palvelukodissa tai psykiatrisella osastolla. Lisätietoja kotisairaanhoidosta ja intervallimahdollisuudesta saa oman kunnan terveyskeskuksesta tai sosiaalitoimistosta.

Joissain kunnissa on mahdollisuus saada kotona selviytymisen tueksi kuntoutusohjaajan palveluita. Kuntoutusohjaaja ohjaa ja neuvoo asiakasta mielenterveysongelmien tuomassa elämäntilanteessa ja hoito- ja kuntoutusprosessin eri vaiheissa sekä antaa tietoa toimintamahdollisuuksiin liittyvistä palveluista. Lähtökohdina ovat asiakkaan omat voimavarat ja tavoitteet. Kuntoutusohjauksen tavoitteena on tukea henkilön arjessa selviytymistä ja mahdollisimman itsenäistä elämää. Kuntoutusohjauksessa pääpaino on asiakkaan normaalissa elinympäristössä ja kotikäynnit ovat merkittävä työmuoto.

## 6.3 Lääkekulujen korvaus

Kelasta voi hakea korvausta lääkkeitä, joita lääkäri on määrännyt hakijan sairauden hoitoon. Kelan korvauksen saa yleensä jo apteekissa esittämällä Kela- (sairausvakuutus) kortin. Lääkeostoista maksetaan korvauksia kolmessa eri korvausryhmässä: peruskorvaus, alempi erityiskorvaus ja ylempi erityiskorvaus. Jos korvattuja lääkekuluja kertyy kalenterivuoden aikana runsaasti ja vuosittain määrättävä omavastuuosuus ylittyy, asiakkaalla on oikeus lisäkorvaukseen.

Lääkärin määräämä lääkevalmiste voidaan apteekissa vaihtaa halvempaan vastaavaan lääkevalmistukseen, jollei lääkäri tai asiakas sitä kiellä.

## 6.4 Kela kuntouttaa

Vastuu kuntoutuksen järjestämisestä on jakautunut monelle eri taholle. Työnjakoa on pyritty selkiyttämään lainsäädännöllä ja vastuutahojen välisin sopimuksin. Kelan lisäksi kuntoutusta järjestävät mm.

- julkinen sosiaali- ja terveydenhuolto
- työhallinto

- opetushallinto sekä
- työeläke- tai muu vakuutuslaitos.

Kela järjestää ja kustantaa niin lakisääteistä kuin harkinnanvaraistakin kuntoutusta. Kelan järjestämää kuntoutusta ovat vajaakuntoisten ammatillinen kuntoutus, vaikeavammaisten lääkinällinen kuntoutus sekä harkinnanvarainen kuntoutus. Kuntoutukseen voidaan katsoa kuuluvan myös apuvälineet, jotka helpottavat opiskelua tai työtä. Kela maksaa kuntoutusajan toimeentuloturvana kuntoutusrahaa.

## 6.5 Toimeentulotuki

Toimeentulotuki on ns. viimesijainen toimeentuloturvan muoto tilanteissa, joissa henkilön tai perheen tulot ja varat eivät riitä välttämättömiin jokapäiväisiin menoihin. Ennen perustoimeentulotuen hakemista sinun pitää selvittää, voitko saada muita tuloja tai etuuksia, esimerkiksi työttömyysturvaa ja asumistukea.

Toimeentulotuki muodostuu perustoimeentulotuesta, täydentävästä toimeentulotuesta sekä ehkäisevästä toimeentulotuesta. Perustoimeentulotuki haetaan Kelasta. Jos sinulla on erityisiä menoja, joita perustoimeentulotuki ei kata, kunnan sosiaalitoimisto voi harkintansa mukaan myöntää täydentävää ja ehkäisevää toimeentulotukea.

## 6.6 Eläkettä saavan hoitotuki

Hoitotuen avulla tuetaan sairaan tai vammaisen eläkkeensaajan kotona asumista ja siellä tapahtuvaa hoitoa sekä toimintakyvyn ylläpitämistä. Hoitotukea maksetaan myös korvaamaan sairaudesta tai vammaisuudesta aiheutuvia erityiskustannuksia. Hoitotukeen eivät vaikuta eläkkeensaajan ja hänen perheensä tulot eikä omaisuus. Hoitotuki on verotonta tuloa.

Hoitotuki voidaan myöntää, kun eläkkeensaajan toimintakyky on heikentynyt sairauden tai vammaisuuden vuoksi yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan ja hänelle aiheutuu tämän vuoksi avun, ohjauksen tai valvonnan tarvetta taikka erityiskustannuksia. Toimintakyvyn heikentyminen tarkoittaa, että hakijan kyky huolehtia itsestään ja toiminnoistaan on sairauden tai vamman johdosta vaikeutunut. Psykkisesti sairastuneen kohdalla toimintakyvyn heikkeneminen tai valvonnan tarve voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että sairastunut tarvitsee toistuvasti/jatkuvasti apua vaikkapa lääkehoidossa. Hän tarvitsee esimerkiksi muistuttamista lääkkeiden ottamisessa tai apua lääkkeiden jaossa. Toimintakyvyn heikkeneminen voi tarkoittaa myös sitä, että sairastunut tarvitsee tukea ruokailusta, puhtaudesta tai laskujen maksusta huolehtimisessa.

## 6.7 Vammaisetuudet

Kelan maksamien vammaisetuuksien tarkoituksena on tukea vammaisen tai pitkäaikaisesti sairaan henkilön selviytymistä jokapäiväisestä elämästä. Etuuksien tavoitteena on lisäksi tukea osallistumista työhön tai opiskeluun sekä toimintakyvyn ylläpitämistä, kotona asumista, kuntoutusta ja hoitoa. Kelan maksamiin vammaisetuuksiin kuuluu:

- alle 16 vuotiaan vammaistuki
- 16 vuotta täyttäneen vammaistuki
- eläkettä saavan hoitotuki
- tulkkauspalvelut, kuntoutus, apuvälineet

## 7. Täydentävät palvelut ja järjestöjen tarjoama tuki

Järjestöt, yhdistykset ja muut kolmannen sektorin toimijat täydentävät monin tavoin julkisia palveluita sekä tarjoavat osallisuutta. Kolmannen sektorin toimintaan osallistuminen on usein maksutonta, mutta järjestöt toimivat myös palveluiden tuottajina. Sosiaali- ja terveysalan järjestöissä tukea ja tietoa tarjoavat voivat olla ammattilaisia, vertaisia, vapaaehtoisia sekä koulutettuja kokemusasiantuntijoita.

Oman kotikuntasi verkkosivuilla löytyvät usein keskeiset kolmannen sektorin toimijat kootusti. Voit haakea tietoa myös kohdennetulla verkkohaulla.

### 7.1 Tukihenkilötoiminta

Osassa Etelä-Pohjanmaan kunnista on saatavissa tukihenkilöpalveluita. Tukihenkilö auttaa, jos sinua tai läheistäsi on kohdannut kriisi, sairaus, muu vaikea elämäntilanne tai tunnet itsesi yksinäiseksi. Toiminta on tarkoitettu sekä perheille että perheettömille, aikuisille, ikäihmisille, nuorille ja lapsille. Tukihenkilötoimintaa järjestävät mm. seurakunnat, Suomen Punainen Risti (SPR) ja Tukihenkilövälitys.



#### Tukihenkilö

- Kuuntelee, keskustelee, kulkee rinnalla
- Toimii harrastuskaverina tai liikuntaystävänä
- On koulutettu vapaaehtoistoimija
- On vaitiolovelvollinen
- Toimii tuettavan ehdoilla
- Tehtäviin eivät kuulu kodinhoitotyöt

Halutessasi voit tiedustella toimiiko Tukihenkilövälitys paikkakunnallasi:

**Yhteisöjen Yhdistys ry / Järjestötalo**  
Kauppakatu 1, 2.Krs, 60100 Seinäjoki  
p. 040 054 5760  
[www.jtalo.fi](http://www.jtalo.fi)

### 7.2 Omaiset huomioivaa yhdistystoimintaa

Lakeuden Omaishoitajat ry:n ja Järvisseudun Omaishoitajat ry:n toiminta on suunnattu henkilöille, jotka pitävät huolta sairaasta, vammaisesta tai ikääntyvästä perheenjäsenestä tai muusta läheisestään. Yhdistykset toimivat paikallisyhdistyksinä ja kuuluvat jäseninä valtakunnalliseen Omaishoitajat liittoon. [www.omaishoitajat.fi/liiton-toiminta/paikallisyhdistykset](http://www.omaishoitajat.fi/liiton-toiminta/paikallisyhdistykset)

Etelä-Pohjanmaan Ensi- ja turvakotiyhdistys ry:n tarkoituksena on turvata lapsen oikeus suotuisiin kasvuolosuhteisiin ja turvalliseen kehitykseen, tukea vanhemmuutta ja perheitä sekä ennaltaehkäistä perheväkivaltaa sekä auttaa väkivallan kokijoita, tekijöitä sekä näkijöitä. Lisää tietoa [www.ensijaturvakotienliitto.fi/etelapohjanmaanensijaturvakoti](http://www.ensijaturvakotienliitto.fi/etelapohjanmaanensijaturvakoti)

Kriisikeskus Mobilesta saa ammatillista keskusteluapua nopeasti, paikkakunnasta riippumatta, maksutta, ilman lähetettä ja nimettömänä. Lisätietoja [www.kriisikeskussjk.fi](http://www.kriisikeskussjk.fi)

Seinäjoella toimii Irti Huumeista ry:n läheisten ryhmä sekä matalan kynnyksen ja mielen hyvinvoinnin kohtaamispaikka Olkkari [www.olkkari.net](http://www.olkkari.net). Kokemus- ja vertaistoimijayhdistyksellä on ollut myös koulutetun omaiskokemusasiantuntijan vastaanotto.

### 7.3 Järjestöjen verkkovälitteinen tuki

Verkkovälitteinen tuki on usein paikkakunnasta riippumatonta ja maksutonta. Verkossa palvelee sekä ammattilaisia, että mahdollistuu vertaiskokemusten vaihto. Lista ei ole kattava, mutta tässä muutamia esimerkkejä.

- Tukinetin teemojen kautta voit tutustua sinua koskettaviin aiheisiin, osallistua ryhmächatteihin tai kahdenkeskisiin chatteihin, ottaa osaa ryhmäkeskusteluihin tai saada henkilökohtaisen tukihenkilön.
- Sekasin-chat on valtakunnallinen keskustelualusta 12-29 -vuotiaille. Sekasin-chatissä voit keskustella mieltäsi askarruttavasta kysymyksistä tai aiheista nimettömänä ja luottamuksellisesti. Chatissa päivystävät järjestöjen ammattilaiset sekä koulutetut vapaaehtoiset.
- Peluurin puoleen voi kääntyä, kun pelaaminen haittaa elämää ja kaipaat kannustavaa keskustelukumppania ulkopuolisesta ammattilaisesta. Peluurin kautta on tarjolla myös vertaistukea, oma-apuvälineitä sekä vinkkejä ja keinoja pelaamisen hallintaan. Peluurista saat tiedon myös oman asuinalueesi palveluista pelaajalle ja itsellesi.
- Pelirajat'on tarjoaa ongelmallisesti rahapelaaville ja heidän läheisilleen monipuolista vertaistukea. Yhteistyötä myös koulutettujen vapaaehtoisten vertaisohjaajien kanssa.



### 7.4 Seurakunnat

Monet seurakunnat järjestävät erilaista virkistystoimintaa, johon voi osallistua ja joita suunnataan myös mielenterveysasiakkaille mm. vertais- ja harrasteryhmiä, retkiä ja leirejä. Diakoniatyön puitteissa tehdään kotikäyntejä ja tarjotaan keskusteluapua. Seinäjoen alue seurakunnan alaisuudessa toimii myös Etelä-Pohjanmaan perheasiain neuvottelukeskus, Ruokapankki ja Ystävän tupa. Ruokapankki välittää maksutonta ruoka-avustusta tilapäisesti vaikeassa elämäntilanteessa oleville kotitalouksille.

Valtakunnallinen kirkon palveleva puhelin tarjoaa keskusteluapua nimettömänä ja luottamuksellisesti. puh. 0400 22 11 80 joka ilta 18-24. Voit saada apua ja tukea myös netin kautta [www.kirkonkeskusteluapua.fi](http://www.kirkonkeskusteluapua.fi)



## 8. Lapset ja nuoret

Lastensuojelulain (2007/417) tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun.

### 8.1 Lapsiomaiset ja nuoret hoivaajat

Lastensuojelulain 10 §:ssä todetaan, että kun aikuiselle annetaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja ja erityisesti päihdehuolto- ja mielenterveyspalveluja, on selvitettävä ja turvattava myös hänen hoidossaan ja kasvatuksessaan olevan lapsen hoidon ja tuen tarve. On tärkeää, että hoito- tai muussa kontaktissa oleva ammattilainen kartoittaa psyykkisesti sairastavan vanhemman ja puolison ajatukset heidän lastensa tilanteesta. Huolimatta psyykkisestä sairastamisestaan vanhempi voi tehdä paljon lapsensa hyvinvoinnin varmistamiseksi tuossa tilanteessa.

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksessa (THL) kehitetyt Toimiva lapsi & perhe (TLP) – menetelmät paneutuvat erityisesti lasta suojaavien tekijöiden miettimiseen yhdessä vanhempien kanssa. Suojaavia tekijöitä lapselle ovat mm. riittävä tietämys vanhemman sairaudesta, toimiva ja tukeva ystäväpiiri, harrastustoiminta, perheen ulkopuolinen tukeva aikuinen. Tieto vanhemman sairaudesta auttaa helpottamaan lapsen syyllisyyden- ja velvollisuudentunnetta sairastavaa vanhempaa kohtaan.



Vanhemman kanssa työskentelevän ammattilaisen tulee ohjata perhe tarvittavien lisätutkimusten tai tuen äärelle, koska vanhemman omat voimavarat voivat olla lopussa. Tuen äärelle ohjaaminen voi tarkoittaa myös taloudellisia tai muita tukitoimia kuten väliaikainen kodinhoitoapu, tukiperheen tai tukihenkilön järjestäminen lastensuojelun tukitoimena.

### 8.2 Psykkisesti oireileva lapsi

Vanhemman kokiessa huolta psyykkisesti oireilevasta lapsesta, on lähin apua usein joko neuvola, kouluterveydenhoitaja tai opiskelupaikan opiskelijaterveydenhuolto. Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirissä lasten- ja nuorisopsykiatrian poliklinikat ja osastot tarjoavat erikoissairaanhoidtoa. Näihin yksiköihin tarvitaan lääkärin lähete.

Seinäjoella palvelee Nuorisoasema Steissi, jonne voivat ottaa yhteyttä 13–25 -vuotiaat nuoret. Myös nuorten vanhemmat saavat tukea ja neuvontaa. Steissin palvelut ovat asiakkaille maksuttomia eikä sinne tarvita lähetettä. Siellä voi asioida myös nimettömänä.

#### **Nuorisoasema Steissi**

Keskuskatu 32 K

P. 040 774 8388/ Sosiaalityöntekijä Sonja Vuorio

steissi@seinajoki.fi

## 9. Ilmoitus sosiaalihuollon tarpeesta

Oletko huolissasi asiakkaasi, läheisesi tai jonkun muun kohtaamasi henkilön elämänhallinnasta, päihteiden käytöstä, toimeentulosta tai lasten tilanteesta? Voit tehdä ilmoituksen kyseisen henkilön kotikunnan sosiaalipalveluihin. Sen perusteella sosiaalipalvelujen ammattilaiset arvioivat, millaista apua kyseisen henkilön tai perheen elämäntilanteeseen voidaan tarjota.

### 9.1 Milloin täytyy tehdä lastensuojeluilmoitus?

Lastensuojeluilmoituksen tekemiseen riittää epäily, että lapsen lastensuojelun tarve pitäisi selvittää. Tarpeen selvittäminen on sosiaalihuollon ammattilaisen tehtävä, samoin harkinta siitä johtaako ilmoitus kiireellisiin toimenpiteisiin. Voit myös asioida nimettömänä ja kertomatta lapsen henkilöllisyyttä, jos epäröit huolesi kanssa. Toimi viipymättä, älä jätä ilmoitusta tekemättä, vaikka arvelisitkin, että joku muu on jo tehnyt ilmoituksen. Huolen ja ilmoituksen tekemisen taustalla voi olla esimerkiksi

- epäily lapsen tarpeiden laiminlyönnistä
- lapsen heitteillejätö
- pahoinpitely tai seksuaalinen hyväksikäyttö, tai niiden uhka
- puutteet lapsen hoidossa tai huolenpidossa
- lapsen huoltajan päihde- tai mielenterveysongelmat
- lapsen oma päihteidenkäyttö tai itsetuhoisuus
- jatkuva koulunkäynnin laiminlyönti
- lapsen suhteeton vastuu perheen arjesta esimerkiksi vanhemman sairauden vuoksi
- heikko taloudellinen tilanne, joka vaarantaa lapsen huolenpidon tai kehityksen

Ilmoitus tehdään ensisijaisesti lapsen asuinkunnan sosiaalitoimistoon. Ota yhteyttä kunnan sosiaalipäivystykseen tai hätäkeskukseen (112), jos et tiedä lapsen kotikuntaa, tilanne on kiireellinen tai teet ilmoituksen virka-ajan ulkopuolella. Ilmoituksen voi tehdä puhelimitse, sähköisellä lomakkeella tai käymällä virastossa.



## LÄHTEET

Heiskanen, T., Salonen, K., Kitchener, B. & Jorm, A. (2005) Käsikirja mielen terveydestä ja ensi-avusta.

Nyman, M. & Stengård, E. (2001) Mielenterveyspotilaiden omaisten hyvinvointi.

Organisaatiot ja hankkeet

A-klinikkasäätiö, MIPA mielenterveys- ja päihdejärjestöjen tutkimushanke, [www.tietopuu.fi](http://www.tietopuu.fi)

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, [www.epshp.fi](http://www.epshp.fi)

FinFami Etelä-Pohjanmaa ry, [www.finfamiep.fi](http://www.finfamiep.fi)

FinFami ry - Mielenterveysomaisten keskusliitto, [www.finfami.fi](http://www.finfami.fi)

Kela, [www.kela.fi](http://www.kela.fi)

Mieli ry - Suomen Mielenterveysseura, [www.mieli.fi](http://www.mieli.fi).

Maistraatti, [www.maistraatti.fi](http://www.maistraatti.fi)

Oikeusministeriö, [www.oikeusministerio.fi](http://www.oikeusministerio.fi)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, [www.thl.fi](http://www.thl.fi)

Lainsäädäntö ([www.finlex.fi](http://www.finlex.fi))

Laki holhoustoimesta (1999/442)

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista (1992/785)

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (2000/812)

Laki toimeentulotuesta (1997/1412)

Lastensuojelulaki (2007/417)

Mielenterveyslaki (1990/1116)



## MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEOMAISTEN MIELEN HYVINVOINTIA VAHVISTAVAT TEKIJÄT \*

Kun sairastunut läheinen saa tarvitsemaansa hoitoa ja palveluita, parantaa se tutkitusti myös omaisen mielen hyvinvointia.



Vastaavasti, kun omaisen saa hyvinvointiaan tukevia palveluita, hyötyy tästä myös sairastunut läheinen

**MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEPALVELUT  
ONGELMAN OMAAVALLE LÄHEISELLE**

**TUKIPALVELUT OMAISELLE  
(JULKINEN PALVELUJÄRJESTELMÄ, KOLMAS SEKTORI)**

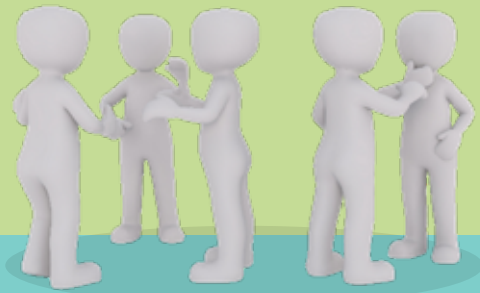
Mielensterveys- ja päihdepalveluiden riittävät resurssit ja koko perheen huomiointi palveluissa parantavat sekä sairastuneen läheisen että hänen omaistensaakin hyvinvointia. Ihanteellisesti yhteys läheistä hoitavan tahon ja omaisen välillä toimii hyvin.

### OMAISEN HYVINVOINTI

**SAIRASTUNEEN LÄHEISEN  
ELÄMÄNTILANNE**

**LÄHIYHTEISÖ  
(YSTÄVÄT, SUKULAISET)**

Lähiyhteisöltä saatu tuki koetaan erittäin tärkeäksi. Se, että ystävät ja sukulaiset kuuntelevat leimaamatta ja antavat emotionaalista tukea, vaikuttaa positiivisesti omaisen mielentilaan.





## OMAISEN TIEDONANTOMAHDOLLISUUS ETELÄ-POHJANMAAN SAIRAANHOITOPIIRIN POTILAASTA

### OMAINEN

- Tarve jakaa huoli tai antaa tietoa potilaana olevan läheisen tilanteesta hoitavan tahon kanssa.

### POTILAS

- Päättää hoitavan tahon oikeudesta ottaa yhteyttä omaiseen ja antaa itseään koskevia tietoja. Päätös voi muuttua hoidon aikana. Potilaan itsemäärämisoikeus

### HOITAVA TAHO

- Kuulee omaisen huolenilmaisun ja ottaa vastaan tietoa.  
- Omaisen yhteydenotosta kerrotaan aina potilaalle ja se myös kirjataan potilaan tietoihin.  
- Tavoitteena on omaisten kanssa tehtävä yhteistyö, edellyttää potilaan suostumusta.  
Kertoo omaiselle mahdollisuudesta saada omaisneuvontaa.



### OMAIISNEUVONTA

- Tarkoitettu kaikille jotka ovat huolissaan läheisensä mielensterveydestä.  
- Yhdistysmuotoista ja riippumatonta.  
- Luottamuksellista ja omaiselle maksutonta keskustelua ja tukea.  
- Käynnistä ei kirjata henkilö- tai sisältötietoja, eikä välitetä niitä muille osapuolille.  
- Omaista kannustetaan tarvittaessa ottamaan yhteyttä potilaana olevaa läheistään hoitavaan tahoon.



### OMAIISNEUVONTA

- Omaisen käytettävissä, kun läheinen on potilaana osastolla.  
- Luottamuksellista ja omaiselle maksutonta.  
- Käynnistä ei kirjata henkilö- tai sisältötietoja, eikä tietoja luovuteta eteenpäin.  
- Omaista kannustetaan tarvittaessa ottamaan yhteyttä potilaana olevaa läheistään hoitavaan tahoon.

