

uusi invalidi

Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry:n julkaisu 1/2020



Tässä numerossa:

Pääkirjoitus:
Terveys ei saa olla
kauppatavaraa
sivu 2

Näkökulma:
Muistiinpanoja
terveyspalvelujen
tuottamisesta ja hyvästä
hallinnosta
sivu 2

**Vähäjärven lomakodin
kehittämisestä**
sivu 4

Antti Holopainen:
Korona ja musta surma
sivu 5

Juuso Happonen:
Minun musiikkini hoitaa
minua
sivu 6

Maakunnista kajahtaa
sivu 8

Yhdistykset toimivat
sivut 10-11

**Mitä yli 70-vuotiaan
pitää ottaa huomioon
koronavirustilanteessa?**
sivu 12



Pääkirjoitus 2/2020

Terveys ei saa olla kauppatavaraa

Tapaturma- ja Sairausinvalidien Liitto on vaatinut useaan otteeseen lainsäädännöllisiä rajoituksia terveysbisneksen tunkeutumiselle julkiseen terveydenhuoltoon. Olemme vedonneet toistuvasti sosiaaliset perusoikeudet turvaavaan perustuslakiimme, jonka 19§ mukaan ”julkisen valtion on turvattava, sen mukaan kuin lailla tarkemmin säädetään, jokaiselle riittävät sosiaali- ja terveyspalvelut ja edistettävä väestön terveyttä”.

Vaikka maan hallitus vaihtui oikeistohallituksesta keskustavasemmistolaiseksi ovat terveys- ja hoivabisneksen voitontavoittelupyrkimykset sosiaali- ja terveyspalvelukentällä vain voimistuneet.

Päijät-Hämeen Hyvinvointikuntayhtymän hanke perustaa terveysbisnesvetoinen yhteisyrittäys maakunnan perusterveydenhuollon maakunnalliseksi tuottajamonopoliksi on uusin edellisen hallituskauden Meri-Lapin ”innovaation” kaltainen nurkanvaltausyrittäys.

Kemin kaupungin vastaava lääkäri arvosteli julkisesti Mehiläisen Meri-Lapin alueella tuottamia palveluita. Lankisen mukaan yhteisyrittäyksen aloittamisen jälkeen vastaanottoaikojen määrä on pudonnut puoleen vuodesta 2017 vuoteen 2019 mennessä.

Lahdessa on valtaosa terveyskeskuspalveluista ollut kokonaisulkoutuksen piirissä jo 15 vuotta. Lääkäriin pääsyn ongelmat ovat olleet valitseva tilanne lähes koko ajan. Taustalla on vastaava ilmiö kuin Meri-Lapissa uutena esille noussut ilmiö. Lääkäreiden määrä suhteessa väestömäärään on alimitoitettu, minkä seurauksena päivystyspalvelut kuormittuvat ja jonot vastaanottoille pysyvät pitkinä.

Nyt tähän esitetään ratkaisua, jossa koko perusterveydenhuollon ohjauksjärjestelmä siirretään yksityisen ja julkisen toimijan yhteistyöratkaisulle, jossa enemmistöosakkuus on yksityisellä terveysjätillä.

Kuntaliiton ja HYKYN asiantuntijat ovat vakuuttaneet, että uusi hallintomalli on perustuslain mukainen, koska kokonaisbudjetista siirtyy yhteisyrittäykselle vain 70 miljoonan verran. Oikeasti tuo järjestely merkitsee alueellisen terveyskeskusmonopolin syntyä, jossa valinnanvapaus yksityisen ja julkisen välillä katoaa.

Vasemmisto ja vihreät ovat riitauttaneet yhteisyrittäystä suosivan asiantuntijatulokinnon vaatimalla asian juridisen perustan tutkimista ennen kuin valmistelua jatketaan. Koska lainsäädännöstä puuttuu selkeät määrät yksityisen ja julkisen palvelutuotannon suhteesta, valmistelivat lahtelaiset vasemmisto ja vihreitä edustavat luottamushenkilöt kansa-

laisaloitteen, jossa vaaditaan ”rajan määrittämistä julkisten sosiaali- ja terveydenhuollon eri osien hankkimiseen yksityisiltä yrityksiltä”.

Toistaiseksi aloite ei ole saanut osakseen riittävää huomiota, mutta tiedon aloitteesta ja sen valtakunnallisesta terveystaloudellisesta merkityksestä soi leviävän laajalle.

Toinen vaihtoehto on, että maan hallitus ottaa lain valmistelussa aloitteen perusteluissa mainitut seikat tutkittavakseen ja valmisteleekin kiireellisenä täsmennykset erityislakeihin siten, että ne olisivat yksiselitteisesti sopusoinnussa perustuslain 19§:n kanssa.

Kevään aikana liitto tekee tunnetuksi aloitteen ja sen takana olevan lainsäädännön muutostarpeiden tärkeyttä. Liiton piirissä on laajemmin pohdittu 1970-luvun alussa perustetun ”Terveysrintaman” tai vastaavanlaisen kansalaisverkoston elvyttämistä kokoamaan kansalais-toimintaa laajemminkin terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi ilman voiton tavoittelua. Valtaosa suomalaista pitää hyvinvointivaltion ytimenä terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin tasa-arvoa. Ihmisten terveydellä keinottelu ja voiton maksimointi veromaksajien kukkarolla on ristiriidassa paitsi perustuslain kirjaimen myös ihmisten enemmistön oikeustajun kanssa.

Nyt olisi ”uusliberalismin” uskon

kasvatettujen ja koulutetun virkamieseliitin asennemuutoksen aika. Voiton tavoittelu ja siihen liittyvä kapitalismin reviiirin laajentaminen kaikkeen yhteiskunnalliseen toimintaan ei ole yhteiskunnallista edistystä eteenpäin vievä voima. Ilmastomuutos elinympäristömme hyvinvoinnin sekä terveyden edistämiseksi ja ylläpitämiseksi on meidän kaikkien yhteinen asia.

Antti Holopainen

Tapaturma- ja sairausinvalidien liiton puheenjohtaja



Näkökulma: Pauli Toikka

Muistiinpanoja terveyspalvelujen tuottamisesta ja hyvästä hallinnosta

Kirjoitin aikoinaan Tapaturma- ja Sairausinvalidien liiton historiikkia viimeistellessäni myös Näkökulmaan otsikolla ”Terveempi elämä yhteiskunnan ja yksilön yhteistyöllä”. Lainaen sitä osittain, sekä tiivistäen että luettavammaksi väljentäen. Loppuun lisään vielä näkemykseni liiton nykytilanteesta ja hallinto-ongelmista varsinkin suurissa ja keskisuurissa kaupungeissa toimivissa osastoissa. Tämä johtuu ja heijastuu osin liiton hallituksen (valmistelu- ja asiantuntijaeliminen) ja liittovaltuuston toimintaan ja ongelmiin ristiriitoineen.

Lainaus yllämainitusta Näkökulmasta: ”Yksi yhteiskunnan tason tärkeimmistä mittapuista on sen valmius ja halu hoitaa heikommatkin lähtökohdat saaneet jäsenensä kehdestä hautaan yhteisin voimavaroin”. Tämä on pääosin julkisin varoin toimivan sosiaali- ja terveyden-

huollon varsinainen tehtävä – kustannettiinpa se sitten vuosibudjetin tai sairausvakuutusvaroista, joista rahoitetaan tärkein osa yksityistäkin hoitoa ja hoivaa. Huolimatta pt-hankkeissa, kuten hoitotakuussa hoitoon pääsyn ongelmista ja lääkekorvauksuudistuksessa paljastuneesta hoidon ylimedikalisoitumisesta, ollaan palvelujen parantamisessa, vastoin vastuuministerien tuloshekkutusta, vasta lähtökuopissa. Tämän ovat palveluja tarvinneet jäsenemme nahoissaan kokeneet ja kertoneet esimerkein lähiympäristönsään ja lehdeksämme. Korostamme edelleen, ettei meillä ole varaa eikä aina mahdollistakaan käyttää kallista ja omaa voittoa tavoittelevaa yksityistä hoitoa. Lain mukaan kaikilla on oikeus saada se julkisessa laitoksessa ja hinnoin. Lääkäri voi suostumuksesta kirjoittaa lähteen yksityiseen jatkohoitoon, mutta maksun on noudatettava julkisia taksoja ja vastuu hoidon onnistumisesta



Pauli Toikka.

jä lähettäneelle terveysasemalle tai sairaalalle. Pääkaupunkiseudun erikoissairaaloissa on mm. käytetty jonojen purkuun lain ja hyvän tavan vastaista jälkihoitoon ohjaamista, koska merkittävällä osalla on myös yksityisvastaanotto ja erikoismaksuluokkaa ollaan julkiselta poistamassa. Lainmukaista lähetekäytäntöä tulee noudattaa myös hammashuollossa, jossa julkiset jonot ovat monin paikoin puolen vuoden hoitotakuun ylittäviä.

Hoitoon pääsyn jälkeen suurin huolenaihe on kansanterveyslain korostaman ennaltaehkäisevän hoidon romuttuminen omalääkärijärjestelmän alasajon myötä. Medikalisoituminenkin selittyy, kun omalääkärin ollessa hallinnollisissa tehtävissä tai koulutuksessa hänen työvoimapulasta johtuva sijaisensa potilaan tuntemuksen tai hoitotyöajan puutteesta vain uusii reseptejä puuttumatta annostukseen, tarpeetomiin ja päällekkäisiin lääkkeisiin tai

Pienet ja painavat

Terveydenhuollon maksukattojen nollaantuminen ajaa pienituloiset ahdinkoon alkuvuodesta

Terveydenhuollon kolme maksukattoa (lääkekatto, kunnallisen terveydenhuollon asiakasmaksukatto ja matkalaskukatto) nollautuvat samanaikaisesti kalenterivuoden vaihtuessa. Asiakkaat joutuvat siis maksamaan normaalit käyntimaksut, omavastuut ja lääkekustannukset täysimääräisinä omilla tuloillaan.

Tämä tarkoittaa jokavuotista kampaailua toimeentulosta kymmenille tuhansille sairastaville köyhille; toimeentulohakemusten määrissä onkin selvä piikki alkuvuodesta, samoin kuin ulosottoon menevissä sosiaali- ja terveyspalveluiden laskuissa. SOS-TE ry:n toissavuotisen selvityksen perusteella ulosottoon päätyi lähes 400 000 laskua. Viidesosa suomalaisista ilmoitti säästäneensä lääkkeitä, lääkärikäynneistä tai tarvitsemaan hoidosta. Tilanne on hyvin tiedossa niin Kelassa kuin sosiaali- ja terveysalan kansalaisjärjestöissäkin.

Ratkaisumalleja on tarjolla ja toimivia vaihtoehtoja löytyy läheltä

Maksukaton täyttymisen sitominen kalenterivuoteen voidaan muuttaa. Ruotsissa lääke- ja matkakustannusten maksukatto alkaa täytyä ensimmäisestä ostoksesta ja jakaantuu 12 kk ajanjaksolle kalenterivuoden

vaihtumisesta huolimatta. Myös vaihtokaton käyttöön ottaminen voisi vähentää taloudellista rasitetta vuoden vaihteessa. Eräs vaihtoehto on esim. SOSTE ry:n ajama maksukattojen yhdistäminen, jolloin nyt kaikki kolme erikseen seurattavaa maksukertymää kartuttaisivat omavastuuosuutta. Tämä edellyttäisi toimivan tietojärjestelmän käyttöönottoa. Yhteiskatto ei myöskään nykymuodossa kohtelisi sairastavia tasavertaisesti, sillä kaikki eivät hae esim. matkakorvauksia ja on vaarana että maksukaton alaraja nousisi. Toisaalta yhtenäinen katto kannustaisi hakemaan kaikkia asiakkaalle kuuluvia palveluja. SOSTE ry ehdottaakin, että maksukaton täyttymisessä irrottaudutaan kalenterivuodesta, maksukatot yhdistetään ja ne sidotaan takuueläkkeen määrään. Tämä ei täysin poistaisi taloudellista painetta alkuvuodesta, mutta olisi merkittävä parannus nykytilaan.

Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry seuraa tilannetta

Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry on asettanut tavoitteeksi maksukaton alarajan laskemisen 300 euroon samalla kun perustoimeentulotuen tasoa nostetaan. On myös syytä muistuttaa, että Asiakasmaksulain 11. pykälän mukaan "maksu on jätettävä perimättä tai sitä on alen-

nettava siltä osin kuin maksun periminen vaarantaa henkilön tai perheen toimeentulon edellytyksiä tai henkilön lakisääteisen elatusvelvollisuuden toteutumista." Perimättä jättäminen tai asiakasmaksualennus edellyttää erillisen hakemuksen tekemistä. Pääministeri Sanna Marinin hallitusohjelmaan on kirjattu Asiakasmaksulain uudistus. Onkin syytä seurata tarkalla silmällä lakiuudistuksen edistymistä ja pyrkiä vaikuttamaan oikeudenmukaisen sekä ennen kaikkea sairastavan pienituloisen taloudellisen turvan varmistavan lopputuloksen syntyemiseen.

(Lähteet: YLE / KELA)

Faktoja:

Lääkekatto 577,66 €, Matkakatto 300 €, Kunnallisen terveydenhuollon maksukatto 683 €

Vuonna 2005 lääkekaton saavutti 168 000 ja matkakaton 45 000 henkilöä, kun vuonna 2019 vastaavat luvut olivat lääkkeitä 259 000 ja matkoissa 77 000 henkilöä. Paljon sairastavalle voi pahimmillaan tulla maksettavaa yhteensä yli 1 560 euroa jo heti tammiukuussa. Lisäksi voi joutua jättämään väliin myös Kelan maksamaa kuntoutusta, koska matkoihin ei ole rahaa. Taksimatkan omavastuu on 25 euroa, joten yhteen kuntoutusreissuun menee 50 euroa.



Erityisesti yritysten ketjuuntuminen on nostanut hammashoidon hintoja.

Hammashoidon hinnat kohosivat noin kolmanneksella 2010-luvulla

Hintoja on nostanut yritysten ketjuuntuminen ja julkisen puolen asiakasmaksujen korotus. Sekä julkisen että yksityisen hammashoidon hinnat ovat kohonneet noin kolmanneksen vajeassa kymmenessä vuodessa.

Tiedot ilmenevät Kelan ja Tilastokeskuksen tilastoista huhtikuun 2010 ja lokakuun 2019 välillä. Samana aikana kuluttajahinnat nousivat keskimäärin 13 prosenttia. Asian tuntijat Kelasta ja Hammaslääkäriliitosta arvioivat, että yksityisellä puo-

lella hintoja on nostanut erityisesti yritysten ketjuuntuminen. Julkisella puolella nousua selittää pääosin **Juha Sipilän** (kesk) hallituksen päätös korottaa julkisen sosiaali- ja terveydenhuollon tasasuuruksia asiakasmaksuja vuonna 2016. Tutkimuspäällikkö **Jussi Tervola** Terveyden ja hyvinvoinnin laitokselta kertoo, että suurin osa kunnista korotti hintoja lähes 30 prosentin enimmäismäärällä.

(Lähteet: Uutissuomalainen ja STT)

monilääkityksen haittavaikutuksiin vaikka apteekki on niistä ilmoittanut. Yhteistyön apteekin kanssa tulisikin olla päivittäistä. Hoitovastuun laatu ja jatkuvuus kärsivät kun viikkojen päästä jonosta vastaanotolle ja sairauksiesi lisääntyessä sekä pahentuessa vain päällimmäiset ongelmasi muistaen tapaat vihdoon terveydenhoitajan tai lääkärisi. Puolivuosisaataa sitten meitä hoiti potilaansa tunteva elinikäinen kunnanlääkäri ja Lapissaakin monitaitoinen ja kotiin tuleva terveysissar.

Helsingin yhdistyksen äskettäin ministeriölle ja päättäjille toimittamassa kannanotossa arvosteltiin esimerkein valaisten mm. hoitoon pääsyn toteutumattomuutta, keskenhoitoisten potilaiden harkitsematonta kotiuttamista selvittämättä kotihoidon jatkumista eli tosiasiallista hoidotta jättämistä. Tuorein esimerkki vanhusten "saattohoidosta" yksityisissä laitoksissa löytyy Turusta. Jäsenistömme kertoo näitä huonoja esimerkkejä Vähäjärven aktivointiseminaareissa ja muissa tapaamisissa.

Ohje liiton johtamiseen on sama jota opetin ja konsultoin vuodesta 1975 Sairaaliitossa ja Kuntaliitossa: Ole toimessasi oikeaan ai-

kaan, oikeassa paikassa ja mukana kaikki tarvittavat työvälineet (nykyisin myös läppäri tai värikännykkä). Muista myös nukkua hyvin, lähteä matkaan ajoissa huomioiden mahdollinen viivästyminen etukäteen, pukeutua tehtävänmukaisesti ja tehdä hyvät muistiinpanot sekä kirjoittaa pöytäkirja, ja kuten Vähäjärvellä, syödä hyvin eli terveellisesti.

Perehtyminen hallintoon, johtamiseen ja konsultointiin vaatii vuosia. Sairaaliitossa ensimmäiset kolme vuotta opiskelin julkishallinnon koukeroita lakeineen ja säädöksineen sekä ryhmien ohjausta myös psykisine tekijöineen, joita kaikkia opetin myöhemmin sairaanhoitopiirejä suunnitellessani ja niitä perustettaessa alan eri ammattilaisille ja luottamushenkilöille ympäri Suomea aineistona mm. kirjoittamani selvitykset ja oppikirjat. Tietojani olen soveltanut liitonkin kursseilla ja tilaisuudessa valitustentteon, tapaturmien ja sairauksien (myös omieni) korostuksessa.

Laajasalossa kansainvälisenä Naistenpäivänä 8.3.2020

Pauli Toikka
valtuuston puheenjohtaja

**Uusi Invalidi -lehti netissä:
www.tsil.fi**

Vähäjärven lomakodin kehittämisseminaari:

Ovet auki luontoon, lähiseudulle ja maailmalle

Aika aikaa kutakin. 1960-luvulla pitkälti talkootyöllä valmistuneelle Tapaturma- ja sairausinvalidien liiton Vähäjärven lomakodille oli vuosikymmenien ajan kova kysyntä liiton omassa piirissä. Tosin matkan varrelle mahtuu heikompiakin kausia, mutta niistä on noustu kerta toisensa jälkeen.

Kun jäsenistö on nyt varsin ikääntynyt, se tuntuu lomakodin käyttöasteessa ja sitä kautta taloudessa. Vaikka tilojen vuokraus ulkopuolisille on ollut mahdollista jo pitkään, tarvitaan uusia avauksia monella tavalla. Asiaa on pohjustettu jo käytännössäkin. Kevään aikana Greenpeace kokousta Vähäjärvellä ja yhteyksiä Viipurin seudun vammaismatkailuun on luotu. Lomakodin kumppanina on toiminut lahtelainen Osuuskunta Elma.

Nämä seikat olivat taustalla, kun vammaismatkailun työpaja "Luonnosta ja kulttuurista elinvoimaa" koontui Vähäjärvellä helmikuun alkupuolella. Mukana olivat liiton puheenjohtaja **Antti Holopainen** ja toiminnanjohtaja **Marita Vola**, lomakodin työntekijät **Teemu Kivistö** ja **Tarja Pesonen** sekä kurssin vetäjänä **Mari Bågman** Osuuskunta Elmasta. Liiton paikallisyhdistysten nimeäminä edustajina olivat **Terttu Elomaa**, **Rauno Glad**, **Kaija Kiessling**, **Anja Kivipensas**, **Ritva Korhonen**, **Manu Laihonen**, **Hannu Oittinen**, **Eero Salonen** ja **Marjaliisa Siira**.

Luontoa, historiaa ja hoivaa

Mari Bågman ja Teemu Kivistö ovat kartoittaneet lomakodin vahvuuksia, heikkouksia ja mahdollisuuksia. Tärkeää on ollut yhteyksien luominen paikalliseen kyläyhdistykseen, joka on kunnostanut Vähäjärven ympäri hyväkuntoisen luontopolun. Polku on nyt myös lomakodin käytössä, mikä lisää huomattavasti majoittujien viihtyvyyttä ja toiminnallisuutta.

Tarkoitus on, että polku ei rajoitu pelkkään patikoimiseen, vaan sen avulla tutustutaan luontoon ja paikallishistoriaan, kuten läheiseen linnanvuoreen. Teemu Kivistö on yrttien ja luomuravinnon tuntija sekä viittä vaille eräopas, hän pystyy hyödyntämään tietämystään myös lomakodin keittiössä. Pihamaasta noin puolitoinen aaria on muokattu perunapelloksi ja viime syksyn sato oli 40 kiloa. Juures-, yrtti- ja kukkamaaksi soveltuvaa aluetta on vielä käyttöön otettavaksi.

Mari Bågman on aloittanut hierontapalvelujen ja rentoutuskurssien pitämisen sekä kiinnittänyt huomiota sisäänkäynnin ja koko pihaluonon kehittämistarpeisiin. Viihtyvyyden ja menestymisen kannalta lomakodin yleisilmeen on oltava vetävä ja tiloissa on tarjottava esteettö-



Mari Bågman (takarivissä toinen vasemmalta) piti kehittämisseminaarin porukalle kehonavaus- ja mielenrauhotusjummat. Kuvassa hierotaan vatsaa toisella kädellä ja taputetaan päälakea toisella. Ei se niin helppoa ollut, vaikka hymy oli herkässä.

mästi monipuolisia palveluja. Esille tuli halu laittaa pihaan kukkaketoja ja perhosbaareja sekä kohentaa istutuksia ja rakenteita. Liikuntaa halutaan siirtää enemmän ulkotiloihin hankkimalla pihajumppavälineitä.

Tähän liittyen käytiin kiivastakin keskustelua liikunta- ja kokoustilojen tarpeesta ja kehittämisvaihtoehdoista. Suoran puhumisen päätteeksi päästiin lopputulokseen, joka ei ole keneltäkään pois, vaan tarjoaa uusia mahdollisuuksia. Ratkaisu mahdollistaa tilat ulkopuolisillekin tarjottavaan hierontaan ja jalkahoitoon sekä rentoutusryhmiin, mutta säilyttää upean Linnea-salin kokous- ja kurssikäytössä.

Yksittäisinä ideoina keskustelussa nostettiin esiin fresbeegolf ja geokätköily vallankin nuorempien käyttäjien tarpeisiin, lisäksi elvytettiin idea eri sukupolvia yhdistävistä lomapahtumista. Hyvien ideoiden toteuttamiseksi tarvitaan paljon työtä sekä yhteyksien laajentamista rahoittajiin ja päättäjiin.

Lisää liikkumista esteettömästi

Lomakodissa on jo nykyisellään kohtuullinen esteettömyys liikkumisessa, majoituksessa ja palveluissa. Hisillä pääsee alakerran kokoustiloihin, sauna/uima-allasosastolle sekä sieltä piha-alueelle. Pyörätuolia käytävä ja avustajaa tarvitseva Lahden yhdistyksen Ritva Korhonen nosti esiin parannustarpeita.

Sen pohjalta käytiin keskustelua pyörätuoli/rollaatoriluisen saamiseksi rantasaunalle sekä pohdittiin mahdollisuutta uimarannan kunnostamiseksi suihkutuolikelpoiseksi. Lukuisat hankalat ovet vaikuttavat liikkumista sisätiloissa sekä sisä-

vammaisliikennettä ja esteettömyyttä koskevan valtakunnallisen tilaisuuden järjestämisestä, johon pyydetään mukaan ministeriä tai muita korkean tason päättäjiä. Kaikille vammaisjärjestöille suunnattu tilaisuus toisi sekä liittoa että lomakotia tunnetuksi.

Ovet auki myös ulkomailta

Tapaturma- ja sairausinvalidien liiton sekä Osuuskunta Elman puheenjohtaja Antti Holopainen on avannut vammaismatkailun suhteita idän suuntaan. Ainakin Viipurissa on ilmennyt tarvetta ja halua lomailuun Vähäjärvellä. Venäläisryhmien kysytyimmät ajankohdat ovat perinteisesti uuden vuoden jälkeinen aika sekä Vapun ja Voitonpäivän tienoo.

Osuuskunta Elma on ollut mukana ns. Ylisen Viipurin reitin eli Viipuri-Hämeenlinna-Turku -matkailureitin valmisteluissa. Elma on kutsuttu mukaan matkailun edistämistapahtumaan Viipuriin tämän vuoden toukokuussa. Myös Via Kalevala-kävely voisi tuoda uusia yöpyjiä Vähäjärvelle, samoin yleiseurooppalainen Green Belt-reitti Mustaltamereltä Jäämerelle. Se avaisi suhteita myös etelän ja lännen suuntaan.

Matkailun, majoituksen ja palvelujen kansainvälistyminen lisää tarvetta avustaja- ja kielikoulutuksen kehittämiseen sekä siihen liittyvään markkinointiin. Perinteisen markkinoinnin lisäksi tarvitaan räätälöityjä digipalveluja näiden tavoitteiden saavuttamiseksi. Myös kehittyvät suhteet kuntiin, lomaorganisaatioihin ja kansalaisjärjestöihin ovat Vähäjärven lomakodin uudistamiseksi vastaamaan nykyajan palvelukäyttäjien tarpeita.

Muistiinmerkitsi, kirjoitti ja kuvasi:
Hannu Oittinen



"Esille tuli halu laittaa pihaan kukkaketoja ja perhosbaareja sekä kohentaa istutuksia ja rakenteita."

Korona ja musta surma

Tieto lisää tuskaa, sanoo vanha suomalainen sananlasku. Meille tuli poikkeusolot pyytämättä ja yllättäen, kun virustutkijat totesivat, että uusi koronaviruksen aiheuttama kliiniseltä kovaltaan flunssan kaltainen virusinfektio tarttuu helposti ihmisestä toiseen.

Muutaman kuukauden mittaiseen seurantatietoon perustuvien havaintojen mukaan erityisesti ikäihmiset ja kroonisia keuhkosairauksia sairastavat ovat erityinen riskiryhmä koronan aiheuttamalla vakavalle keuhkosairaudelle.

Ministeri Aino-Kaisa Pekosen julkisuuteen saattaman arvion mukaan koronaepidemian ensimmäisessä vaiheessa 35% suomalaisväestöstä saattaa saada virustartunnan. Se on 1,8 miljoonaa suomalaista. 80% heistä on oireettomia tai vähäoireisia ja 20% eli 360 000 saa taudin, joista erityisesti pitkäaikaissairaita ja ikäihmisiä menehtyy. Myöhemmin infektiosta tulee osa vuosittain maapalloa kiertävää vuosittain hengitystieinfektioepidemiasykliä, joka aikaansaa valtaosaan väestöstä immunitetin ja jota voidaan vahvistaa myöhemmin kehitettävällä rokotteella influenssaepidemiaasykliin kausitorjuntajen tavoin.

Suomen hallitus päätti valita koronaepidemian hallitsemattoman huipun torjumiseksi vahvat suositukset väestön flunssan ja koronan kaltaisten taudin aiheuttajien tietoon saattamiseksi väestölle, siten että he välttäisivät kaikin keinoin ihmisten välisiä kontakteja, joissa tauti voisi tarttua. Näin hallitus yrittää ehkäistä sen, että ministerin esittämät tartunnan kantaja- ja sairastumisluvut jäisivät mahdollisimman kauas epidemiologien esittämästä skenaariosta tilanteessa, jossa tauti saa levitä ilman vastatoimia.

Onko Suomen päättäjien valitsema linja paras mahdollinen Suomen oloissa vaiheessa, kun Euroopasta on yllättäen tullut globaalien uuden pandemian leviämisen keskus. Oletukseni on, että miltei ainoa mahdollinen, jos väestöä ja hyvinvointivaltiota yritetään suojella vastuullisesti vakavalta romahdukselta.

Koronaviruksen uusi tarttuva mutaatio todettiin ensimmäiseksi ihmiskunnan väkirikkaimmassa keskuksessa Kiinassa vasta muutama kuukausi sitten. Niin tällä kertaa, kuin lukuisia kertoja aiemminkin.

Massiiviset väestötason tartunnan ehkäisytoimet liikkumisrajoitukseineen vaimensi epidemian Kiinassa yllättävänkin nopeasti. Kun Kiinassa perutaan rajoituksia ja siirrytään normaalielämään, on epidemia Euroopassa vasta puhkeamassa. Mutta meillä on jo käytettävissä kiinalaisten muutaman kuukauden vanha kokemus toimista, jolle he rakensivat perustan 2003 puhjennun edellisen koronavirusepidemian (Sars) aikana.

Kiina ei sulkenut rajojaan, mutta kontrolli kiristyi. Pieni matkailijoiden

määrä Kiinasta toi yksittäisiä tartuntatapauksia myös Suomeen, kunnes Italiassa talvilomamatkoilla saadut tartunnat nousivat keskeisiksi suomalaistenkin infektiopesäkkeiden tartuntaketjun tiedostetuiksi lähteiksi. Nyt Euroopassa suljetaan rajoja. Terveystieteiden huolto on viritetty hälytystilaan. Kokoontumisia perutaan ja yleisöpalveluja suljetaan. Matkoja perutaan. Ihmiset hamstraavat vesipaperia. Talouspaniikki leviää monilla elinkeinoelämän aloilla, eniten matkailupalveluissa.

Jännityksellä odotamme, miten rajoittavat toimet vaikuttavat oikeasti viruksen leviämiseen? Tieto ja tietämättömyys lisäävät tuskaa. Suomi harvaan asuttuna maana syrjäisessä paikassa on suotuisassa asemassa. Uskon siksi hallituksen valitseman linjan järkevyyteen. Varaudutaan, mutta ei panikoida.

Lähiviikot ja kuukaudet näyttävät, miten pandemia käyttäytyy. Sarsia (myös koronavirus) torjuttiin jokunen vuosikymmen sitten modernien tehoimien. Sars ei osoittautunut niin herkästi leviäväksi, kuin influenssavirusmuunnelmat tai havainnot tuoreesta koronaepidemiasta.

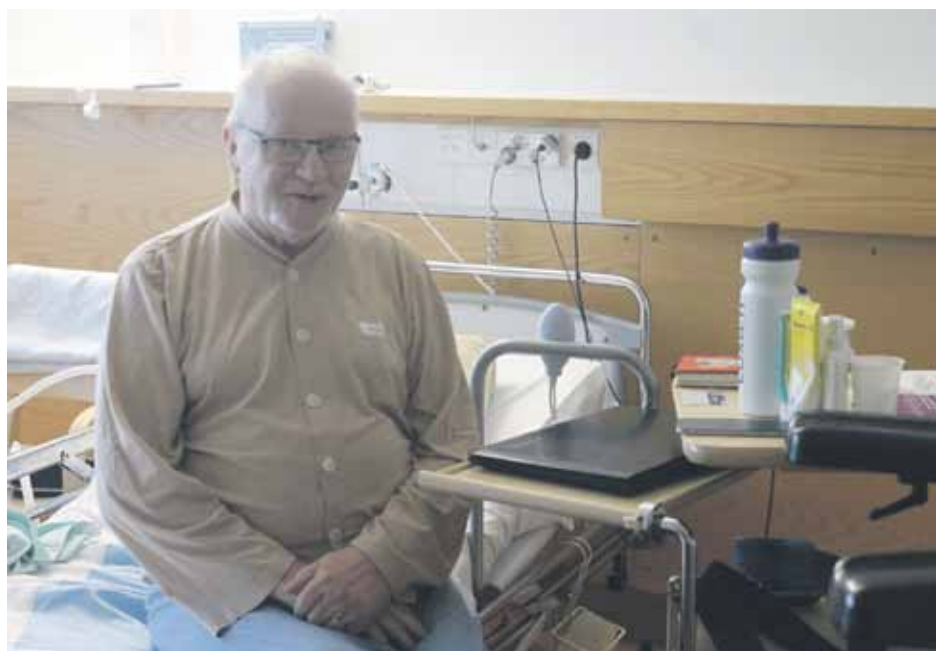
Onko koronan (Covi-19) tartuntaherkkyys samaa luokkaa kuin influenssalla, jää nähtäväksi. Ihmiskontaktirajoituksiin, rajojen sulkemiseen ja käsihygienian tehostamiseen perustuva strategia yhdessä sairaimpien tunnistamisjärjestelmän ja tehokkaan hoidon kanssa puree, jos infektiotaallon terävän huipun syntyminen onnistutaan ehkäisemään. Erityisesti ikäihmisten ja vammaisten kannalta on tärkeää, että hoitokapasiteettia vaikeimpien, mutta pelastettavissa olevien tapausten hoitamiseen onnistutaan turvaamaan riittävästi.

Koronarokotteen aikaansaamisen hyväksi tehdään töitä, mutta torjuntamenetelmäksi siitä ei ilmeisesti vielä pariin vuoteen ole. Influenssaa torjutaan jo rokottamalla varsin menestyksellisesti.

Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto päätti siirtää Liittokokouksensa joko toukokuun loppuun tai elokuun alkuun. Päätimme siirtää myös IKMO kurssuja kesään infektioriskin vähentämiseksi, että emme omilla toimillamme lisää jäsentemme ja asiakkaidemme vakavaa sairastumisriskiä.

Otetaan rauhallisesti. Muistetaan samalla, että nykylääketiede pystyy tunnistamaan uudet tartuntauhat aiempiin vuosisatoihin verrattuna erittäin nopeasti. Seurantajärjestelmät epidemioiden leviämisen erityispiirteiden tunnistamiseksi ovat pitkälle kehittyneitä. Silti uusi virustyyppi on aina uusi, josta tieto tarttuu ainoastaan ja vain seurannan kautta.

Kun rotasta ihmiseen levinnyt ruttobakteeri 1300-luvulla synnytti pandemian Euroopassa, se kesti 1300-luvulta 1700-luvulle. Musta surma pandemia tappoi valtaosan Euroopan väestöstä. Tuokin tauti tu-



Antti Holopainen toipumassa tammikuisesta polvilleikkauksesta. Työ kuitenkin jatkuu. Kuva: Tiia Kohonen

li idästä mongoliarmeijan levittämä.

Tieto tänään pandemiasta leviää kerralla käytännössä koko ihmiskunnan tietoisuuteen muutamassa viikossa. Ihmisyhteisöt käynnistävät heti torjuntatoimet kaikkialla. Tuleeko se tarkoittamaan sitä, että ihmiskunta taltuttaa jälleen uuden viruspidemian muutamissa kuukausissa tai ainakin muutamissa vuosissa? Jää nähtäväksi.

Koko ihmiskuntaa kohdannut yhtäaikainen uhka tulee muuttamaan maailmaa. Se yhdistää meitä, mutta on samalla kuolinisku sellaiselle globalisaatiokäsitteelle, jossa voiton tavoittelun ja pääomien saalistamisen ideologia kaikin käytettävissä olevin keinoin, jopa sairastavien kustannuksella, on ainoa yhteiskuntaa pyrittävä ja ylläpitävä voima. Luonnon ja ihmisen suojele ilman voiton tavoittelua on nostettava yhteiskunnassamme arvoksi numero yksi. Globalisoituneessa maailmassa se on mahdollista vain pysyvän rauhan tilassa meidän kaikkien ihmisoikeuksia kunnioittaen.

Espanjan tauti eli influenssa tappoi paljon ihmisiä Euroopassa ja Suomessa ensimmäisen maailmaso-

dan loppuvaiheessa. Se tappaa meitä, erityisesti ikäihmisiä edelleen joka vuosi, vaikka meillä on rokotukset ja torjuntakeinot.

Meillä on edelleen tarvetta kehittää tarttuvien tautien ihmiskunnalle aiheutuvan torjunnan menetelmiä. Koronapandemia osoittaa, että ilmastonmuutos, kaupungistuminen ja liikkuvuuden lisääntyminen aiheuttaa uhkia ihmiskunnalle, joiden uhkien torjumiseksi tarvitsemme nykyistä paremmin toimivia ja tutkustietoon perustuvia hyvinvointiamme turvaavia menetelmiä.

Toivottavasti Eurooppa, Suomi ja koko ihmiskunta oppivat, että ihmisten terveys ja hyvinvointi eivät ole kauppatavaraa. Ihmisten terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtiminen on nyt ja jatkossakin kaikkien yhteiskuntien perustehtäviä. Se on myös kansainvälisen yhteisön kuten YK:n tärkeimpiä tehtäviä. Näiden tehtävien hoitamiseen ja uusien terveysuhkien tutkimiseen on kaikkialla turvattava riittävät voimavarat.

Antti Holopainen

yleislääketieteen erikoislääkäri
Tapaturma- ja sairausinvalidien
Liitto ry:n puheenjohtaja

Onnittelut ilossa ja osanotot surunkohdatessa

Tapaturma- ja sairausinvalidien liiton adressilla.

Adresseja myynnissä liiton toimistossa, Vähäjärven lomakodissa ja paikallisyhdistyksissä.

Minun musiikkini hoitaa minua

Lukuisten neurofysiologisten tutkimusten mukaan musiikin kuunteleminen ja soittaminen aktivoi kulttuurilajeista monipuolisimmin aivoja. Jo pelkkä musiikin kuuntelu ja mukana rallattelu aktivoi - hyvinvointivaikutukset lisääntyvät, jos taputtelen rytmiä tai kävelen, etenkin jos teen sitä ryhmän mukana. Tanssillisuuden, minkä tahansa liikkeen mukaan ottaminen, antaa lisäpotkun aivoille ja hyvinvointi laajenee.

Aktiivisuus lisääntyy, puran huomamatonta stressiä, työstän suruja, joita et tiedostanut ja silmiini syttyy kipinä. Tai sitten tulee itku, jota en odottanut, mutta jotain tapahtuu ja elämä kuplii – henki kulkee ja kroppakin lämpenee ja aivoni kiittävä!

”Minusta tuntuu, että lennän tämän rytmin mukaan...”

Kun ikäännyimme ja vaivaannumme, alkaa tylsistymisen määrä useimmiten lisääntyä siihen verrattuna, kun olimme elämämme kunnossa ja nuori sydän sykki joka suuntaan, jokaiselle hymylle ja jokaiselle uudelle laululle levylautasella. Enää ei käsi nouse ja jalka vippase, ei saa edes äänilevyä lautaselle, ei ole enää soitinta ja kaikki musiikki tuntuu olevan vaikeasti saatavilla bittiavaruudessa. Onneksi Helvillä on sentään CD-levykoelma, jota hän joskus soittaa meidän muidenkin iloksi!

”Tämä laulu sai minut aina nuorena hyvälle tuulelle...”

Tutkimusten mukaan oman nuoruuden mielimusiikin kuunteleminen ja rallattelu elvyttää parhaiten aivoja, luo muistisairaallekin voimaantumisen hetkiä ja yhteys ympäristöön ja läheisiin voidaan saada. YouTube-dokumentissa ”Alive Inside” on kuvattu muistisairaita, jotka heräävät kukoistamaan, kun kuulokkeissa soi oman nuoruuden mielimusiikki. Jopa autistinen vuodepotilas alkaa tanssia vuoteessaan, kun hän saa korvilleen kuulokkeet! Tämä sama on meidän kaikkien saavutettavissa hyvinkin helposti ja halvalla. Sinun musiikkisi hoitaa Sinua!

”Soitatko mulle sen vanhan valssin, missä se ...?”

Joku tiesi kertoi, että Elli kuunteli nuorena **Esko Rahkosta** aina, kun se oli mahdollista! Muusikkona hoitolaitosten ja vanhusten palvelukeskuksissa käydessäni vien mukana ukulelen lisäksi jonkinlaisen jenkakoneen, humppakuution tai bluetooth-kaiuttimen ja kännykän, jolla pääsen musiikin verkkopalvelusta laittamaan soimaan ryhmän jäsenten mielimusiikkia. Toki soitan ja laulan, säestän myös muusikkona ihan elävänä enimmäkseen. Tämän lisäksi mukana on kassallinen AE-VOLIÄKETTE (suom. Aivo-lääke) pilleripurkeissa, joissa on musiikkito-



Juuso auttaa musiikilla.

torin määräämää aivopilleriä. Joku kyselee, miten tämä purkki aukeaa, mutta se ei aukea, kun se on liimattu kiinni. Sanon, että aivolääke aktivoituu, kun pilleripurkkia alkaa soittamaan musiikin mukana rytmissä – ihan siinä rytmissä, minkä sinä löydät musiikkiin!

”Kuuntelin nuoruuteni tuttua laulua ja hytkyin mukana...”

Aivo-pilleripurkkia soittaessa hermokudos aktivoituu monelta kannalta: kuulo aktivoi kuuloalueen, näkö omansa, hauislihas liikehermon ja koko aivotietokone alkaa tehdä töitä sen suuntaan, että saanko oman rytmini istumaan tähän ryhmän rytmiin – kokonaisuuteen. Lisäksi otetaan mukaan hoilaaminen eli puhekeskus (ei tartte osata laulaa) ja jalkojen tömistys ja siinä se on – aivoja aktivoiva hauska musiikkihetki porukalla. Joskus loppuhuipennuksessa HUUDETAAN ääneen ja ihmetellään – mitä, onkos täällä sallittua huutaa? OLIPAS SE HAUSKAA!

Musiikki on aivolääkettä, aivoterveysta hoitoa ja sillä on terveysta vaikutuksia!

Useimmat osallistujat saapuvat rullaattorilla tai kävelykepin kanssa, joskus osastoilla tullaan mukana rullatuolilla tai sängyssä maaten ja vierellä on mahdollisesti hoitoavustaja antamassa *aivoliäke-instrumentin* käteen soitettavaksi. Porukalla tehdään musiikkia, hoilataan ja saadaan pieni hengästyminen ja hiki aikaiseksi. Monta kertaa minulta on kysytty: milloin tulet uudelleen. Vastaan: ensi viikolla, jos toiminnalle on annettu varoja, eli jos työstä maksetaan palkkaa. Henkilökuntaakin on mukana pelimannipiirissä ja monelle työtehtävä on myös virkistävä hetki työssä.

Mitä voisin tehdä kotoa omin neuvoin tai ystävän kanssa?

Tee kotona tyhjenneestä vitamiinipilleripurkista itsellesi soitin! Laita

siihen ruokalusikallinen riisiä tai kärkeä suolaa ja varmista korkin kiinnipysyminen teipillä, jos sisään laittamasi määrä soi sopivasti omaan korvaasi. Tee toinen samanlainen kaverille, jolla ei enää kädet toimi. Soita näitä soittimia yhden laulun verran päivässä, kun radiosta tulee sopiva kappale tai jos saat laitettua itse mielimusiikkiasi soimaan. Ota oma lauluääni, hoilaaminen, rallattelu mukaan ja heiluta kehoa, jalkoja ja kroppaa musiikin mukana. Keskimäärin radiossa soiva laulu kestää kolme minuuttia, sen tarvitset aivojen aktivoimiseen ja sen jatkamiseen tulee himo, kun pääset alkuun. Jo pelkkä rytmin soittaminen radiosta tulvivan musiikin mukana aktivoi aivoja mahtavasti. Jos pilleripurkin pysyminen kädessä on ongelma, ota suti tai tiskiharja ja soita sitä pöydänkulmaan tai purkinkanteen – pääasia on että soitat musiikin mukana rytmiä – ja hoilaat tai rallatteleet mukana.

Entä sitten, kun olen hoitokodissa, enkä muista enää mistään mitään?

Tarvitaan sinun tahto, kuulevia korvia, uteliaita mieliä ja terveitä käsiä, että hoitotahtoosi saadaan kirjattua mielimusiikkisi vuosien takaa. Sitä saadaan saataville nappia painamalla, muistitikku soittimeen lataamalla tai laittamalla hyllystä vanha CD-levy soittimeen pyörimään. Tarvitaan ehkä myös Elämänpuu-moniste huoneesi seinälle, että henkilökohtaisen avustajan sairasloman sijainen näkee heti, mitä musiikkia minä, Juuso mielellään kuuntelin, kun en pysty itse enää pyytämään, saati laittamaan peliä soimaan. Sen jälkeen voi riittää, että otat kädestäni kiinni ja heilut hetken kanssani vanhan musiikkini tahdissa. Sitten minut on paljon mukavampi viedä suihkuun tai vaihtaa petiini lakanat.

Minun musiikkini hoitaa minua. Kiitos kun annat sitä minulle sitten, kun minä en enää muista!

Juuso Happonen



Juuso Happonen (tuottaja, yhteisömuusikko ja -pedagogi) toimii Kuopion seudulla mm. mielenterveyskuntoutujien ja vanhusten palvelukeskusten piirissä muusikkona ja ryhmätoimintojen aktivaattorina. On perustanut Ukulelelähettivät -ryhmän, jossa seniorit pitävät avoimia harjoituksia mm. sairaaloiden auloissa, muistikahviloissa ja mm. Nenäpäivässä.

Päijät-Hämeen kuulumisia

Lahti ja Päijät-Häme on taas ollut otsikoissa terveyspalveluiden järjestämisessä. Päijät-Hämeen hyvinvointikuntayhtymän hallitus on päättänyt yhdistää toimintansa yksityisen, todennäköisesti Mehiläisen, kanssa. Tässä fuusiossa yksityisen osuus olisi 51 % ja PPHYKY:n osuus 49 % ja tämä käsittääkseni siksi, ettei kaikkea tarvitsi kilpailuttaa, kun yksityisen sektorin osuus on yli puolet.

Perusteluna oli myös se, että yksityiset yritykset tuottavat jo nyt suuren osan palveluista ja tältä osin kilpailutus siis jäisi pois. Onko tämä perustuslain mukaista, tästä on käyty nyt keskustelemassa ministeri **Krista Kiuru** kanssa. Tuloksesta en vielä tiedä. Kokonaan yksityiselle sektorille on jo siirtynyt esim. Meri Lappi Mehiläiselle. Lahden kaupunki erotti kolme edustajaansa, jotka äänestivät tässä asiassa vastoin Lahden kaupungin ohjeita. Joukossa entinen Päijät-Hämeen keskussairaalan yllä lääkäri **Matti Talja**. PPHYKY:n hallituksen puheenjohtaja **Kari Lempinen** oli ketomassa viime viikolla tästä Lahden Kaupungin vammaisneuvostolle. Perusteiksi yhdistymiselle Lempinen mainitsi esimerkiksi



PPHYKY:n yksityistämishanke herättää kysymyksiä.

kustannustehokkuuden, eli nykyistä edullisemmän palvelun. Satunnaiselle kävijälle ja kiireellisille tapauksille palvelu muka paranisi. Miten näin on reuna-alueilla kuten Hartola, Padasjoki, Kärkölä, Pukkila ja Myrskylä,

joissa terveyspalveluita saa silloin tällöin, ja suurimmaksi osaksi etäpalveluna? Päivystyshän on jo nykyisin keskitetty Keskussairaalaan. Ihmettelen miten palveluiden parantaminen olisi mahdollista. No, hyvänä Lempinen näki, että kun yhtiö rupeaa tuottamaan voittoa, niin Lahdinkin hyötyy. No, ne voitot haluaisin nähdä, jos tämä kaikki toteutuu niin kuin suunnitellaan.

Tällä hetkellä kerätään kansalaisadressia nimeltään "Raja julkisten sosiaali- ja terveydenhuollon eri osien hankkimiseen yksityisiltä yrityksiltä". Käykää tutustumassa ja allekirjoittakaa!

Hyvää täällä Lahdessa on, että saamme PPHYKY:n vammaispuolelta tietoa meneillään olevista uudistuksista ja ajankohtaisista asioista. Muutaman kerran vuodessa järjestetään keskustelutilaisuus yhdistyksille Lahden Järjestökeskus LIN-Kissä. Maaliskuussa on toinen tilaisuus tänä vuonna. Esillä tulee olemaan ainakin vammaiskuljetusmatkojen kilpailutuksen tulos, kun uusi tilauskeskus aloittaa 30.3. Mukana suunnittelussa on ollut myös vammaisneuvostosta kolme henkilöä. Henkilökohtaisen avun asiat puhutavat, koska tunteja yritetään vähentää ja uusien hakijoiden on mel-

kein mahdotonta saada avustajaa. Vammaisneuvostoon saadaan hyvin luottamushenkilöitä ja virkamiehiä kertomaan ajankohtaisista asioista.

Hyvää kevättä teille kaikille! Toivottavasti tapaamme isolla joukolla Vammaiskulttuuripäivillä Vähäjärvellä kesäkuun alkupuolella. Ja allekirjoittakaa kansalaisaloite: <https://www.kansalaisaloite.fi/fi/aloite/6062>

Ritva Korhonen
Lahti



Esiselvitys lääkehoidon kustannuksista ja apteekkitaloudesta julkaistu

THL:n, Fimean ja Kelan yhteistyönä on valmistunut esiselvitys, johon on koottu tiedot lääkehoidon kustannuksista ja apteekkitalouden nykytilasta Suomessa.

Lääkkeiden kokonaismyynnin arvo oli vuonna 2018 Suomessa 3,3 miljardia euroa. Tästä 2,5 miljardin euron suuruinen osuus syntyi avohoidon resepti- ja itsehoitolääkkeiden myynnistä. Apteekkien rooli avohoidon lääkejakelellä on keskeinen. Nyt valmistuneessa esiselvityksessä on kuvattu lääkkeiden vähittäisjakelun ja apteekkipalvelujen järjestämisestä yhteiskunnalle koituvat kustannukset. Esiselvityksessä on myös mallinnettu pohjoismaisten lääketaksien vaikutuksia lääkekustannuksiin Suomessa. Lääketaksalla määritellään yhteiskunnan apteekkeille maksama korvaus avohoidon lääkejakelellä.

Kohtuullistaisivatko pohjoismaiset mallit lääkehoidon kustannuksia?

Apteekkitaloutta ja lääkkeiden vähittäismyynnihintoja säännellään kaikissa esiselvityksessä tarkastelluissa Pohjoismaissa, mutta sääntelyn taso, toteutustapa ja velvoitteet vaihtelevat maiden välillä. Esiselvityksessä todetaan, että vertailumaiden lääketaksamallit vaikuttavat edullisemmiltä tavoilta järjestää lääkejakele kuin

Suomen nykyinen lääketaksa. Lääkkeiden käyttäjistä valtaosalla kustannukset pienenisivät tai säilyisivät ennallaan, mikäli käytössä olisi nykyisen taksan sijaan jokin simuloituista taksamalleista. Selvitystyötä tulisi jatkaa juuri Suomen lääkehuoltojärjestelmään sopivan lääketaksan tunnistamiseksi, esiselvityksessä todetaan. Käytännössä tämä apteekkitaloutta koskevan sääntelyn uudistaminen edellyttää apteekkijärjestelmän tarkastelua kokonaisuutena.

Lähde: Sosiaali- ja terveysministeriö



Selvitystyötä juuri Suomeen sopivan lääketaksan tunnistamiseksi tulisi jatkaa.



SOLARIS
LOMAT

MONIVAMMAISTEN HYVINVOINTILOMAT 2020

Solaris-lomat ry järjestää Veikkauksen tuotoilla tuettuja lomiamonivammaisille aikuisille, jotka eivät omin varoin pysty järjestämään lomaa.

Viiden vuorokauden lomaan sisältyy majoitus kahden hengen huoneessa, täysihoido sekä monipuolista ohjattua ohjelmaa. Lomailija maksaa omavastuuosuuden 100 € /hlö ja matkat.

Loman myöntämiseen vaikuttavat pienituloisuus ja muut taloudelliset seikat sekä sosiaaliset ja terveydelliset perusteet (mm. perhetilanne, omaisen hoitaminen, päihdeongelma, yksinäisyys, vammat sekä psyykkiset ja fyysiset sairaudet). Lomalla edellytetään omatoimista selviytymistä. **Tuettu loma voidaan myöntää korkeintaan joka toinen vuosi.**

01.-06.06. Kunnanpaikka, Siilinjärvi, haku päättyy 01.04.2020
24.-29.08. Kylpylähotelli Peurunka, Laukaa, haku päättyy 24.05.2020

Täytä lomahakemus huolellisesti!

Koska hakijoita on paljon, loma voidaan myöntää vain pienelle osalle. Lomapäätökset tehdään hakemusten perusteella, joten kiinnitä erityistä huomiota **perusteluosan kaikkien kohtien täyttämiseen**, ilman perusteluja lomaa ei voida myöntää.

Vain lomalle valituille lähetetään kutsukirje kotiin noin kuukausi ennen loman alkua.

Miten voit hakea lomalle?

Lomalle haetaan täyttämällä Solaris-lomien paperinen lomahakemus tai sähköisesti internetsivujen www.solaris-lomat.fi kautta. Paperinen hakemus palautetaan osoitteella: **Solaris-lomat, Kauppakaari 1, 00700 Helsinki**

Hakemuksia ja lisätietoja:

Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry, tsil@tsil.fi, p. (09) 3960 5681, tai Solaris-lomat ry, solaris@solaris-lomat.fi, p. 043 824 3095 (myös txt) www.solaris-lomat.fi

Vanhusten kotihoitoon varauduttava välittömästi

On erinomainen asia, että hallitus on säätämässä lain, joka edellyttää vanhushoitoon henkilökuntaa seitsemän (7) hoitajaa kymmenelle vanhukseksi. Se tulee keventämään varmasti hoitajien työtä niin, että työ vanhuksen kanssa voidaan tehdä rauhassa ja hyvin.

Kun tämä toteutuu ja haetaan lisää henkilökuntaa näihin laitoksiin, on todennäköistä, että raskaamasta työstä vanhushoidossa eli kotihoidosta hakeudutaan laitospuolelle. Miten käy silloin kotihoidon?

Kotihoidossa tehdään myös ilta-työtä, tarvittaisiin nykyistä enemmän myös viikonlopputyötä ja yötyötä, sillä kotona asuvat vanhukset ovat jo varsin huonokuntoisia. Asia erikseen on, että terveystaloustiede on laskenut, miten jo kolmas käynti vuorokaudessa vanhuksen luona merkitsee kalliimpia kustannuksia kuin jos hän olisi laitoksessa. Toinen asia on, onko millään alueella ja sen piirissä kotihoidossa kymmentä vanhusta kohti seitsemän hoitajaa? Silloin voisi ajatella kohtuullisempaa kuormitusta kuin mitä siellä nyt on. Lisäksi kotihoidossa jää usein matkat vanhuksen luota toisen luo laskematta työajassa, kun lasketaan ajassa vain paikkamäärät per työvuoro (esim. päivä).

Vääjäämättä on selvää, että kotihoidossa on käytännössä mahdollonta tehdä työ laadukkaasti, rauhallisesti, vanhuksen tarpeet oikeas-

ti huomioiden nykyisellä työntekijämäärällä. Jos joku päivä tai joku viikko on helpompi työn kuormituksen osalta, saattaa se seuraavassa vaiheessa olla kaksin verroin rankempaa.

Edellä olevaan viitaten

Päättäjien niin eduskunnassa kuin kuntatasolla on pikaisesti tartuttava asiaan. Koska valtakunnassa ei ole yleisesti vahvistettu kotihoidon henkilökuntamitoitusta, on aloitettava sen määrittäminen välittömästi. Kotihoidon henkilöstötarve on määriteltävä realistisesti. Sitä varten on myös palkkatasoa korottamalla osoitettava työn merkityksellisyys ja arvokkuus. Sitä varten on käynnistettävä alkuun kokeilu kuuden tunnin työvuoroista kotihoidossa, jolloin työn kuormittuminen tasaantuu ja alasta tulee samalla vetovoimainen.

Koko muutos tarvitsee siis rahaa, jotta saadaan riittävä määrä pätevää ja motivoitunutta, jaksavaan henkilökuntaa myös kotihoitoon. Se tulee näkyä jo ensi vuoden budjetteja valmisteltaessa.

Turun Tapaturma- ja Sairausinvalidit ry
Vuosikokous 22.2.2020

Tampereen Tapaturma- ja Sairausinvalidit ry vaatii toimenpiteitä

Tapaturma- ja Sairausinvalidien Liittokokoukselle

Tampereen Tapaturma- ja sairausinvalidit ehdottaa liittokokouksen otavan kantaa vanhusten ja vammaisten hoidon ja hoitokotien yksityistämiseen.

On kehitettävä julkisen puolen hoitoa ja hoitokoteja. On taattava riittävä hoito vammaisille ja vanhuksille.

Suuntana on, että kotona hoidaan entistä huonokuntoisempia ihmisiä. He ovat pitkät päivät yksin kotona.

Lisäksi hoitajat vaihtuvat päivittäin.

Etenkin muistisairaille henkilöille on hankalaa kun aina on hoitajina uusia outoja hoitajia.

On vaadittava niin kunnilta kuin maan hallitukseltakin toimenpiteitä joilla voidaan taata riittävä laadukas hoito.

Ehdoton ei yksityisille hoitokodeille ja samoin monikansallisille hoivayrityksille!

Tampereen yhdistyksen vuosikokous 20.02.2020

Vajaakuntoisten hoito kuntoon

Nyt on yhdestoista hetki saada vammaisten ja vanhusten hoito kuntoon. Hoivaa ja hoitoa tarvitsevien ihmisten määrä kasvaa lähivuosina rajusti, kun suuret ikäluokat vanhenevat.

Hoidon ja tiedonsaanti vaikeutuu, kun talouksista noin 60 % on yhden hengen talouksia. Asioiden hoitaminen on vaikeaa. Tieto on haettava useista eri lähteistä, eikä tietotekniikka-kaan ole kaikkien ulottuvilla.

Pienenkin avun saanti on yksin asuvalle vaikeaa, koska ystävät ja tutut ovat vähissä tai ovat samassa tilanteessa. Yksinäisyys ei myöskään ole pieni ongelma, se voi johtaa eraoittumiseen.

Esimerkiksi Helsingissä on paljon sellaisia asuntoja, joissa pesey-

tymismahdollisuudet ovat varsinkin ikääntyneelle hankalat tai puutteelliset. Kotihoidon piirissä olevat asuvat hajallaan ympäri kuntaa. Hoitajilta kuluu aikaa vain paikasta toiseen siirtymiseen.

Pääkaupunkiseudun kuntien on puututtava asiaan. On rakennettava kiireisesti lisää palveluasuntoja. Vanhusten ja vammaisten hoivaa ei voi jättää pelkästään kalliin yksityisen saalistamisen ja keinottelun varaan. Hoidon seuranta ja valvontaa on myös viipymättä tehostettava.

Helsinki 25.2. 2020
Helsingin Seudun Sairaus- ja Tapaturmainvalidit ry
Vuosikokous

Suomi 112



Suomi 112-sovellus on kätevä ohjelma, jonka avulla saa heti apua vaikka puhelimesta ei olisi saldoa. Sovelluksen voi ladata älypuhelimien sovelluskaupasta ilmaiseksi. Kun sovellus on ladattu se kannattaa asettaa näkyvälle paikalle ja sen jälkeen antaa sen käyttää puhelimen sijaintitietoja. Jos haluaa hyödyntää mahdollisimman tarkkaa sijaintia, niin kannattaa myöntää sovellukselle oikeus käyttää GPS-paikannusta. Muista

myös kirjoittaa sovellukseen oma puhelinnumerosi. Kun tulee hätätilanne paina "Soita 112"-painiketta ja tämän jälkeen odota vastausta. Kerro tilanteesi ja toimi annettujen ohjeiden mukaan.

Arvo Lehtomäki
(työharjoittelijana Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry:ssä keväällä 2020)

Lehden irtonumeron lukijoille!

Liiton paikallisyhdistyksen jäsenenä saat Uusi Invalidi-lehden jäsenetun aina tuoreeltaan. Samalla pääset mukaan yhdistyksen edunvalvonta-, kerho-, opinto-, retkeily-, askarteluyhdistyksen toimintaan.

Ota yhteyttä lähimpään paikallisyhdistykseemme. Yhdistysten yhteystiedot löytyvät liiton kotisivuilta (www.tsil.fi).

Tervetuloa mukaan toimintaan!

Uusi Invalidi-lehden voi myös tilata lähettämällä tilauksesi, nimesi ja postiosoitteesi Tapaturma- ja sairausinvalidien liiton toimistoon, PL 30, 00030 IIRIS, tai sähköpostilla osoitteeseen tsil@tsil.fi Vuosikertatilauksen (4 numeroa) hinta on 10 euroa.

Sopuisa kokous Porissa

Porissa on tekemisen meininki. Näin voisi päätellä jäsenistön mukanaolosta yhdistyksen toiminnassa. Toimintakertomuksen kuultuaan eräskin loihe lausumaan, ettei tämä ole ainakaan millään lailla "nukkuva" yhdistys. Siksi paljon on vuoteen mahtunut. Tämä jatkuu. Myös sopuisa yhdessäolo sai kiitosta. Porin sairaus- ja tapaturmainvalidien vuosikokous henkilövalintoihin sujui yksimielisyyden vallitessa.

Liiton terveiset omalle yhdistykselle välitti liittohallituksen jäsen Terttu Elomaa. Esille tuli liiton toiminnat ja tavoitteet vammaisten ja pitkäaikaisairaiden edunvalvontatyössä. Vanhusten turvallisen elämän parantamiseksi on liiton taholta kuluva vuosi nimetty Vammaisten ja vanhusten ihmisarvovuodeksi, jossa tulee huomioida edunvalvontanäkökulma. Puheenvuoro sai aikaan keskustelua juuri ihmisarvoista ja niiden vaalimisesta. Pahennusta herätti nykytrendi, että perusterveydenhuollossakaan ei enää noudateta perustuslakia. Viimeinen hallitus röyhkeästi siirsi poliittisilla päätöksillä vastuut kansalaisille itselleen. Meidän tehtävämme on valvoa, että perustuslain pykälät tulevat voimaan ja toteutuvat. Tälläkin hetkellä tulee esille uutisia, jota ei pitäisi tulla. Hoitajamitoitukset ovat paikoin jopa alle arvostelun.

Yhdistyksen toimintasuunnitelmaan on kirjattu toiminta työ- ja toimintakykyään menettäneiden invalidien yhdyselimenä. Tavoitteena on tehdä tunnetuksi maamme sosiaalilainsäädäntöä ja vammaisten oikeuksia, opastaa lakisäateisen avun hakemisessa ja auttaa jäseniään kehittymään omatoimiseksi toimeentulon hankkimisessa sekä tukea heitä henkisesti ja sosiaalisesti. Perusteemoina on turvallisuus, vastuullisuus ja suvaitsevaisuus. Keskustelussa nousi esille yhdistyksen tärkeä toiminta kansalaisvaikuttajana ja edunvalvojana. "Valitettavasti liian usein ollaan turhankin vaatimattomia



Kokousta johti Lennart Laitinen, joka jatkaa myös yhdistyksen puheenjohtajana. Liittoterveiset jäsenistölle välitti Terttu Elomaa.



Vuosikokousväki oli aktiivisesti mukana päätöstenteossa.

omalle työlle", kommentoitiin. Yhdistyksen uudet kokoontumistilajärjestelyt ovat loppusuoralla. Kerkhotoiminta Porin Nuorisotalolla on loppumassa ja syksyllä siirryttäneen Puistotalolle, Eteläpuisto 14:ään.

Lennart Laitisen johdolla

Vuosikokous valitsi yhdistyksen pu-

heenjohtajaksi edelleen **Lennart Laitisen**. Hallitukseen varsinaisiksi jäseniksi valittiin **Pentti Ruohoniemi, Eila Martti, Rauno Huhmar-niemi, Eero Salminen, Terttu Elomaa** ja **Elise Seittonen**. Varajäseniksi valittiin **Anja Harja** ja **Seija Laurell**.

Kuvat: **Mira Seittonen**
Teksti: **Terttu Elomaa**

Yhdistyskuulumisia Lahdesta

Vuosikokoukset on pidetty jo varmasti kaikissa yhdistyksissä, niin myös Lahdessa. Valitettavasti kuvaa ei ehditty ottaa, kun asiat puhuttivat niin runsaasti. PHHYKY:n (Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymä) tilanne, vammaiskuljetuspalvelut ja Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry:n sekä Vähäjärven asiat, vammaisten ja pitkäaikaisairaiden tila ja vielä maamme hallituksen mahdollisuudet parantaa ja korjata tehtyjä virheitä, herätti paljon keskustelua. Paikalla oli myös TSIL:n toiminnanjohtaja **Marita Vola** ja viisitoista osallistujaa, mikä on meillä iso määrä. Moni ilmoitti myös estymisestään osallistua kokoukseen.

Valinnat tulivat tehdyksi yksimielisesti. Sääntömuutosasiat puhuttivat, niiden uusiminenhan oli yhdistyksemme ehdotus. Toivomme liittokokouksen hyväksyvän uudet säännöt. Myös edustajat liittokokoukseen, -valtuustoon ja liittohallitukseen valittiin. Tilit, toimintakertomus, toimintasuunnitelma ja talousarvio tulivat hyväksytyksi, pienin muutoksin. Tälle vuodelle entisten toimiemme lisäksi suunnitelmassa on askartelukerhon perustaminen mahdollises-

ti Lahden Seudun Invalidien kanssa. Pirkko Vaittinen jatkaa puhelinneuvontaa, tietysti myös muut hallituksen jäsenet ovat valmiit neuvomaan ja avustamaan hakemusten ja muidenkin papereiden kanssa - tai netin kauttahan niitä nykyään tehdään.

Kesällä järjestämme retket Vammaiskulttuuripäiville Vähäjärvelle, Pesäkallion kesäteatteriin ja LSI:n (Lahden Seudun Invalidit ry) kesäkohtiin Sarvikuuttiin. Pyrimme järjestämään muutaman keskustelutilaisuuden, joihin pyrimme saamaan oman alansa asiantuntijan. Osallistumme TSIL:n ja muiden tahojen koulutuksiin sekä osallistumme PHHYKY:n ja kaupungin tiedotustilaisuuksiin sekä Lahden järjestökeskuksen luennoille, retkille, myyjäisiin ym.

Hallituksen puheenjohtajana jatkaa **Ritva Korhonen**, hallituksen muodostaa **Marja-Leena Kokko, Paula Korhonen, Rauha Maikkunen, Aino Meriläinen, Eero Nieminen** ja **Pirkko Vaittinen**. Varajäseniä ovat **Antti Holopainen** ja **Leila Honkanen-Turunen**.

Ritva Korhonen
Lahti

Yski ja aivasta oikein



Yski ja aivasta hihaasi, niin laitat stopin tartunnoille.



Jos mahdollista, käytä kertakäyttöistä nenäliinaa.



Laita käytetty liina roskiin ja pese kädet saippualla.



Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
www.thl.fi/yskimisohje

Merkipäiviä

Onnittelut!

Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry ja Uusi Invalidi -lehti onnittelee 103-vuotiasta Hilikka Karvosta Varkaudesta.



Hilikka on syntynyt 22.03.1917 eli ennen Suomen itsenäistymistä.

Lappeenrannan vuosikokous



Lappeenrannan Tapaturma- ja sairausinvalidien yhdistys ry:n vuosikokous sujui hyvässä hengessä.

Lappeenrannan yhdistyksen vuosikokous järjestettiin yhdistyksen vaikiintuneessa kokoustilassa, Perilistenkadulla, helmikuun 19. päivä. Paikalla oli 25 yhdistyksen jäsentä. Kokouksen aikana jaettiin paljon puheenvuoroja ja keskustelu on vilkasta. Huolta tuottivat mm. digitalisaation laajeneminen ja ikäihmisten eriarvoinen asema muuhun väestöön verrattuna. Kaikilla kun ei ole sitä omaa tietokonetta eikä neuvojan käyttämiseen. Toivottiin Uusi Invalidi-lehteen juttua, jossa esim. Ministeri Pekonen kertoisi ja selittäisi, kansantajuisesti, miten ne hakemuk-

set oikein tehdään ja minne ne siitä koneelta sitten lähetetään.

Heti vuosikokouksen jälkeen piti Lappeenrannan yhdistys järjestäytymiskokouksen, jossa väistyvä puheenjohtaja Anelma Tervo siirtyi yhdistyksen koollekutsujaksi yhdessä Seija Tamsin kanssa. Varapuheenjohtajaksi valittiin Eeva Björkholm ja sihteerin tehtäviä ansiokkaasti jatkaa Raimo Kärmeniemi.

Tärkeänä edelleen pidetään, että toiminta jatkuu ja jäsenet saavat tietoa, mm. omista oikeuksistaan. Yhteisöllisyyttä ja ystävällisyyttä Lappeenrannasta myös löytyy!

Hallitus valmistelee esitystä terveydenhuollon hoitajakäyntien maksuttomuudesta

Hallituksen esityksen valmistelun taustalla on pääministeri Sanna Marinin hallituksen ohjelma "Osallistava ja osaava Suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta". Hallitusohjelman mukaan laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista (734/1992) eli asiakasmaksulaki, uudistetaan tavoitteena hoidon esteiden poistaminen ja terveyden tasa-arvon lisääminen muu muassa maksuttomuutta laajentamalla ja kohdullistamalla maksuja.

Esityksessä ehdotetaan, että hoitajavastaanotot tulisivat maksuttomiksi perusterveydenhuollossa ja että poliklinikan antamasta tutkimuksesta ja hoidosta ei enää perittäisi maksuja alaikäisiltä asiakkailta. Mielenterveyspalvelujen maksuttomuutta perusterveydenhuollossa selkiytettäisiin ja tartuntatauteihin liittyvän hoidon, tutkimuksen ja lääkkeiden maksuttomuutta laajennettaisiin tietyiltä osin. Maksukattoa laajennettaisiin suun terveydenhuollosta, terapiasta, tilapäisestä kotisairaanhoidosta ja tilapäisestä kotisairaalahoidosta sekä tietyistä etäpalveluista perittäviin asiakasmaksuihin. Lisäksi asiakasmaksut, joiden suorittamiseen on myönnetty toimeentulotukea, kerryttäisivät jatkossa maksukattoa.

Pitkäaikaishoidon asiakasmaksut määräytyisivät jatkossakin asiakkaan maksukykyyn mukaan.

Jatkuvan ja säännöllisen kotona annettavan palvelun sekä pitkäaikaisten sosiaalihuoltolain nojalla järjestettävien asumispalvelujen asia-

kasmaksut määräytyisivät yhdenmukaisin perustein, pitkäaikaista tehostettua palveluasumista lukuun ottamatta. Pitkäaikaisen tehostetun palveluasumisen, pitkäaikaisen laitoshoidon ja pitkäaikaisen perhehoidon asiakasmaksuihin sovellettaisiin pitkälti yhdenmukaisia määräytymisperusteita. Lisäksi säädettäisiin asiakkaalle jätettävästä vähimmäiskäyttövarasta viimeksi mainituissa palveluissa. Asiakasmaksujen alentamisen ja perimättä jättämisen ensisijaisuutta suhteessa toimeentuloturvaan korostettaisiin. Muutoksenhakua koskevaa sääntelyä selkiytettäisiin ja asiakkaan oikeusturvaa vahvistettaisiin.

Esityksen tavoitteena on hallitusohjelman kirjauksen mukaisesti poistaa hoidon esteitä ja lisätä terveyden tasa-arvoa.

Esitys liittyy osaltaan myös hallitusohjelman kirjaukseen, jonka mukaan sosiaali- ja terveydenhuollon toiminnan painopistettä siirretään perustason palveluihin ja ennaltaehkäisevään toimintaan. Tavoitteena on parantaa asiakkaiden välistä tasa-arvoa pitkäaikaisista asumispalveluista perittävien asiakasmaksujen suhteen eri puolella maata. Ehdotetulla lailla pyritään myös varmistamaan, että kyseisten palvelujen asiakasmaksut eivät nouse kohtuuttoman suuriksi asiakkaan tuloihin nähden. Lisäksi tavoitteena on yhdenmukaistaa jatkuvan ja säännöllisen kotona annettavan palvelun maksuja.

(Lähde: STM – Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 12.02.2020)



Hallitus valmistelee perusterveydenhuollon asiakaspalvelumaksuista luopumista.

Jokaisella pilvellä on hopeareunus

Uusi Invalidi – lehden toimitus on saanut haltuunsa harvinaislaatuisten transkriptioiden merkittävän suomalaisen talousvaikuttajan puhelin-keskustelusta erään maamme työnantajapuolta edustavan järjestön johtajan kanssa. Haluamme suojella asiakirjan luovuttajaa, joten käytämme Ruotsissa asuvasta toimijasta peiteniemiä "Karhu" ja puhelun toisen osapuolen nimeämme "Jyri.H:ksi". Keskustelu on varsin yksipuolinen, voisi jopa sanoa monologi tai käskytyksen, mutta avaa aivan uuden näkökulman ajankohtaiseen tilanteeseen. Tässä litterointi:

- Siis sun pitää Jyri katsoa tätä vähän laajemmasta perspektiivistä; nyt

niitten on pakko antaa rahaa yrityksille. Sitähän me pelättiin ennen vaa- leja, ettei demarhallitus lähde täm- möiseen. Ja sitten tämä huoltosuhde; näyttää siltä, että homma hoituu ihan luonnollista tietä. Mehän on ajettu ihan samaa linjaa, mutta ehkä hie- man pidemmällä aikavälillä. Nyt saa- daan kansantalouden tuottamatonta ainesta poistettua nopeasti ja lopul- lisesti. Juu, totta kai tässä on haitta- puoliakin - porukka pysyy kotona eikä tuota lisäarvoa yhtä tehokkaasti kuin jatkuvan valvonnan alla. Noh, jos ihan rehellisiä ollaan, niin mitä sitten? Lai- na on halpaa ja pankit yhteiskunnan erityisessä suojeluksessa. Me on kik- kailtu toistakymmentä vuotta pörs-

sissä ilman tuotantoa ja osakehinnat vain nousee. Kannattaa siis omistaa. Tätähän tuo sämre folk ei käsitä vaan elää työllä ja hyvä niin - siis meille. Kieltämättä tuo Kiinan talouden yski- minen vähän kirpaisee, mutta siellä- hän tämä nyt meillä käyttöön otettu systeemi on arkipäivää. Valtion tuki yritykselle on kaikkien etu!

- Tuohan kuulostaa ihan sosia- lismilta. Kohta ne ottaa meiltä pois omistuksen ja toteaa, että tämä toi- mii näinkin.

- Älähän nyt liioittele, Jyri. Nyt kaik- ki irti tästä tilanteesta: veronmaksun lykkääminen, sosiaalimaksujen siir- täminen ja yrittäjien työllisyysturvan parannus on vasta alkusoittoa. Seu-

raavaksi vaaditaan verovapautta, suoraa taloudellista tukea ja paikal- lista sopimista. Tästä se vasta alkaa: Ay-liikkeen lakkauttaminen, ilmaista työvoimaa... Vain taivas on rajana!

- Me oltiin kyllä menossa tohon suuntaan, mutta nyt nämä valtion omat firmat vetää ohi ja meinaa hoi- taa tämän pahimman kriisin.

- Jyri, selkä suoraksi ja kohti tuuli- myllyjä! Sähän tiedät sen Korona- ni- misen pelin? Siinä pärjää se, jolla on tarkempi silmä ja kovempi käsi. Nyt ei muuta kuin vastustajan nappulat nurkkaan...Atshii!

- Terveysteksi.

Toimituksen majakanvartijat

Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry:n jäsenyhdistyksiä



Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry
 PL 30, 00030 IIRIS
 (Käyntiosoite: Iiris-keskus, Marjaniementie 74, Itäkeskus, Helsinki)
 Puh. (09) 3960 5680, 050 300 7135
 Sähköposti: tsil@tsil.fi
 Kotisivut: www.tsil.fi
 Pankkiyhteys: OP-Etelä-Häme
 IBAN-tilinumero: FI 17 5041 0420 0069 42
 BIC-koodi: OKOYFIHH

Tampereen Tapaturma- ja Sairausinvalidit ry

Tsto: Näsilinnankatu 22 A 37
 33210 Tampere
 (03) 2142678
 av. ke klo 12-15
 Pj. Anja Kivipensas
 Hikivuorenkatu 2 A 9
 33710 Tampere
 045 8059 778

Helsingin Seudun Sairaus- ja Tapaturmainvalidit ry

Toimisto: Kulmavuorenkatu 5
 00500 Helsinki
 (09) 713 991
hssti@kolumbus.fi
 Avoinna tiistaisin klo 12-15.
 Pj. Jussi Lilja
jussi.lilja@iki.fi
 Leikosaarentie 27 C 53
 00990 Helsinki
 0400 722 706

Lahten Seudun Sairaus- ja Tapaturmainvalidit ry

Pj. Ritva Korhonen
 Loviisankatu 14 B 20
 15100 Lahti
 044 2610028
ritva.a.korhonen@phnet.fi

Oulun Sairaus- ja Tapaturma- invalidit ry

Pj. Anneli Kelloniemi
 puh. 050 5719961
anneli.kelloniemi@luukku.com

Porin Sairaus- ja Tapaturma- invalidit ry

Pj. Lennart Laitinen
 Hohtarintie 10
 29250 Nakkila
 02-5373611
lennart.laitinen@dnainternet.net

Rauman Seudun Tapaturma- ja Sairausinvalidit ry

Pj. Tuomo Grundström
 puh. 0440199766
tuomo.grundstrom@gmail.com

Turun Tapaturma- ja Sairausinvalidit ry

Tsto: Yliopistonkatu 11 a E 79,
 20100 Turku
 (02) 232 8526, tur.tsi@pp.inet.fi
 Avoinna ma klo 10-14
 Sosiaalineuvonta ma ja ke klo 12-13,
 p. 046 5366327
 Pj. Arja Roos

Valkeakosken Ammattitauti- ja Sairausinvalidit ry

Pj. Reino Rantala
 Apiankatu 9 A 14
 37600 Valkeakoski
 0400 620 725
reino.p.rantala@gmail.com

Hämeenlinnan Tapaturma- ja Sairausinvalidit ry

Pj. Botond Vereb-Dér
 puh. 040 325 0143
botond.vereb.der@gmail.com

Jyväskylän Seudun Sairaus- ja Tapaturmainvalidit ry

Tsto: Saihokatu 4
 40630 Jyväskylä
 Pj. Erkki Matikainen
 040 5837991
erkki.matikainen@kotiportti.fi

Lappeenrannan Tapaturma- ja Sairausinvalidit ry

Yhdistyksen tilaisuuksien kokoon- kutsujat:
 Anelma Tervo puh: 0400 878579 ja
 Seija Tams (jäsenasiat ja talous)
 puh: 050 3627 027, seija.tams@gmail.com

Nokian Tapaturma- ja Sairaus- invalidit ry

Pj. + th. Eero Salonen (LH)
 Souranderintie 20 A 10, 37100 No-
 kia
 P.050 5851 735

Uusi Invalidi-lehden aikataulu vuodelle 2020

Lehden numero	Ilmestyy viikolla	Aineisto liiton toimistolle viim.
2/2020	vko 21 (toukokuu)	29.4.
3/2020	vko 39 (syyskuu)	2.9.
4/2020	vko 50 (joulukuu)	18.11.

Aineistot liiton toimistolle sähköpos- tilla tsil@tsil.fi, tai postitse osoitteella Tapaturma- ja sairausinvalidien liit- to, PL 30, 00030 IIRIS.

Lehtemme rajallisen palstatilan vuoksi julkaistaan muissa lehdissä olleita juttuja vain, mikäli siihen on aiheen kannalta erityinen syy ja mi- käli lehdessä on tilaa.

uusi
invalidi

Ikääntyneiden ja invalidisoituneiden asialla jo vuodesta 1948

Julkaisija	Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto ry PL 30, 00030 IIRIS toimisto avoinna ark. 8.30-16.00 (09) 3960 5680, 050 300 7135
Puhelin	(09) 3960 5680, 050 300 7135
Sähköposti ja kotisivut	tsil@tsil.fi , www.tsil.fi/uusi-invalidi
Pankkiyhteys	OP-Etelä-Häme FI 17 5041 0420 0069 42 BIC-koodi: OKOYFIHH
Päätoimittaja	Antti Holopainen, Puistokatu 11 B 40, 15100 Lahti puh. 0400 417 390, sp. antti.holopainen@fimnet.fi
Toimituskunta	Kaija Kiessling, Ritva Korhonen, Juho Lilja, Kari Raatikainen, Marjaliisa Siira
Toimitussihteeri	Marita Vola
Taitto	Asmo Koste, Nastamuumio oy
Paino	Suomalainen Lehtipaino Oy, Kajaani
ISSN-numero	0787-7021



Muutoksia liiton kursseihin, kokouksiin ja seminaareihin



Ikmo-kurssit on toistaiseksi peruttu ja liittokokous siirryt elokuulle.

Liiton tapahtumia on jouduttu siirtämään myöhempään ajankohtiin, johtuen Korona-virusepidemiasta. Muutoksista ilmoitetaan tarkemmin nettisivuilla, yhdistyskirjeillä sekä 2/2020 Uusi Invalidilehdessä.

Vähäjärven lomakoti on suljettu, THL:n ohjeistuksen mukaisesti, **ainakin 31.5. saakka.**

Ikääntyneet monivammaiset – kurssi

Kevään kurssit siirtyvät turvallisempaan ajankohtaan. Näillä näkymin seuraava Ikmo pidetään kesä-heinäkuussa. Ensisijaisesti Ikmo-kurssit järjestetään niille yhdistyksille, jotka eivät ole viime vuonna olleet Ikmo-kurssilla.

Uusi Invalidi-lehti. Seuraavan lehden aikaisemmin sovittu julkaisu-ajankohta siirtyy. Lehtiryhmä ei voi tällä hetkellä kokoontua. Lehden julkaisemisesta ilmoitetaan erikseen.

Liittokokousviikonloppu- ja seminaari

Korona-virusepidemiasta johtuen on liittokokousta jouduttu siirtämään myöhempään ajankohtaan. **Alustavasti liittohallituksessa sovittiin uudeksi ajankohdaksi 27. toukokuuta** ja liiton sääntömuutoksista johtuva jatkokokous pidettäväksi 2. elokuuta. Varmistus kokouksen pitämiseksi lähetetään vielä yhdistyskirjeellä. **Asiasta tiedotetaan myös liiton nettisivuilla (tsil.fi).**

Nämä tiedot ovat siis alustavia ja ilmoitamme muutoksista heti, kun saamme viranomaisilta tietoa sekä ohjeistusta turvallisesta ajankohdasta järjestää tapahtuma.

Jäsenistössämme on lukuisia riskiryhmään kuuluvia ja siksi on tärkeää, että mahdollisimman moni pääsee osallistumaan liiton tapahtumiin ilman sairastumisen pelkoa.

Muita lehden tilaajia pyydetään ilmoittamaan yhteystietojensa

Mitä yli 70-vuotiaan pitää ottaa huomioon koronavirustilanteessa?

Valtioneuvoston tavoite on suojata erityisesti yli 70-vuotiaat henkilöt koronavirustartunnalta. Ikäihmisillä on selkeästi nuoria ihmisiä suurempi riski saada taudista vakavia, sairaalahoitoa vaativia oireita. Toimintaohjeena yli 70-vuotiaat velvoitetaan pysymään erillään lähikontakteista muiden ihmisten kanssa mahdollisuuksien mukaan, eli karanteenia vastavissa olosuhteissa.

Valtioneuvosto kehottaa yli 70-vuotiaita välttämään lähikontakteja ja liikkumista kodin ulkopuolella, koska ne lisäävät tartuntariskiä. Mikäli on välttämätöntä käydä itse kaupassa, apteekissa tai terveysasemalla tai muutoin asioida, se olisi hyvä tehdä

silloin, kun muita asiakkaita on liikkeellä vähän. Etäisyyttä muihin ihmisiin on pidettävä vähintään metrin verran.

Muutoinkin on pyrittävä välttämään altistumisen riskiä lisääviä tilanteita. Tehostetusta käsihygieniasta on tärkeää huolehtia. Tämän vuoksi kaikkia ihmisiä kehoitetaan toimimaan Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) yleisohjeiden mukaisesti tartuntariskin minimoimiseksi.

Omia toimintakäytäntöjä ja tapoja on jokaisen syytä miettiä tartuntatautien leviämisen näkökulmasta ja tarvittaessa on muutettava toimintaansa ehkäisemään turhia riskejä.

Pese kädet ja laita stoppi tartunnoille

- Ennen ruoanlaittoa ja ruokailua
- Kun tulet ulkoa sisään
- Wc-käynnin tai vaipan vaihdon jälkeen
- Kun olet yskinyt, niistänyt tai aivastanut
- Kun olet koskenut samoja pintoja kuin flunssainen henkilö



1. Kastele kädet runsaalla vedellä



2. Ota saippuaa ja hiero kämmeniä vastakkain



3. Hiero kämmenselät, peukalot ja sormien välit



4. Hiero sormia lomittain vastatusten



5. Huuhto kädet runsaalla vedellä



6. Kuivaa kätesi huolellisesti käsipyyhepaperilla



7. Sulje hana käsipyyhepaperilla



Pieni teko. Suuri vaikutus

www.thl.fi/kasienpesuohje

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

Lehti oikeaan osoitteeseen

Liiton paikallisyhdistysten jäsenten osoitteenmuutokset kulkevat Uusi Invalidi-lehden postitusrekisteriin yhdistysten kautta.

Muita lehden tilaajia pyydetään ilmoittamaan yhteystietojensa

muutokset liiton toimistoon sähköpostilla (tsil@tsil.fi) tai postitse osoitteella Tapaturma- ja sairausinvalidien liitto, PL 30, 00030 Iiris.

Ohjeita ikääntyneiden ja riskiryhmässä olevien omaisille ja läheisille

Kaikkia pyydetään ottamaan huomioon tartuntariski ja omalla toiminnallaan estämään tautia leviämistä.

Jokaisen on erityisesti kiinnitettävä huomiota ikääntyneisiin ja henkilöihin, joiden vastustuskyky on heikentynyt. Vastustuskyky voi heikentyä esimerkiksi perussairauksien, kuten diabeteksen tai sydän- ja verisuonisairauksien takia.

Yli 70-vuotiaiden ja muiden riskiryhmässä olevien luona ei pidä tarpeettomasti vieraila. Yhteyttä heihin voi pitää esimerkiksi puhelimitse tai skypen avulla.

Mikäli vierailu on välttämätöntä, kättelystä, halaamisesta ja muista lähikontakteista pitää luopua, ellei se ole hoidon ja huolenpidon turvaamiseksi täysin välttämätöntä esimerkiksi hoitohenkilökunnalle. Vierailulla pitää käyttää esimerkiksi huivia tai suojata muutoin hengitystiensä.

Myös yli 70-vuotiaiden ja riskiryhmässä olevien läheisiä kehoitetaan ottamaan huomioon mahdollinen tartuntavaara muiden kontaktien välityksellä.

Naapurit ja läheiset ihmiset ovat tärkeitä tukijoita arjen sujumiseksi poikkeusoloissa.

Sosiaali- ja terveysministeriö
19.3.2020 9.59
Tiedote 55/2020