

Teksti: Helena Launiainen, kehittämisspäällikkö, Miina Sillanpään Säätiö sr.
Kuvitus: Muistipuisto-verkkopalvelu, Tuuli Hannikainen, graafikko ja palvelumuotoilija

Teknologia hyvän elämän asialla



Elämme kiihtyvää tahtia muuttuvassa maailmassa, jossa digitaalinen teknologia ja tekoäly luovat uudenlaisia terveyttä ja hyvinvointia edistäviä mahdollisuuksia. Teknologisen kehityksen ytimessä on tällöin ymmärrys ihmisestä ja hänen elämästään. Hyvää arkea tukevat ratkaisut perustuvat tunnistettuun tarpeeseen ja yhteiskehittämiseen, kuten Miina Sillanpään Säätiössä olemme oppineet.

Suomessa uskotaan, että digitalisatio eli digitaalisten teknologioiden arkikäyttö luo aiempaa paremmat edellytykset kansalaisten hyvälle elämälle. Teknologiaosaaminen on vahvaa ja Suomi on kansainvälisesti digitaalisen osaamisen kärkimaita. Terveyttä ja hy-

vinvointia edistävän teknologian kehitystyössä tulee ennen kaikkea huolehtia siitä, että niitä käyttävät ihmiset ovat keskiössä. Tällöin lähdemme liikkeelle kysymällä, mihin teknologiaa ylipääntensä tarvitaan? Kun tarve on selvillä, arvioimme, mikä tai millainen teknologia vastaa todettuun tarpeeseen. Eettisesti kestävä teknologia edellyttää, että suunnittelemme tarkoin, miten teknologiaa tullaan käyttämään ja kuka sitä käyttää. Edellä olevia kysymyksiä tarkastellaan seuraavassa käyttäen esimerkkinä Miina Sillanpään Säätiön ja Muistiliiton Muistipuisto-hanketta.

Muistipuisto®

Muistipuisto on vuosina 2016–2018 toteutuva hanke ja siinä kehitettävän maksuttoman verkkopalvelun nimi. Sosiaali- ja terveysministeriö tukee hanketta Veikkaus Oy:n pelituotoista. Kyse on pelillisestä verkkopalvelusta, joka tarjoaa muistisairauden alkuvaiheissa oleville henkilöille, aivojensa toimintakyvystä kiinnostuneille ikääntyville, muistisairaiden läheisille ja vapaaehtoisille monipuolisia aivojen toimintakykyä tukevia elementtejä, kuten käytännöllisiä vinkkejä, tietoa ja tekemistä.

Hankkeen tavoitteena on, että ikääntyvät henkilöt, jotka haluavat vahvistaa muistinsa ja aivojensa toimintaa, löytävät Muistipuisto-palvelusta toimintakykyään edistäviä keinoja. Lievää muistisairautta sairastavat henkilöt ja heidän lähipiirinsä oppivat palvelun avulla ymmärtämään, miten muistisairaus vaikuttaa toimintakykyyn. Ja edelleen, miten palvelun säännöllinen käyttö edistää toimintakykyä.



Muistipuisto: Aivoterveellinen resepti.

Mikä teknologia ja mihin?

Teknologialla tarkoitetaan yleisesti teknisten laitteiden, järjestelmien ja palvelujen kehittämistä, käyttöä ja tutkimusta. Ikäteknologia puolestaan viittaa hyvää ikääntymistä tukeviin laitteisiin, palveluihin ja ympäristöihin.

Sitra ennakoii, että teknologian voimakas kehitys tuo suomalaisten käyttöön aiempaa parempia tapoja hoitaa ja edistää omaa terveyttään, kuten sähköiset hyvinvointisovellukset ja reseptien ja terveystiedon Omakanta-palvelun. Teknologia voi mahdollistaa kansalaisten yhdenvertaiset terveyttä, elämänlaatua, arkiselviytymistä ja turvallisuutta edistävät palvelut. Jotta tämä toteutuu, tulee teknologisten ratkaisujen suunnittelussa tarkoin määritellä, kenen tarpeesta ja näkökulmasta ratkaisua kehitetään.

Muistitoimintojen ja tiedonkäsittelyn heikkenemistä voidaan hidastaa tehostulla elintapaneuvonnalla ja siihen liittyvillä harjoituksilla. Suomessa ei kuitenkaan ole muistisairauden alkuvaiheessa oleville, aivojensa toimintakyvystä kiinnostuneille ikääntyneille, muistisairaiden läheisille tai vapaaehtoisille suunnattua selainpohjaista kokonaisratkaisua. Näin ollen Muistipuisto-hankkeessa käynnistettiin kaikille avoimen hyvinvointia edistävän palvelun kehitys.

Muistipuiston teknologiseksi ratkaisuksi valittiin pelillinen verkkopalvelu, joka tarjoaa Kansallisen muistiohjelman 2012–2020 mukaisesti oikea-aikaista toimintakykyä edistävää aktiivisuutta ja käytännöllistä tietoa. Yhteistyössä palvelun tulevien käyttäjien kanssa varmistetaan, että Muistipuisto vastaa heidän tarpeitaan sekä sisällöllisesti että toiminnallisesti.

Miten ja kuka?

Kun tiedetään mihin ja mitä teknologiaa käytetään, voidaan suunnitella miten ja kuka sitä käyttää. Teknologian pitäisi asettua luontevasti päivittäiseen

elämään, myös pitkällä aikavälillä. Sen käyttö ei saa koskaan osoitella tai leimata käyttäjänsä.

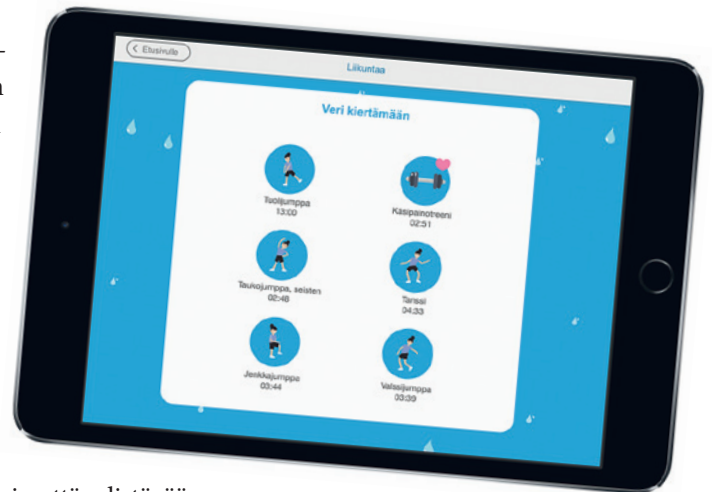
Muistipuistossa päädyttiin kansalaisten yhdenvertaisuutta edistävään ajasta ja paikasta riippumattomaan verkkopalveluun, joka tarjoaa vireyttä edistävää toimintaa sekä tietoa ja keinoja muistisairaiden ja läheisten oikea-aikaiseen tukeen ja palveluihin. Palvelu on helpokäyttöinen ja graafisesti selkeä ympäristö. Muistipuistossa hyödynnetään pelillisyyden elementtejä, kuten haastavuutta, palautetta, mukaansatempaavuutta ja oppimista, jotka innostavat ja motivoivat palvelun säännölliseen käyttöön.

Hyvän elämän asialla

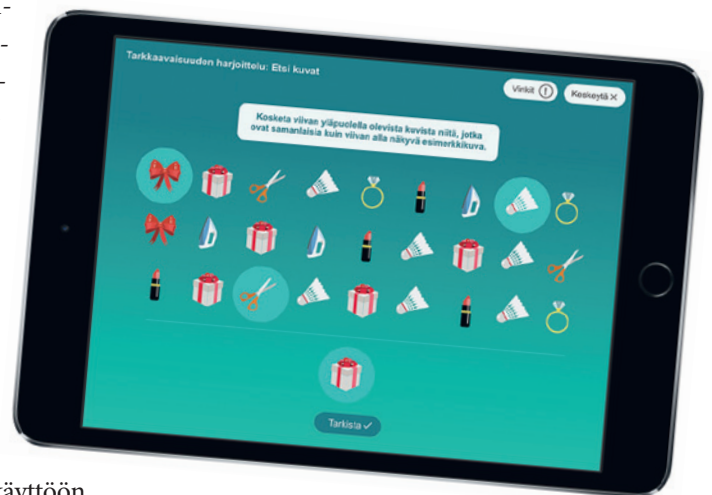
Teknologia ei korvanne nykypalveluita ja -toimintamalleja sellaisenaan, vaan muokkaa ja täydentää niitä Muistipuiston tavoin. Eettisiä periaatteita, kuten ihmisarvon kunnioittamista, itsemääräämisoikeutta, oikeudenmukaisuutta ja tasa-arvoisuutta noudattaen varmistetaan, että teknologia lisää terveyden ja hyvinvoinnin mahdollisuuksia. Unoh-

taa ei sovi myöskään riskien ja teknologiasta aiheutuvien kielteisten vaikutusten arviointia.

Ennakkoluulottomasti ja yhdessä parasta mahdollista ratkaisua etsien varmistamme, että etenemme oikeaan suuntaan. Tällöin teknologia lisää ikäihmisten hyvinvointia arjen iloa unohtamatta. ♥



Muistipuisto: Veri kiertämään harjoituksia.



Muistipuisto: Etsi kuvat harjoitus.



Lähteet:

Forsberg, K., Intosalmi, H., Nordlund, M. & Suhonen, S. 2014. Ikäteknologia-sanasto. KÄKÄTE-raportteja 3/2014.

Sitra. 2017. Megatrendit. <https://www.sitra.fi/aiheet/megatrendit/>

THL. 2015. Läpimurtotutkimus: Elintapaneuvonta ehkäisee muistihäiriöitä. <https://www.thl.fi/fi/-/lapimurtotutkimus-elintapaneuvonta-ehkaisee-muistihairioita>