

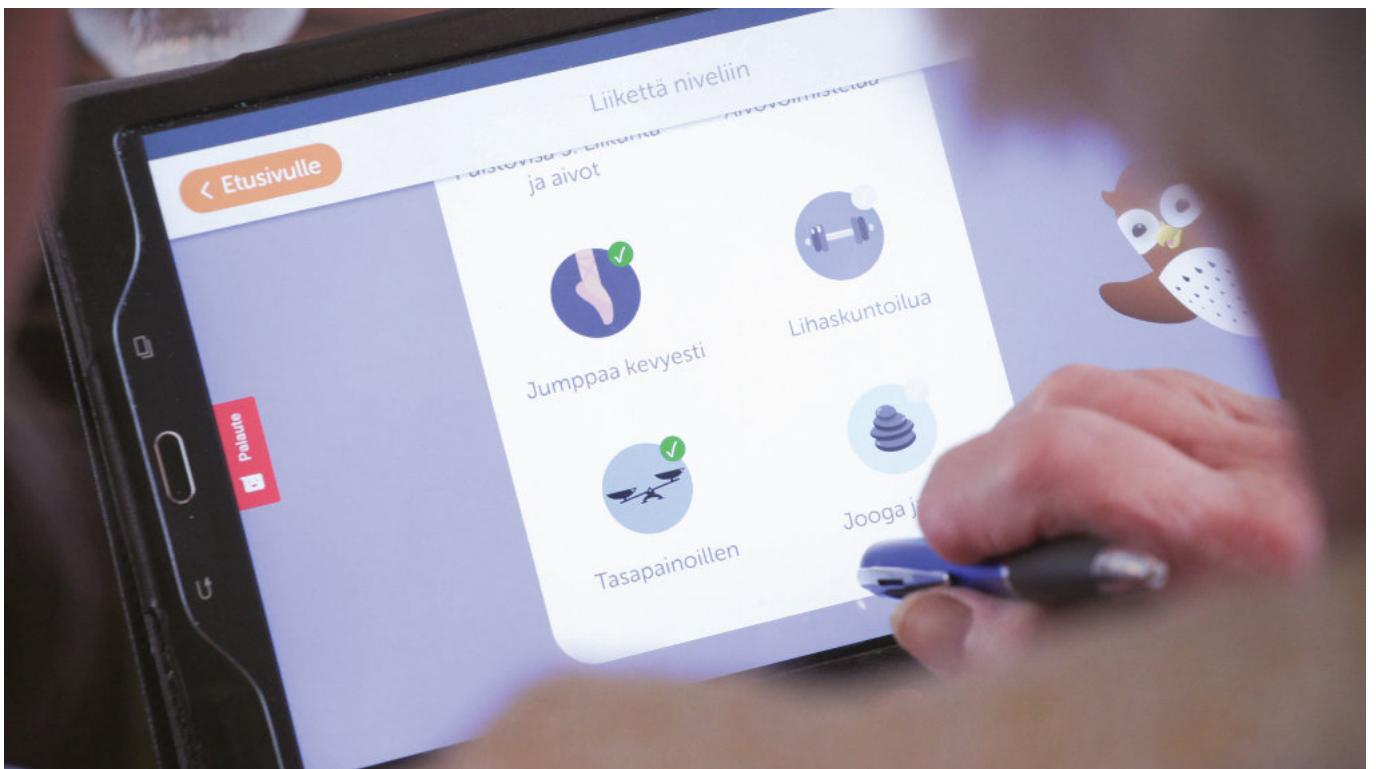


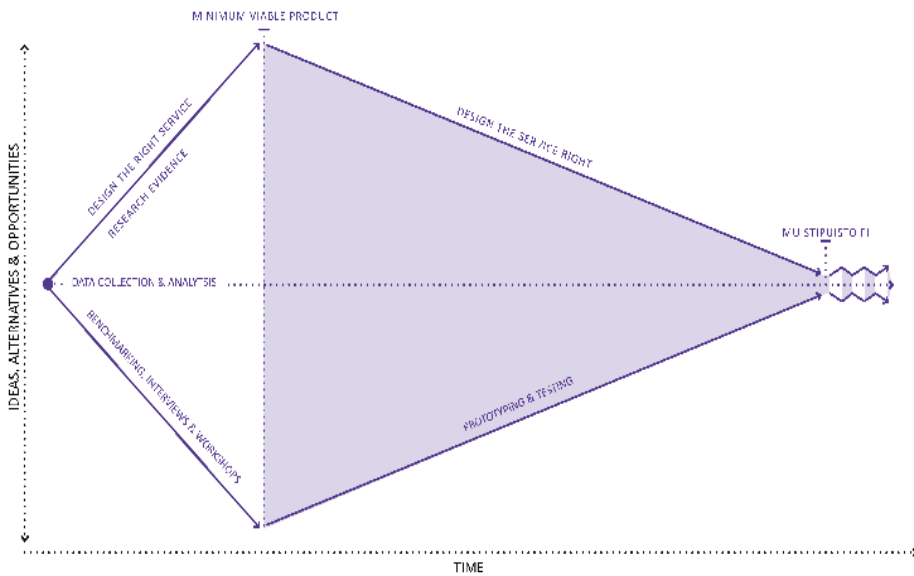
HELENA LAUNIAINEN

Helena on työskennellyt 35 vuotta sosiaali- ja terveysalan tutkimus-, kehittämis- ja opetustehtävissä. Nykyinen työ keskittyy ikääntyvien asuminen ja muiden palveluiden yhteiskehittämiseen.

Aivoterveyttä Muistipuisto[®]-verkkopalvelusta

Aivoterveysten edistämiseen keskittyvä maksuton muistipuisto.fi-palvelu on esimerkki monialaisen palvelumuotoiluprosessin tuloksena syntyneestä ikääntyville suunnatusta digitaalisesta palvelusta. Syyskuussa 2018 julkaistun palvelun ajankohtainen aihe ja pelillisyyttä hyödyntävä toteutustapa ovat innostaneet Muistipuistoon jo yli 70 000 kävijää.





Kuvio: Muistipuiston muotoiluprosessi

Suomalainen sosiaali- ja terveydenhuolto käy läpi merkittävää uudistusta, jossa digitalisaatiolla on tärkeä rooli. Yleisesti digitalisten teknologioiden odotetaan parantavan terveys- ja hyvinvointipalvelujen valtakunnallista saatavuutta, esteettömyyttä ja yhdenvertaisuutta. Lisäksi digitaaliset teknologiat ja palvelut luovat aiempaa paremmat mahdollisuudet kansalaisten oma-aloitteiseen terveyden ja hyvinvoinnin seurantaan ja edistämiseen. Digitalisaatio tarjoaa uusia mahdollisuuksia myös muistisairauksien hoitoon ja kuntoutukseen sekä kaikkien ikääntyvien aivoterveyden ylläpitämiseen. Kun tähän liitetään hyötypeleistä tuttuja elementtejä, saadaan portaalilla monipuolisempia oppimis- ja toimintamahdollisuuksia. Muistipuistossa em. tekijät yhdistyvät ennakkolottomasti tarjoten palvelun käyttäjille innostavan tavan aivoterveyden edistämiseen.

Muistipuiston tausta

Muistipuisto® on muistisairaille henkilöille ja aivoterveydestään kiinnostuneille ikääntyville suunnattu helppokäyttöinen verkkopalvelu, jossa aivoterveyttä ja toimintakykyä ylläpitävä tieto, vinkit ja harjoitukset yhdistyvät ainutkertaisella tavalla. Vastaavaa alan tutkimustietoon perustuvaa ja Kansallisen muistiohjelman (2015) mukaisesti toimintakykyä ylläpitävää kokonaisuutta ei Suomessa ole muistisairauden alkuvaiheessa oleville henkilöille ja aivoterveydestään kiinnostuneille ikääntyville. Yksittäisiä sovelluksia ja tehtäviä on mm. kognition, liikunnan ja ravitsemuksen alueilta. Eri käyttäjäryhmille tarkoitettuja portaalteja on useita, mutta niiden käytettävyydessä ei ole huomioitu muistisairaiden henkilöiden tai ikääntyvien tarpeita.

Muistipuisto sisältää kuusi tutkimustiedon ja käyttäjien tarpeiden perusteella valittua aivoterveyden ja toimintakyvyn teema-alueita. Tietoa-osio koostuu monipuolisesti aivoterveyden edistämistä käsittelevästä teoriatiedosta. Treenejä aivoille sisältää tarkkaavaisuuden, muistin hahmottamisen ja päättelyn harjoituksia. Liikettä niveliin-osio tarjoaa kehoa ja aivoja virkistävää liikuntaa. Mielen tasapainoa-osio tarjoaa mielen hyvinvoinnin, läsnäolon ja rentoutumisen harjoituksia. Musiikkia ja muistelua -osiesta löytyy muistelun aiheita musiikista, valokuvista ja visaista. Terveelliseen ravitsemukseen saa vinkkejä Aivoterveellistä ruokaa -osiesta, joka sisältää helppoja ruokareseptejä päivän jokaiselle aterialle.

Muistipuiston ideointi lähti muistisairaiden henkilöiden ja aivoterveydestään kiinnostuneiden ikäihmisten tarpeista ja toiveista, mutta helppokäyttöinen palvelu sopii kaikille terveydestään huolehtiville ikääntyville.

Muistipuisto on luotu käyttäjien näkökulmaa painottavana palvelukokemuksen palvelumuotoilua hyödyntäen yhteiskehittelyinä. Kehittämiseen on osallistunut teknologian, tuotesuunnittelun ja terveydenhuollon asiantuntijoiden ohella liki 2000 henkilöä. Mukana on muistisairaiden henkilöiden lisäksi ollut heidän läheisiään, aivoterveydestä kiinnostuneita ikääntyneitä, vapaaehtoistoimijoita ja ammattilaisia.

Muistipuiston kehitystyö käynnistettiin selvittämällä, millainen palvelun tulee olla, jotta se vastaa tulevien käyttäjien tarpeisiin. Vastausta kysymykseen ”Millainen palvelu on oikeanlainen?” haettiin kolmen rinnakkaisen polun kautta. Ensimmäinen polku oli perehtymisen aivoterveyttä käsitteleviin tutkimuksiin, jotka antoivat palvelun sisällöllisiä valintoja ohjaavaa tietoa.

Edellisessä vaiheessa kertyneen tiedon perusteella Muistipuistosta luotiin ensimmäinen pilottiversio, jota kokeiltiin käyttäjien kanssa. Kokeilusta saatu konkreettinen käyttäjäpalaute ohjasi kehitystyötä edelleen. Kehitysprosessi eteni siten, että eri kehitysversioita testattiin järjestelmällisesti käyttäjien kanssa aidoissa käyttötilanteissa. Olennaista oli varmistua, että Muistipuisto rakentuu oikealla tavalla vastaten käyttäjiensä tarpeita. Tämä tarkoittaa, että kehitysprosessissa on kerätty jatkuvasti tietoa, joka on analysoitu ja palautettu takaisin palvelun edelleen kehittämiseen palvelumuotoilun keinoin.

Edellisessä vaiheessa kertyneen tiedon perusteella Muistipuistosta luotiin ensimmäinen pilottiversio, jota kokeiltiin käyttäjien kanssa. Kokeilusta saatu konkreettinen käyttäjäpalaute ohjasi kehitystyötä edelleen. Kehitysprosessi eteni siten, että eri kehitysversioita testattiin järjestelmällisesti käyttäjien kanssa aidoissa käyttötilanteissa. Olennaista oli varmistua, että Muistipuisto rakentuu oikealla tavalla vastaten käyttäjiensä tarpeita. Tämä tarkoittaa, että kehitysprosessissa on kerätty jatkuvasti tietoa, joka on analysoitu ja palautettu takaisin palvelun edelleen kehittämiseen palvelumuotoilun keinoin.

Palvelun kirjautuminen on esimerkki ominaisuudesta, johon käyttäjäpalaute on vaikuttanut merkittävästi. Muistipuiston perusajatus oli luoda palvelu, jossa hyödynnetään pelimaailmasta tuttuja käyttäjiä motivoivia ja ohjaavia elementtejä. Parhaiten tämä olisi toteutunut, jos palvelu tunnistaisi käyttäjän kirjautumisen perusteella. Muistipuiston käyttäjille kirjautuminen osoittautui kuitenkin hankalaksi ja jopa kynnyskysymykseksi käytölle. Näin ollen Muistipuistoon on tuotu ohjaavuutta geneerisemmin tavalla, joka ei edellytä käyttäjän kirjautumista.

Palvelun onnistuminen

Käyttäjiltä saadun palautteen mukaan Muistipuisto on kattava, asiantunteva ja sisällöllisesti perusteltu kokonaisuus, jossa harjoitukset ja asiatekstit yhdistyvät mielekkäällä tavalla. Harjoittelu Muistipuistossa vaikuttaa positiivisesti mielialaan ja käyttäjät ovat viihtyneet parhaimmillaan harjoitusten äärellä melkein kaksi tuntia. Positiivista on, että moni on ottanut harjoittelun säännölliseksi tavakseen. Sivuston käyttäjädatan mukaan tällä hetkellä jo yli puolet istunnoista on palaavilta käyttäjiltä – tämä kertoo Muistipuiston sisältöjen mielekkyydestä ja pelilliseen tyyliin toteutetun palvelun kouttavuudesta.

Miina Sillanpään Säätio ja Muistiliitto ovat kehittäneet maksuttoman Muistipuisto.fi -palvelun hankkeessa, jolle Sosiaali- ja terveysministeriö on myöntänyt STEA:n kautta avustusta Veikkaus Oy:n pelituoista vuosina 2016–2019. www.muistipuisto.fi