

## **Ikääntyneiden kuntoutusta ja toimintakyvyn tukea pitää uudistaa**

Suomessa ikääntyvien kuntoutusta ja toimintakyvyn tukea toteuttavat hyvinvointialueet, mutta myös Kela, yksityiset palveluntuottajat ja järjestöt. Kuntoutuksen toimintamallit vaihtelevat alueittain ja palvelujen toteutuminen on satunnaista. Ikääntyvät ovat keskenään eriarvoisessa asemassa sen suhteen, saavatko he tukea toimintakykyensä ja kuntoutumiseensa.

Hyvinvointiyhteiskunnan rahoituspohja rapautuu. On selvää, ettei hyvinvointipalveluihin käytetty rahoitus voi lisääntyä samassa suhteessa ikääntyneiden määrän kasvun kanssa. Toisaalta kansainvälisiin vertailuihin nojautuen on myös todettu, että Suomi käyttää rahoitusta vanhuspalveluihin suhteessa vähemmän kuin moni muu länsimaa

Väestöennusteiden mukaan yli 65-vuotiaiden osuus Suomessa kasvaa lähes 26 prosenttiin vuoteen 2030. Samalla yli 85-vuotiaiden ihmisten määrä kasvaa nopeasti. Kuntoutuksen toimintatapoja on välttämätöntä muuttaa ja ottaa käyttöön uusia konsepteja. Järjestöjä tarvitaan tarjoamaan kynnyksetöntä apua ja tukea ikääntyneille.

***Tarvitsemme Suomeen ikääntyvien kuntoutuksen ja toimintakyvyn tuen määrätietoista uudistamista. Tulokselliset, vaikuttavat toimenpiteet ja kuntoutusmuodot pitää koota yhteen. Ikääntyvien kuntoutusta koskevaa kansallista kehittämistyötä ja tulosten levittämistä tulee koordinoida.***

## **Kuntoutus ja toimintakyvyn tukeminen kannattaa inhimillisesti ja taloudellisesti**

Vauramon ym. (2017) tutkimusten mukaan maksamme kuntoutuksen puutteen vuoksi vuosittain yli puoli miljardia euroa ylimääräisiä kustannuksia. Kuntoutuksen vähäisyys tai puuttuminen ikääntyneen väestön palveluissa on yksi keskeinen ongelma Suomessa (Jansson ym. 2022). Tämä muodostaa myös eettisen haasteen. ***Miksi emme edistä ikääntyneiden kuntoutusta ja toimintakykyä, vaikka toiminnan hyödyistä on tutkimuksellista näyttöä?***

Ikääntyvien tuleekin saada yhdenvertaisesti esimerkiksi kuntoutusohjausta, toimintakyvyn arviointeja ja arvioinnin pohjalta toteutettuja yksilöllisiä kuntoutussuunnitelmia.

## **Kuntoutus ja toimintakyvyn ylläpitäminen liittyvät kaikkeen arjen toimintaan – ikääntyneillä erityiset painopisteet**

Kuntoutus ja riittävä toimintakyky liittyvät kaikkeen arjen toimintaan. Kuntoutus kattaa fyysisen, sosiaalisen, psyykkisen ja kognitiivisen toimintakyvyn osa-alueet.

Ikääntyneiden kohdalla erityisiä huomioitavia asioita kuntoutumisessa ovat liikkuminen, ravitsemus, uni, mielen hyvinvointi sekä sosiaalinen ja fyysinen asuinympäristö. Kuntoutukseen kuuluu myös ikääntyneen toimintaympäristöjen monipuolinen kehittäminen. Kuntoutus ei tue pelkästään kuntoutujaa, vaan on tärkeä osa lähipiirin hyvinvoinnin edistämistä.

Muistisairaiden ikääntyneiden osuuden kasvaessa tarvitaan muistia tukevaa kognitiivista kuntoutusta. Muistisairaudet ovat eteneviä neurologisia sairauksia, jolloin toimintakyvyn ylläpitäminen ja tukeminen on erityisen tärkeää.

Suomessa on noin 200 000 muistisairasta, joista suurin osa asuu kotonaan. Kotona asuvien muistisairaiden ja heidän omaistensa toimintakyvyn tukeminen onkin tärkeää.

Tuore THL:n tutkimus (2023) tuo esille ikääntyneiden yksinäisyyden ja turvattomuuden tunteet kotihoidossa. Kotihoidon asiakkaista peräti joka kolmas kokee yksinäisyyttä. Lisäksi joka kuudes asiakas tai hänen läheisensä arvioi, että asiakkaan olisi parempi asua muualla kuin kotona. Tutkijoiden mukaan yksinäisyys sekä erilaisiin palveluihin hakeutuminen kertovat todennäköisesti ikääntyneiden turvattomuuden tunteesta ja siitä, ettei apua ole riittävästi tarjolla ja saatavilla.

## **Kuntoutuksen uudistamiskomitean esityksiä on tärkeää viedä käytäntöön**

Kuntoutuksen uudistamiskomitean mietinnössä (2017) on kolme tärkeää ehdotusta ikääntyvien kuntoutuksen kehittämiseksi:

1. asiakas- ja palveluohjauksen toimintamallin käyttöönotto kaikkialla Suomessa ikääntyvien palveluissa,
2. kotikuntoutuksen käyttöönotto sekä sen lisääminen osaksi asiakas- ja palveluohjausprosessia sekä
3. sotaveteraanien kuntoutuksesta kertyneen osaamisen hyödyntäminen ikääntyvien avokuntoutuksessa.

Vastuu komitean ehdotusten käyttöönotossa on pitkälti hyvinvointialueilla. Kuntoutusasiat ja kuntoutuksen kehittäminen edellyttävät kansallista koordinaatiota. ***Olemassa olevat vaikuttavat toimintamallit on saatava leviämään.***

Pääministeri Orpon hallitusohjelmassa korostetaan vaikuttaviksi arvioitujen toimintamallien käyttöönottoa hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi. Tämä koskee myös kuntoutusta. On tärkeää, että ikääntyneiden näkökulmat näkyvät hallituskaudella valmisteltavassa terveys- ja hyvinvointiohjelmassa ja sote-alan järjestöt pääsevät valmisteluun ja toimeenpanoon mukaan.

Orpon hallitusohjelman mukaan järjestöavustuksia osoitetaan kolmannen sektorin ja muun muassa seurakuntien toimijoille kotona asuvien ikäihmisten ja omaishoitajien toimintakyvyn ylläpitämiseksi sekä etsivän että löytävän työn tehostamiseksi. STEA on parhaillaan valmistelemassa uutta ikääntyvien hyvinvointia edistävää ohjelmaa. Kuntoutuksen kehittäminen tulisi saada osaksi ohjelmaa.

Sosiaali- ja terveysministeriö on luonteva taho johtamaan kansallista ikääntyvien kuntoutuksen ja toimintakyvyn tuen kehittämistä. Ministeriöön tarvitaan kuntoutuksen koordinaation vakituinen vastuhenkilö, joka vastaisi myös ikääntyneiden kuntoutusasioista.

## **Esityksemme**

1. Kootaan yhteen tulokselliset ja vaikuttavat ikääntyvien kuntoutumista ja toimintakykyä tukevat toimintamallit ja sosiaaliset innovaatiot tutkijoilta, hyvinvointialueilta, kunnista, Kelasta, järjestöistä ja yksityisiltä palveluntuottajilta.
2. Painotetaan hyvinvointialueiden ohjauksessa ikääntyneiden toimintakyvyn ja itsenäisen selviytymisen merkitystä sekä vahvistetaan alueiden järjestämisvastuuta ko. kohderyhmästä.

3. Lisätään tietoisuutta ikääntyvien oikeudesta kuntoutukseen. Kootaan yhteen kuntoutusmahdollisuudet ja välitetään tätä koskevaa tietoa hyvinvointialueille, kuntiin, järjestöihin ja ikääntyville ihmisille (mm. vanhusneuvostojen ja järjestöjen kautta).
4. Edistetään ikääntyvien kuntoutusta koskevaa TKI-toimintaa ja tehdään toiminnan tuloksia näkyviksi viestinnässä, tilaisuuksissa jne.
5. Tuetaan erillisrahoituksella vaikuttavien ikääntyvien toimintakykyä ja kuntoutusta koskevien toimintamallien kehittämistä, käyttöönottoa ja valtakunnallista levittämistä. Kohdennetaan rahoitusta julkiselle, yksityiselle ja kolmannelle sektorille sekä niiden yhteishankkeisiin. Toteutetaan myös kokeiluja ja pilotteja entistä tuloksellisempien toimintamallien aikaansaamiseksi.
6. Otetaan sote-järjestöt mukaan kaikkien keskeisten ohjelmien kuten terveys- ja hyvinvointiohjelman sekä muiden toimenpiteiden valmisteluun ja toteutukseen mukaan.

**Helsingissä 8.12.2023**

### **Vetoomuksen allekirjoittajat**



Soile Kuitunen  
Toimitusjohtaja  
Miina Sillanpään Säätiö



Marja Kinnunen  
Toiminnanjohtaja  
Tuki ja liikuntaelinliitto Tule ry



Anni Lausvaara  
Toiminnanjohtaja  
Vanhustyön keskusliitto