



# OMAISET JA LÄHEISET



**Parkinsonliitto ry**

Liikehäiriösairaiden asialla

# OMAISET JA LÄHEISET

Omaishoito on elämäntilanne, jossa sairaus ja vammaisuus, auttaminen ja tukeminen sovitaan eri tavoin perheen elämään. Omaishoitotilanteessa sekä hoidettava että hoitaja, koko omaishoitoperhe, tarvitsee tukea. Omaishoittoon liittyy aina elämänmuutos, jonka perheenjäsenen sairastuminen tai vammautuminen aiheuttaa. Omaishoito vaikuttaa koko perheen elämään.

Omaishoitajan työkenttänä on toisen ihmisen arjesta ja hyvinvoinnista huolehtiminen. Omaishoitaja huolehtii, usein yksin, läheisensä ruokailusta, peseytymisestä, pukeutumisesta, lääkähoidosta ja moni myös sairaanhoidollisista toimenpiteistä.

Omaishoitaja seuraa läheisensä vointia, huolehtii riittävästä unesta, levosta ja liikunnasta sekä on tukena erilaisten käyttäytymiseen liittyvien muutosten keskellä. Auttamisen ja hoivatyön rinnalla omaishoitajan on hallittava myös palvelujärjestelmän kiemurat.

Usein kotona selviytyminen edellyttää läheisiltä kuitenkin tiivistä ja vaativaa huolenpitoa ja hoitamista. Kun tilanne poikkeaa tavanomaisesta perhesuhteisiin kuuluvasta auttamisesta ja hoito on sitovaa ja vaativaa, tulisi sitä tukea myös yhteiskunnan toimenpitein. Heti, kun perheessä herää kysymys mahdollisesta omaishoitotilanteesta, kannattaa olla yhteydessä kotikunnan sosiaalitoimistoon ja selvittää mahdollisuuksiin saada apua ja tukea.

Omaishoito tarvitsee tuekseen neljä tukipilaria:

- tuki ja palvelut hoidettavalle
- hoidon onnistumiseksi tarvittavat hoitotarvikkeet, apuvälineet ja asunnon muutostyöt
- riittävä taloudellinen tuki ja palvelut omaishoitajalle

- omaishoitajalle henkistä tukea ja vapaa-aikaa omaishoidosta

Omaishoitotilanteessa on monia kriittisiä kohtia, joissa tuen ja ohjauksen tarve korostuvat. Siirtymävaiheet, kuten palvelujärjestelmän asiakkaaksi tuleminen omaishoidon alkuvaiheessa, kotiutumiset, sijaishoidon järjestelyt sekä kodin ulkopuoliseen hoivaan muuttaminen ovat kohtia, joissa perhettä tulisi erityisesti tukea ja miettiä palvelujen kokonaisuutta. Tällä estetään ihmisen kokoisten aukkojen syntyminen palvelujärjestelmässä. [www.omaishoitajat.fi](http://www.omaishoitajat.fi)

## PARKINSONLIITON OMAISTOIMINTA

Parkinsonliiton omaistoiminta pyörii monella paikkakunnalla. Omaiset osallistuvat ahkerasti liiton ja sen jäsenyhdistysten toimintaan läheistensä rinnalla, mutta omaisille on myös omaa vertaisryhmätoimintaa.

Omaisryhmien vastuuhenkilöille liitto antaa tukea, materiaaleja ja koulutusta. Kiinnostuitko? Haluatko perustaa omaisten vertaistukiryhmän? Ole rohkeasti yhteydessä liiton omaistoiminnan yhteyshenkilöön tai alueesi järjestösuunnittelijaan. Tuemme ryhmän perustamisessa.

### Yhteyshenkilö

järjestösuunnittelija Heljä Tuomi  
[helja.tuomi@parkinson.fi](mailto:helja.tuomi@parkinson.fi)  
p. 040 092 4032

## VERTAISTUKEA NETISSÄ

Kaikki ryhmät ovat vapaaehtoisten vetämiä ja niissä käydyt keskustelut luottamuksellisia.

Parkkisten omaisten ryhmä on tarkoitettu Parkinsonin tautia sairastavien omaisille. Ryhmässä puhutaan avoimesti ja luottamuksellisesti. Tarkoitus on tukea toisiaan, jakaa kokemuksia ja puhua asioista. **Ryhmä löytyy FB:n haulla, ja mukaan pääsee lähettämällä pyyntö.**

Parkinson läheiset -ryhmä on omaisten vertaistuki- ja inforyhmä, jossa kerrotaan Parkinsonin tautiin liittyvistä asioista ja ajankohtaisista tapahtumista. Ryhmään hyväksytään jäseneksi

vain Parkinsonin tautia sairastavien läheisiä. **Ryhmä löytyy FB:n haulla, ja mukaan pääsee lähettämällä pyyntö.**

Alkuvaiheen Parkinson omaiset on vertaistukiryhmä, jossa jaetaan kokemuksia ja annetaan tukea samassa elämäntilanteessa olevien omaisten kesken. Ryhmään hyväksytään jäseneksi vain omaisia, joiden läheinen on sairastanut Parkinsonin tautia tai Parkinson plus -tautia alle kolme vuotta. **Ryhmä on salainen eli se ei löydy FB:n haulla. Ryhmään liitytään lähettämällä jäsenpyyntö sähköpostilla APO.jasenpyynnot@gmail.com.**

Parkinsonliiton omaisryhmien yhteyshenkilöt			
Kuopio	Maija Kauhanen	p. 040 768 9839	mkauha@gmail.com
Mikkeli	Pirkko Hytönen	p. 040 707 7459	pihy@windowslive.com
Päijät-Häme	Annikki Estola	p. 045 323 0347	ansku56@hotmail.com
Savonlinna	Elsa Räisänen	p. 044 255 7179	elsa.raisanen@gmail.com
Tampereen päiväryhmä	Taina Pensasmaa	p. 050 358 9904	t.pensasmaa@gmail.com
Tampereen iltaryhmä	Siiri Vilen	p. 040 734 8251	siiri.vilen@pp1.inet.fi
Uusimaa	Anja Roine	p. 040 823 3872	anjaroine@gmail.com
Uusimaa	Tuula Sarvas	p. 050 357 3396	tuula.sarvas@kolumbus.fi
Turku	Ulla-Maija Saarni	p. 040 706 0602	ulla-maija.saarni@fimnet.fi
Omaisten vertaistukihenkilöt			
Etelä-Savo	Pirkko	p. 040 707 7459	pihy@windowslive.com
Lounais-Häme	Heikki	p. 050 545 8043	
Uusimaa	Anja	p. 040 823 3872	anjaroine@gmail.com
Varsinais-Suomi	Anne	p. 044 333 2626	

Parkinsonliitto ry  
PL 905  
20101 Turku  
[parkinsonliitto@parkinson.fi](mailto:parkinsonliitto@parkinson.fi)  
vaihde 02 2740 400