

Innovatiiviset etäkuntoutuspalvelut



Sjögren T¹, Anttila M-R¹, Kivistö H¹, Haapaniemi V^{1,2}, Paajanen T^{1,2}, Piirainen A¹.

1 Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, 2 Matematiikan ja tilastotieteen laitos, Jyväskylä yliopisto

Avainsanat kuntoutus, teleterveydenhuolto, etäpalvelut, kuntoutujat, elämänlaatu, sydäntaudit, tuki- ja liikuntaelinten taudit, työkyky, toimintakyky, painonhallinta, terveydenhuoltohenkilöstö, motivaatio, käytettävyys.

- Tutkimuksen tausta ja tavoitteet** Tutkimuksen tarkoituksena kehittää etäteknologian käyttöä Kelan laitospalveluissa ja työhyvinvointipalveluna toteutetussa etäkuntoutuksessa. Kuntoutusryhminä olivat sydänkuntoutukseen osallistuneet, tuki- ja liikuntaelinsairauksia sairastavat ja ammatillisen työkyvyn tuen tarpeessa olevat asiakkaat. Ensimmäisenä tutkimuksen tavoitteena oli arvioida eri kuntoutusmallien vaikuttavuutta asiakkaiden fyysiseen toimintakykyyn ja koettuun elämänlaatuun sekä etäteknologiaa hyödyntävän kuntoutuksen osallistumiseen. Toisena tavoitteen oli kartoittaa asiakkaiden ja henkilökunnan kokemuksia etäteknologiasta osana tavanomaista kuntoutusta ja etäkuntoutusta.
- Tutkimusmenetelmät** Tutkimukseen osallistui 79 asiakasta ja yhdeksän kuntoutustyöntekijää. Asiakkaiden keski-ikä oli 50,6 vuotta (60 % miehiä). Ryhmähaastatteluihin osallistui 39 asiakasta (49 % miehiä). Määrällisissä analyyseissä tarkasteltiin kuntoutusmallien ja -ryhmien sisäisiä ja/tai niiden välisiä eroja muuttujien keskiarvoja vertailemalla. Tutkimuksen haastatteluaineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

Kuvio. Etäkuntoutuksen ja etäteknologian käytön edellytykset kuntoutuksessa



- Tulokset** Kuntoutuksen alussa asiakkailta oli selkeitä toimintakykyyn liittyviä riskitekijöitä ja hyvinvoinnin vajetta. He olivat ylipainoisia ja liikkuvat vähän ja heidän hengitys- ja verenkiertoelimistönsä kunto oli heikko. Lisäksi heidän oma arvionsa fyysisestä ja sosiaalisesta elämänlaadustaan oli alle väestön keskiarvon. Kuuden kuukauden kuntoutuksen aikana asiakkaiden fyysisessä aktiivisuudessa ja vyötärön ympärysmittassa tapahtui tilastollisesti ja kliinisesti merkitsevää parannusta. Fyysiseen aktiivisuuteen liittyvä myönteinen kehitys tapahtui tavanomaisessa kuntoutuksessa ja painonhallintaan liittyvä myönteinen kehitys yhdistelmä kuntoutuksessa, jossa hyödynnettiin tavanomaisen kuntoutuksen lisäksi etäteknologiaa. Kuntoutus ei kuitenkaan edistänyt hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa tai koettua elämänlaatua. Haastattelun perusteella tuli esille, että asiakkaille on mahdollistettava oma ohjauksellinen polku huomioiden heidän tekninen osaamisensa ja motivaationsa sekä halukkuutensa teknologian käyttöön. Asiakkaat toivoivat, että monia ohjelmia olisi helppo käyttää samanaikaisesti ja eri ohjelmia helppo synkronoida. Lisäksi havaittiin, että teknologian käyttö kuntoutuksessa voisi aiheuttaa liian suuren stressitekijän niille asiakkaille, joilla ei ole riittävästi teknistä osaamista ja kiinnostusta sen omaksumiseen tai joilla sairauden tai muiden henkilökohtaisten syiden vuoksi ei ole riittävästi kykyä tai motivaatiota. Henkilökunnan haastatteluissa pidettiin tärkeänä sitä, että osaamisen varmistamiseksi järjestetään täydennyskoulutusta teknologiaan ja verkkotyöskentelyyn liittyvien ohjaus- ja valmennusmenetelmien hallintaan sekä työn uudelleen organisointiin (kuvio).
- Pohdinta** Tulevaisuudessa tulee kiinnittää enemmän yksilölliseen teknologian käytön hyödyn arviointiin, jossa huomioidaan tekninen osaamisen taso ja teknologian käytön merkitys osana kuntoutumista. Lisäksi sekä asiakkaille että kuntoutushenkilökunnalle on annettava riittävästi tukea ja ohjausta teknologian käytössä, jotta etäteknologian käytöllä tai etäkuntoutuksella on edellytykset tuottaa vaikuttavaa ja merkityksellistä kuntoutumista ja kuntoutusta.