



Toimivat palkeet -hankkeessa tavattiin, havainnoitiin ja haastateltiin useita ikääntyviä hengityssairaita. Näiden keskusteluiden perusteella kiteytettiin 20 asiaa, jotka parantaisivat hengityssairaiden omahoitovalmiuksia ja pärjäämistä. Hankkeessa näitä esiin tulleita asioita kutsuttiin teeseiksi, mutta niiden avulla voidaan myös määritellä hengityssairaahan hoidon laatua.

1. Ikääntyvän hengityssairaahan tulee tietää ja ymmärtää, mitä hän sairastaa.
2. Ikääntyvällä hengityssairaalla tulee olla nimetty omahoitaja.
3. Terveystieteidenhuollossa tulee selvittää ja kirjata, mitä digitaalisia palveluja asiakas käyttää.
4. Lääkehoitoon liittyvään ohjaukseen tarvitaan selkeät, kuvalliset ohjeet.
5. Lääkeinhalaattorien oikea käyttö tulee tarkistaa jokaisella hengityssairautteen liittyvällä vastaanottokäynnillä.
6. Apteekissa tulee aina lääkkeitä haettaessa varmistaa, että asiakas tietää, miten hengityssairauksien lääkkeitä vaikuttavat. Inhalaatiotekniikka tulee tarkistaa tai ainakin keskustella oikeasta lääkkeenottotekniikasta.
7. Ikääntyvällä hengityssairaalla tulee olla käytössä lääkekortti.
8. Ikääntyvällä hengityssairaalla tulee olla puhelinnumero, mihin hän voi ottaa yhteyttä ongelmatilanteissa. Puhelinnumero ei saisi olla takaisinsoittojärjestelmässä.
9. Sairauden pahenemisvaiheen varalle hengityssairaalla tulee olla ohje, mihin hän ottaa yhteyttä tai miten muuten hänen tulee toimia.
10. Kotihoidossa ja tuetussa palveluasumisessa ikääntyvä hengityssairas tarvitsee usein tukea lääkehoidon toteutukseen. Lääkkeistä tulee olla selkeät ohjeet ja kuvat henkilökuntaa varten.
11. Kotihoidossa tulisi olla hengityssairauksiin perehtyneitä vastuuhoidajia.
12. Ikääntyvän hengityssairaahan omahoidon ohjaukseen kuuluu tupakoinnin lopettamisesta tukeminen sekä liikkumiseen ja ravitsemukseen liittyvä ohjaus. Terveystieteidenhuollossa tulee olla selkeitä ikääntyvän arkeen sopivia ohjeita.
13. Terveystieteidenhuollossa tulee tehdä resurssien mukaan kirjallinen terveys- ja hoitosuunnitelma. Asiakkaan kanssa tulee keskustella hoidon tavoitteista ja varmistaa, että asiakkaan oma mielipide tulee huomioiduksi.
14. Terveystieteidenhuollossa tulee tietää, minkälaisia muita palveluja (järjestöt, liikuntapalvelut, mielen hyvinvointi) ikääntyville hengityssairaille on paikkakunnalla tarjolla ja heitä tulee ohjata palvelujen piiriin.
15. Ikääntyvien hengityssairaiden tulee ottaa vastuu omasta sairaudestaan ja etsiä tietoa omahoidon tueksi. On kuitenkin huomioitava, että ikääntyvän kyky pärjätä arjessa riippuu siitä, kuinka paljon voimavaroja on käytettävissä suhteessa elämän haasteisiin.
16. Paikallisten Hengitysyhdistysten ja Allergia- ja Astmayhdistysten tulee varmistaa, että terveystieteidenhuollossa ja apteekkeissa on ajantasaista tietoa heidän toiminnastaan. Yhdistystoiminnassa tulee ottaa huomioon ikääntyvien hengityssairaiden tarpeet.
17. Terveystieteidenhuollon edustajien, apteekkien ja paikallisten yhdistysten tulee koota yhteistyöryhmä, joka kokoontuu kaksi kertaa vuodessa keskustelemaan hengityssairaiden palveluihin liittyvistä ajankohtaisista asioista ja yhteistyöstä. Terveystieteidenhuollon edustaja toimii ryhmän kokoonkutsujana.
18. Paikkakunnalla tulee järjestää vuosittain astman ja keuhkohtaumataudin hoitoon liittyviä tietopäiviä tai yleisötilaisuuksia. Terveystieteidenhuollon tulee osallistua tilaisuuksien kustannuksiin, tarjota asiantuntemustaan ja ohjata hengityssairaita näihin tilaisuuksiin.
19. Ikääntyvän hengityssairaahan omainen tulee ottaa mukaan vastaanottokäynnille ja hoitoneuvotteluihin varsinkin silloin, kun tuen tarve lisääntyy.
20. Sairaudesta edetessä vaikeaa hengityssairautta sairastavalle ja omaiselle tulee kertoa palliativisesta hoidosta.