

# Rehabilitatsiooniprogrammi „ELUS EDASI KÄSIKÄES“ kokkuvõte

## 1. Rehabilitatsiooniprogrammi valdkond

### Sotsiaalne rehabilitatsioon

X elamine ( või igapäevaelu)

## 2. Rehabilitatsiooniprogrammi osutamise piirkond

X üle Eesti

## 3. Rehabilitatsiooniprogrammi osutamise keskkond

X rehabilitatsiooniasutus

X kodu

X muu Seto Talumuuseum

Käesoleva rehabilitatsiooniprogrammi „ELUS EDASI KÄSIKÄES“ sihtgrupiks on eakad, (pensioniiikka jõudnud) Parkinsoni tõvega inimesed (korraga osaleb programmis kuni 8 inimest, grupi suurus vajalik grupitööde eesmärgipõhiseks läbiviimiseks), kellel on WHO DAS 2.0 alusel läbiviidud rehabilitatsioonivajaduse hindamisel selgunud vähemalt mõõdukas probleem vähemalt kahes hindamisvaldkonnas.

SKA juhtumikorraldaja poolt rehabilitatsiooniprogrammi suunatud kliendi esmane kontakt programmi sisenemiseks toimub programmi koordinaatoriga (Saima Salomon tel. 79-99155, saimas@hot.ee).

Parkinsoni tõvega inimeste probleemiks on eelkõige süveneva iseloomuga terviseolukorra tõttu sageli liikumis- ja kõnefunktsioonide häirumine, erinevalt väljenduvad raskused igapäevaste tegevuste läbiviimisel, väsimus, meeolu alanemine jt. Sageli kujunevad raskused eneseväljendamisel nii lähivõrgustikuga kui kogukonnaga suhtlemisel, mistõttu on selle sihtgrupi inimestel olemas suurem risk jääda oma süvenevate terviseprobleemidega ühiskonnas isoleerituks. Väljakujunenud haiguse korral võivad Parkinsoni tõve diagnoosiga inimesed vajada keskkonna kohandamist, abivahendeid ja kõrvalabi.

Rehabilitatsiooniprogrammi eesmärgiks on klientide tegutsemis- ja osalusvõime võimalikult pikemaajalisem säilumine/paranemine, positiivse enesehinnangu ja sotsiaalse kaasatuse toetamine. Programmiklientidele kavandatud sekkumised: arsti nõustamine, füsioterapeudi, psühholoogi, logopeedi, tegevusterapeudi, sotsiaaltöötaja ning toitumisenõustaja teenused. Individuaal- ja grupitööd rakendatakse vastavalt programmi tegevuskavale ja kliendi individuaalsetele vajadustele.

Programmi läbinud klient kasutab igapäevaselt vähemalt ühte programmi jooksul omandatud strateegiat või teadmist, suudab iseseisvalt kodukeskkonnas toime tulla vähemalt 8 tundi, säilitab või suurendab oma ühiskondlikku aktiivsust.

Rehabilitatsiooniprogramm jaguneb kolmeks omavahel lineaarselt seotud perioodiks. Esimene periood on klientide jaoks uute teadmiste ja oskuste omandamise periood, kestvusega 9 päeva. See viiakse läbi AS Põlva Haigla Rehabilitatsioonikeskuses, kus kliendid viibivad statsionaarselt kohapeal; majutus toimub rehabilitatsioonikeskuse ruumides. Esimese perioodi vältel jääb sekkumiste rõhuasetus isikukesksetele individuaaltegevustele, lisaks toetatakse juba esimesest perioodist alates täiendavalt grupitegevuste kaudu programmis osalevate klientide haigusteadlikkuse kujunemist ning piirangute vähenemist psühhosotsiaalses valdkonnas. Koostöös SA TÜK Närvikliinikuga toimub programmi klientidele koolitus nende terviseolukorra paremaks mõistmiseks ja haigusega toimetulekuks. Koolituse läbiviimisel osalevad kogenud Parkinsoni tõve ravispetsialistid.

Teine periood on uue info ja oskuste rakendamise periood, kestvusega 6 kuud, mis toimub kliendi elukeskkonnas: kliendi kodukeskkonnas ja kogukonnas. Klient rakendab programmis omandatud strateegiaid ja koduprogrammis välja toodud harjutusi oma igapäevategevustes ja suhtlusringkondades, osalemisel nii kodukeskselt kui väljaspool kodukeskkonda.

Programmi kolmas periood on kinnistumisperiood, kestvusega 5 päeva; toimub statsionaarne rehabilitatsioon koos majutusega rehabilitatsioonikeskuse ruumides: sekkumistest esikohal grupitegevused. Sel perioodil viiakse läbi kogemuste vahetamise vestlusring, kus toimub grupisekkumisena teadmiste ja kogemuste jagamine ning teemakohased arutelud konkreetse terviseolukorra korral ette tulevatest raskustest; grupiliikmetele pakutakse vajalikku emotsionaalset, sotsiaalset ja/või praktilist tuge. Jätuvad ka individuaaltegevused.

Täiendavalt toimub omandatud oskuste ja teadmiste kinnistamine rehabilitatsiooniprogrammi raames ka rehabilitatsioonikeskuse tööruumidest väljaspool asuvas loominguulises ja motiveerivas õhkkonnas - Seto Talumuuseumis.

Programmi läbinud klient on omandanud haiguse põhjustatud probleemidest ülesaamiseks palju lihtsaid oskusi, mis aitavad säilitada võimalikult suurt iseseisvust ja sõltumatust igapäevaste toimingute juures, omab teadmisi meeolulanguse leevendamiseks/ennetamiseks ning teab eduka suhtlemise strateegiaid.

Programmi rahastab Sotsiaalkindlustusamet, kaasfinantseerija on AS Põlva Haigla. Kliendi omaosalus rehabilitatsiooniprogrammis „Elus edasi käsikäes“ osalemise eest on 85 eurot (sisaldab osalist kliendipoolset rahastust majutuse ja toitlustamise kogusummast). Klientidel on võimalus soovi korral juurde osta protseduure ja teenuseid vastavalt AS Põlva Haigla hinnakirjale.

## Programmi sihtgrupp

### 1. Programmi suunamise kriteeriumid.

Sihtgrupi kriteeriumid	Lapsed (vajadusel täpsusta vanus)	Tööealine isik (16-65 aastased)	Eakas	Kommentaar
Puudespetsiifiline (täpsusta)				
psüühikahäire (v.a. vaimupuue)				
vaimupuue				
keele- ja kõnepuue				
kuulmispuue				
nägemispuue				
liikumispuue				
liitpuue				
Haigusspetsiifiline (täpsusta)			X	Parkinsoni tõbi
MUU (täpsusta)				

### 2. Lisainformatsioon ja täpsustused

<b>Programm sobib kliendile:</b>
1. kellel on diagnoositud Parkinsoni tõbi
2. kes on pensioniealine
3. kellel on WHO DAS 2.0 alusel läbiviidud eelhindamisel selgunud mõõdukas probleem vähemalt kahes valdkonnas.
4. kes on motiveeritud aktiivselt osalema programmpõhises rehabilitatsioonis
5. kes on valmis programmis õpetatud strateegiaid ja harjutusi iseseisvalt kodus praktiseerima.
<b>Programm ei sobi kliendile (vastunäidustused programmis osalemiseks):</b>
1. kellel esineb WHO DAS 2.0 järgi täielik probleem vähemalt ühes valdkonnas
2. kellel on ebastabiilne terviseolukord
3. kellel on väljendunud dementsus
4. kes pole motiveeritud programmpõhises rehabilitatsioonis osalemiseks
5. kes ei vasta programmi vanusegrupile
6. kellel ei ole võimalik tasuda programmis ettenähtud omaosalust