

II. Kokkuvõte

1. Rehabilitatsiooniprogrammi valdkond:

1.1. Sotsiaalne rehabilitatsioon

elamine (või igapäevaelu)

töövõime eelduste arendamine

2. Rehabilitatsiooniprogrammi osutamise piirkond:

Tallinn ja Harju maakond

3. Rehabilitatsiooniprogrammi osutamise keskkond:

Rehabilitatsiooniasutus

Muu (koostööpartnerite juures, avalikus ruumis jms)

Kokkuvõte

Seljaajukahjustuse järgselt toimuvad inimese organismis suured muutused, mille olemus sõltub seljaaju kahjustuse ulatusest ning kõrgusest. Vigastuse tagajärjel on raskendatud keha põhiasendite muutmine ja kehaasendite säilitamine, siirdumised ning erinevad liikumisega seotud toimingud. Samuti on probleemiks transport, olgu tegu siis liiklusvahendi juhtimise või ühistranspordi kasutamisega. Sõltuvalt vigastuse kõrgusest on vajalik kõrvalabi enesehoolduses (pesemine, tualetitoimingud, riietumine, söömine) ja igapäevaelu toimingutes (sisseostude tegemine, toiduvalmistamine, majapidamistööd). Samuti toob seljaajukahjustus kaasa ulatuslikke psühhosotsiaalseid muudatusi – inimene peab kohanema õnnetusejärgse olukorraga ja kujundama uue mina-pildi. Suurem osa vigastatutest ei parane täielikult, mistõttu on rehabilitatsioonil oluline roll võimalikult suure iseseisvuse tagamisel ning elukvaliteedi parandamisel.

Seljaajukahjustusega inimeste rehabilitatsiooniprogramm sobib lülisambatraumaga inimesele kellel esineb traumajärgselt seljaajukahjustus ning kes on läbinud aktiivse taastusravi perioodi. On oluline, et programmi suunatava inimese tervislik seisund on stabiilne, et osaleda seminaridel, kogemusnõustamisel (näiteks suudab istuda vähemalt 4,5 tundi) jt rehabilitatsiooniteenustel. Programm on mõeldud tööealistele eesti keelt kõnelevatele puuduva töövõimega või mitteaktiivsetele osalise töövõimega inimestele, kellel on Sotsiaalkindlustusameti juhtumikorraldaja poolt tuvastatud vähemalt mõõdukas piirang kahes valdkonnas (liikumine, enesehooldus, koduse toimingud või ühiskonnaelus osalemine).

Seljaajukahjustusega inimeste rehabilitatsiooniprogrammi eesmärkideks on:

- 1) inimese teadlikkuse suurendamine seljaajukahjustusest, sellega kaasnevatest mõjuteguritest ja vajalikest teenustest, toetamaks lahenduste leidmist igapäevaelus esinevatele probleemidele;
- 2) inimese emotsionaalse tasakaalu toetamine enda muutunud olukorra aktsepteerimiseks;
- 3) puudespetsiifiliste oskuste, valmisoleku ja motivatsiooni arendamine funktsioneerimisvõime iseseisvaks parandamiseks.

Paranenud teadlikkus, kõrgem motivatsioon ja programmi raames omandatud puudespetsiifilised oskused loovad eelduse inimese suuremaks osalemiseks ühiskonnaelus ja toetavad inimest enda elukvaliteedi parandamisel rehabilitatsiooniteenuste järgselt.

Seljaajukahjustusega inimeste rehabilitatsiooniprogramm koosneb seminaridest, kogemusnõustaja individuaal- ja grupiteenustest ning vajaduspõhistest rehabilitatsiooniteenustest (füsioteraapia, tegevusteraapia, psühholoogiline nõustamine jm, vastavalt inimese vajadustele individuaalselt või

perele). Rehabilitatsioonimeeskonnast on kaasatud kogemusnõustaja, psühholoog, sotsiaaltöötaja, õde, tegevusterapeut, arst ja füsioterapeut. Lisaks rehabilitatsioonispetsialistidele on kaasatud mitmed teised spetsialistid seljaajukahjustusega inimestele teenuseid osutavate asutuste hulgast. Seminaride, nendele järgneva kogemusnõustamise ning individuaalteenuste raames otsitakse lahendusi seljaajukahjustusega inimeste igapäevaeluga seotud probleemidele (näiteks sobiva ratastooli soetamine, lamatiste vältimiseks õhkpadjade valimine, tervisliku toitumise ja treeningvõimaluste osas nõustamine, töö- või kodu kohandusvajaduste hindamine jne); st lisaks teadlikkuse parandamisele arendatakse ka konkreetseid oskuseid (nt riietumine, siirdumine, toiduvalmistamine, ühistranspordi kasutamine, stressiga toimetulek jne); toetatakse inimese valmisolekut ja motivatsiooni. Samuti tutvustatakse vajalikke teenuseid (näiteks transport, kodukohandamine, abivahendid), mille taotlemine võib olla vajalik inimese elukvaliteedi parandamiseks.

Programmi kestvus on 6 kuud, mille jooksul toimub 11 grupikohtumist ning individuaalteenused vastavalt kliendi vajadustele (vt teenuste sisu ja mahud lk 28). Grupikohtumised toimuvad iga 2-3 nädala järel, ühe kohtumise kestvus ca 4,5 tundi; individuaalteenuste läbiviimine fikseeritakse kliendi tegevuskavas. Tegevused viiakse läbi Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses, samuti on planeeritud üks väljasõit (kultuuriürituse külastus, ühine õhtusöök vm) vastavalt grupi soovile.

Rehabilitatsiooniprogrammi elluviimise koostööpartnerid on Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus, Sotsiaalkindlustusamet, Lääne - Tallinna Kesksaigla Närvihaiiguste Kliinik, Tartu Ülikooli Kliinikumi Närvihaiiguste Kliinik, OÜ Autosõit, Eesti Liikumispuuetega Inimeste Liit, Eesti Invaspordi Liit jt., kelle töötajatest erialaspetsialistid on kaasatud programmi seminare lugema, lähtuvalt oma erialast.

Seljaajukahjustusega inimeste rehabilitatsiooniprogrammi oodatavad tulemused kliendi jaoks programmi lõpuks:

1. Paranenud on osaleja teadlikkus:

- a. seljaajukahjustuse olemusest ning inimene oskab vältida terviseolukorda ohustavaid mõjutegureid, mis takistavad ühiskonnaelus osalemist
- b. füüsilise aktiivsuse olulisusest ning invaspordi võimalustest, tervisliku toitumise põhimõtetest;
- c. erinevatest riiklikest ja kohaliku omavalituse poolt pakutavatest sotsiaaltoetustest ja – teenustest ning teenuste taotlemisprotsessidest;
- d. abivahenditega ja keskkonna kohandustega seonduvast asjakohasest informatsioonist ja allikatest;
- e. erinevatest õppimisvõimalustest ja töötukassa teenustest;
- f. olulistest kontaktidest kuhu vajaduse korral pöörduda.

2. Paranenud on suutlikkus tulla toime psüühilise koormusega ning leida lahendusi erinevatele enda igapäevaelus esinevatele probleemidele;

3. Paranenud on osaleja emotsionaalne tasakaal ja koostöövalmidus, ta suudab aktsepteerida enda elus toimunud traumajärgset muutust ning on valmis probleemse olukorraga tegelema.
4. Suurenenud on osaleja puudespetsiifilised oskused, valmisolek ja motivatsioon iseseisvaks funktsioneerimisvõime edendamiseks, sh vajalike teenuste taotlemiseks.