

Hoitotahto

- mikä se on ja miten se laaditaan?

Mirka Saarinen
Seurana Oy



Hoitotahto - miten turvaan tahtoni toteutumisen sairastuessani

Kuka asioista päättää, jos ei itse enää pysty? Miten turvata oma tulevaisuus ja varmistaa oman tahdon toteutuminen?

Kuinka moni tunnista sanan hoitotahto? Kuinka moni on sellaisen tehnyt? Tiedätkö, onko vanhemmillasi se laadittuna? Entä isovanhemmillasi? Tai appivanhemmillasi?

Mikäli hoitotahto ei ole tuttu juttu tai sitä ei ole vielä tehty, lue tämä opas ja käy se läpi perheenjäsentesi kanssa. Se on hyvä tehdä jo nuorena – elämä kun voi muuttua nopeasti. Kaikille yli 50-vuotiaille se olisi välttämätön, sairaudet ja muut elämäntilanteet voivat yllättää, ja silloin ei välttämättä ole energiaa tai aikaa hoitotahtoa enää tehdä.

Erittäin hyödyllinen hoitotahto on omaiselle ja edunvalvojalle. Jos sairaus tulee yllättäen, vaikkapa kaatumisen yhteydessä tulevan päävamman merkeissä, omainen ei tiedä mitä rakas läheinen tahtoo. Näistä asioista tulee harvoin juteltua arjen rutiinien merkeissä. Hoitotahdossa toivomukset ovat selkeästi omaisen työkaluna, kun neuvotellaan läheisen hoidosta vanhuksen ja hoitoammattilaisten kanssa.



Hoitotahto lisää elämänlaatua

Kun arjessa huomioidaan niitä pieniä toiveita vaikkapa pukeutumiseen, kahvikermaan, lempitaulun sijaintiin tai musiikinkuunteluun liittyen, tuodaan iloa ja merkityksellisyyttä hoidettavan elämään. Kun omaiset haluavat hemmotella rakastaan, on heidän hyvä tietää asiat, jotka tuovat iloa. Tai jos ostetaan vanhuksille seuraa ja virkistystä tuovia palveluita, hoitotahto tuo palvelunantajallekin lisätietoa, miten tämä voi palvella vanhusta mahdollisimman hyvin ja lisätä täten onnellista vanhuutta.



Mikä on hoitotahto?

Hoitotahto on kirjallinen dokumentti, jossa henkilö antaa omaan hoitoonsa liittyviä määräyksiä ja toiveita siltä varalta, ettei hän itse kykene enää itsemääräämisoikeutta käyttämään. Tällainen tilanne voi tulla vaikkapa muisti- tai jonkun muun vakavan sairauden, onnettomuuden tai muun vastaavan synn vuoksi.

Hoitotahto voi sisältää eritasoisia tahdonilmauksia: elvyttämisestä ja tehohoidosta pehmeämpiin, elämänlaatua korostaviin yksilöllisiin, elämänlaatua ylläpitäviin hoivatoiveisiin aina lempiruuasta kauneudenhoitorutiineihin. Jälkimmäiset mukana ollessa voidaankin puhua hoito- ja elämänlaatutestamentista.

Hoitotahdon säilyttäminen

Hoitotahto suositellaan säilytettävän tärkeiden asiakirjojen (kuten testamentti ja edunvalvontavaltuutus) kanssa samassa paikassa. Hoitotahdosta ja sen sijainnista siitä on hyvä kertoa läheisille ja omalle lääkärille. Myös vaikkapa lompakossa voi olla hoitotahtokortti, jossa ilmaistaan tahdon löytyminen. Hoitotahdon voi kirjata myös Omakantaan, sähköiseen arkistoon, www.omakanta.fi.



Hoitotahto voi olla vapaamuotoinen, tai jotain olemassa olevaa pohjaa hyödyntävä. Seuraavilla sivuilla on laatimamme hoitotahtomalli, missä huomioidaan myös elämänlaatua tuovat toiveet.

Vaihtoehtoisesti voit käyttää jotain muutakin valmista pohjaa. Tässä pari vaihtoehtoa:

<http://www.muistiasiantuntijat.fi/tuemme.php?udpview=testamentti&lang=fi>

https://www.muistiliitto.fi/application/files/3015/1246/5286/Hoitotahtoni_2017_verkossa_taytettava.pdf

<https://www.thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/lomakkeet/hoitotahto>



Hyvää hoitotahdon kirjausta sinulle ja läheisillesi!

Laatiminen vie vähän aikaa, mutta parantaa elämänlaatua vanhuuden ja mahdollisen sairauden yllätettyä.

Hoitotahtolomake

1. Nimi

2. Henkilötunnus

3. Edunvalvojani (mikäli ei ole edunvalvojaa: tieto siitä, kuka se olisi tarpeen vaatiessa)

4. Kenelle läheiselleni saadaan näyttää henkilöä koskevia potilastietoja

5. Mahdollinen elvytyskielto

6. Toive kipulääkityksen tasosta

Hoivaa ja hoitoa koskevat toiveet

1. Elämänarvoni, joita toivot kunnioitettavan

2. Hoitopaikkaani liittyvät toiveet (esimerkiksi huoneen kalustus, sisustus, sijainti tms)

3. Perushoivassani toivottavat asiat (esim. pukeutuminen, mieliruuat ja –juomat, kuinka monta kuppia kahvia päivässä, peseytyminen, hiustenlaitto, kynnet, harrastukset ja niihin liittyvät toiveet, lempielokuvat, nukkumistottumukset, epämieluisat asiat, kosketuksen toivominen ja vaikkapa konjakkilasillisen toivominen saunan jälkeen, lempikukat nk. pehmeitä, minulle tärkeitä asioita)

4. Taloudellisten asioiden hoitamistoiveeni (kulutustottumukseni, mihin palveluihin ja hemmotteluun haluan rahojani käytettävän parhaan mahdollisen hoivan saamiseksi)

Vahvistan hoitotahdon:

Aika ja paikka

Allekirjoitus ja nimenselvennys

Mahdolliset todistajat ja nimenselvennykset (ei välttämätöntä)
