

Ikäihmiset ja mielenterveys



Ikäihmisten mielenterveysongelmia ei tunnisteta riittävästi

VAIKUTUS:

- Vaikeuttaa ikäihmisten avun saamista, avun piiriin hakeutumista, palveluihin ohjaamista sekä palveluiden kehittämistä.
- Pienikin muutos mielenterveydessä vaikuttaa koko toimintakykyyn. Kuormittaa mm. terveys- ja muita palveluita sekä läheisiä.
- Ikäihmiset itse eivät välttämättä tunnista mielenterveyteen liittyviä ongelmia.
- Ikäihmiset eivät hae aktiivisesti apua.

RATKAISU:

- Asenteisiin vaikuttaminen. Mielenterveys ymmärretään voimavarana ja se on tärkeä osa toimintakykyä. Siitä puhutaan luontevasti.
- Varmistetaan, että ikääntynyt tulee kohdatuksi ja kuulluksi. Huomioidaan tämä esim. vastaanottoajoissa ja niiden tarjonnassa.
- Vahvistetaan ikäsensitiivistä mielenterveysosaamista sotekentällä.
- Mielenterveystaidot kansalaistaidoiksi.
- Huomioidaan mielenterveysvaikutukset kaikissa päätöksenteoissa.



Ikäihmiset pitävät mielenterveyttä keskeisenä ja tärkeänä hyvinvoinnin perustana ja edellytyksenä, jota rakennetaan koko elämänsä ajan. Yhteiskunnallisten olosuhteiden ja rakenteiden nähdään vaikuttavan mielenterveyteen.



Ikäihmisten mielenterveyspalvelut riittämättömiä

VAIKUTUS:

- Ikäihmiset ovat epätasa-arvoisessa asemassa ikänsä, asuinpaikkakuntansa tai toimeentulonsa vuoksi.
- Tarjotaan palveluita, jotka eivät vastaa ikäihmisten tarpeisiin tai hoidetaan oiretta eikä syytä.
- Hoitamattomat vaivat lisäävät itsemurhan riskiä, mielenterveysongelmia ja yksinäisyyttä.



Kyllähän sitä tietysti aina tulee puhuttua eri lailla tälleen kahdestaan. Tulee parempi mieli, kun vähän saa höpistä omia asioitaan.



maiya.hansen@mielenterveysseura.fi



@majjahansen



facebook.com/mielellaan



Vaikuttamalla ikäihmisten hyvinvointiin, lisätään hyvinvointia koko yhteiskunnassa.

RATKAISU:

- Palvelut suunnitellaan ja tarjotaan inhimillisten tarpeiden perusteella, eikä pelkään sen perusteella, mitä palveluita kunnassa on tai mihin ihminen ikänsä puolesta on oikeutettu. (Esim. psykoterapia)
- Kehitetään matalan kynnyksen keskusteluapua (esim. kriisiapu tai lyhytterapia) ja tarjotaan psykoterapiaa myös ikäihmisille, tavoitteena kuntoutuminen toimijuuteen ja osallisuuteen – tavoitteena hyvä elämä. Hyödynnetään keskusteluapua myös muissa peruspalveluissa.
- Vahvistetaan etsivää vanhustyötä varmistamaan, että avun ulkopuolella jääneet saadaan avun piiriin sekä kulkemaan rinnalla.
- Varmistetaan, että palvelut ovat ikäsensitiivisiä sekä fyysisesti, psyykkisesti ja taloudellisesti saavutettavissa.
- Huomioidaan palveluiden järjestämisessä myös työntekijät. Etsitään keinoja työntekijöiden kuormituksen vähentämiseen.