

*Tieto voi muuttaa asenteita. Näin tapahtui Turussa, kun fysioterapeuteilla ja sairaanhoitajilla oli mahdollisuus kokeilla käytännössä aidoilla potilailla erilaisia potilasnostimia ja tehdä vertailuja ja havaintoja niiden vaikutuksesta omaan työkuormitukseensa. Yllättävä huomio oli sekin, että monet potilaat tuntuivat suorastaan nauttivan nostimessa olemisesta! Aiempi oletus oli, että potilaat pelkäävät nostimia.*



*Erikoistutkija Leena Tamminen-Peter ja tutkija Virpi Fagerström Työterveyslaitoksen Turun yksiköstä toteuttivat yhdessä Turun Terveystoimen kanssa projektin, jolla kerättiin ajantasaista tietoa potilasnostinten käytöstä ja käytettävyydestä. Virpi on FYSI-välille tuttu: hän on toiminut aiemmin FYSI:n koulutussuunnittelijana.*

**K**un Turun Kurjenmäen vanhustensairaalan asukkaat siirtyvät lähiaikoina upouuteen Kaskenlinnan uudisrakennukseen, moni asia muuttuu toimivammaksi, sillä taustalla on useiden eri ammattiryhmien viitseliäs yhteistyö.

– Työterveyslaitos pääsi jo rakennusvaiheessa mukaan suunnittelemaan, millaisia potilasnostimia osastoille olisi järkevintä hankkia. Saimme käyttöömmä varastorakennukseen tehdyn mallihuoneen, joka oli rakennettu lattiamateriaaleja ja wc-tiloja myöten juuri samanlaisiksi



*Kuin keinussa: nostimessa on rentouttavaa ja turvallista olla. Tässä matkataan sängystä geriatriseen tuoliin. Tutkimuksen mukaan potilaan siirtämiseen nostimella kuluu aikaa keskimäärin 3 min 21 s.*

meidät tilannetta havainnoivat fysioterapeutit.

Tutkimus osoitti, että hoitajien selän välilevyihin kohdistuva kuormitus vähenee oleellisesti, kun siirtoon käytetään potilasnostinta. Hoitajat joutuvat tekemään työvuoronsa aikana jopa 60 potilassiirtoa. Siksi ei ole yhdentekevää, miten siirrot tapahtuvat.

Virpi Fagerström sanoo tutkimuksen kaiken kaikkiaan kannustavan nostimien nykyistä ahkerampaan käyttöön. Tämä edellyttää sitä, että sairaaloita ja hoitokoteja rakennettaessa ja remontoitaessa nostinten käyttömahdollisuus huomioitaisiin – kuten Turussa nyt tehtiin – jo suunnitteluvaiheessa ja että hoitohenkilökunta otettaisiin suunnitteluun mukaan.

– Kaiken kaikkiaan johtopäätös on se, että nostimet tulisi ottaa käyttöön varhaisemmassa vaiheessa kuin nykyisin tehdään ja panostaa toimivien nostimien hankintaan ja riittävään käyttökoulutukseen. Työfysioterapeuteilla on tässä tärkeä tehtävä. On tärkeää, että heillä on mahdollisuus perehtyä erilaisten nostimien toimintaan, sillä he ovat ergonomia-asioiden asiantuntijoina hyvä ammattikunta kouluttamaan hoitajia nostinten tarkoituksenmukaiseen käyttöön. ●

## Tutkimustulos kannustaa potilasnostimien käyttöön

Työterveyslaitoksen tutkimuksen tulokset kannustavat lisäämään potilasnostinten käyttöä.

kuin ne huoneet, joita uuteen Kaskenlinnaan valmistuu. Näin pääsimme vertailemaan erilaisia nostinratkaisuja juuri siinä ympäristössä, jossa niitä jatkossa käytetään, kertoo Työterveyslaitoksen tutkija, fysioterapeutti, TtM **Virpi Fagerström**.

Hän toteaa tutkimuksen osoittaneen vääräksi mm. sen oletaman, ettei nostimien käyttö olisi potilaan hyvää tai ainakaan kuntouttavaa hoitoa. – Projektimme osoitti, että silloin kun käytössä on oikeantyyppisiä nostimia, asia on juuri päinvastoin. Nostin voi mahdollistaa sen, että potilas pystyy käyttämään niitä voimavaroja, joita hänellä on samalla kun hoitajien kuormittuminen oleellisesti kevenee.

– Tutkimme hoitajien fyysistä kuormitusta. He arvioivat sitä itse kokemuseräisesti siirtotehtävän jälkeen. Lisäksi videoin heidän suorituksensa ja havainnoin videon avulla mm. työasentoja. Mittasimme myös siirtotehtävään kuluva aikaa. Lopuksi hoitajat arvioivat kokeilussa olevien laitteiden käytettävyyttä. Näin saimme arvokasta tietoa siitä, miten käyttäjät kokevat tietyn laitteen ja mitä puutteita siinä ehkä on.

Potilaskyselyt ja potilaiden reaktioiden havainnointi osoitti, että he kokivat nostimilla tapahtuvat siirrot myönteisinä. Lisäksi asiantuntijat – viisi fysioterapeuttia –

kokeilivat nostimia ja pohtivat keskinäisessä aivoriihesään käytettävyyttä ja kehittämissasioita. – Potilasnostinta käyttävän tulee aina myös itse kokeilla, millaista nostimessa on olla, Virpi Fagerström korostaa.

Ilahduttavaa oli se, että kun hoitajille annettiin mahdollisuus käytännön kokeiluun, he innostuivat tuomaan mallihuoneelle kaikkein vaikeimmin siirrettäviäkin potilaitaan nähdäkseen, millainen nostin toimisi parhaiten. Nostimien käyttöön motivoi sekin tosiasia, että hoitajat joutuvat siirtämään yhä painavampia potilaita.

Perinteisempien katonnostimien lisäksi vertailuun otettiin lattianostimia ja uusimpina tulokkaina ns. seisomanojanostimia. Yksi tutkimuksen keskeisiä huomioita olikin Virpi Fagerströmin mukaan se, että seisomanojanostimet ovat erinomaisia laitteita, joita tulisi ryhtyä käyttämään nykyistä paljon enemmän. Ne todettiin sekä kuntouttaviksi että turvallisiksi. – Ja katonostin tulisi olla kuntoutussairaalassa jokaisessa potilashuoneessa. Uudentyyppisen h-kattokiskon avulla sen käyttö voidaan tehdä mahdolliseksi joka puolella potilashuonetta.

– Seisomanojanostin tuntui suorastaan houkuttelevan potilaita omien voimien käyttöön. Kun oli tukevat rakenteet, joista pitää kiinni, sellainenkin potilas, joka ei ollut pitkään aikaan varannut jalkoihinsa, lähtikin itse aktiivisesti siirtämään niin, että yllätti jopa hoitajansa ja



*Seisomanojanostimet osoittautuivat tutkimuksessa hyvin käyttökelpoisiksi, potilasta pystyasentoon aktivoiviksi ja siten kuntouttaviksi. Niiden käytön toivotaankin lisääntyvän.*



*Ei näin! Paljon nähty nostotapa, jossa potilas joudutaan "kiskomaan" kainaloista ylös pyörätuolista kuin paketti, ei ole hyvä sen enempää potilaan kuin hoitajienkaan kannalta. Potilaan normaali liikemalli estyy ja hoitajien selkärangan ja välilevyihin kohdistuu kova paine. Tällaiset nostot toistuvat kymmeniä kertoja työvuoron aikana, jos käytössä ei ole potilasnostimia tai hoitolaitoksen tilat eivät tue niiden käyttämistä.*