

Suosituskirje

Osallistavampi tulevaisuus meille kaikille

INTENCIVE-hanke käsittelee yhteiskunnan ikääntymisen ja väestön vähenemisen tuomia haasteita maaseudulla ja muilla syrjäisillä alueilla.



Tarvitaan kipeästi uusia, helppokäyttöisiä ja käyttäjäystävällisiä malleja, käytäntöjä ja välineitä, joiden avulla voidaan tarjota laadukkaita terveyspalveluja, jotka ovat kaikkien kansalaisten saatavilla heidän iästään tai asuinpaikastaan riippumatta.

Teknologian yhdistäminen palveluprosessien eri vaiheisiin asiakaslähtöisyyttä korostaen tarkoittaa terveyspalvelujen uudelleen ajattelua ja suunnittelua.



Sähköisen terveydenhuollon merkitys Euroopassa

Euroopan väestö ikääntyy. Melkein kaikkien EU-maiden alhainen syntyvyys työntää maanosaamme kohti tulevaisuutta, jossa suurin osa yhteiskunnastamme on lisääntymisen jälkeisessä elämänvaiheessa ja jokaista työssäkäyvää kohden on suuri määrä eläkeläisiä. Eurooppa 2020 -raportin mukaan 65 vuotta täyttäneiden määrä kasvaa 45 prosenttia seuraavien 20 vuoden aikana. Se on merkittävä joukko ihmisiä, johon kuuluu korkeasti koulutettuja tieteen ja teollisuuden ammattilaisia, joita Euroopan talous voisi hyödyntää. Tämä on vain yksi niistä syistä, miksi aktiivisen ja terveen ikääntymisen edistäminen on niin tärkeää kaikille Euroopan maille. (Euroopan komissio, 2020).

Me kaikki voimme hyötyä paremmin organisoidusta terveydenhuollosta ja vastaavista vanhustalouksista. Hyvän terveydenhuoltopolitiikan edistäminen on olennainen osa eurooppalaisia terveydenhuoltoon liittyviä hankkeita. Tällä hetkellä aktiivinen EU4Health-hanke tai edellä mainittu Eurooppa 2020 -strategia: Älykkään, kestävä ja osallistavan kasvun strategia on osa näitä aloitteita. Maaseudun ikäihmistien pitäminen terveisinä ja aktiivisina pidempään vaikuttaa myönteisesti sekä tuottavuuteen että kilpailukykyyn näillä alueilla, jotka yleensä kärsivät aivovuodosta ja nuorten muuttamisesta suuriin kaupunkikeskuksiin.

Tilanne edellyttää toimia ja uusien kehittyneiden teknologisten ratkaisujen toteuttamista sekä terveydenhuoltojärjestelmään, asumiseen ja elinympäristöön sopivia politiikkamuutoksia, jotka vastaavat tämän kasvavan asiakasryhmän tarpeisiin. Käyttökustannuksia on alennettava, kysynnän hallintaa on tehostettava ja lääketieteellisen avun saamisen eriarvoisuutta on torjuttava. Tämän poliittisen muutoksen ja lisääntyneen investointitasen myötä haluamme myös lisätä kilpailukykyä ja innovatiivisuutta vanhuksille tarjottavien tuotteiden ja palveluiden markkinoilla, mikä luo ympäristön uusille liiketoimintamahdollisuuksille.

EU ei pyri määrittelemään jäsenvaltioiden terveyspolitiikkaa ja pakottamaan muutosta. Sen sijaan se pyrkii täydentämään kansallisia linjauksia ja tarjoamaan tukea uusien ratkaisujen kehittämiseen tai muista EU:n jäsenvaltioista omaksuttujen hyvien käytäntöjen täytäntöönpanoon. Monet Euroopan hallitukset ovat jo tietoisia haasteista, joita ikääntyvä yhteiskunta tuo mukanaan, ja työskentelevät parhaallaan tutkimuksen ja uusien ratkaisujen toteuttamisen parissa sähköisten terveyspalvelujen ja hyvinvoinnin alalla.

Älykäs koti voi esimerkiksi auttaa vanhuksia pysymään itsenäisinä pidempään, tarjota kunkin asiakkaan erityistarpeisiin räätälöityjä ratkaisuja ja kerätä tietoja, jotka voivat auttaa parantamaan vastaanotettua diagnostiikkaa. Lisäksi tekoäly (AI) voisi analysoida kerättyä dataa ymmärtääkseen sitä entistä paremmin ja löytääkseen tietyille sairauksille ominaisia malleja tai negatiivisia muutoksia huomattavasti aikaisemmin kuin ihmislääkäri voisi.

INTENCIVE-hankkeen tavoitteena oli tunnistaa kumppanialueiden hyvät käytännöt ja auttaa mainostamaan niitä kaikkialla EU:ssa. Hankkeelle oli myös tärkeää varmistaa, että nämä hyvät käytännöt ovat hyviä, koska näiden ratkaisujen/palvelujen käyttäjät/asiakkaat ovat todellakin parantaneet elämänsä laatua niiden käyttöönnoton myötä.

Tämän raportin luomiseen käytetyt tiedot on kerätty BIKVA-mallin mukaisella haastattelusarjalla viidellä eri alueella: Etelä-Pohjanmaa (Suomi), Bretagne (Ranska), Nyugat-Dunántúl (Unkari), Cantabria (Espanja) ja Gozo (Malta). INTENCIVE-hankkeessa on hyödynnetty BIKVA-mallia hyvien käytäntöjen arvioinnin välineenä, koska se tarjoaa ainutlaatuisen alhaalta ylöspäin suuntautuvan ja asiakaslähtöisen lähestymistavan hyvien käytäntöjen arviointiin. Sosiaalipalveluille on kehitetty BIKVA-menetelmä, joka antaa näitä palveluja käyttäville kansalaisille suoremman väylän mielipiteensä ilmaisemiseen. Osallistujien näkemykset välitetään organisaation eri tasoille ja lopuksi poliittisille päättäjille. Kansalaisten tai loppukäyttäjien kokemukset ovat siis muutoksen liikkeellepaneva voima, mikä tekee heistä uusien, parempien palvelujen luoja.

Kannustamme tutustumaan hankkeemme tuloksiin. Alla esittelemme esteitä, joita sähköisen terveydenhuollon ratkaisut kohtaavat tullessaan yleisesti tunnistetuiksi, sekä luettelon INTENCIVE-kumppanialueiden hyvistä käytännöistä, joita voitte toimeenpanna parantaaksenne paikallisten palveluiden laatua.

Esteet ikääntyvän yhteiskunnan yhteiskunnalliseen haasteeseen vastaamisessa

Sähköisen terveydenhuollon ratkaisut kohtaavat useita haasteita matkalla kohti laajamittaista käyttöönottoa. Näitä ovat politiikan, sääntelyn, rahoituksen, saavutettavuuden ja jopa inhimillisten tekijöiden esteet

Toisinaan esteenä sähköisten terveystekniikoiden täysimääräiselle omaksumiselle eivät ole teknologia tai rajoitettu budjetti vaan inhimillinen tekijä. Usein juuri haluttomuus hyväksyä muutosta ja uusia ratkaisuja on syvästi juurtunut ammattilaisiin, jotka ovat koko uransa ajan harjoittaneet tiettyä tapaa suorittaa tiettyjä tehtäviä. Siksi on kehitettävä asianmukainen täytäntöönpanostrategia sen varmistamiseksi, että käyttöön otetuista ratkaisuista tulee uusia standardeja. Sähköisen terveydenhuollon ratkaisujen asianmukainen integrointi olemassa oleviin terveydenhuollon rakenteisiin on avaintekijä onnistuneen käyttöönoton kannalta.

Ikääntyneiden digitaalinen lukutaidottomuus on yleinen ongelma. Iäkkäät kansalaiset eivät aina opi käyttämään uusia ja monimutkaisia sähköisiä laitteita tai digitaalisia palveluja. Joskus voi olla, että muistin menetys aiheuttaa sen, että ihmisten aikoinaan käyttämä kapasiteetti menetetään ja monimutkaisten näppäinsarjojen muistaminen käy mahdottomaksi. Tämä **helppokäyttöisyysongelma** voi aiheuttaa syvää turhautumista ja vihaa jopa parhaita sähköisen terveydenhuollon ratkaisuja kohtaan. Kaikki iäkkäiden kansalaisten käyttämät laitteet ja palvelut on suunniteltava helppokäyttöisiksi.

Helppokäyttöisyys ei kuitenkaan voi yliajaa riittävää **tietosuojan** tasoa. Digitaalisten palveluiden, jotka käsittelevät tai tallentavat henkilökohtaisia tai muita arkaluonteisia tietoja, on noudatettava yleistä tietosuojasetusta ja maakohtaisia säännöksiä

Lääkäreiden tai sairaanhoitajien palkkaaminen ja heidän säännöllinen toimittaminen syrjäisiin toimipisteisiin on suuri kulu näiden pienten paikkakuntien viranomaisten usein tiukoista budjeteista, mutta myös valtioille, jotka korvaavat osan **kustannuksista**. Tässä teknologia tulee apuun. Älykkäiden ratkaisujen, automatisoinnin ja tekoälyn avulla kustannuksia voidaan vähentää pitkällä aikavälillä. Niiden avulla saman asiakasmäärän palvelemiseen tarvitaan vähemmän ihmisiä.

Uudet teknologiat voivat myös auttaa **kuntoutuksen tai henkisen harjoittelun jatkuvuudessa ja toistumisessa**, jotta saavutetaan

pitkäaikainen psyykkinen ja fyysinen kunto. Ihmisillä on tapana unohtaa tai jättää harjoitukset väliin. Älykkäät laitteet ja ohjelmistot voivat kannustaa käyttäjiä noudattamaan suunniteltua harjoitusrutiinia oikealla tavalla.

Nämä laitteet voivat neuvoa käyttäjiä harjoituksen suorittamisessa ja mitata heidän suoritustaan. Vanhukset voivat huolehtia henkisestä ja fyysisestä terveydestään tällä tavoin. Urheiluohjaajan rooliin voi ottaa älykello tai virtuaalitodellisuuskuulokkeet, jossa on kuntoiluohjelmisto. Erilaiset verkkopelit voivat auttaa parantamaan henkistä tilaa ja muistia.

Virtuaalitodellisuuspelit ja verkossa tapahtuva sosiaalinen kanssakäyminen auttavat myös torjumaan monien ikäihmisten kohtaamaa yhteistä estettä, **yksinäisyyttä**. Tutkijat ovat osoittaneet, että yksinäisyydellä on huono vaikutus ihmisten terveyteen. Iäkkäät kansalaiset voivat osallistua erilaisiin tapahtumiin ja tapaamisiin erilaisten laitteiden avulla mukavasti kotoa käsin ja pitää yhteyttä ystäviinsä ilman, että heidän tarvitsee matkustaa liian usein.

Edellä mainitun ongelman lisäksi toinen este, johon ikäihmiset törmäävät nyky-yhteiskunnassa, on usein **vajavainen ymmärrys heidän puutteistaan ja tarpeistaan**. He näkevät maailman eri tavalla kuin nuoremmat ja täysin toimintakykyiset kansalaiset. Siksi sosiaalisen vuorovaikutuksen koulutus erityisesti palveluyritysten työntekijöille voisi parantaa merkittävästi iäkkäiden henkilöiden saamien palvelujen laatua. Hitaasti ja äänekkäästi puhuminen, muisti-, näkö- ja kuulovammaisten tarpeiden huomiointi. Nämä ovat ohjeita, joiden tulee jatkossa olla kattava osa jokaista työntekijän koulutusta.

Toinen este, joka voidaan ylittää nykyaikaisilla sähköisen terveydenhuollon ratkaisuilla, on **nykyisten terveyden seuranta- ja diagnostiikkamenetelmien riittämätön nopeus**. Oireiden ilmaantumisesta niiden huomaamiseen kuluva aika on usein ratkaisevin tekijä vakavampien sairauksien kehittymisen pysäyttämässä tai merkittävässä hidastamisessa. Jatkuvakäyttöiset terveyden valvontalaitteet, kuten älykello tai älykkäät anturit, jotka on sijoitettu tärkeisiin ympäristöihin, kuten sänkyyn, ja koulutetun tekoälyn käyttö voivat merkittävästi nopeuttaa diagnostiikkaa. Lisäksi älylaite voisi hengenvaarallisessa tilanteessa automaattisesti ilmoittaa asiasta vastuullisille tahoille. Tunnettu tapaus on sellaisten älykellojen käyttö, jotka tunnistavat käyttäjiensä äkillisen kaatumisen ja ilmoittavat siitä hätäkeskukseen ja jakavat heidän sijaintinsa.

Hyvät Käytännöt

Maaseutualueiden esteiden tehokas torjuminen edellyttää uutta teknologiaa ja määrätietoista poliittista toimintaa useilla tasoilla. Seuraavaksi esittelemme joukon hyviä käytäntöjä ja poliittisia ehdotuksia, jotka voisivat auttaa muuttamaan tilannetta
Tutustu kaikkiin hyviin käytäntöihin sivustollamme.

1. Hyvinvointiteknologian esittelytilat

Esittelytilassa on näytteillä nykyaikaisia laitteita sähköisen terveydenhuollon ja etälääketieteen osaamisesta ja palveluista älykodin ratkaisuihin, robotiikkaan ja tekoälyyn, jotka kaikki liittyvät ikääntymiseen ja kuntoutukseen. Esittely-ympäristö palvelee paikallisten sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoiden, hyvinvointipalveluiden sekä kuntoutusyritysten tarpeita. Se on paikka, jossa organisaatiot voivat testata ja kokeilla ideoitaan

2. Muisti- ja ikääntymisympäristömalli

Muistiyhdistyksen kehittämä muisti ja ikäystävällinen yritys malli auttaa eri alojen pk-yrityksiä (pieniä ja keskiuuria yrityksiä) parantamaan ikääntyville tarjottavia palvelujaan. Pk-yritykset ovat saaneet valmennukset päätökseen ja pystyneet kehittämään palvelujaan muisti- ja ikäystävällisiksi

3. Nykyaikainen simulaatio-oppimisympäristö sosiaali- ja terveydenhuollossa

Simulaatiopedagogiikan avulla voidaan varautua erilaisiin asiakas- ja perheneuvontatilanteisiin sekä harjoitella viestintää ja vuorovaikutusta monialaista tiimityöskentelyä varten. Harjoitus tekee mestarin. Ammatillaiset, jotka pystyvät kohtaamaan stressaavan tilanteen kontrolloidussa ympäristössä, pärjäävät myöhemmin paremmin kenttätyössä.

4. VigilanS – itsemurhien ehkäisyjärjestelmä

VigilanS räätälöi valvontaratkaisun henkilöille, jotka ovat kotiutuneet sairaalasta itsemurhayrityksen jälkeen. Jokaiselle kotiutujalle annetaan kriisikortti, jossa on hätänumero, johon voi ottaa yhteyttä hätätilanteessa. VigilanS-verkkosovellus aikatauluttaa automaattisesti kaikki yhteydenotot henkilökohtaisen riskitason mukaan.

5. Leikkausta edeltävä etäarviointi anestesiassa

Videokonsultaatioiden avulla voidaan myös valmistella potilaita leikkaukseen. Se auttaa lääkäreitä valmistelemaan potilaansa sekä fyysisesti että henkisesti. Vielä tärkeämpää on myös se, että se lisää leikkausta edeltävien konsultaatioiden tehokkuutta ja lyhentää jonotuslistoja paljon.

6. Potilaiden leikkauksen jälkeinen valvonta: Kotisairaala

Etävalvonta on olennainen osa kotisairaalapalvelun toimintaa. Etävalvontalaitteiden avulla potilaat ovat voineet käydä sairaalassa avohoitopotilaana. Potilaat arvioivat tämän sairaalahoitotavan erittäin positiivisesti, koska he tuntevat olonsa turvalliseksi, vähemmän stressaantuneiksi ja osallistuvat enemmän toipumisprosessiinsa.

7. Brain@home: Liikkuminen ja aivoharjoittelun tehostaminen

Älykkäiden ratkaisujen avulla ikääntyneiden sosiaalinen ja terveydellinen tilanne voi parantua, mikä lisää heidän (toiminta)riippumattomuuttaan ja oletusarvoisesti parantaa heidän elämänlaatuaan. Siksi Brain@Home hyvät käytännöt tarjoavat ikääntyneille mahdollisuuden käyttää erilaisia verkkopelejä virtuaaliympäristössä. He voivat tavata ystäviään, kuntoilla, pelata kortteja tai katsella elokuvaa yhdessä virtuaalisessa elokuvateatterissa.

8. Pervasive Electronic Monitoring (PEM)

Dementiaa sairastavien ihmisten elämä on huomattavasti vaikeampaa. PEM-hankkeen tavoitteena on parantaa heidän elämänlaatuaan avustamalla jokapäiväisessä toiminnassa ja mahdollistamalla sosiaalinen kanssakäyminen muiden henkilöiden, kuten hoitajien, perheenjäsenten ja muiden yhteisön jäsenten, kanssa. Oppiminen tapahtuu tutkimuksen, useiden fokusryhmien järjestämisen, hallittujen kokeilujen ja prototyyppien kehittämisen kautta.

9. REHAB LAB (työkyvyttömyys ja 3D-tulostus)

Rehab-lab on terveysalan organisaatioon integroitu valmistuslaboratorio, jossa vammaiset henkilöt voivat suunnitella omia apuvälineitään 3D-tulostuksen avulla. Proteesin ostaminen ammattivalmistajilta on usein erittäin kallista ja siksi monien ulottumattomissa. Itsesuunnittelu ja 3D-tulostus alentavat kustannukset minimiin. Itsesuunnittelun ansiosta muotoilu on myös mahdollisimman joustava ja yksilöllinen.

10. CoME – hoitajat ja minä

Läkkäiden henkilöiden omavalvontajärjestelmä, jossa on pienikokoiset puettavat hyvinvointianturit, jotka on yhdistetty heille tarkoitettuun helppokäyttöiseen ja yksinkertaiseen verkkosivustoon. CoME-alusta sisältää analyysin eläkeläisiltä saaduista tiedoista: poikkeamien havaitsemisesta, ajallisten näkökohtien analysoinnista ja riskikäyttäytymisen varhaisesta havaitsemisesta.

11. Teknologian hyödyntäminen erityistarpeisten ikääntyneiden hyvinvointiin

Ikääntyneiden mahdollisuus käyttää nykyaikaista teknologiaa auttaa torjumaan tämän ryhmän digitaalista syrjäytymistä. Yhteisökeskukset on varustettu koulutustableteilla ja tietokoneilla, jotka on räätälöity ikäihmisten mieltymysten mukaan. Hoitajat vahvistavat, että erityistarpeisten vanhusten onnellisuus kasvoi näiden toimien myötä.

12. myGozo-sovellus ja myHealth-portaali

myGozo-sovelluksen kautta kansalaiset voivat hakea erilaisia avustus- ja terveyspalveluita, kuten kotipalvelua, yleisapupalveluita, kampaamoita, fysioterapiaa tai jopa toimintaterapiaa. Lisäksi myHealth-portaalissa kansalaiset ja yksityiset lääkärit voivat tarkastella potilaidensa julkisessa terveydenhuoltojärjestelmässä ylläpidettyjä potilastietoja.

Tulevaisuuden yhteiskunnallisista haasteista

Mikä on INTENCIVE- hanke?

INTENCIVE-hanke käsittelee yhteiskunnallista haastetta, joka liittyy ikääntyvään yhteiskuntaan ja väestön vähenemiseen maaseudulla ja muilla syrjäisillä alueilla.

Sähköisen terveydenhuollon hyvien käytäntöjen käyttöönoton edut

Sähköisellä terveydenhuollolla on kolme tärkeintä etua:

- Alentaa terveydenhuoltojärjestelmän käyttökustannuksia tehostamalla sitä.
- Mahdollistaa suuremman kysynnän käsittelemisen, koska se poistaa aikaa vievät toiminnot, kuten hoitohenkilöstön kuljetuksen.
- Auttaa torjumaan maaseudun ja kaupunkikeskusten välistä eriarvoisuutta, mikä puolestaan mahdollistaa kaikille ikääntyneille yhdenvertaisen pääsyn terveydenhuolto- ja hyvinvointipalveluihin

Toteutukset kumppanialueilla

Lisätietoja kumppanialueiden toimintasuunnitelmista on verkkosivustollamme. [Napsauta tätä.](#)



Lisätietoa

Vieraile INTENCIVE-hankkeen verkkosivuilla:
interregeurope.eu/intencive/