



## **ASTA™ – ASUMISEN TOIMINTOJEN ARVIOINTI**

### **Käyttäjän käsikirja / Manuaali**

ASTA™ on päivittäisen asumisen toimintoja arvioiva lomakkeisto, mikä on tarkoitettu käytettäväksi esimerkiksi palvelusuunnittelussa tai asumisvalmennuksen edistymisen arviointiin. ASTAa voidaan käyttää myös mm. terapian, asunnon muutostöiden sekä muiden interventtioiden tuloksellisuuden arvioimiseksi. Käyttäjän käsikirja on tarkoitettu lomakkeistoa tekeville tahoille arvioinnin luotettavuuden varmistamiseksi.

ASTA soveltuu asumisen toimintojen arviointiin asiakkailta, joilla on joko kognitiivisista, psyykkisistä tai fyysisistä syistä johtuvia avuntarpeita. Tällaisia asiakasryhmiä ovat neurologisten, neuropsykiatristen, psykiatristen ja liikuntavammaisten asiakkaiden lisäksi mm. ikääntyneet tai muistisairauksia sairastavat henkilöt.

ASTAlla arvioidaan, minkälaiseen apuun asiakkaan avuntarve painottuu sekä miten avuntarve vaihtelee toimintakyvyn vaihtelujen mukaan. Tästä johtuen ASTAlla pystytään arvioimaan myös asiakasryhmiä, joilla toimintakyky saattaa vaihdella sairauden vuoksi jopa yhdenkin päivän aikana merkittävästi.

ASTA arvioi pääasiassa kodin sisällä tapahtuvia asumisen toimintoja ja kodin ulkopuolella tapahtuvia toimintoja käsitelläänkin vain suppeasti. Jotta avuntarvetta arvioidaan kattavasti, onkin ASTA:n lisäksi arvioitava kodin ulkopuolella tapahtuvaa selviytymistä ja toimintakykyä laajemmin jollakin toisella arviointivälineellä. Arviointia voidaan tarvittaessa täydentää myös esim. psyykkisen voinnin osalta käyttämällä erityisesti siihen tarkoitukseen soveltuvia arviointivälineitä.

ASTA-lomakkeiston laatimisessa on hyödynnetty toimintaterapian näkökulmaa sekä soveltuvien osin ICF-luokitusta. Jotta ASTA soveltuu useiden ammattiryhmien käyttöön, on siitä pyritty tekemään mahdollisimman yleiskielinen. Keväällä 2009 ASTAa pilotoitiin 15 ammattilaisen toimesta eri puolilla Suomea, ja syksyllä 2009 pilotointiin osallistui n. 120 ammattilaista. Pilotoinneista saadun palautteen pohjalta on sekä lomakkeistoa että sen käyttöohjeistusta tarkennettu.

ASTA-lomakkeisto on kehitetty Asumispalvelusäitiö ASPAn Omaan elämään – Turvallisen asumisen projektissa (2007-2010). Projektin tavoitteena on kehittää yksilöllisiä ja monimuotoisia asumisen tukitoimia sekä palvelutarpeen arviointia kohdennettujen hankkeiden avulla. Projektin kohderyhmänä ovat ensisijaisesti vaikeita tai harvinaisia epilepsioita sairastavat henkilöt, mutta projektista hyötyvät myös muut erityisryhmät, joiden asumisen tukitoimet vaativat kehittämistä.

## SISÄLLYSLUETTELO

<b>LOMAKKEISTON AIHEALUEET.....</b>	<b>3</b>
<b>ICF:N SOVELTAMINEN JA HYÖDYNTÄMINEN .....</b>	<b>4</b>
<b>VASTAUSASTEIKKO.....</b>	<b>5</b>
<b>AVUNTARVE TOIMINNASSA.....</b>	<b>5</b>
<b>LOMAKKEISTON TÄYTTÄMINEN .....</b>	<b>7</b>
<b>TAUSTATIETOJEN KIRJAAMINEN.....</b>	<b>7</b>
<b>TOIMINTOJEN ARVIOINTIMERKINNÄT .....</b>	<b>9</b>
<b>PROFIILITAUUKOT .....</b>	<b>10</b>
<b>ASUMISEN AVUNTARPEEN ARVIO -KOONTISIVUT .....</b>	<b>11</b>
<b>KYSYMYSTEN VASTAUSOHJEISTUS.....</b>	<b>12</b>
<b>RUOKAHUOLTO.....</b>	<b>12</b>
a. Ruokailu.....	12
b. Ruoanlaitto.....	15
c. Keittiön laitteet ja välineet.....	18
<b>ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN .....</b>	<b>19</b>
a. Pukeutuminen .....	19
b. Peseytyminen, siistiytyminen ja hygieniasta huolehtiminen sekä kehon osien hoitaminen ...	22
c. WC-toiminnot.....	23
d. Omasta päivittäisestä terveydestä huolehtiminen.....	24
<b>KOTITYÖT.....</b>	<b>26</b>
a. Tekstiilihuolto.....	26
b. Siivous .....	27
c. Tekniikka.....	28
<b>KODIN ULKOPUOLELLA ASIOINTI JA VAPAA-AJANVIETTO.....</b>	<b>29</b>
<b>LIITE 1: Asumisen avuntarpeen arvio -koontisivut</b>	

## LOMAKKEISTON AIHEALUEET

Lomakkeistossa toiminnot on pilkottu neljään kategoriaan, joista kolmessa on useampi alaryhmä (Kuva 1).

Lomakkeistoa on mahdollisuus täyttää osissa esimerkiksi yksi kategoria kerrallaan eri päivinä. Arvioinnin kohteeksi voidaan myös valita vain jokin tietty kategoria tai kategorioiden alaryhmiä sen mukaan, mikä kulloinkin on oleellista asiakkaalle. Toiminnot, jotka eivät ole asiakkaalle tai arvioinnin kannalta oleellisia, voidaan jättää arvioimatta.

Kategoriat auttavat lisäksi hahmottamaan, painottuvatko ongelmat asumisessa tiettyihin toimintoihin sekä onko arvioitavalla asiakkaalla erityisiä vahvuuksia tietyillä alueilla.

Lomakkeistossa toiminnot on pilkottu **neljään kategoriaan**, joista kolmessa on useampi alaryhmä:

### **1 RUOKAHUOLTO**

- a. Syöminen
- b. Ruoanlaitto
- c. Keittiön laitteet ja välineet

### **2 ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN**

- a. Pukeutuminen
- b. Peseytyminen, siistiytyminen ja kehon osien hoitaminen
- c. WC-toiminnot
- d. Omasta päivittäisestä terveydestä huolehtiminen

### **3 KOTITYÖT**

- a. Tekstiilihuolto
- b. Siivous
- c. Tekniikka

### **4 KODIN ULKOPUOLELLA ASIOINTI JA VAPAA-AJANVIETTO**

*KUVA 1: Asumisen toimintojen kategoriat*

Mikäli lomakkeistosta halutaan kooltaan tiivistetympi, voidaan siitä esimerkiksi tulostaa vain kulloinkin tarvittavat sivut, tulostaa kaksi sivua yhdelle A4-arkille tai valita tulostustavaksi vihkomuoto.

## ICF:N SOVELTAMINEN JA HYÖDYNTÄMINEN

ASTA-lomakkeiston asumisen toimintoja on poimittu muun muassa Maailman terveysjärjestön WHO:n Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälisestä luokituksista ICF:stä (International Classification of Functioning, Disability and Health). ICF:n käyttö ASTAn rinnalla lisää lomakkeiston luotettavuutta.

ICF-luokitusta on hyödynnetty soveltuvin osin ja lomakkeistosta on pyritty tekemään yleiskielinen, jotta se soveltuu useiden ammattiryhmien käyttöön. Tällaisia ammattiryhmiä ovat esim. toimintaterapeutit, kuntoutusohjaajat, sosiaalityöntekijät, kotihoito ja asumisyksiköiden työntekijät sekä muut ammattilaiset, jotka työnsä puolesta arvioivat asiakkaiden suoriutumista kotona tapahtuvista toiminnoista.

Itsearviointivälineeksi ASTA soveltuu vain harvoille asiakkaille, sillä lomakkeiston täyttäminen itsenäisesti vaatii mm. hyvää keskittymiskykyä sekä muita kognitiivisia taitoja. Sitä voidaan kuitenkin käyttää esim. keskustelujen pohjana siten, että asiakas tutustuu lomakkeistoon ensin itse ja pohtii vastauksia, minkä jälkeen lomakkeisto käydään läpi yhdessä asiakkaan ja ammattilaisen kesken. **Ensisijaisesti ASTA on siis tarkoitettu arviointivälineeksi ammattilaisille.** Asiakkaan oma arviointi suoriutumisestaan voidaan kuitenkin kirjata ammattilaisen arvioinnin rinnalle käyttäen kahta eri merkintäväriä, mikäli näkemykset poikkeavat toisistaan ja eriävien merkintöjen kirjaamisesta on hyötyä arvioinnin kannalta.

ICF-luokitukset on merkitty lomakkeistoon ja käyttäjän käsikirjaan, jotta niiden sisältö on mahdollista tarkistaa:

- Lomakkeistossa ICF-luokitusten koodit on merkitty sulkeisiin kunkin arvioitavan toiminnon kohdalle, esim. d550.
- Käyttäjän käsikirjassa suorat lainaukset ICF:stä on osoitettu *kursivoidulla* tekstillä.

ICF:n itsestä huolehtimisen ja kotielämän alueet on pyritty ottamaan lomakkeistossa huomioon mahdollisimman kattavasti. Itsestä huolehtimiseen ja kotielämään kuuluvat ICF:n mukaan mm. seuraavat osa-alueet:

*”Peseytyminen ja kuivaaminen, kehon ja kehon osien hoitaminen, pukeutuminen, ruokaileminen, juominen ja omasta terveydestä huolehtiminen, asunnon, ruoan, vaatteiden ja muiden välttämättömyyshyödykkeiden ja tarvikkeiden hankkiminen, kodin siivoaminen ja kotiin liittyvien korjaustöiden suorittaminen, omista ja muiden omistamista kotitalouteen kuuluvista esineistä huolehtiminen sekä muiden henkilöiden avustaminen”.*

ICF-luokitus kokonaisuudessaan:

WHO, STAKES 2005. ICF, Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

## VASTAUSASTEIKKO

**ASTA-lomakkeisto koostuu monivalintakysymyksistä, joihin vastataan vaihtoehtoisesti joko havainnoimalla** asiakkaan toimintaa **tai haastattelemalla** asiakasta / hänen läheistään. Joidenkin asiakkaiden kohdalla lomakkeisto voi soveltua myös ns. itsearviointiin eli asiakas täyttää sen itse. Tällöin on kuitenkin kiinnitettävä erityistä huomiota mm. asiakkaan kognitiivisiin valmiuksiin.

Vastausvaihtoehdot on merkitty kirjaimin **A-H** sekä merkillä **X** (Kuva 2). Kysymyksissä, joissa arvioidaan tunnistamista tai ymmärtämistä, ei ole kaikkia vastausvaihtoehtoja. Tarkemmat ohjeet kysymysten täyttämiseen löytyvät tästä manuaalista.

AVUNTARVE TOIMINNASSA	
<b>A</b>	Suoriutuu itsenäisesti
<b>B</b>	Suoriutuu tyydyttävästi itsenäisesti
<b>C</b>	Tarvitsee hieman sanallista ohjausta/muistuttamista
<b>D</b>	Tarvitsee paljon sanallista ohjausta
<b>E</b>	Tarvitsee hieman fyysistä avustamista
<b>F</b>	Tarvitsee paljon fyysistä avustamista
<b>G</b>	Tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista
<b>H</b>	Tarvitsee paljon sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista / On täysin avustettava
<b>X</b>	Ei voi arvioida

- Lomakkeiston lopussa ovat liitteinä vastausasteikkosivut vastaamisen helpottumiseksi.

KUVA 2: Vastausasteikko

### Vastausvaihtoehdot kertovat avuntarpeesta seuraavasti:

**A - B** = Ei avuntarvetta, asiakas suoriutuu toiminnosta itsenäisesti.

- B** vastaus kertoo tyydyttävästä toimintakyvystä, jolloin asiakas suoriutuu toiminnosta itsenäisesti esim. **apuvälineen turvin tai toiminta on hidasta**.
- Vastattaessa vaihtoehdon **B** mukaisesti, tulee harkita onko toiminta kohtuuttoman hidasta eli olisiko asiakkaan edun mukaista, että hän saisi toisen henkilön apua joissakin toiminnoissa. Tällöin vastausvaihtoehdoksi merkitään **E** ja Huomioita-kohtaan kirjoitetaan tarkennuksena miksi ko. vaihtoehto valittiin.
- B** vastauksen voi kirjata myös siinä tapauksessa, **ettei asiakas itse ole tyytyväinen omaan suoriutumiseensa**. Tällöin asiaa tulee tarkentaa Huomioita-kohtaan.

**C - D** = Asiakas tarvitsee **ohjaavaa avustamista** eli apu painottuu lähinnä suullisten toimintaohjeiden antamiseen **tai kuvallisten / kirjallisten ohjeiden käyttöön**. Myös **muistuttaminen, varmistaminen, kannustaminen ja motivointi** kirjataan C tai D -kohtiin.

- **C** vastaus kertoo, että ohjausta tarvitaan vähän tai jonkin verran.
- **D** vastaus kertoo jatkuvasta ohjauksen tarpeesta tai että toimintaa on esim. vaiheistettava ja pilkottava, jotta asiakas suoriutuu.

**E - F** = Asiakkaan avuntarve on **fyysistä avustamista** eli hän kykenee itse esim. kertomaan avustajalle toimintaohjeet, muttei kykene fyysisesti suoriutumaan tehtävästä.

- **E** vastaus kertoo, että apua tarvitaan hieman.
- **F** vastaus kertoo suuresta tai jatkuvasta avuntarpeesta.

**G** = Asiakas tarvitsee **hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista**.

**H** = Asiakas tarvitsee **paljon sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai** hän ei pysty suoriutumaan tehtävästä edes avustettuna eli **on täysin avustettava**.

- Toiminta on tällöin estynyt kognitiivisen, fyysisen tai psyykkisen toimintakyvyn esteen takia, esim. asiakas ei fyysisesti jaksaa suoriutua tehtävästä.
- Mikäli asiakas ei suoriudu tehtävästä lainkaan, merkitään Huomioita-kohtaan tieto siitä, kuka suorittaa toiminnan hänen puolestaan.

**X** = **Kysymykseen ei voi vastata tai asiakas ei ole esim. motivoitunut / kiinnostunut suorittamaan ko. toimintaa**.

- Eli mikään vastausvaihtoehtoista ei ole sopiva, asiakas ei tee kyseistä toimintaa, asia ei ole ajankohtainen hänen elämäntilanteessaan tai toimintaa ei ole mahdollista arvioida.
- Vastatessasi vaihtoehdon **X**, kirjoita Huomioita-kohtaan, miksi valitsit kyseisen vaihtoehdon (Kuva 3).

78. Tietokoneen käyttö (perustoimintojen hallinta)	A	B	C	D	E	F	G	H	X	78. Asiakas ei omista tietokonetta
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	------------------------------------

KUVA 3: Esimerkki vaihtoehdon X käyttämisestä

**HUOMIOITA**-kohtaan merkitään tarkennuksia vastauksista, esimerkiksi ongelman taustalla olevista syistä. Avuntarvetta arvioitaessa on huomioitava erityisesti tarvitseeko asiakas joissakin toiminnoissa apua jatkuvasti vai painottuuko avuntarve esimerkiksi tiettyihin toiminnan osa-alueisiin. Kaikki tämänkaltaiset huomiot on hyvä kirjata ylös **HUOMIOITA**-kohtaan, jotta ne otetaan huomioon palvelun suunnittelussa.

**Huomioita-kohdassa voidaan myös korostaa tietyn toiminnon merkitystä arvioitavalle henkilölle eli miksi juuri kyseisen toiminnan suorittaminen hänelle tärkeää päivittäin**. Koska huomioita-rivejä on enemmän kuin vastausasteikon rivejä, kannattaa merkinnän eteen kirjoittaa, mistä kysymysnumerosta on kyse (Kuvat 3 ja 5). Rivejä on haluttu laittaa lomakkeistolle runsaasti, jotta tilaa tarkennuksille on riittävästi.

# LOMAKKEISTON TÄYTTÄMINEN

## TAUSTATIETOJEN KIRJAAMINEN

Ennen varsinaisen vastaamisen aloittamista, täytetään sivulle 4 asiakkaan taustatiedot, toimintakyvyn vaihteluun liittyvät tiedot sekä muut yleiset huomiot (kohdat A-E). Nämä perustiedot ovat tarpeen tulosten analyysissä ja lausunnossa. Loppulausuntoon tulisi kirjata asiakkaan taustatietojen lisäksi ainakin lomakkeiston täyttötapa sekä -paikka.

### A. TAUSTATIEDOT:

- Henkilötiedoista kirjataan asiakkaan **nimi, sosiaaliturvatunnus** ja **ikä**.
- **Diagnoosit**-kohtaan tulee kirjata kaikki arvioinnin kannalta oleelliset diagnoosit.
- **Toimintaan vaikuttavat tekijät** -kohtaan kirjataan tarkemmin minkälaisia toimintakykyyn vaikuttavia motorisia tai muita tekijöitä asiakkaalla on. Esimerkkeinä näistä voivat olla mm. spasmit, ataxia, pakkoliikkeet tai -toiminnot, uupuminen, tunnon alenema, lääkkeiden aiheuttamat haittavaikutukset, harhaluuloisuus tai heikentynyt näkö.
- Käytössä olevat **apuvälineet** kirjataan myös muistiin.

### B. VAIHTELEVAN TOIMINTAKYVYN ARVIOIMINEN:

- **Toimintakykyyn vaikuttavan sairauden luonne** -kohtaan kirjataan, onko sairauden luonne pysyvä, palautuva, nopeasti etenevä, hitaasti / tasaisesti etenevä, sisältyykö siihen pahenemisvaiheita tai kohtauksia vai onko sairaus luonteeltaan jonkin muunlainen.
- **Ajallinen arvio alentuneesta toimintakyvystä** kirjataan sitä käsittelevään kohtaan, mikäli toimintakyvyssä esiintyy vaihtelua. Tähän voidaan kirjata myös muita vaihteluun liittyviä huomioita, mitkä helpottavat kokonaistilanteen hahmottamista. Esim. ”epilepsia-kohtauksen jälkeen asiakas nukkuu 3h, minkä jälkeen hän tarvitsee n. vuorokauden voimattomuuden vuoksi fyysistä avustamista”.

### C. ARVIOINNIN SUORITUSTAPA:

- Arvioinnin suoritustavasta kirjataan, **miten tiedot on kerätty** (esim. haastattelu, havainnointi, itsearviointi tai läheisen tekemä arviointi).
- Mikäli arviointi suoritetaan haastatteleamalla, kirjataan tällöin myös haastateltiinko asiakasta itseään, asiakkaan läheistä vai muuta henkilöä, joka tuntee asiakkaan hyvin. Tällaisia henkilöitä voivat olla esim. asumispalveluiden työntekijä tai henkilökohtainen avustaja.
- Luotettavuuden kannalta on suositeltavaa, että arvioitaessa muutosta tai vaikuttavuutta, arviointi suoritetaan kullakin arviointikerralla samalla tavalla ja että arvioitsijana toimii sama henkilö. **Eri arvioitsijoiden tekemiä arviointeja EI voida suoraan verrata toisiinsa**, sillä eri arvioitsijat voivat mieltää vastausasteikon ohjeistuksesta huolimatta eri tavoin.
- **Luotettavinta arviointi on ammattilaisen havainnoimana**. Haastatellen tehdyssä arvioinnissa tulee ammattilaisen aina arvioida vastausten realistisuutta ja tarvittaessa tarkentaa / keskustella vastauksesta ennen sen kirjaamista.

#### D. ARVIOINNIN SUORITUSPAIKKA:

- Arvioinnin suorituspaikasta kirjataan, **missä arviointi tehtiin** (esim. asiakkaan kotona, kodinomaisessa paikassa, työhuoneessa tai laitoksessa).
- Arvioinnissa tulee huomioida, että varsinkin kognitiivisiin ongelmiin liittyy usein paikkaan liittyvää orientaation häiriötä. Esim. kuntoutuslaitoksessa asiakas ei välttämättä osaa kertoa kotiin liittyviä asioita tai käyttää vierasta kahvinkeitintä, vaikka kotona tutussa ympäristössä ja tutuilla välineillä rutiinien varassa selviytyminen onnistuu. Useimmiten paras kuva toimien sujumisesta saadaan asiakkaan omassa kodissa. **Mikäli arviointi suoritetaan muussa kuin asiakkaalle tutussa ympäristössä, tulee arvioitsijan huomioida vieraan ympäristön mahdollinen vaikutus arviointitulokseen.**

#### E. ARVIOINTIPÄIVÄMÄÄRÄ(T), ARVIOINNIN TEKIJÄ(T) SEKÄ TAVANOMAISTA JA ALENTUNUTTA TOIMINTAKYKYÄ KUVAAVAT VÄRIT:

- Päivämääräkohtiin merkitään, **milloin arvioinnit on suoritettu sekä arvioitsijan nimi ja tarvittaessa myös ammattinimike.**
- Lomakkeistoon merkitään myös **mitä värejä käytetään kuvaamaan tavanomaista ja alentunutta toimintakykyä.** Esim. sinisellä voidaan ympyröidä vastaukset, mitkä kuvaavat arvioitavan henkilön tavanomaista toimintakykyä ja punaisella puolestaan vastaukset niiden päivien mukaan, jolloin toimintakyky on alentunut (kuvat 4 ja 5). Profiilitaulukoissa käytetään samoja värejä (katso s. 10 Profiilitaulukot).
- **Mikäli asiakkaan toiminnassa ei ole vaihtelua hyvien ja huonojen päivien välillä, merkitään vastaus yhdellä värillä** (tavanomaista toimintakykyä kuvaava väri).
- Päivämääriä värikoodien määrittämiseksi on useampia, jotta samaa lomakkeistoa on mahdollista käyttää useamman kerran saman asiakkaan kohdalla. Tulkinnan helpottumiseksi kannattaa merkitsemiseen käyttää jokaisella arviointikerralla eri värejä.
- Lomakkeistoa voidaan käyttää myös esim. terapian tai valmentavan asumispalvelun alku- ja loppuarvioinneissa. Tällöin lomakkeistolla arvioidaan tavanomaisen toimintakyvyn muutoksia tietyllä aikavälillä ja eri kertojen arvioinnit merkitään eri väreillä.

#### Mitä väriä käytetään kuvaamaan:

Tavanomaista toimintakykyä	<input checked="" type="radio"/>	pvm 12.3.2009 Täyttäjä <u>Minna Virtanen TT</u>
	<input type="radio"/>	pvm_____ Täyttäjä _____
Alentunutta toimintakykyä	<input checked="" type="radio"/>	pvm 14.3. 2009 Täyttäjä <u>Päivi Nieminen LH</u>
	<input type="radio"/>	pvm_____ Täyttäjä _____

KUVA 4: Värikoodien merkitseminen



## TOIMINTOJEN ARVIOINTIMERKINNÄT

Lomakkeiston täyttämiseen haastattelemalla menee n. tunti, havainnointi vie aikaa enemmän eli se kannattaa suorittaa osissa eri päivinä. Myös haastattelu kannattaa suorittaa osissa, mikäli asiakas esim. jaksaa keskittyä vain lyhyen ajan kerrallaan.

**Luotettavinta arviointi on havainnoimalla tehtynä.** Mikäli lomakkeisto täytetään haastattelemalla, tulee ammattilaisen aina arvioida vastausten realistisuutta ja tarvittaessa tarkentaa / keskustella vastauksesta ennen sen kirjaamista.

- Vastaukset merkitään ympyröimällä vastaus, joka kuvaa parhaiten asiakkaan suoriutumista (Kuva 5).
- Epävarmassa tilanteessa vastataan aina huonomman vaihtoehdon mukaan.
- Kahta eri väriä käytetään kuvaamaan tavanomaista ja alentunutta toimintakykyä. Mikäli vaihtelua ei ole, käytetään vain yhtä, tavanomaista suoriutumista kuvaavaa väriä.

Mikäli asiakas ei tee tiettyjä itsenäisen asumisen kannalta oleellisia toimintoja lainkaan, kuitataan nämä kohdat käsitellyiksi kirjoittamalla Huomioita-kohtaan kuka hoitaa ko. toiminnot hänen puolestaan.

ASTasta voidaan hyödyntää myös vain kulloinkin tarvittavia osia. **Tällöin toiminnot, jotka eivät ole asiakkaalle tai arvioinnin kannalta oleellisia, voidaan jättää arvioimatta.** Esim. mikäli asiakkaalla ei ole käytössä tiettyjä laitteita, voidaan ko. kysymykset kuitata käsitellyiksi kirjoittamalla tieto Huomioita-kohtaan. Arviointia varten voidaan myös tulostaa vain ne osat, mitä kulloinkin halutaan arvioida.

Jokaisessa osiossa on 1-4 tyhjää riviä, joihin voidaan täydentää kunkin asiakkaan yksilöllisen tarpeen mukaan lisää toimintoja tai pilkkoa toimintoja tarvittaessa pienempiin osiin. Profiilitalukossa nämä lisäkohtien numerot ovat hakasulkeissa, jotta ne erottuvat muista numeroista profiiliin tulkinnessa.

Vastaamisen yhteydessä voidaan merkitä esim. ympyröimällä ne päivittäiset toimet, jotka ovat asiakkaalle tärkeitä tai välttämättömiä ts. joita pitää painottaa ja joihin aina-kin tarvitaan apu joka päivä / huonoinakin päivinä. Esim. ruokailu on välttämätöntä päivittäin, mutta lattioiden pesun voinee siirtää odottamaan parempaa vointia.

	Suorittuu itsenäisesti		Sanaallinen ohjaus /muistutus		Fyysinen avustus		Hiljainen ohjeistus + hienoa fyysistä apua		Ruusua ohjeistus + fyys. apu / täysin avustettuna		Ei voida arvioida	
	A	B	C	D	E	F	G	H	X			
a. Syöminen												
① Ruoan syöminen (pilkkominen, suuhun vienti) (d550)					(E)	(F)						
② Juominen (kaataminen, suuhun vienti) (d560)		(B)			(E)	(F)						
③ Ruoan ja juoman ottaminen (sis. myös annostelun)			(C)					(G)				
4. Tunnistaa ja pyrkii huolehtimaan säännöllisestä ruokarytmistä	(A)									H		X
5. Tunnistaa ja pyrkii huolehtimaan monipuolisesta ruokavaliosta (d5701)			(C)							H		X
6. <u>suunpuhinta / siisteys</u>			(C)					(G)		H		X

Huomioita:  
 \_\_\_\_\_  
 2. nokkamuki käytössä  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

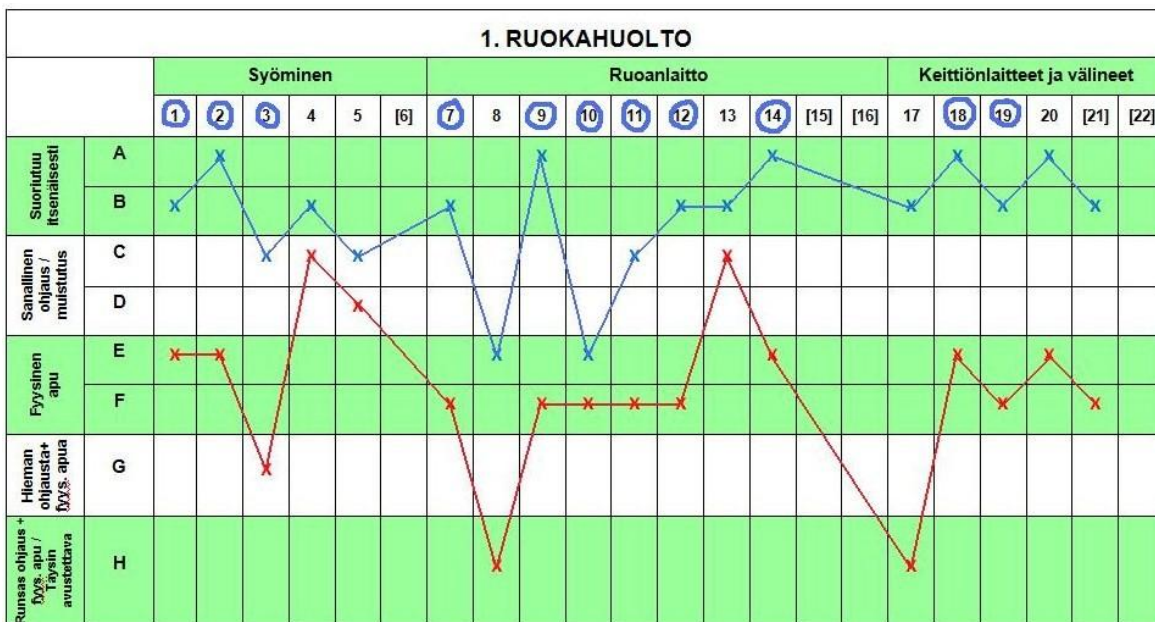
KUVA 5: Kysymyksiin vastaaminen

## PROFIILITAUUKOT

Lomakkeiston lopusta löytyviin profiilitaulukoihin merkitään kysymysten vastaukset (Kuva 6). X-vastauksia tai tyhjiksi jätettyjä kohtia ei merkitä. Kirjauksissa käytetään edelleen kahta eri väriä erottelemaan tavanomainen ja alentunut toimintakyky, eri arviointikertojen merkinnät tai esim. ammattilaisen ja asiakkaan toisistaan poikkeavat vastaukset. Kuvassa sininen väri kuvaa tavanomaista ja punainen alentunutta toimintakykyä.

Profiilitaulukon yläreunassa sijaitsevat kysymysnumerot ja vasemmassa reunassa ovat eri suoriutumisen tasot.

Lopuksi merkinnät yhdistetään viivoilla, jotta saadaan selkeämmin esille asumisen taitojen profiiliin ja toimintakyvyn vaihtelevuus.



KUVA 6: Profiilitaulukon täyttäminen

Profiilitaulukoihin voidaan esim. ympyröidä olennaisimmat toimet ts. toiminnot, joiden suorittaminen on välttämätöntä myös huonompina päivinä (Kuva 6). Tämä selkeyttää asiakkaan yksilöllisen avuntarpeen painottumisen esille tuloa.

Profiilitaulukoista nähdään painottuuko avuntarve sanalliseen ohjaamiseen (kohdat C ja D), fyysiseen avustamiseen (E ja F) vai tarvitseeko asiakas hieman kumpaakin (G), mistä toiminnoista asiakas suoriutuu itsenäisesti (A ja B) tai mistä hän ei suoriudu lainkaan / tarvitsee runsaasti apua (H). Lisäksi profiilit voivat auttaa havainnollistamaan esim. avuntarpeen ja toimintakyvyn vaihtelua sekä avuntarpeen painottumista tiettyihin toimintoihin.

Profiilitaulukoiden käyttö ei ole välttämätöntä, mutta ne saattavat siis auttaa kokonaiskuvan luomisessa ja vastausten tulkinnassa yhdessä arvioitavan asiakkaan kanssa. **Profiilitaulukoiden käytön voi osittain korvata myös yhdistämällä vastaustaulukoihin merkityt vastaukset viivoilla.** Tällöin saadaan profiilitaulukoita vastaava kuva aihekohtaisesti katselemalla muodostuneita viivadiagrammeja sivu pystyasennossa.

Lopuksi ASTA-arvioinnin palaute voidaan kirjoittaa käyttäjän käsikirjan lopussa sijaitseville koontisivuille, erilliselle sähköiselle lomakkeelle tai muuhun lausuntopohjaan.

## ASUMISEN AVUNTARPEEN ARVIO -KOONTISIVUT

Asumisen avuntarpeen arvio -koontisivuille (Liite 1) kirjataan arvioinnissa esille tulleet asiat, mitkä vaikuttavat asiakkaan itsenäiseen suoriutumiseen. Koontisivut rakentuvat samoista kategorioista kuin ASTA-lomakkeisto (ruokahuolto, itsestä huolehtiminen, kotityöt, kodin ulkopuolella asiointi ja vapaa-ajanvietto).

Koontisivut täytetään samassa järjestyksessä kuin lomakkeisto on täytetty. Koontisivuille tulee kirjata kaikki asumiseen vaikuttavat tekijät ja niistä kirjatut huomiot. Tärkeää on myös kirjata ongelmien taustalla olevat syyt, mikäli näitä asioita on noussut esiin arvioinnin aikana. Koontisivuille voidaan myös koota **SUOSITUKSET** -osioon, miten apu asiakkaan kohdalla tulisi käytännössä toteutumaan. Sähköiseen versioon vastaukset kirjataan harmaille alueille, mitkä laajenevat sitä mukaa, kun niihin lisätään tekstiä (Kuva 7).

<b>Tiedot</b>	
Asiakas	Asta Asukas
Sotu	123456-123x
Päiväys	12.12.2008
Lomakkeen täyttäjät (jos eri, kuin asiakas)	Asumispalvelutyöntekijä
<b>Nykyinen asumismuoto</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> Kerrostalo, krs	<input checked="" type="checkbox"/> Asuu yksin
<input type="checkbox"/> Rivitalo	<input type="checkbox"/> Asuu puolison ja / tai lasten kanssa
<input type="checkbox"/> Omakotitalo	<input type="checkbox"/> Asuu vanhempien luona
<input type="checkbox"/> Muu vaihtoehto, mikä?	<input type="checkbox"/> Asuu asumispalveluyksikössä
<b>Nykyiset palvelut</b>	
Suihku apu 2 x viikossa (maanantaisin ja perjantaisin), Kotiapu käy 3x päivässä avustamassa lääkkeiden ottamisessa, pukeutumisessa ja kotiaskareissa	

KUVA 7: Esimerkki koontisivujen täyttämisestä

## KYSYMYSTEN VASTAUSOHJEISTUS

Seuraavaksi käsitellään yksityiskohtaisesti ASTA-lomakkeiston vastausohjeistusta. ICF-koodit on merkitty lomakkeistoon sulkeisiin niihin kysymyksiin, joissa ICF-luokitukset ohjaavat kysymysten sisältöä. Luokitusten sisältöjä voi halutessaan tarkastaa mm. tästä käyttäjän käsikirjasta, mihin luokitukset koodeineen on kirjattu kursivoidulla tekstillä.

Osaan kysymyksistä vastausohjeet on avattu yksityiskohtaisemmin, mutta osassa samat vastausohjeet pätevät useisiin kysymyksiin. Vastatessa on oleellista pohtia, miten asiakas suoriutuu toiminnosta ja minkälaista apua hän tarvitsee suoriutuakseen.

### RUOKAHUOLTO

#### a. Ruokailu

ICF d550, Ruokaileminen: *”Koordinoitujen toimien ja tehtävien suorittaminen tarjoillun ruoan syömiseksi ja ruoan suuhun viemiseksi ja sen nauttimiseksi kulttuurisesti hyväksyttävillä tavoilla pilkkomalla ruoka, käyttämällä ruokailuvälineitä, avaamalla pullo ja purkit sekä osallistumalla erilaisiin ruokailutilanteisiin.”*

ICF d560, Juominen: *”Juoma-astian ottaminen ja siitä kiinni pitäminen, juoman vieminen suuhun ja sen nauttiminen kulttuurisesti hyväksyttävillä tavoilla sekoittamalla ja kaatamalla juomat, avaamalla pullo ja kannut, juomalla pillin läpi tai juomalla juoksevaa vettä janasta tai lähteestä.”*

#### **Kysymykset 1 ja 2** (Ruoan syöminen, Juominen)

Huom! Ruoan ja juoman ottaminen arvioidaan kysymyksessä 3, pullojen ja pakkausten avaaminen puolestaan kysymyksessä 12.

- A** = Ei avuntarvetta, asiakas suoriutuu itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu syömisestä / juomisesta itsenäisesti joko hitaasti toimien tai apuvälineen avulla.
- C** = Asiakas tarvitsee syömisestä / juomisesta suoriutuakseen muutaman vihjeen tai kehotuksen. Esim. ”Nyt on aika syödä”.
- D** = Asiakas suoriutuu syömisestä / juomisesta, mutta tarvitsee jatkuvaa ohjausta tai valvontaa.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman avustamista joissakin toiminnan osa-alueissa esim. ruoan pilkkomisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista, mutta ei kuitenkaan ole täysin syötettävä. Esim. ruoka on soseutettava / juoma paksunnettava, jotta ruokailu / juominen onnistuu.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjeistusta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin syötettävä / juotettava tai esim. letkuravinnolla.
- X** = Ei voida arvioida.

### Kysymys 3 (Ruoan ja juoman ottaminen)

- A** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu ruoan ja juoman ottamisesta itsenäisesti joko toimien hitaasti tai hyödyntäen apuvälineitä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman ohjausta tai kehotuksen ruoan tai juoman ottamisesta ja annostelusta. Esim. ”Älä ota ruokaa enempää kuin jaksat syödä”.
- D** = Asiakasta on jatkuvasti ohjattava tai valvottava ruoan ja juoman ottamisessa ja annostelussa. Esim. ”Ota haarukalla kaksi perunaa ja kauhallinen kastiketta”.
- E** = Asiakas osaa itse annostella ruoan ja juoman, mutta tarvitsee apua esim. kastikkeen tai juoman kaatamisessa.
- F** = Asiakas osaa itse kertoa, kuinka paljon ruokaa ja juomaa tulee ottaa, muttei kykene suoriutumaan toiminnasta fyysisesti.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava ruoan / juoman ottamisessa.
- X** = Ei voida arvioida.

Kysymyksissä 4 ja 5 ei ole vastausvaihtoehtoja E, F ja G, koska kysymykset koskevat lähinnä kognitiivisia kykyjä. Olennaista on arvioida, pystyykö asiakas itse kognitiivisesti suoriutu-  
maan tehtävästä, vaikka fyysisiä rajoitteita muissa toimissa esiintyisikin.

Oleellista on myös huomioida, onko asiakkaalla joitakin erityisiä syitä, miksi ko. asioista selviytyminen vaikuttaa arkeen. Esim. diabetesta sairastavan kohdalla kyky huolehtia säännöllisestä ruokarytmistä ja oikeanlaisesta ruokavaliosta on hyvin tärkeä asia itsenäisen suoriutumisen kannalta.

### Kysymys 4 (Tunnistaa ja pyrkii huolehtimaan säännöllisestä ruokarytmistä)

- A** = Asiakas ymmärtää minkälaista ruokarytmiä tulisi noudattaa ja hän noudattaa sitä itsenäisesti.
- B** = Asiakas ymmärtää minkälaista ruokarytmiä tulisi noudattaa, mutta ruokarytmi kuitenkin vaihtelee jonkin verran eri päivinä, esim. syö toisinaan lounaan vasta myöhemmin iltapäivällä.
- C** = Asiakas tarvitsee toisinaan muistuttamista eri aterioiden syömisestä tai hän unohtaa joskus syödä esim. lounaan.
- D** = Asiakas tarvitsee usein tai jatkuvasti ohjeistamista ja muistuttamista säännöllisen ruokarytmin ylläpitämiseksi.
- H** = Säännöllistä ruokarytmiä ei ole ja / tai asiakas ei pidä sitä tärkeänä.
- X** = Ei voida arvioida.

ICF d5701, Ruokavaliosta ja fyysisestä kunnosta huolehtiminen: ”Itsestä huolehtiminen tiedostamalla, että on tarpeen valita ja käyttää ravitsevaa ruokaa sekä ylläpitää fyysistä kuntoa ja että myös huolehtii näistä.”

**Kysymys 5** (Tunnistaa ja pyrkii huolehtimaan monipuolisesta ruokavaliosta)

- A** = Asiakas tietää minkälainen monipuolinen ruokavalio on ja hän noudattaa sitä itsenäisesti.
  - B** = Asiakas tietää minkälainen monipuolinen ruokavalio on, mutta sen noudattaminen vaihtelee jonkin verran eri päivinä, esim. syö toisinaan lounaaksi vain leivän.
  - C** = Asiakas tarvitsee toisinaan ohjausta tai muistutusta, esim. että muistaa syödä myös hedelmiä tai kasviksia.
  - D** = Asiakas tarvitsee usein tai jatkuvasti ohjausta ja muistuttamista monipuolisesta ruokavaliosta tai on valvottava, ettei hän esim. syö jatkuvasti makeisia.
  - H** = Ruokavalio on yksipuolinen ja / tai asiakas ei piittaa siitä.
  - X** = Ei voida arvioida.
-

## **b. Ruoanlaitto**

ICF d630, Aterioiden valmistaminen: ”Aterioiden suunnitteleminen, järjestäminen, valmistaminen ja tarjoileminen sekä itselle että muille, kuten ruokalistan laatiminen, syötävän ruoan ja juoman valitseminen, ruoka-aineiden yhdistäminen aterian valmistuksessa, lämpimien ruokien ja kylmien juomien ja ruokien valmistaminen, sekä valmiin ruoan tarjoileminen”

ICF d6300, Yksinkertaisten aterioiden valmistaminen: ”Sellaisen aterian järjestäminen, valmistaminen ja tarjoileminen, johon tarvitaan vain vähän valmistusaineita ja jonka valmistus- ja tarjoilumenetelmät ovat yksinkertaisia, kuten välipala tai pienen aterian valmistaminen ja ruoka-aineiden muuttaminen toisenlaiseksi leikkaamalla, sekoittamalla, keittämällä tai lämmittämällä, kuten riisi ja perunat.”

ICF d6301, Monimutkaisten aterioiden valmistaminen: ”Sellaisen aterian suunnitteleminen, järjestäminen, valmistaminen ja tarjoileminen, johon tarvitaan lukuisia ruoka-aineita ja jonka valmistus- ja tarjoilumenetelmät ovat monimutkaisia tai moniosaisia, kuten usean ruokalajin aterian suunnitteleminen, ja ruoka-aineiden muuttaminen toisenlaisiksi kuorimalla, viipaloimalla, sekoittamalla, vaivaamalla ja hämmentämällä, sekä aterian esille asettaminen ja tarjoileminen tilanteeseen ja kulttuuriin sopivalla tavalla.”

**Kysymykset 7-9 ja 12** (Pienien aterioiden valmistus, Suurien aterioiden valmistus, Valmiin aterian lämmittäminen, Pullojen ja pakkausten avaaminen)

**Huomioita**-kohtaan on tärkeää merkitä, onko asiakas esimerkiksi ateriapalvelun piirissä sekä onko hänellä palvelusta huolimatta kyky selviytyä toiminnoista. Mikäli asiakas ei tee toimintoja, merkitään kuka tekee ne hänen puolestaan.

**A** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti.

**B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti joko hitaasti toimien tai apuvälineiden avulla.

**C** = Asiakas tarvitsee suoriutuakseen hieman sanallista ohjausta tai muistuttamista, tai hän suoriutuu kirjallisten/kuvallisten ohjeiden avulla.

**D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa valvontaa, sanallista ohjausta, muistuttamista tai toiminnan jaksottamista suoriutuakseen.

**E** = Asiakas suoriutuu suurimmaksi osaksi itsenäisesti, mutta tarvitsee fyysistä apua jossakin osavaiheessa, esim. tietyn välineen käytössä tai hienomotoriikkaa vaativissa toiminnoissa.

**F** = Asiakas ei fyysisesti pysty suoriutumaan tehtävästä, mutta kykenee antamaan toimintaohjeita esimerkiksi avustajalle.

**G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista, esim. kirjalliset ohjeet ja avun säilykepurkin avaajan käyttöön.

**H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on toiminnassa täysin avustettava.

**X** = Ei voida arvioida.

**Kysymys 10** (Ruoanlaitossa tarvittavien tarkoituksenmukaisten välineiden sekä ruoka-aineiden valinta ja esille otto)

- A** = Asiakas tietää mitä välineitä sekä ruoka-aineita käytetään ruoan valmistuksessa ja suoriutuu niiden esille otosta itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti joko hitaasti toimien tai apuvälineen avulla.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman muistuttamista tai muutaman sanallisen ohjeen esim. ”Mitä ruoka-aineita tarvitset voileivän valmistamiseen?”
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa muistuttamista tai sanallista ohjausta esim. ”Ota ensin leipä tuosta kaapista ja ota sen jälkeen jääkaapista kinkku ja juusto.”
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista, esim. painavien esineiden esille ottamisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa fyysistä avustamista, mutta kykenee sanallisesti ohjeistamaan avustajaa.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä suullista ohjausta että fyysistä avustamista, esim. kehotuksen leivän esille ottoon ja avun kattilan nostamiseksi kaapista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava tarvikkeiden valinnassa ja esille otossa.
- X** = Ei voida arvioida.

**Kysymys 11** (Turvallinen toiminta keittiössä)

- A** = Asiakkaan toiminta on turvallista.
- B** = Asiakkaan toiminta on turvallista hänen toimiessaan hitaasti tai kun hän hyödyntää toiminnassa apuvälineitä.
- C** = Turvallisuuden varmistamiseksi asiakas tarvitsee vihjeitä ja muistuttamista esim. ”Muista käyttää patalappuja, kun otat kuumaa astian uunista.”
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta, muistuttamista tai valvontaa turvallisuuden varmistamiseksi.
- E** = Asiakas tietää miten toimia turvallisesti, mutta tarvitsee hieman fyysistä avustamista, esim. kuumien astioiden tai terävien veitsien käsittelemisessä.
- F** = Asiakas tietää miten toimia turvallisesti, mutta tarvitsee jatkuvaa fyysistä avustamista, jotta toiminta olisi turvallista.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista, esim. muistutuksen terävästä veitsestä pöydän reunalla ja avun kattilan nostamiseen.
- H** = Asiakas tarvitsee jatkuvasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän ei pysty toimimaan keittiössä turvallisesti avustettunakaan.
- X** = Ei voida arvioida.

**Kysymys 12** (Pullojen ja pakkausten avaaminen) vastausvaihtoehdot ovat samat kuin kysymyksiin 7-9, katso edellinen sivu 15.



Kysymyksessä 13 ei ole vastausvaihtoehtoja E, F ja G, koska kysymys koskee ymmärtämistä ja noudattamista. Olennaista on arvioida, pystyykö asiakas itse kognitiivisesti suoriutumaan toiminnasta, vaikka fyysisiä rajoitteita esiintyisikin.

### **Kysymys 13** (Valmistusohjeiden ja pakkausselosteiden ymmärtäminen sekä noudattaminen)

ICF d325, Kirjoitettujen viestien ymmärtäminen: ”Kirjoituksella (mukaan lukien Braille-pistekirjoitus) välitettyjen viestien suorien ja epäsuorien merkitysten ymmärtäminen, kuten poliittisista tapahtumista kirjoitettujen sanomalehtitekstien ymmärtäminen tai uskonnollisten kirjoitusten ymmärtäminen”.

- A** = Asiakas ymmärtää valmistusohjeet ja pakkausselosteet sekä osaa toimia niiden mukaisesti.
- B** = Asiakas ymmärtää valmistusohjeet ja pakkausselosteet sekä osaa toimia niiden mukaisesti, kun hän toimii hitaasti, hyödyntää apuvälineitä esim. suurennuslasia ohjeiden lukemiseen tai kun ohjeet luetaan hänelle ääneen johtuen näön käytön vaikeuksista.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta tai selviytyy esimerkiksi kuvallisten ohjeiden avulla.
- D** = Asiakas tarvitsee esimerkiksi toisen henkilön lukemaan ohjeet ääneen muista kuin näkemiseen liittyvistä syistä ja selittämään pakkausselosteiden sisällön, jotta osaa toimia ohjeiden mukaisesti.
- H** = Asiakas ei ymmärrä tai pysty noudattamaan ohjeita runsaankaan ohjauksen avulla.
- X** = Ei voida arvioida.

### **Kysymys 14** (Ruoka-aineiden oikea säilytys)

- A** = Asiakas tietää miten ruoka-aineita tulee säilyttää ja osaa huolehtia niiden tuoreuden sekä käyttöpäivien valvonnasta.
- B** = Hitaasti toimien tai apuvälineen avulla asiakas pystyy huolehtimaan ruoka-aineiden tarkoituksenmukaisesta säilytyksestä sekä tuoreuden ja käyttöpäivän huomioimisesta.
- C** = Asiakas tarvitsee muutaman sanallisen vihjeen tai muistutuksen, esim. ”Minne maitopurkki tulisi laittaa ruoan syömisen jälkeen?”
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa muistutusta tai sanallista ohjausta esim. ”Laita maitopurkki jääkaappiin ja leipä takaisin pussiin.”
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista, esim. painavien ruokatarvikkeiden laittamisessa jääkaappiin.
- F** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa fyysistä avustamista, mutta kykenee sanallisesti ohjeistamaan avustajaa.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta ja fyysistä avustamista tai ruokatarvikkeiden tarkoituksenmukaisesta säilytyksestä on huolehdittava hänen puolestaan.
- X** = Ei voida arvioida.

### c. Keittiön laitteet ja välineet

Kysymykset sisältävät käyttöohjeiden tuntemisen ja laitteiden asianmukaisen käytön.

ICF d 6403, Kotitalouskoneiden käyttäminen: ”Erialaisten kotitalouskoneiden käyttäminen, kuten pesukone, kuivaaja, silitysrauta, pölynimuri ja astianpesukone”

**Kysymykset 17-20** (Lieden ja uunin käyttö, Mikroaaltouunin käyttö, Kahvinkeitin käyttö, Vedenkeitin käyttö)

Huom! Tyhjille riveille voidaan kirjata ja arvioida mahdollisten muiden asiakkaalle oleellisten laitteiden käyttöä.

- A** = Asiakas osaa käyttää laitteita oikein ja suoriutuu niiden käytöstä itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti, mutta toiminta on hidasta ja / tai hän tarvitsee apuvälinettä suoriutuakseen.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta suoriutuakseen, esim. ”Laita ruoka mikroon kahdeksi minuutiksi” tai hän suoriutuu kuvallisten / kirjallisten ohjeiden avulla.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa valvontaa tai sanallista ohjausta suoriutuakseen esim. ”Mittaa vettä keittimeen kaksi kupillista, laita suodatinpussi paikalleen, laita kahvijauhetta suodatinpussiin kaksi mitallista, laita keitin päälle.”
- E** = Asiakas tarvitsee fyysistä avustamista joissakin toiminnan osa-alueissa, kuten pistokkeen laittamisessa pistorasiaan tai suodatinpussin asettamisessa kahvinkeittimeen.
- F** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa fyysistä avustamista toiminnassa, mutta kykenee antamaan toimintaohjeita avustajalle.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista, esim. muistutuksen oikeasta uunin lämpötilasta ja avun vuoan siirtämiseen.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän ei pysty käyttämään laitteita avustettunakaan.
- X** = Ei voida arvioida.

## ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN

### a. Pukeutuminen

ICF d540, Pukeutuminen: *”Koordinoitujen toimien ja tehtävien suorittaminen vaatteiden ja jalkineiden pukemiseksi ja riisumiseksi sopivassa järjestyksessä ilmastolliset olosuhteet ja sosiaalinen tilanne huomioon ottaen, kuten paitojen, puseroiden, hameiden, housujen, alusvaatteiden, sarin, kimonon, sukkahousujen, hattujen, käsineiden, takkien, kenkien, saappaiden, sandaalien ja tossujen pukeminen, sovittaminen ja riisuminen.”*

ICF d5400, Vaatteiden pukeminen: *”Koordinoitujen tehtävien suorittamien kehon eri osien vaatettamiseksi, kuten vaatteiden pukeminen pään, käsivarsien ja hartioiden yli sekä ylä- ja alavartalon pukeminen; käsineiden ja päähineen pukeminen.”*

ICF d5401, Vaatteiden riisuminen: *”Koordinoitujen tehtävien suorittaminen vaatteiden riisumiseksi eri osista kehoa, kuten vaatteiden riisuminen pään yli, käsivarsilta ja hartioilta sekä vaatteiden riisuminen ylä- ja alavartalolta; käsineiden ja päähineiden riisuminen.”*

ICF d5402, Jalkineiden pukeminen: *”Koordinoitujen tehtävien suorittaminen sukkien ja jalkineiden päälle pukemiseksi.”*

ICF d5403, Jalkineiden riisuminen: *”Koordinoitujen tehtävien suorittaminen sukkien ja jalkineiden riisumiseksi.”*

ICF d5404, Asianmukaisen vaatetuksen valitseminen: *”Pukeutuminen noudattaen oman yhteisön tai kulttuurin sisäisiä tai ulkoisia pukeutumissääntöjä ja -käytäntöjä sekä pukeutuminen ilmastoon sopivalla tavalla.”*

Pukeutumisen toiminnot arvioidaan kokonaisvaltaisesti alusta loppuun saakka. Arvioinnissa tulee huomioida myös eri vaatetusten, kuten ulkoiluasujen ja alusvaatteiden pukeminen. **Huomiota**-kohtaan kirjataan, mikäli jokin pukeutumisen osa-alue aiheuttaa ongelmia erityisesti tai arviossa ilmenee muuta, mihin tulisi kiinnittää erityistä huomiota.

Toiminnot voidaan myös tarvittaessa pilkkoa pienempiin osiin hyödyntäen tyhjiä kysymyskohtia. Tämä saattaa olla hyödyllistä esim. mikäli asiakas kykenee pukemaan / riisumaan kaikki muut vaatteet, mutta jokin tietty vaatekappale on hänelle erityisen hankala.

Mikäli asiakkaalla on käytössä esim. ranne- tai polvitukia tai tukikengät, voidaan niiden pukemista / riisumista arvioida kirjaamalla ne tyhjiin kysymyskohtiin.

**Kysymykset 23-27** (Vaatteiden pukeminen, Kenkien pukeminen, Vaatteiden riisuminen, Kenkien riisuminen, Pienten yksityiskohtien pukeminen)

Huom! Vaatteiden esille ottoa arvioidaan kysymyksissä 28 ja 29, joissa kyse on vaatteiden valinnasta sekä likaisten vaatteiden vaihtamistarpeen huomioimisesta.

- A** = Pukeminen / riisuutuminen on sujuvaa ja itsenäistä.
- B** = Pukeminen / riisuutuminen on joko hidasta tai asiakas käyttää apuna apuvälinettä, suoriutuakseen toiminnasta itsenäisesti.
- C** = Asiakas tarvitsee ajoittain muistutuksen tai kehotuksen toiminnasta, esim. muistutuksen vaatteiden oikomisesta pukemisen jälkeen tai kengännauhojen avaamisesta ennen kenkien riisumista.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta toiminnan etenemiseksi tai toiminto on jaettava osiin.
- E** = Asiakas ei kykene motorisesti suoriutumaan kaikista pukeutumisen / riisuutumisen osa-alueista, esim. tarvitsee vaatteiden oikomisapua puettuaan ne päälle.
- F** = Asiakas tarvitsee runsaasti apua pukemisessa / riisuutumisessa, mutta pystyy ohjaamaan avustajaa esim. pukemisjärjestyksessä.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta / muistuttamista että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava pukemisissa / riisuutumisissa.
- X** = Ei voida arvioida.

**Kysymys 28** (Vaatteiden valinta ja esille otto; säähän ja tilanteeseen sopivat)

Huom! Kysymys ei sisällä vaatteiden pukemista ja riisumista, vaan nämä toiminnot arvioidaan kysymyksissä 23-27. Sen sijaan vaatteiden esille otto sisältyy toimintaan.

- A** = Asiakas osaa itsenäisesti valita vaatteet tilanteen ja sään mukaisesti sekä pystyy ottamaan ne esille.
- B** = Asiakas osaa itsenäisesti valita vaatteet tilanteen ja sään mukaisesti, mutta toiminta on hidasta tai hän käyttää apuvälinettä esim. vaatteiden esille otossa.
- C** = Asiakas tarvitsee ajoittain muistutuksen tai kehotuksen toiminnasta, esim. "Vaihtaisitko yllesi yöasun" tai "Pue myös pipo ulos lähtiessäsi."
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta tilanteeseen ja säähän sopivien vaatteiden valinnassa.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä apua vaatteiden valintaan ja esille ottoon liittyen, esim. ei saa itse otettua pipoa hattuhyllyltä.
- F** = Asiakas tarvitsee runsaasti apua esim. vaatteiden esille otossa, mutta pystyy ohjaamaan avustajaa vaatteiden valinnassa.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta / muistuttamista että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.

**Kysymys 29** (Likaantuneiden vaatteiden vaihtamistarpeen huomiointi ja puhtaiden vaatteiden esille otto)

Huom! Kysymys sisältää myös vaatteiden esille oton. Lisäksi kohtaan arvioidaan ns. vaatteiden jatkuva turha vaihtaminen. Sen sijaan kysymys ei sisällä vaatteiden pukemista ja riisumista, vaan nämä toiminnot arvioidaan kysymyksissä 23-27.

- A** = Asiakas huomioi, koska likaantuneet vaatteet on syytä vaihtaa puhtaisiin ja saa otettua puhtaat vaatteet esille itsenäisesti.
  - B** = Asiakas huomioi likaantuneiden vaatteiden vaihtamistarpeen, mutta toiminta on hidasta tai hän käyttää apuvälinettä esim. vaatteiden esille otossa.
  - C** = Asiakas tarvitsee ajoittain muistutuksen tai kehotuksen vaatteiden vaihtamisesta puhtaisiin.
  - D** = Asiakas ei itse huomioi likaisten vaatteiden vaihtamistarvetta vaan tarvitsee tähän toistuvaa sanallista ohjausta.
  - E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä apua vaatteiden esille ottoon liittyen, esim. ei saa itse otettua puhdasta paitaa kaapin ylähyllyltä.
  - F** = Asiakas tarvitsee runsaasti apua vaatteiden esille otossa, mutta huomioi, koska vaatteet tulisi vaihtaa puhtaisiin.
  - G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta / muistuttamista että fyysistä avustamista.
  - H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava.
  - X** = Ei voida arvioida.
-

## **b. Peseytyminen, siistiytyminen ja hygieniasta huolehtiminen sekä kehon osien**

### **hoitaminen**

**ICF d510, Peseytyminen:** ”Kehon tai kehon osien peseminen ja kuivaaminen käyttäen vettä ja tarkoituksenmukaisia puhdistus- ja kuivausvälineitä sekä peseytymisen menetelmiä, kuten kylpeminen, suihkussa käynti, käsien, jalkojen, kasvojen ja hiusten peseminen sekä pyyhkeellä kuivaaminen.”

**ICF d5100, Kehon osien peseminen:** ”Kehon osien, kuten käsien, kasvojen, jalkojen, hiusten tai kynsien peseminen käyttäen vettä, saippuaa ja muita aineita.”

**ICF d5101, Koko kehon peseminen:** ”Koko kehon peseminen, kuten kylpeminen tai suihkussa käyminen käyttäen vettä, saippuaa tai muita aineita.”

**ICF d5102, Kuivaaminen:** ”Kehon tai kehon osien kuivaaminen, kuten peseytymisen jälkeen käyttäen pyyhettä tai muita kuivaamisen keinoja.”

**ICF d520, Kehon osien hoitaminen:** ”Niiden kehonosien hoitaminen, jotka edellyttävät enemmän kuin peseminen ja kuivaaminen, kuten iho, kasvot, hampaat, päänahka, kynnet ja genitaalialueet.”

**ICF d5200, Ihon hoitaminen:** ”Ihon kudoksista ja kosteudesta huolehtiminen, kuten kovettumien ja känsien poisto, ihovoiteiden tai kosmetiikan käyttäminen.”

**ICF d5201, Hampaiden hoitaminen:** ”Hampaiden puhtaudesta huolehtiminen, kuten hampaiden harjaus, hammasvälien puhdistus sekä tekohampaiden ja ortoosien hoito.”

**ICF d5202, Hiusten / parran hoitaminen:** ”Hiusten ja kasvojen karvoituksesta huolehtiminen, kuten kampaaminen, muotoilu, ajaminen ja siistiminen.”

**ICF d5203, Sormenkynsien hoitaminen:** ”Sormenkynsien puhdistaminen, leikkaaminen ja siistiminen.”

**ICF d5204, Varpaankynsien hoitaminen:** ”Varpaankynsien puhdistaminen, leikkaaminen ja siistiminen.”

**Kysymykset 32-44** (Vartalon pesu, Hiusten pesu, Käsien pesu, Kasvojen pesu, Alapesu, Saunominen, Pestyn alueen huolellinen kuivaaminen, Hampaiden hoitaminen, Ihon hoitaminen, Hiusten kampaaminen, hoitaminen ja muotoilu, Parran ajaminen ja karvojen poisto, Kynsien hoito ja leikkaaminen, Deodorantin käyttö, ehostus ja meikkaus)

**A** = Asiakas suoriutuu toiminnosta itsenäisesti.

**B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti hitaasti toimien tai apuvälineen avulla.

**C** = Asiakas tarvitsee ohjausta tai kehotuksen toiminnan aloittamisesta tai osavaiheista, esim. ”Muista pestä / kuivata myös oikea korva”.

**D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta, muistuttamista, toiminnan jaksottamista tai valvontaa.

**E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. saippuan annostelussa, tarvikkeiden esille otossa tai käsien / korkkien avaamisessa.

**F** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa fyysistä avustamista, mutta pystyy ohjaamaan avustavaa henkilöä esim. toimintajärjestyksen suhteen.

**G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista, esim. muistutuksen tietyn osa-alueen suorittamiseksi ja avun selän pesuun.

**H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava.

**X** = Ei voida arvioida.

### c. WC-toiminnot

ICF d530, WC:ssä käyminen: ”WC-käynnin suunnitteleminen ja toteuttaminen kehon jätteaineiden poistamiseksi (kuukautisvuoto, virtsaaminen ja ulostamisen säateleminen ja kuukautisvuodosta huolehtiminen”

ICF d5300, Virtsaamisen säateleminen: ”Virtsaamistapahtuman koordinoiminen ja hoitaminen, kuten virtsaamistarpeen tunnistaminen, sopivaan asentoon pääseminen, tarkoituksenmukaisen virtsaamispaikan valitseminen ja sinne pääseminen, vaatteiden käsittelyminen ennen ja jälkeen virtsaamisen sekä siistiytyminen virtsaamisen jälkeen”

ICF d5301, Ulostamisen säateleminen: ”Ulostamistapahtuman koordinoiminen ja hoitaminen, kuten ulostamistarpeen tunnistaminen, sopivaan asentoon pääseminen, tarkoituksenmukaisen ulostamispaikan valitseminen ja sinne pääseminen, vaatteiden käsittelyminen ennen ja jälkeen ulostamisen sekä siistiytyminen virtsaamisen jälkeen”

#### **Kysymykset 48 ja 49** (Virtsan pidättäminen, Ulosteen pidättäminen)

Huom! Mikäli asiakkaalla on pidättämisen sijaan ongelmia ummetuksen suhteen, lisää se omaksi kohdaksi tyhjälle riville. Käsien pesu wc-käyntien jälkeen arvioidaan kysymyksessä 34.

- A** = Asiakas pystyy pidättämään virtsan / ulosteen.
- C** = Asiakas tarvitsee ajoittain muistutusta wc:ssä käynnin tarpeesta, esim. ”Muista käydä wc:ssä ennen uloslähtöä”.
- D** = Asiakas tarvitsee säännöllisin väliajoin muistutusta wc:ssä käynnin tarpeesta.
- E** = Asiakkaalla on suojat / vaipat käytössä öisin ja / tai joissakin tilanteissa kodin ulkopuolella liikkeessä, mutta pystyy huolehtimaan niiden vaihdosta itsenäisesti.
- F** = Asiakas tarvitsee suojia / vaippoja jatkuvasti, mutta pystyy huolehtimaan niiden käytöstä itsenäisesti.
- G** = Asiakkaalla on suojat / vaipat käytössä öisin ja / tai joissakin tilanteissa kodin ulkopuolella liikkeessä ja hän tarvitsee apua niiden käytössä.
- H** = Asiakas tarvitsee suojia / vaippoja jatkuvasti eikä hän pysty huolehtimaan niiden käytöstä itsenäisesti.
- X** = Ei voida arvioida.

#### **Kysymys 50** (Itsenäinen wc:ssä käynti tarvittaessa)

Huom! Sisältää mm. wc-tilaan liikkumisen, wc-istuimelle / -istuimelta siirtymisen, vaatteiden kanssa toimimisen, pyyhkimisen ja wc:n vetämisen. Sisältää myös mm. katetrien käytön. Erikseen voidaan huomioida mm. siisteyttä ja tarkoituksenmukaisuutta.

- A** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti wc-käynneistä.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti, mutta toiminta on hidasta, hän katettoi itsenäisesti tai hän käyttää apuvälineitä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman muistuttamista tai sanallista ohjausta esim. ”Muista vetää wc käynnin jälkeen”.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa muistuttamista, sanallista ohjausta tai valvontaa.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. nappien avaamisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee runsaasti fyysistä avustamista.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.

ICF d5302, Kuukautisista huolehtiminen: ”Kuukautisista huolehtiminen, huolenpidon suunnittelu-  
minen ja koordinoiminen, kuten kuukautisten alkamisen ennakoiminen ja kuukautissuojien käyttä-  
minen.”

### **Kysymys 51** (Kuukautisista huolehtiminen)

Huom! Mikäli käytössä on kuukautisten estolääkitys, mainitse se Huomioita-kohdassa.

- A** = Asiakas huolehtii itsenäisesti kuukautisista.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti, mutta toiminta on hidasta tai hän käyttää apuvälineitä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman muistuttamista tai sanallista ohjausta esim. ”Muista vaihtaa side alushousuihin”.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa muistuttamista, sanallista ohjausta tai valvontaa.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. nappien ja terveyssidepak-  
kauksen avaamisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee runsaasti fyysistä avustamista.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai  
hän on täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.

### **d. Omasta päivittäisestä terveydestä huolehtiminen**

ICF d5702, Oman terveyden ylläpitäminen: ”Itsestä huolehtiminen tiedostamalla, että on tarpeen  
huolehtia omasta terveydestä ja että myös toimii sen vaatimalla tavalla reagoiden terveysriskeihin  
sekä ennaltaehkäisten huonokuntoisuutta, kuten hakemalla ammattiapua; lääketieteellisen ja mui-  
den terveysohjeiden noudattaminen; terveysriskien välttäminen, kuten fyysiset vammat, tartuntatau-  
dit, päihteiden ja huumeiden käyttö sekä sukupuolitaudit.”

### **Kysymys 53** (Lääkkeiden otto)

- A** = Asiakas suoriutuu lääkkeiden käytöstä itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti hitaasti toimien tai apuvälineiden avulla, esim.  
käytössä tabletinpuolittaja tai dosetti. Mikäli käytössä on lääkkeiden otta-  
misajankohtana hälyttävä dosetti, merkitse vastaukseksi C.
- C** = Asiakas tarvitsee jonkin verran muistuttamista, sanallista ohjausta tai varmistam-  
ista, esim. ”Muistitko ottaa iltalääkkeen” tai käytössä on lääkkeiden otta-  
misajankohtana hälyttävä dosetti.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta ja / tai lääkkeiden ottamista on  
valvottava.
- E** = Asiakas osaa huolehtia lääkkeiden ottamisesta, mutta tarvitsee apua esim. lää-  
kepakkausten avaamisessa tai tabletin puolittamisessa.
- F** = Asiakas osaa huolehtia lääkkeiden ottamisesta, mutta tarvitsee paljon fyysistä  
avustamista lääkkeiden ottamiseen.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai  
hän on lääkkeiden käytössä täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.



### Kysymys 54 (Nukkuminen sekä riittävästä levosta ja päivärytmistä huolehtiminen)

Huom! Kysymys sisältää myös vuoteeseen menon / pois siirtymisen sekä peiton päälle / pois päältä laittamisen.

- A** = Asiakas huolehtii itsenäisesti riittävästä levosta ja päivärytmistä sekä pystyy itsenäisesti siirtymään vuoteeseen ja sieltä ylös.
- B** = Asiakas huolehtii itsenäisesti riittävästä levosta ja päivärytmistä, mutta levolle mennessä / ylös noustessa toiminta on hidasta tai asiakas käyttää apuna apuvälinettä esim. nousutukea.
- C** = Asiakas tarvitsee toisinaan muistuttamista esimerkiksi nukkuma-ajoista.
- D** = Asiakas tarvitsee runsaasti sanallista ohjausta, muistutusta tai valvontaa riittävän levon ja päivärytmin toteutumiseksi.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä apua vuoteeseen menossa / vuoteesta nousussa, esim. peiton laittamisessa jalkojen päälle.
- F** = Asiakas tarvitsee runsaasti fyysistä apua vuoteeseen menossa / vuoteesta nousemisessa, esim. hänet on siirrettävä / nostettava sänkyyn.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista, esim. kehotuksen nukkumaan menosta ja jalkojen peittelyavun.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.

### Kysymys 55 (Tunnistaa terveydentilansa ja osaa pyytää / hankkia apua)

- A** = Asiakas tunnistaa terveydentilansa ja pystyy itsenäisesti huolehtimaan esim. lääkäriajan varaamisesta tarvittaessa.
- B** = Asiakas tunnistaa terveydentilansa itsenäisesti, mutta viiveellä. Esim. ottaa särkylääkkeen tai varaa lääkäriajan viiveellä.
- C** = Asiakas ymmärtää olevansa sairas, mutta tarvitsee esim. huomautuksen, että voisi olla aika varata lääkäriaika, koska flunssa on kestänyt kauan.
- D** = Asiakas tarvitsee toisen ihmisen valvomaan terveydentilaansa tai hän tarvitsee toistuvia kehotuksia esim. lääkäriajan varaamiseksi.
- E** = Asiakas tunnistaa terveydentilansa, mutta tarvitsee hieman fyysistä apua joko terveydentilan valvontaan (esim. kuumemittarin käyttöön) tai avun hankintaan (esim. apua puhelinumeroon valinnassa lääkäriaikaa varattaessa).
- F** = Asiakas tunnistaa terveydentilansa, mutta tarvitsee runsaasti fyysistä apua esim. ei kykene itse käyttämään puhelinta lääkäriaikaa varattaessa.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä valvontaa / ohjausta että fyysistä apua.
- H** = Asiakas ei tunnista terveydentilaansa eikä osaa pyytää apua, esim. lääkäriaika on varattava hänen puolestaan.
- X** = Ei voida arvioida.

## KOTITYÖT

ICF d640 Kotitaloustöiden tekeminen: ”Kotitalouden hoitaminen siivoamalla asuntoa, pesemällä pyykkiä, käyttämällä talouskoneita, säilyttämällä ruokaa ja hävittämällä jätteet, kuten tasojen, seinien sekä muiden pintojen pyyhkiminen, luuttuaminen ja peseminen; talousroskien kerääminen ja poisvieminen; huoneiden, kaappien ja laatikoiden siistiminen; pyykin kerääminen, peseminen, kuivaaminen, viikkaaminen ja silittäminen; jalkineiden siistiminen; luutien, harjojen ja pölyimureiden käyttäminen; pyykinpesukoneiden, kuivaajien ja silitysrautojen käyttäminen.”

ICF d6403, Kotitalouskoneiden käyttäminen: ” Erilaisten kotitalouskoneiden käyttäminen, kuten pesukone, kuivaaja, silitysrauta, pölyimuri ja astianpesukone.”

### a. Tekstiilihuolto

**Kysymykset 57-61** (Pyykin peseminen, Pyykin kuivaaminen, Silittäminen, Vaatteiden/tekstiilien viikkaaminen, Vaatteiden/tekstiilien lajittelu paikoilleen)

**Huomioita**-kohtaan merkitään, mikäli asiakkaalla on käytössä jokin tekstiilihuollossa avustava palvelu sekä arvio siitä, selviytyisikö hän toiminnosta ilman palvelua. Mikäli asiakas ei itse tee toimintoja, merkitään kuka huolehtii niistä hänen puolestaan.

**A** = Asiakas suoriutuu toiminnoista itsenäisesti.

**B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti hitaasti toimien tai apuvälineiden avulla.

**C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta, muistuttamista tai varmistamista esim. ”Muista avata vesihana käynnistäessäsi pyykinpesukoneen” tai ”Laitoitko jo pyykit kuivumaan”.

**D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjeistamista ja muistuttamista toiminnan eri vaiheissa tai hän tarvitsee jatkuvaa valvontaa.

**E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. lakanoiden ripustamisessa narulle tai vesihanan avaamisessa / sulkemisessa.

**F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista toiminnan alusta loppuun, mutta pystyy antamaan toimintaohjeita avustajalle.

**G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.

**H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjeistusta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava.

**X** = Ei voida arvioida.

## **b. Siivous**

ICF d6401, Keittoalueen ja keittiötarvikkeiden puhdistaminen: ”Keittämisen jälkeinen siivoaminen, kuten astioiden, patojen ja pannujen ja keittovälineiden tiskaaminen sekä pöydän ja lattian siivoaminen keitto- ja ruokailualueelta.”

ICF d6402, Asunnon siivoaminen: ”Kotitalouden ja asunnon siivoaminen siistimällä ja pölyttämällä, pyyhkimällä ja luuttuamalla lattiat, pesemällä ikkunat ja seinät, puhdistamalla kylpyhuoneet ja vessat sekä puhdistamalla huonekalut.”

ICF d6403, Kotitalouskoneiden käyttäminen: ”Erialaisten kotitalouskoneiden käyttäminen, kuten pesukone, kuivaaja, silitysrauta, pölyimuri ja astianpesukone.”

ICF d6405, Jätteiden hävittäminen: ”Kotitalousjätteiden, kuten roskien ja jätteiden hävittäminen, valmistaminen hävitettäväksi, jäteastioiden käyttäminen; jätteiden polttaminen.”

**Kysymykset 63-73** (Sängyn petaaminen, Lakanoiden vaihto, Astioiden pesu, Pölyjen pyyhkiminen ja pintojen kuivaus, Tavaroiden järjestely ja paikalleen vienti, Imurointi, Lattianpesu, Roskat, WC-tilan siivous, Kaappien siisteys, Omien jälkien siivoaminen)

**Huomioita**-kohtaan on tärkeää merkitä esimerkiksi, jos asiakkaalla on käytössään siivouspalvelu sekä arvio, selviytyisikö hän toiminnasta ilman palvelua. Mikäli asiakas ei itse tee toimintoja, merkitään kuka huolehtii niistä hänen puolestaan.

- A** = Asiakas tietää miten toimia, hän tunnistaa toiminnan eri osa-alueet ja suoriutuu itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti, mutta toiminta on hidasta tai hän käyttää apuna apuvälinettä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta, muistuttamista tai varmistamista esim. ”Muistitko pyyhkiä tiskipöydän” tai ”Veitkö imurin siivouskaappiin”.
- D** = Asiakas tarvitsee paljon/jatkuvaa sanallista ohjausta, toiminnan jaksottamista tai valvontaa.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. apua raskaiden laitteiden esille ottoon tai hienomotoriikkaa vaativiin toimintoihin.
- F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista, mutta pystyy antamaan esimerkiksi toimintaohjeita avustajalle.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.

### c. Tekniikka

ICF d6504, Apuvälineistä huolehtiminen: ”Apuvälineiden korjaaminen ja huoltaminen, kuten proteesit, ortoosit, kotitaloudesta ja itsestä huolehtimisen erityisvälineet ja apuvälineet; liikkumisen apuvälineiden kunnossapitäminen ja korjaaminen, kuten kävelykepit, kävelytuki, pyörätuoli ja skootteri; ja kommunikaation ja vapaa-ajan apuvälineiden kunnossapitäminen”

**Kysymykset 76-83** (TV:n ja digiboksin käyttö, Radion käyttö, Tietokoneen käyttö, Puhelimen käyttö, Apuvälineiden käyttö, Lämpöpattereiden käyttö, Ovien avaaminen/sulkeminen, Ikkunoiden avaaminen/sulkeminen)

Huom! Mikäli halutaan arvioida tarkemmin asiakkaalle tärkeiden laitteiden (esim. dvd) tai laitteiden lisätoimintojen (esim. sähköposti tai puhelimen lisätoiminnot) käyttöä, voidaan näitä toimintoja kirjata omiksi kohdikseen tyhjille riveille.

Laajemmat toimintaa helpottavat ratkaisut, joiden avulla henkilö suoriutuu itsenäisesti, kuten esim. ympäristönhallintalaite tai sähköinen ovenavausjärjestelmä, kannattaa mainita Huomioita-kohdassa.

**A** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti.

**B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti joko hitaasti toimien tai apuvälineen avulla.

**C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta, muistuttamista tai varmistamista. Käyttöä on voitu helpottaa myös esim. merkitsemällä yleisimmin käytettävät painikkeet.

**D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta, muistuttamista tai valvontaa.

**E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. hienomotoriikkaa vaativissa toiminnoissa.

**F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista, mutta kykenee itse ohjeistamaan avustajaa.

**G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.

**H** = Asiakas tarvitsee sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista tai hän ei suoriudu toiminnosta avustettunakaan.

**X** = Ei voida arvioida.

## KODIN ULKOPUOLELLA ASIOINTI JA VAPAA-AJANVIETTO

**Kysymykset 86 ja 87** (Matkojen kulkeminen, Ostosten ja muiden tavaroiden kuljettaminen)

Huom! Ulkovaatteiden pukeminen, riisuminen ja valinta arvioidaan kysymyksissä 23-28.

- A** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti, mutta hitaasti toimien tai käyttäen apuvälinettä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta, muistuttamista tai varmistusta suoriutuakseen esim. muistutuksen linja-auton numerosta, helpoimmasta reitistä tai repun mukaan ottamisesta.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta, muistuttamista tai valvontaa suoriutuakseen toiminnasta esim. toisen henkilön mukaansa kodin ulkopuolella liikkueessaan.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. liikkumisen apuvälineen esille otossa, painavien tavaroiden nostamisessa tai hienomotoriikkaa vaativien tehtävien suorittamisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista, mutta osaa ohjeistaa avustajaa. Esim. hän tietää kulkureitin, mutta tarvitsee avustajan työntämään pyörätuolia tai kuljettamaan tavaroita.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista että fyysistä avustamista tai hän on täysin avustettava kodin ulkopuolella liikuttaessa tai tavaroiden kuljettamisessa.
- X** = Ei voida arvioida.

**Kysymykset 88-93** (Ostoslistan laatiminen, Oikeiden tavaroiden löytäminen ja valitseminen, Tuotteiden sopiva määrä ja punnitseminen, Rahan käyttö, Rahan nosto, Laskujen maksu)

Huom! Mikäli asiakkaalla on esim. edunvalvoja, tulee tämä kirjata Huomioita-kohtaan.

- A** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti, mutta hitaasti toimien tai käyttäen apuvälinettä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta, muistuttamista tai varmistusta esim. "Onko kaikki ruokaan tarvittavat aineet mainittuna ostoslistassa" tai "Paljonko tarvitset rahaa viikonloppuna".
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta, toiminnan jaksottamista ja/tai valvontaa suoriutuakseen toiminnasta esim. avustajan mukaansa kauppaan tai pankkiin.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. pankkikortin esille otossa tai hienomotoriikkaa vaativien tehtävien suorittamisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista, mutta osaa ohjeistaa avustajaa. Esim. hän kykenee luettelemaan ostoslistaan kirjoitettavat tuotteet avustajalle.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista että fyysistä avustamista tai hän on toiminnassa täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.

### Kysymys 94 (Sovittujen ja virallisten asioiden hoitaminen)

- A** = Asiakas suoriutuu sovittujen ja virallisten asioiden hoitamisesta itsenäisesti.
- B** = Asiakas suoriutuu itsenäisesti, mutta esim. puhelimen käyttö aikoja varatessa / perueissa on hidasta tai hän käyttää apuvälinettä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta, muistuttamista tai varmistusta esim. ”Muistitko tarkistaa kalenterista, mitä menoja sinulla on huomenna” tai ”Joko varasit ajan kampaajalle?”.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta ja/tai valvontaa suoriutuakseen sovittujen ja virallisten asioiden hoitamisesta.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. puhelinnumeron etsimisessä tai yksittäisten hienomotoriikkaa vaativien tehtävien suorittamisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista, mutta osaa ohjeistaa avustajaa. Esim. hän kykenee seuraamaan kalenterimerkintöjä, mutta ei kykene fyysisesti itse ottamaan kalenteria esille ja kirjoittamaan merkintöjä muistiin.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista että fyysistä avustamista tai hän on sovittujen ja virallisten asioiden hoitamisessa täysin avustettava.
- X** = Ei voida arvioida.

### Kysymys 95 (Harrastukset ja vapaa-ajanvietto)

Huom! ASTA-lomakkeistossa kysymys on otettu mukaan, jotta myös näihin toimintoihin muistetaan kiinnittää huomiota arvioinnissa.

Aiheen laajuudesta johtuen toimintoja ei ole kuitenkaan lähdetty luettelemaan tarkemmin, vaan **aihetta tulee arvioida yksilöllisesti lisäämällä asiakkaalle oleellisia toimintoja lomakkeiston tyhjille riveille. Tarvittaessa tulee arviointiin käyttää myös muita tar-koitukseen soveltuvia arviointivälineitä.**

- A** = Asiakkaalla on mieluisia harrastuksia ja hänen vapaa-aikansa on mieluista. Hän suoriutuu harrastuksista ja vapaa-ajan toiminnoista itsenäisesti.
- B** = Asiakkaalla on jonkin verran mieluisia harrastuksia ja hänen vapaa-aikansa on varsin mieluista. TAI: Asiakkaalla on mieluisia harrastuksia ja hänen vapaa-aikansa on mieluista, mutta toiminta on hidasta tai hän käyttää apuvälinettä.
- C** = Asiakas tarvitsee hieman sanallista ohjausta, muistuttamista tai kannustusta esim. muistutuksen harrastukseen mukaan otettavista tarvikkeista tai ehdotuksen lähteä ulkoilemaan.
- D** = Asiakas tarvitsee jatkuvaa sanallista ohjausta, toiminnan jaksottamista ja/tai valvontaa suoriutuakseen toiminnasta esim. avustajan mukaansa harrastuksiin / vapaa-ajanviettoon.
- E** = Asiakas tarvitsee hieman fyysistä avustamista esim. hienomotoriikkaa vaativien tehtävien suorittamisessa.
- F** = Asiakas tarvitsee paljon fyysistä avustamista, mutta osaa ohjeistaa avustajaa.
- G** = Asiakas tarvitsee hieman sekä sanallista ohjausta että fyysistä avustamista.
- H** = Asiakas tarvitsee runsaasti sekä sanallista että fyysistä avustamista tai hänellä ei ole lainkaan mieluisia harrastuksia / vapaa-ajanviettoa.
- X** = Ei voida arvioida.

## ASUMISEN AVUNTARPEEN ARVIO

Asumisen avuntarpeen arvio -koontisivuille kirjataan ASTA™-lomakkeiston täyttämässä esille tulleet asiat, mitkä vaikuttavat asiakkaan itsenäiseen suoriutumiseen asumisessa. Koontisivuille kirjataan taustatiedot, yleisiä huomioita mm. toimintaan vaikuttaviin tekijöihin liittyen, nykyinen asumismuoto ja palvelut sekä vastaukset ja huomiot ASTA-lomakkeiston kategorioista (ruokahuolto, itsestä huolehtiminen, kotityöt sekä kodin ulkopuolella asiointi ja vapaa-ajanvietto).

Koontisivut täytetään samassa järjestyksessä kuin ASTA-lomakkeisto on täytetty. Koontisivuille tulee kirjata kaikki asumiseen vaikuttavat tekijät ja niistä kirjatut huomiot. Tärkeää on myös kirjata ylös ongelmien taustalla olevia syitä, mikäli niitä on noussut esiin arvioinnin aikana. Sähköiseen versioon vastaukset kirjataan ylös harmaille alueille, mitkä laajenevat sitä mukaa, kun niihin kirjoitetaan.

### Tiedot

Asiakas

Sotu

Päiväys

Lomakkeen täyttäjä (jos muu, kuin asiakas)

### Yleisiä huomioita

Diagnoosit, Motoriikkaan ja liikkumiseen vaikuttavat tekijät, Muut suoriutumiseen vaikuttavat tekijät, Käytössä olevat apuvälineet sekä muuta huomioitavaa

### Nykyinen asumismuoto

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Kerrostalo, krs       | <input type="checkbox"/> Asuu yksin                           |
| <input type="checkbox"/> Rivitalo              | <input type="checkbox"/> Asuu puolison ja / tai lasten kanssa |
| <input type="checkbox"/> Omakotitalo           | <input type="checkbox"/> Asuu vanhempien kanssa               |
| <input type="checkbox"/> Muu vaihtoehto, mikä? | <input type="checkbox"/> Asumispalveluyksikössä               |
|  | <input type="checkbox"/> Muu vaihtoehto, mikä?                |

### Muuta

### Nykyiset palvelut ja muu apu, kuten puolison hoitama siivous



## **RUOKAHUOLTO**

Syöminen, Ruoanlaitto, Keittiön laitteet ja välineet

## **ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN**

Pukeutuminen, Peseytyminen, siistiytyminen ja kehon osien hoitaminen, WC-toiminnot, Omasta päivittäisestä terveydestä huolehtiminen

## **KOTITYÖT**

Tekstiilihuolto, Siivous, Tekniikka

## **KODIN ULKOPUOLELLA ASIOINTI JA VAPAA-AJANVIETTO**

## **ASUMISEN TUKITOIMIEN SUOSITUKSET**