

# Tukea hoitosuunnitelmasta

**Johanna Nuutinen**

03:00

Pohjois-Savon sairaanhoitopiirissä asuu noin 16 500 ihmistä jolla on todettu diabetes, Kuopiossa jo lähes viisi tuhatta! Diabeetikoiden hoidon saannissa ja diabeteksen ohjeistuksessa sekä lisäsairauksien ehkäisemisessä on paljon parantamisen varaa. Diabeteslääkäreitä ja hoitajia on Kuopiossa yksi kumpaakin, diabeetikoiden määrään nähden totaalisesti liian vähän.

Huhtikuussa vietetään Euroopan potilaan oikeuksien päivää, jolloin halutaan herättää keskustelua kroonisista sairauksista. Diabeetikon hoitosuunnitelma on työkalu, joka parantaa potilaan elämänlaatua ja säästää yhteiskunnan resursseja.

Hoitosuunnitelma on kirjallinen, kokonaisvaltainen suunnitelma pitkäaikaissairauden hoidon suunnittelua, toteutusta ja arviointia varten. Sillä tavoitellaan hyvää hoitoa ja arjessa pärjäämistä sairauden kanssa.

Hoitosuunnitelma on lakisääteinen. Asiakas laatii suunnitelman yhdessä lääkärin ja hoitajan kanssa. Siihen kirjataan, mitä tarpeita ja tavoitteita asiakkaalla on hoidolle ja millä keinoin tavoitteet voitaisiin saavuttaa. Esimerkiksi seurantakäynnit, tavoitearvot ja hoitotarvikkeet kirjataan ylös.

Diabeteksen hoidon perusta on omahoidossa, jota asiakas käytännön arjessa toteuttaa viime kädessä omien näkemystensä ja voimiensa mukaan. Hoitosuunnitelmassa sovitaan vain sellaista tavoitteista ja keinoista, mihin oikeasti pystyy sitoutumaan.

Suunnitelma voi auttaa sitoutumaan pienin askelin elintapojen muutokseen, kun siihen kirjataan esimerkiksi ravitsemukseen tai liikuntaan liittyviä asioita. Myös se, miten tuetaan omahoidossa jaksamista ja hyvinvointia, on hoitosuunnitelmassa hyvä näkyä.

Hoitosuunnitelmia on toistaiseksi tehty vain pienelle osalle diabeetikoista ja muista pitkäaikaissairaista. Puijon Diabetesyhdistys toivoo, että jokainen diabetesta sairastava pohtisi, missä hoitoon liittyvissä asioissa tarvitsisi lisää ohjausta ja tukea ja minkälaisia tavoitteita itselleen voisi asettaa. Siinä on hyvä pohja hoitosuunnitelman kokoamiselle.

*Johanna Nuutinen*

*Puheenjohtaja*

*Puijon Diabetesyhdistys ry*

*(Kirjoitus julkaistu Savon Sanomissa 18.4.2015)*