

Näslindh-Ylispangar, A. 2012 Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Vanhustyön lehtorin ja diakonissa Anita Näslindh-Ylispangarin teos keskittyy vanhusten terveyden edistämiseen. Keskiössä on vanhus oman elämänsä asiantuntijana, ainutkertaisena ja arvokkaana henkilönä, jonka elämään kuuluu vanhenemisen, haurastumisen ja sairauksien lisäksi myönteisiä voimavaroja. Sairauksia ja lääkettä ei juurikaan tarkastella, pääpaino on terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, sairauksien ja ikääntymisilmiöiden kanssa selviäminen. Teoksessa pohditaan laajasti terveysuskomuksia ja riskikäyttäytymistä. Vanhusten terveysneuvonta keskittyy painottamaan ihmisen omia valintoja, toimijuuden tukemista ja muutoksen ohjaamista. Kirjoittaja tarkastelee muutoksen vaiheteoriaa käytännöllisenä ja harkittuna suuntaa antavana terveysneuvonnan välineenä.

Kirjassa pohditaan ikääntymisen mukanaan tuomia aistitoiminnan muutoksia ja tarjotaan selviytymistä helpottavia konkreettisia keinoja ja apuvälineitä. Teoksessa käsitellään myös maahanmuuttajien, seksuaalivähemmistöjen ja kehitysvammaisten vanhuksien erityistarpeita. Terhokodin ylilääkäri Juha Hänninen tarkastelee syvällisessä ja humanissa artikkelissaan Saattohoito hyvän elämän edistäjänä elämän rajallisuutta ja hyvää kuolemaa ei ainoastaan potilaan kokonaisvaltaisesti hoidon kannalta vaan myös omaisten ja läheisten osalta: potilas voi hyvin vasta kun hän voi kokea, että omaiset eivät kärsi. Häätäntynyt omainen ei myöskään kykene tukemaan kuolevaa parhaalla tavalla.

Kirjan parasta antia on sosiaaligerontologian professori Jyrki Jyrkämä'n artikkeli Toimijuus ja terveyden edistäminen, jossa hän jäsentää käytössä olevaa toimintakykyä eli toimijuutta ja sen ulottuvuuksia elämänkulkuna rakenteellisena sosiokulttuurisena moniulotteisena ilmiönä. Toimijuus käsitteenä sisältää ihmiskäsityksen oman elämänsä omistajana ja tekijänä, mikä ei ole samaa kuin aktiivinen toiminta saatikka tuottaminen ja suorittaminen. Toimijuus voi ilmetä hyvinkin hiljaisena olemisena, ristiriitaisena, haavoittuneena ja murentuneena. Jyrkämä kysyykin voisiko hyvän vanhenemisen mieltää toimijuuden kykenemisen, osaamisen, voimisen, haluamisen, täytymisen ja tuntemisen ulottuvuuksien yhteensopivuutena? Koska terveyden edistämiseen liittyy ainakin osaltaan myös eettinen ulottuvuus ja moraalisia arvostuksia, on toimijuusnäkökulma tärkeä. Ihmistä tulee tarkastella elämäntilanteen mahdollisuuksien ja esteiden kautta: miksi juuri tämä ihminen toimii niin kuin toimii?

Jyrkämä käsitteellistää alkoholinkäyttöä ja terveyden edistämistä viidestä toisiaan täydentävistä perspektiiveistä: 1. Faktaperspektiivi = paljonko vanhuksat käyttävät päihteitä? 2. Terveysperspektiivi = mitkä ovat päihteidenkäytön terveysvaikutukset – lääkkeiden kanssa yhteisvaikutukset ja ei-toivotut vaikutukset? 3. Kulttuuriperspektiivi = mitä esimerkiksi

vaikuttaa päihdeasenteiden tai sukupolvikoostumuksen muuttuminen? 4. Arkiperspektiivi = miten ikääntyneet todellisuudessa käyttävät pähteitä ja mikä on niiden merkitys heille? 5. Ongelmaperspektiivi = millaisena ja kenen toimesta vanhusten päihdeidenkäyttö määrittyy ongelmaksi?

Jyrkämän mukaan päihdeidenkäyttöä voi tarkastella sekä yleiseltä että yksittäisen ihmisen tasolta. Miten edistää tai lisätä lääkkeiden tai alkoholin käytön osaamista? Millaista tietoa, taitoa ja kykenemistä tarvitaan? Mikä estää tai mahdollistaa ihmisen terveyttä?

Kokonaisvaltaisessa toimijuudessa on läsnä ihmisen elämänhistoria, nykytilanne ja ennakoitu tulevaisuus.

Tekijä on pitkän kokemuksen omaava kouluttajana ja kirjoittajana ansioitunut vanhustyön opettaja ja diakonissa, joka painottaa tieteellistä perustaa, lähimmäisen rakkautta ja kutsumusta, mikä ei tarkoita matalan palkan hyväksymistä. Teoksen ansio on vanhuksen arvon esiin nostaminen yhteistyökumppanina ja toiminnan suunnittelijana: Vanhuksen ja omaisten viisautta ja elämäkokemusta voidaan hyödyntää suunniteltaessa palveluja osaamisen johtamisen avulla. Vanhus voi toimia myös kulttuurinsiirtäjänä sukupolvien ja eri kulttuurien kesken. Myös oppilaitosten, opiskelijoiden ja työttömien osuutta ja mahdollisuuksia pohditaan.

Kirja on lukukokemuksena selkeä, mielenkiintoinen ja perusteltu puheenvuoro vanhusten terveyden edistämisestä, hyvästä vanhusten hoidosta ja kuoleman kohtaamisesta. Lukujen lopussa olevat yhteenvedot kiteyttävät asian. Lähteet ovat osin melko vanhoja – uudempaa tutkimustietoa ja eettis- filosofista pohdintaa on saatavilla! Kirjoittajan kristillinen näkemys mietityttää. Kaikille uskonto ei ole enää keskiössä, monille ihmisille esimerkiksi luonto tai kulttuuri, oma taiteen tekeminen ja vuorovaikutus muiden kanssa on syvästi ja hartaasti spirituaalinen kokemus. Tarjotaanko vanhuksille riittävästi mahdollisuuksia merkityksellisyyden kokemiseen – vai jääkö ainoaksi vaihtoehdoksi uskonnollisuus? Aidosti toista ihmistä kunnioittavaan vuorovaikutukseen on varmasti monta hyvää tulokulmaa, mutta tärkein niistä on toisen hyväksyminen sellaisena kuin juuri nyt on ilman odotusta toisenlaiseksi tulemistä.