

# Palveleva DIAKONIALAITOS



Länsi-Suomen Diakonialaitoksen lehti 1/2016

## *OmaLääkärit*

Aikaa sinulle ja  
terveydellesi.  
sivu 3



SIVU

4

DiaLinnassa asuva Niilo Seljanti:  
"Minulla on monipuolinen apu  
lähellä, kun kuntoni heikkenee."

SIVU

6

**KUNTOUTUS- JA  
TERAPIAPALVELUT**  
tulevat tarvittaessa  
asiakkaan kotiin.



LÄNSI-SUOMEN DIAKONIALAITOS

SISÄLLYS 1/2016

- 2 Yhteistä hyvää toteuttamassa
- 3 Yksilöllistä hoitoa
- 4 Täällä on hyvä olla
- 6 Sydämellä ja ammattitaidolla
- 8 Yhteystiedot

**JULKAISIJA:**  
Länsi-Suomen Diakonialaitos

**PÄÄTOIMITTAJA:**  
Aku Keltto

**TOIMITUSKUNTA:**  
Aku Keltto, Marketta Heinikangas, Sanna-Mari Pudas-Tähkä, Tarja Pääkkönen

**KANNEN KUVA:**  
Eeva Meusel

**TAITTO:**  
Heidi Valtonen /  
Vida Design Oy

**PAINOPAikka:**  
Brand ID Oy

www.pdl.fi



## Yhteistä hyvää toteuttamassa

Viime kesäkuussa Diakonialaitos sai Suomalaisen Työn Liitolta arvostetun yhteiskunnallisen yritysmerkin. Merkki myönnetään yhteisöille, jotka tekevät yhteistä hyvää ja käyttävät saamansa tuoton toiminnan kehittämiseen. On hienoa olla yritysten joukossa, jotka toimivat hyvän toteuttamiseksi.

**D**iakonialaitoksen palveluisa hyvän toteuttaminen on kristilliseen arvopohjaan perustuvaa. On kysymys ihmisyyden arvostamisesta. Se suuntautuu kaikenikäisille ja erityisesti ikäihmisille.

Sain kuulla, että kaupungilla puhutaan, että on trendikästä asua Diakonialaitoksella. Kun näin lausutaan, on toteutunut tavoitteemme rakentaa turvallista ja ikäihmistä kunnioittavaa asumista, missä voi tuntea yhteenkuuluvuutta. Sen ovat mahdollistaneet onnistuneet rakennukset ikäihmisten tarpeisiin, hyvä palvelukokonaisuus elämän haastavia tilanteita varten ja hyvät ihmiset naapureina, kumppaneina ja työntekijöinä.

Yhteisen hyvän toteutuminen on riippuvainen ihmisistä. Henkilöstöä

Diakonialaitoksen hyvän tekemisessä on lähes kolmesataa. Olemme työssämme etuoikeutettuja, kun saamme tehdä yhteistä hyvää ja saamme kohdata hyviä ihmisiä asukkaina ja asiakkaina. Kiitollinen ja iloinen mieli tarttuu. Sitä pidetään yllä lämpimän ja välittävän sanoin. Kotiin annettavissa palveluissa, siivoustyössä ja hoitopalveluissa asiakkaat ovat onnellisia, kun saavat avun. Kuntoutuksessa ja hoidossa palaute tulee edistymisen ja jaksamisen kautta. Hautauspalveluissa surun keskellä tulee turvallinen mieli, kun tie löytyy eteenpäin.

Diakonialaitoksen konserni on ylpeä yhteiskunnallisesta yritysmerkistä. Se vakuuttaa, että teemme hyviä asioita ja haluamme edelleen parantaa hyvän tekemistä.

**Aku Keltto**  
toimitusjohtaja

### Yhteiskunnallinen yritys

Yhteiskunnalliset yritykset toimivat vastuullisesti ja kantavat yhteiskunnallista vastuuta. Nämä yritykset harjoittavat kestävästä pitkästä tähtäimen liiketoimintaa ja käyttävät voitostaan vähintään puolet toimintansa kehittämiseen tai lahjoittavat sen määrittämäänsä hyvään tarkoitukseen.



Laittaa hyvän kiertämään.



Nopea vastaanotto, kotikäynnit, erilaisten oireiden hoito  
**Kristiina Halminen**

Kuntoutustarpeen selvitys, lääkityksen kokonaisarviointi  
**Markus Halminen**

Muistipulmien selvittely, laaja terveyden ja sairauksien selvitys  
**Pirjo Santala**

Uniongelmat, kipu, parantumattomat sairaudet, saattohoito  
**Mirja Koivunen**

### Lääkärien varaus

044 705 2184  
Metsämiehenkatu 2 G  
28500 Pori

## Yksilöllistä hoitoa

OmaLääkärit – aikaa sinulle ja terveydellesi.

TEKSTI JA KUVA: Sanna-Mari Pudas-Tähkä

**D**iakonialaitoksen OmaLääkärit ovat kokeneita geriatreja ja yleislääkäreitä. He ottavat vastaan Diakonialaitoksen Kuntoutuskoti Diaviren tiloissa ja tekevät myös kotikäyntejä.

Lääkärit selvittävät monenlaisia ikääntymiseen liittyviä asioita, kuten lääkityksen kokonaisarviointi ja kaatumisvaaran vähentäminen.

Muististaan huolestuneet voivat tulla muistineuvolaan, josta sairaanhoitajalla

on mahdollisuus ohjata geriatrin vastaanotolle jatkotutkimuksiin.

Kuntoutusasioiden merkeissä kannattaa kääntyä Diakonialaitoksen OmaLääkäreiden puoleen. Myös parantumattomasti sairaiden oireita selvitetään ja hoidetaan.

OmaLääkäreiden kautta on mahdollisuus myös saada laboratoriotutkimuksia, jotka voidaan ottaa vaikka kotona Diakonialaitoksen Kotihoitopalvelun toimesta.

**Mirja Koivunen**  
LL, ylilääkäri, yleislääketieteen erikoislääkäri, palliatiivisen lääketieteen erityispätevyys

**Pirjo Santala**  
LL, geriatrian ja yleislääketieteen erikoislääkäri, palliatiivisen lääketieteen erityispätevyys

**Markus Halminen**  
LT, geriatrian erikoislääkäri, kuntoutuksen erityispätevyys

**Kristiina Halminen**  
LL, palliatiivisen lääketieteen erityispätevyys

”Metsälénkki  
ihana henkireikä  
ikäihmisille”  
ASIAKASPALAUTE

# Täällä on hyvä olla

**Niilo Seljanti** on tyytyväinen uuteen kotiinsa ja Diakonialaitoksen turvaa ja virkistystä antaviin palveluihin.

TEKSTI: Johanna Sointula KUVAT: Eeva Meusel

**N**iilo Seljanti, 87, esittelee kodissaan ruutuvihkoa, jonka kannessa lukee: Seurantavihko 2011.

Ensimmäisellä sivulla on päiväyksen 18.5.2011 alla Diakonialaitoksen Kotihoitopalvelun työntekijän **Maria Lindroosin** selonteko asiakaskäynnin sisällöstä.

– Siitä päivästä lähtien olen ollut Diakonialaitoksen hoivassa, Seljanti hymyilee.

Vaikeasta halvaantumisesta toipuminen ja pyörätuoliin totuttelu vei aikansa. Kaikesta ei kuitenkaan tarvinnut luopua, kun Kotihoitopalvelu mahdollisti omissa kodissa asumisen ja kuntoutumisen.

– Aluksi kotihoitopalvelun käyntejä oli tiuhemmin, sitten niitä harvennettiin

ja miniäkin auttoi monessa, Niilo Seljanti muistelee.

Kotihoitopalvelun käynteihin on sisällytetty muun muassa aamupuuron valmistaminen, peseytymisessä avustamista, marevan-kokeet ja vuoteen sijaaminen. Yleensä Kotihoitopalvelun käynnit ovat kestäneet puoli tuntia, toisinaan kauemmin.

” **Halusin saada varmuuden siihen, että minulla on tarvittaessa monipuolinen apu lähellä, kun kuntoni heikkenee.** ”

Uudessa elämäntilanteessa toipilas tarvitsee kannustavaa tukemista. Itseluottamus vahvistuu lyhyessäkin kohtauksessa.

– Vammaiselle on tärkeää, että pystyy itse ajattelemaan ja ohjaamaan elämänsä. Vähitellen alkaa sopeutuminen, kun tunnustaa tosiasiat ja yrittää nähdä tunnelin päässä valoa, Seljanti toteaa.

Hoitajien ammattitaito saa häneltä kiitosta. Se on edesauttanut molemminpuolisen luottamuksen syntymisen.

## Arjen apua omaan kotiin

Diakonialaitoksen Kotihoitopalvelu toimii Porissa, Raumalla sekä Turussa ja apua saa myös lähikuntiin.



Niilo Seljanti merkitsee paljon se, että Kotihoitopalvelun hoitotiimissä on edelleen myös Maria Lindroos.

Palvelujamme on saatavilla viikon jokaisena päivänä, Porissa ja Turussa aamusta iltaan, Raumalla ympäri vuorokauden, kertoo Kotihoitopalvelun yksikönjohtaja **Satu Säike**.

Käynnit suunnitellaan asiakkaan tarpeen mukaan, palveluja on myös mahdollista saada hyvinkin nopeasti.

– Jos on käytössä kunnan myöntämä palveluseteli, sillä voi kattaa osan kustannuksista. Asiakasmaksuihin on mahdollisuus saada myös kotitalousvähennystä, Säike kertoo.

## Kaikki mitä tarvitsen on lähellä

Seljanti muutti noin vuosi sitten Diakonialaitoksen pihapiirissä sijaitsevaan DiaLinnan.

– Halusin saada varmuuden siihen, että minulla on tarvittaessa monipuolinen apu lähellä, kun kuntoni heikkenee.

Tärkeä hoivan muoto on myös turvahuone ranteessa, vaikka hänen ei ole tarvinnut sitä vielä käyttää.

## Asumispalvelut

### Sari Haapalainen

asumispalveluiden vastaava  
044 705 2101  
sari.haapalainen@pdl.fi

## Kotihoitopalvelu

### Satu Säike

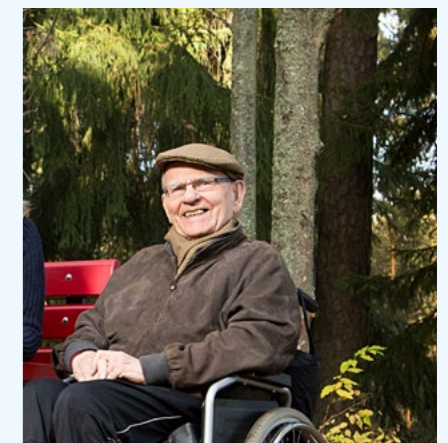
Kotihoitopalvelun yksikönjohtaja  
(02) 624 2164  
044 705 2164  
satu.saike@pdl.fi



## Hyvät liikuntamahdollisuudet

Liikunta on Niilo Seljanti tälle tärkeä harrastus. Porin Perusturvan tälle vuodelle myöntämät 16 jumppakertaa hän on käyttänyt DiaFysion jumpassa.

Liikunnalla on suuri merkitys ikäihmistien terveydelle ja hyvinvoinnille, koska se mahdollistaa toimintakyvyn ylläpitämisen ja parantamisen. Seljanti lisää liikunnan vaikutuksiin myös ilon ja virkistysten.



## Lähellä luontoa

DiaPuisto on kaikille avoin ympäri- vuotinen ulkoiluala Diakonialaitoksen alueella metsäisessä maastossa. Se on esteetön 530 metriä pitkä valaistu reitti, jonka varrella on useita, näköetäisyydellä toisistaan olevia, ikäihmisille soveltuvia penkkejä sekä esteetön kota.

– Olen käynyt kodalla paistamassa makkaraa, Seljanti kertoo.



Elisabet Heinonen tekee kodissaan DiaFysion kuntohoitaja Tarja Nuotiomaan ohjauksessa harjoitteita, joilla muun muassa vahvistetaan jalkojen lihasvoimaa.



# Sydämellä ja ammattitaidolla

DiaFysion kuntoutus- ja terapiapalvelut tulevat tarvittaessa myös asiakkaan kotiin.

TEKSTI JA KUVAT: Johanna Sointula

## DiaFysio

### Pori / Yrjönkatu

Yrjönkatu 23  
28100 Pori  
Ajanvaraus (02) 624 2266  
diafysio@pdl.fi

### Pori / Metsämiehenkatu

Metsämiehenkatu 2 G  
28500 Pori  
Ajanvaraus (02) 624 2208  
fys.sihiteeri@pdl.fi

### Ulvila

Lauttaranta 5  
28400 Ulvila  
Ajanvaraus 044 705 2269  
diafysio.ulvila@pdl.fi

**E**lisabet Heinonen, 84, tervehtii iloisesti DiaFysion kuntohoitaja Tarja Nuotiomaata. Hän on jo kovasti odottanut viikoittaista jumppatuokiota tutun kuntohoitajan kanssa. Tunnin kestävän jumpan tavoitteena on tukea toimintakykyä ja itsenäistä kotona selviytymistä.

Heinonen halvaantui vajaa kaksi vuotta sitten. Kuntoutus aloitettiin jo hoitojakson aikana Diakonialaitoksella. DiaFysion fysioterapeutti selvitti hänen toimintakykynsä kotioloissa ja teki suunnitelman kodissa jatkuvasta kuntoutuksesta.

– Horjahtelen helposti, koska jalkani ovat huterat. Oikea käteni on myös heikko ja se puuttuu herkästi, Heinonen kertoo voinnistaan.

Kuntohoitaja laittaa pallon Heinosen polvien väliin ja pyytää häntä puristamaan palloa. Jumppaaja tekee harjoitteet innoissaan ja välillä vähän vitsaillaankin!

Sitten nouseaan seisomaan ja nostellaan polvia vuorotellen ylös. Kuntohoitaja seuraa vierellä Heinosen asentoa ja tsemppaa häntä tekemään useamman toiston. Lisäksi harjoitellaan tasapainoa painonsiirtoharjoitteiden ja varpailenousun avulla.

– Pyrimme vahvistamaan jumppaliikkeillä alaraajoja. Apuvälineinä käytämme tällä kertaa palloa ja kuminauhoja. Teemme myös sormille koordinaatioharjoituksia sekä vahvistamme käsien puristusvoimaa, kertoo Nuotiomaa. – Kuuluin aikoinaan Porin Tarmoon.

Nyt olen vähän laiskistunut, mutta hyvä että minua käydään nyt kotona treenaamassa, Elisabet Heinonen iloitsee.

Nuotiomaa kertoo heidän suunnitelmassaan olevan myös harjoitella rappusissa liikkumista.

## Monipuolista kuntoutusta

Diakonialaitos tarjoaa monipuolisia fysioterapia-, kuntoutus- ja toimintaterapiapalveluita aikuisille ja lapsille. DiaFysiollla on nyt kolme toimipistettä.

Fysikaalinen hoitolaitos DiaFysio ja DiaVire hoito- ja kuntoutuspalvelut ovat yhdistyneet 1.1.2016 alkaen. Uusi DiaFysio fysioterapiakeskus jatkaa fysio- ja toimintaterapian sekä erilaisten hyvinvointipalvelujen tuottamista yksilöasiakkaille ja ryhmille.

– DiaFysion toimipisteet sijaitsevat Porissa ja Ulvilassa, teemme myös kotikäyntejä, kertoo yksikönjohtaja Ulla Joopi.

Avokuntoutuksessa asiakas varaa itselleen fysioterapia-ajan. Jos lääkäri on kirjoittanut lähetteen fysioterapiaan, saa asiakas Kela-korvauksen suorakorvauksena.

– Pyrimme antamaan fysioterapia-ajan asiakasta lähimpään toimipisteeseen asiakkaan toiveiden mukaisesti. Henkilökuntamme voi tarvittaessa liikkua toimipisteestä toiseen, Joopi kertoo.

”Aamu-uinti on aivan ihana mahdollisuus”

ASIAKASPALAUTE

Avokuntoutusta tehdään kaikissa toimipisteissä. Terapiamuotoina voivat olla perinteisen fysioterapian lisäksi allasterapia, kävelyn harjoittaminen painokevennetyin kävelyvaljain, toimintaterapia, lymfaterapia.

– Toteutamme avokuntoutusta myös asiakkaan kotona yksilöllisesti laaditun fysioterapia-suunnitelman mukaan. Selvitämme asiakkaan apuvälinetarpeen ja huomioimme myös kodin mahdolliset muutostarpeet, kotona arjessa selviytymisen sekä omaisten ohjaamisen. – Syyskauden avoryhmämme ovat käynnistyneet. Uutuutena on mm. torstai-iltaisin kehonhuolto-ryhmä, missä mm. fasciarullauksen avulla pyritään avaamaan jumeja kehosta. Katso uusien avoryhmä-lukujärjestyksemme [www.sivuilla.pdl.fi](http://www.sivuilla.pdl.fi) tai nouda se toimipisteiltämme!

## Kuntoutusta kursseilla ja eri terapioiden avulla

DiaFysio tarjoaa myös vaativaa lääkinällistä kuntoutusta lapsille, nuorille ja aikuisille fysioterapian ja toimintaterapian muodossa.

Kuntoutuksen sisältö korostaa kuntoutujan omaa aktiivisuutta. Terapiat toteutetaan kuntoutujan omassa arkiympäristössä, esim. koulussa tai toimipisteiden terapiatiloissa.

– Toimimme myös fysioterapiapalvelujen ja ryhmien toteuttajana Kuntoutuskoti DiaViren järjestämällä Kelan kuntoutuskursseilla, Ulla Joopi kertoo.



## Eroon turvotuksesta!

Lymfaterapia on yksi DiaFysion käytämistä terapiamuodoista. Lymfaterapeutteja on tällä hetkellä kolme.

Lymfaterapialla hoidetaan eri syistä syntyneitä turvotuksia ja niiden seurauksia, sekä vaivoja tai sairauksia, joiden yhtenä oireena on turvotus. Se on hoitomuoto, jossa tasaisin ja rytmisin hierontaliikkein hoidetaan kohdealuetta.

Turvotus voi heikentää kyseisen kehon osan toimintaa, kuten esim. nivelien liikettä. Turvotus lisää kudoksiin kohdistuvaa painetta ja näin ollen aiheuttaa liikerajoitusta sekä kipua.

Lymfaterapia vähentää turvotusta ja lievittää kipua. Kokonaisvaltaisessa hoitomuodossa koko keho rentoutuu.



LÄNSI-SUOMEN DIAKONIALAITOS



Tekee hyvää. Jakaa hyvää.

## Länsi-Suomen Diakonialaitos

Metsämiehenkatu 2, 28500 PORI

www.pdl.fi

Vaihe (02) 624 2100, fax (02) 624 2247

**Asumispalvelut** 044 705 2101

**Palvelukoti Honkala** 044 705 2215

### DiaVire / Diakonialaitoksen OmaLääkärit

Lääkärien ajanvaraus (02) 624 2184

DiaMuisti-muistineuvola (02) 624 2184

### Kuntoutuskoti DiaVire

Kuntoutus- ja hoitopalvelut (02) 624 2184

Sotainvalidien neuvontapalvelu (02) 624 2227

Sotainvalidien asukaspaikat (02) 624 2207

**Diakonialaitoksen Saattohoitokoti** 044 705 2223

### Diakonialaitoksen Kotihoitopalvelu

Pori & Ulvila, Metsämiehenkatu 2 H (02) 624 2161

Rauma, Kirkkokatu 2 (02) 822 6450

Turku, Kousankatu 1 (02) 232 0510

### DiaFysio

Pori, Yrjönkatu 23 (02) 624 2266

Pori, Metsämiehenkatu 2 G (02) 624 2208

Ulvila, Lauttaranta 5 044 705 2269

### DiaSiivous

Pori, Metsämiehenkatu 2 (02) 624 2260

Ulvila, Lauttaranta 5 044 705 2261

Noormarkku, Finppyntie 9 044 705 2259

Rauma, Kirkkokatu 2 044 705 2265

**Lounas- ja Juhlapalvelu Pikantti** (02) 624 2251

**Vuokrattavat juhlatilat** (02) 624 2251

### Diakonialaitoksen Hautauspalvelu

Pori, Eteläpuisto 10 (02) 632 7011

Ulvila, Lauttaranta 5 (02) 538 9090

Harjavalta, Harjavallankatu 15 (02) 674 1505

Rauma, Kirkkokatu 2 (02) 822 3824

Laitila, Vihtorinkatu 2 (02) 855 214

### Projektit

PoVeTu, veteraanien tukiprojekti Pori 044 705 2141

Diakoniapuisto-hanke 044 705 2175

### DIAK Länsi, Porin toimipaikka

Metsämiehenkatu 2, opintotoimisto 020 690 438

www.diak.fi

## Kelan kustantamaa kuntoutusta Diakonialaitoksella vuonna 2017



### Omaishoitajakurssit

### Omaishoitajaparikurssit

### Työikäisten TULES-avokurssit

### AVH-kurssit aivoverenkiertohäiriön sairastaneille

### Aikuisten TULES- ja reumayksilökuntoutus

### Lisätietoa

Kelan paikallistoimistot ja palveluesimies p. 044 705 2180, johanna.porkka@pdl.fi

Lisätietoa:  
044 705 2180



KUNTOUTUSKOTI DIAVIRE, LÄNSI-SUOMEN DIAKONIALAITOS  
Metsämiehenkatu 2 G, 28500 Pori www.pdl.fi

## Luotettavaa apua arkeesi Diakonialaitokselta



### DiaSiivous

- kotisiivoukset, ikkunanpesut
- sopimussiivoukset yrityksille ja asunto-osakeyhtiöille
- ikäihmisten alv 0 % kotisiivoukset, palvelusetelit

**Pori, Luvia:** 02 624 2260

**Ulvila, Nakkila, Harjavalta:**  
044 705 2261

**Noormarkku, Söörmarkku,  
Pomarkku:** 044 705 2259

**Rauma ja lähialueet:**  
044 7052 265

### Kotihoitopalvelu

- perushoito, kodinhoito, lastenhoito
- kotisairaanhoido, verinäytteet, lääkejaot
- ulkoilu-, asiointi- ja saattoapu

**Pori ja lähialueet:**

02 624 2161

**Rauma ja lähialueet:**  
02 822 6450

Muistathan kotitalousvähennyksen! Meillä voit käyttää palveluseteliä!

DIASIIVOUS & KOTIHOITOPALVELU  
LÄNSI-SUOMEN DIAKONIALAITOS

www.pdl.fi