

1. Programmi lühikirjeldus:

1.1. **Sihtgrupp:** insuldi läbi elanud eakad (3–6 isikut), kes on äsja (soovitatavalt kohe, kuid mitte rohkem kui 6 kuud tagasi) naasnud statsionaarselt haiglaravilt (pärast insuldi diagnoosimist).

1.2. **Probleemid ja vajadused:** Programm sobib isikule, kellel on määratud taastumispotentsiaal (haiglas). Probleemid: 1) raskused enesehoolduse ja eneseväljendusega, 2) raskused tähelepanu-, mälufunktsioonidega ja eneseregulatsiooniga, 3) raskused eneseväljendamisel perekonnaliikmetega, 4) raskused suhtlemisel kogukonnaliikmetega, ebapiisav kaasatus ühiskondlikesse tegevustesse. Programm sobib isikule, kes on motiveeritud ja soovib säilitada või parandada kognitiivseid funktsioone (sh kõne), eneseregulatsioonivõimet, suhteid perekonnas ja kogukonnas ning suurendada autonoomset toimetulekut igapäevaselt. Eeldused2: säilinud kõnest arusaamine ja/või väljendamine ja mälufunktsioon piisaval määral3; tunneb ära tuttavaid kohti/inimesi/esemeid ja orienteerub õigesti ajas ja ruumis; piisavalt säilinud nägemis- ja/või kuulmisfunktsioonid, et vastu võtta infot; säilinud vähemalt ühe käe liikumisvõime; puudub raskekujuline psüühikahäire, mis takistab osalemist; vaimsed võimed on piisavad (nt tunneb numbreid, tähti ning oskab lugeda).

1.3. **Programmi eesmärk:** inimese funktsioneerimise, tegutsemise ja osaluse suurendamine; vajalike oskuste ning võimete arendamine. Alameesmärgiks on parema funktsioneerimise saavutamine elamise valdkonnas: koduste toimingute, enesehoolduse, suhtlemise, inimestevahelise lävimise oskuste arendamine (RFK d6, d5, d3, d7) ja keskkondliku kaasatuse suurendamine (RFK e3).

1.4. **Tegevused:** Programm koosneb kolmest läbipõimunud moodulist, mis on teineteist kogu protsessi vältel toetavad: 1) sotsiaalne, 2) neuropsühholoogiline, 3) igapäevategevusi toetav moodul. Tegevused lähtuvad ideest, et mitmekülgne integreeritud sekkumine on tõhusaim viis indiviidi iseseisvuse tõstmiseks4. Programmi rakendavad vähemalt 3 riiklikult tunnustatud erialase haridusega (soovitatavalt magister) spetsialisti: psühholoog, sotsiaaltöötaja, logopeed ja tegevusterapeut5.

1.5. **Programmi keskus ja korraldus:** 18 kuud. Enne programmi algust toimub kliendi hindamine ja seatakse kliendispetsiifilised eesmärgid, mida arvestatakse programmi jooksul (18 kuud). Määratakse baastase. Erinevad moodulid on erineva intensiivsusega ja mõneti erineva ajakavaga.

1.6. **Koht:** Kliendi kodu (nt harjutused) kui ka rehabilitatsiooniasutus (nt kohtumine spetsialistiga).

1.7. **Koostööpartnerid:** Sotsiaalkindlustusamet, Tartu Ülikool ja Tartu Vaimse Tervise Hooldekeskus

1.8. **Oodatav tulemus kliendi jaoks:** Klient tuleb iseseisvalt toime igapäevategevustega

2.Programmi suunamise kriteeriumid

Tabel 1 Sihtrühm

Sihtgrupi kriteeriumid	Lapsed	Tööealine isik (16-65-aastased)	Eakas	Kommentaar
Puudespetsiifiline:				
☒ psüühikahäire (v.a. vaimupuue)	x			Programm sobib isikutele, kellel on RFK vaimsete funktsioonide skaalal puue hinnatud kriteeriumitele xxx.0 ja xxx.1
☒ vaimupuue	x			Programm sobib isikutele, kellel on RFK vaimsete funktsioonide valdkonnas b117 hinnatud kriteeriumitele xxx.0 ja xxx.1
☒ keele- ja kõnepuue	x			Programm sobib isikutele, kellel on RFK hääle- ja kõnefunktsioonide valdkonnas keele- ja kõnepuue hinnatud kriteeriumitele xxx.0, xxx.1,xxx.2,xxx3
☒ kuulmispuue	x			Programm sobib isikutele, kellel on RFK sensorsete funktsioonide valdkonnas kuulmispuue hinnatud kriteeriumitele xxx.0 ja xxx.1
☒ nägemispuue	x			Programm sobib isikutele, kellel on RFK sensorsete funktsioonide valdkonnas nägemispuue hinnatud kriteeriumitele xxx.0 ja xxx.1
☒ liikumispuue	x			Programm sobib isikutele, kellel on RFK närvide, lihaste, luustiku ja liikumisega seotud funktsioonide valdkonnas liikumispuue hinnatud kriteeriumitele xxx.0, xxx.1, xxx.2, xxx3 ja xxx.4
☒ liitpuue				Programm ei sobi nimetatud sihtrühmale.
Haiguspetsiifiline: INSULT	X			Insuldijärgne (koheselt peale statsionaarset haiglaravi) sekkumisprogramm taastumispotentsiaaliga vanemaalistele isikutele.

2.2. Lisainformatsioon ja täpsustused

Tabelis 1 on kirjeldatud sihtgruppi, kellest on soovitatav moodustada 3-6 liikmeline grupp programmi sisenemisel.

Tabel 2 Sihtrühma kriteeriumid

Programm sobib eelkõige kliendile, kes:
1. On äsja väljunud haiglast (stационаarselt ravilt) insuldi diagnoosiga ja on määratletud kui on taastumispotentsiaaliga. Haiglast väljumisest on möödas mitte enam kui 6 kuud .
2. On vanemaeline : alates 65ndast25 eluaastast.
3. On piisavalt määral motiveeritud programmis osalema ning omab valmidust (sh füüsilist ja vaimset) programmis osalemiseks. Mõõdikuks on insuldi rehabilitatsiooni motivatsiooniskaala26 skoor: varasemates uuringutes on näidatud, et äralõikeskooriks lühikesse (7 küsimust) versioonis on 21 punkti ja pikas versioon (28 küsimust) 84 punkti .
4. On säilinud vähemalt ühe käe funktsioon , et on võimeline kirjalikult suhtlema või käega viipama. Või abivahendit kasutama.
5. On säilinud vähemalt ühe silma nägemisfunktsioon piisaval määral, et suudab eristada visuaalselt end ümbritsevaid objekte.
6. Omab vähemalt ühte toetavat kontaktisikut , kes on nõus kliendiga rehabilitatsiooniprogrammi vältel suhtlema ning vajadusel vahendama kliendi huve rehabilitatsioonimeeskonnale ning tegema koostööd programmi raames kliendile määratud tugisikuga.
7. Omab elukohta : elab kodus, lähedaste juures või hooldekodus.
8. On säilinud kuulmisfunktsioon piisaval määral, et saab vastu võtta infot või suudab suhelda viipekeeles (sh omab viipekeelt kõnelevat kontaktisikut).
9. On nõus osalema programmi kõigis kolmes moodulis (sotsiaal-, neuropsühholoogiline ja igapäevategevusi toetav moodul): kuna kolm moodulit on teineteist toetavad ning täiendavad on vajalik, et klient läbiks programmi tervikuna, et saaks toimida programm maksimaalse efektiivsusega.
10. Klient saab aru enda isikust ning enamasti orienteerub õigesti ajas ja ruumis (Kes? Kus? Millal? Näiteks teab enda nime, teab kus viibib, suudab hinnata piisavalt õigesti enda vanust)
11. Programmi saab rakendada inimesel, kellel on eelnevalt läbi viidud erialaspetsialistide poolt rehabilitatsiooni vajalikkuse hindamine (st on koostatud rehabilitatsiooniplaan või on suunatud programmi Sotsiaalkindlustusameti juhtumiskorraldaja poolt või muul moel, mis on kooskõlas Sotsiaalkindlustusameti ajakohaste nõuetega).
12. Säilinud on kõnefunktsioon vähemalt minimaalsel määral (suudab ennast väljendada üksikute sõnadega, täidab lihtsaid korraldusi). On hinnatud logopeedi poolt: kerge kuni mõõduka kõnehäirega.

PS! Programmi sihtgrupp on 65+ aasta vanused inimesed. Mõningatel juhtudel võib programm sobida aga ka mõni aasta alla 65 vanustele inimestele, see sõltub inimese enda subjektiivsest enesetundest ja hinnangust enda vanusele, sellest milline on tema elukorraldus ja eesmärgid. Kuna mõned programmi tegevused on suunatud just sarnastele vanemaalistele – näiteks tugigrupid, siis on eeldatud, et tugigruppi kuulujate vanused on sarnased, et saaks tekkida „minusarnaste“ tunne.

Tabel 3 Kliendid, kellele ei sobi programm.

Programm ei sobi kliendile, kes (vastunäidustused programmis osalemiseks):
1. Omab raskekujulist kroonilist psüühikahäiret või puuet , mis takistaks programmis osaleda (nt ülekehaline halvatus, raske depressioon, raske dementsus vm)
2. Ei oma püsivat elukohta .
3. Ei ole motiveeritud programmis osalema (motivatsiooniküsimustiku skoor esimesel testimisel enne programmi algust on alla määratud äralõikepunkti)

4. Puudub toetav kontaktisik , kellega tugiisikul oleks võimalik koostööd teha ja kliendiga suhelda.
5. Ei ole säilinud nägemis-, kuulmis- ja vähemalt ühe käe liikumisfunktsioon piisaval määral , et klient saaks minimaalselt suhelda end ümbritsevate inimestega.
6. Klient, kes ei orienteeru õigesti ajas, kohas ja enda isikus ja ei oma potentsiaali enda isiku, aja ja koha tunnetamise taastamiseks (st vajalik on hinnata, kas enda vanuse või koha tunnetamine on häiritud dementsuse vm haiguse tõttu või on tegemist lühiajalise insuldijärgse potentsiaalselt taastuva seisundiga?)
7. Ei ole nõus osalema kõigis kolmes moodulis . Mõningatel juhtudel võib vajalik olla kliendi esmane motiveerimine – seega, programmi tasub rakendada alles siis, kui kliendi motivatsioon on piisav, et klient nõustub programmis kaasa tegema. Motivatsiooni saavutamiseks on soovitatav näiteks nõustamine – motiveeriv intervjuerimine ²⁷ .
8. On nooremaealine (nt laps, noor täiskasvanu, keskealine), kuna programm keskendub vanusespetsiifiliselt vanemaelise inimese aktiveerimisele ning iseseisvuse taastamisele ja programmis rakendatavad hindamisvahendid (nt motivatsiooniskaala) ja tegevused saavad olema vanusespetsiifilised.
9. Puudub vajadus rehabilitatsiooniteenuste (psühholoogi-, logopeedi/tegevusterapeudi või sotsiaaltöötaja) järele või puudub seisundi hindamine (rehabilitatsiooniplaan). Kui kliendil puudub rehabilitatsiooniplaan (nt soovib enda teenuse eest tasuda ise vm), siis on vajalik, et erialaspetsialistid viiksid läbi põhjaliku seisundi hindamise enne programmi sisenemist (vajalik on hinnata: kognitiivseid võimeid, suhteid, hakkamasaamist, enesehooldusvõimet, kõnefunktsiooni, sotsiaalset aktiivsust, sotsiaalse tugisüsteemi olemasolu, motivatsiooni muutusteks, ühiskondlikku aktiivsust ja hobisid, indiviidi peresiseseid suhteid ja perekonna hoolduskoormust).
10. Kõnefunktsioon puudub täielikult .
11. Kliendil on kolm kuud peale insuldi läbi elamist programmi sisenemisel igapäevaelu toimingute sooritamisel jätkuvalt TÄIELIK probleem (RFK skaalal enesehooldus ja koduste toimingute tase kodeeritud xxx.4). (Kui probleem on xxx.4 tasemel pärast 1-2 kuud – on võimalik xxx.4 probleemiga klienti siiski kaasata).