

# Omaishoitajaksi?

Tukilista auttaa arvioimaan hoidettavan avun- ja palveluntarvetta, kun pohdinnassa on omaishoidon tuen hakeminen. Lomakkeen voi halutessaan tallentaa ja täyttää rastittamalla sekä liittää omaishoidon tuen hakemuksen liitteeksi.

Lisätietoja omaishoidon tuen hakemisesta tai muista kotona asumista tukevista palveluista on saatavilla lähitoreilta tai [Palveluneuvonnasta](#) [Neuvonta ja ohjaus](#).

## Asioiden hoito ja kodinhoidolliset työt

Hoidettavan tarvitsema apu/ohjaus asioiden hoidossa	Itsenäinen	Tarvitsee ohjausta	Omaishoitaja tai läheinen auttaa	Muu taho auttaa
Asiointiapu: ostokset, virastot, puolesta asiointi				
Raha-asioiden hoito (edunvalvonta/valtuutus)				
Kodinhoidolliset työt: siivous, ruuan laitto, pyykkihuolto jne.				

## Hoidettavan sosiaaliset suhteet ja arki

	Kyllä	Ei
Onko läheisiä tai ystäviä mukana arjessa?		
Kokemusta yksinäisyyden tunteista?		
Sisältyykö arkeen mielekästä tekemistä?		

# Päivittäistoimet

Hoidettavan tarvitsema apu/ohjaus	Itsenäinen	Tarvitsee ohjausta	Omais-hoitaja tai läheinen auttaa	Muu taho auttaa
Pukeutuminen				
Peseytyminen				
Ruokailu (ruuan lämmitys, valmistus, seuranta)				
Wc-asiointi (hygieniapesut, inkontinenssisuojat jne.)				
Lääkehoito (tarvitseeko tukea, valvontaa, lääkkeiden jaon tai antamisen jne.)				
Terveydenhoidolliset toimenpiteet (ml. tukisukat, haavahoito)				
Liikkuminen kotona (apuvälineet ja ohjauksen tarve)				

Hoidettavan tarvitsema apu/ohjaus	Itsenäinen	Tarvitsee ohjausta	Omais-hoitaja tai läheinen auttaa	Muu taho auttaa
Muistaminen (ohjauksen tarve)				
Kommunikointi (apuvälineet, tuen tarve)				

## Onko hoidettavalla toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä?

	Ei	Kyllä
Muistisairaus		
Neuropsykiatriset vaikeudet		
Psyykinen sairaus; masennus, ahdistus jne.		
Haastava käyttäytyminen (mustasukkaisuus, vainoharhat, väkivaltaisuus jne.)		
Pitkäaikainen sairaus tai vamman tuottama haitta		

## Hoidettavan saaman avun/valvonnan tarve ja sitovuus pääsääntöisesti

Harvemmin kuin kerran päivässä	Päivittäin, 1–2 kertaa	Päivittäin, 3–6 kertaa	Päivittäin yli 6 kertaa ja avustusta myös yöllä

## Hoitajan toimintakyky ja kuormittuneisuus – oman jaksamisen ja terveyden pohtiminen omaisen/läheisen hoitotyössä

	Ei	Kyllä
Tunnetko pärjääväsi hyvin omaishoitajana? (henkinen ja fyysinen jaksaminen)		
Tunnetko saavasi hyvin tukea ystäviltäsi ja/tai naapureiltasi tai perheeltäsi/läheisiltäsi?		
Onko sinulla hyvä suhde hoitamaasi/avustamaasi henkilöön ja koetko antamasi avun arvokkaana?		
Tunnetko saavasi hyvin tukea terveys- ja sosiaalipalveluista (esimerkiksi julkinen, yksityinen, järjestövapaaehtoinen)		