



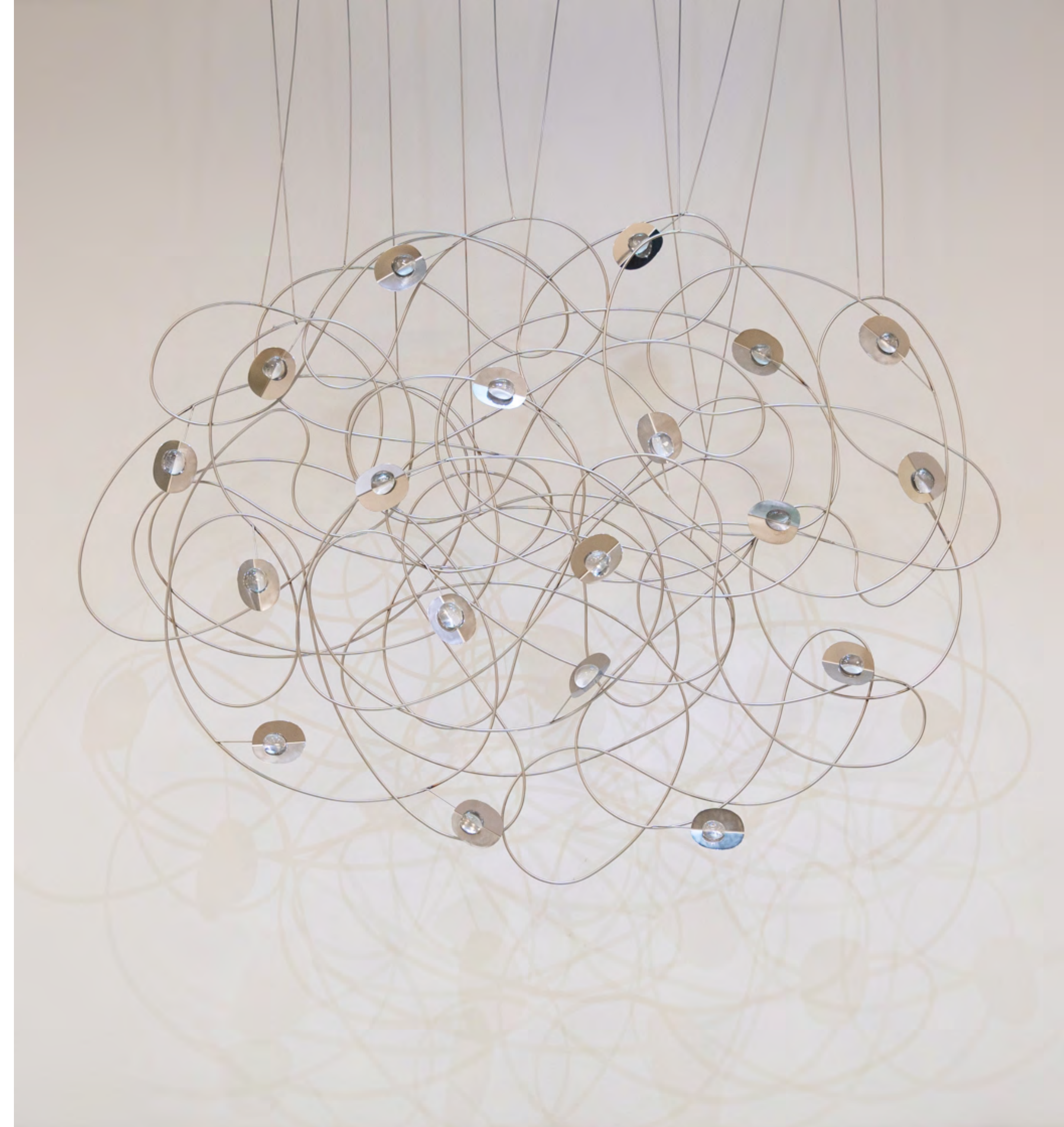
Taiteella ja kulttuurilla lisää hyvinvointia

Kulttuurihyvinvointisuunnitelma

sairaalapalveluihin 2023–2025

Sisällysluettelo

1	Käsitteet	3
2	Saatesanat	4
3	Taide ja kulttuuri sairaalaympäristössä	5
	3.1 Taide ja kulttuuri osana potilaan hoitoa	6
	3.2 Taide ja kulttuuri työhyvinvoinnin ja työn sujuvuuden edistäjänä	8
	3.3 Taiteen ja kulttuurin taloudellisia näkökulmia	9
4	Nykytilan kuvaus	10
5	Tavoitteita kohti	12
	5.1 Taiteen, kulttuurin ja kirjastopalveluiden käytön lisääminen ja koordinaatio	13
	5.2 Taiteen ja kulttuurin käytön vahvistaminen hoitotyössä, kuntoutuksessa ja terapiatyössä ...	14
	5.3 Taiteen ja kulttuurin suunnitelmallisen ja monipuolisen käytön seuraaminen	15
	5.4 Hyvinvointia, paranemista ja osallisuutta tukeva toimintaympäristön suunnittelu	16
	5.5 Henkilökunnan hyvinvoinnin tukeminen taiteen ja kulttuurin keinoin	17
6	Lähteet	18
7	Liitteet	20
	1. Esimerkkejä taiteen ja kulttuurin menetelmistä hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi sairaalaympäristössä (Fancourt & Finn 2019)	20



Markku Salon "Veden pisaroita" (2015) Tays Munuaiskeskuksessa. Taideteossarja "Veden tarinoita". Kuva: Anu Plym.

1 Käsitteet

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (HYTE) on toimintaa, jolla tuetaan ihmisten mahdollisuuksia hyvinvoinnin, terveyden, osallisuuden sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitoon ja parantamiseen. Mahdollisuuksia luodaan pitämällä huolta olosuhteista, jotka tukevat hyvinvointia ja terveellisten valintojen tekemistä.¹

Kulttuurihyvinvointi viittaa kulttuurin ja taiteen hyvinvointivaikutuksiin. Taidetoimintaan osallistuminen sekä taiteen kokijana että tekijänä voi ehkäistä lukuisia psyykkisiä ja fyysisiä sairauksia sekä hoitaa ja auttaa selviytymään useiden akuuttien ja kroonisten sairauksien kanssa. Taide voi tarjota ratkaisuja erityisesti sellaisiin terveyshaasteisiin, joihin lääketiede yksin ei tarjoa tehokkaita ratkaisuja.²

Pirkanmaan kulttuuripankki on uusi maksuton verkkopalvelu, joka kokoaa yhteen ja tuo näkyviin paikalliset kulttuurin- ja taiteen tekijät sekä heidän tilattavat palvelunsa. Kulttuuripankin käyttö on maksutonta. Verkkopalvelua ylläpitää Tampereen Kaupunki.

Preventio tarkoittaa sairauksien ehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta, joka kohdistuu usein johonkin tiettyyn sairauteen, ongelmaan tai ilmiöön; **primaaripreventiolla** tarkoitetaan

väestöön, väestöryhmiin tai yksilöihin kohdistettavia sairauksien torjuntatoimia ennen taudin ilmenemistä tai terveyden lisäämiseen yleisesti tähtääviä toimia, **sekundaaripreventiolla** tarkoitetaan yksilöihin kohdistettavia toimia, joilla pyritään estämään varhaisessa, usein oireettomassa vaiheessa todettua tautia kehittymästä edelleen ja **tertiaripreventiolla** tarkoitetaan yksilöihin kohdistettavia toimia, joilla pyritään torjumaan taudin eteneminen, komplikaatioiden ilmeneminen tai taudista aiheutuvien haittojen paheneminen.³

Promootio on terveyden laajamittaista edistämistä; terveyden suojelemista sekä hyvien olosuhteiden luomista.

Prosenttiperiaate kuvastaa rahoitusmallia, jossa taidehankinnan rahoitus kytketään rakennushankkeen budjettiin.⁴

Taidetoimikunta on Tays:n tukisäätiön alaisuudessa toimiva toimikunta. Taidetoimikunta hankkii vuosittain määrärahojen puitteissa taidetta Pirha:n toimitiloihin. Tavoitteena on parantaa asiakkaiden ja henkilökunnan viihtyvyyttä taiteen keinoin.

Viri on Tays Pitkäniemessä vuodesta 1989 toiminut, henkilökunnasta koostuva työryhmä, joka järjestää Pitkäniemen sairaalassa oleville potilaille ja kehitysvammahuollon asiakkaille kulttuurihyvinvointiin liittyvää toimintaa.

VirVa, Virkisty Vapaalla ry. (ent. TaVa, Tavaksi Vapaalla) yhdistyksen tarkoituksena on edistää Pirkanmaan hyvinvointialueen henkilökunnan vapaa-ajan harrastus- ja virkistystoimintaa tarjoamalla työntekijöille liikuntaan ja kulttuuriin liittyviä vapaa-ajan toimintoja sekä vapaa-aikaan liittyviä etuja. Yhdistyksen kautta voi hankkia esim. edullisia elokuva-, konsertti- ja teatterilippuja, Museokortin ja äänikirjasovelluksen. Taidejaoksen mukana pääsee opastetuille taidenäyttelykierroksille ja taidematkoille.



2 Saatesanat

Taide ja kulttuuri sekä kulttuurihyvinvointi terveydenhuollon kontekstissa saattavat herättää lukijalle ajatuksen; miten tämä liittyy terveydenhuoltoon? Taiteen ja kulttuurin vaikutuksesta terveyteen ja hyvinvointiin on olemassa laajaa määrällistä sekä laadullista tutkimusnäyttöä. Esimerkiksi WHO:n (Fancourt & Finn 2019) **What is the evidence on the role of the arts in improving health and wellbeing?** A scoping review kattaa runsaasti tutkimusjulkaisuja taiteen ja kulttuurin vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin.

Taide ja kulttuuri voivat esimerkiksi toimia kivun lievittäjänä ja tämän kautta vähentää lääkähoidon tarvetta, tai musiikin avulla voidaan vähentää ahdistuneisuutta.⁵ Toimenpiteistä esimerkkinä voisi tuoda esiin jo melko vakiintuneeksi toiminnaksi muodostuneen magneettitutkimuksen aikana potilaille tai asiakkaille tarjottu musiikin kuuntelu. On kuitenkin selvää, että terveys ja hyvinvointi on ennen kaikkea subjektiivinen kokemus, joka kielii siitä, että kaikki ei sovi kaikille. Tämän vuoksi osallisuuden mahdollistaminen taiteeseen ja kulttuuriin sekä niiden tarjoamat mahdollisuudet tulisi nähdä ohjenuorana terveydenhuollossa hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi.

Julkisen sektorin rahoitusrakenteen tuntevat, ja rahoituksen kohdentamisesta päättävät joutuvat tekemään jatkuvaa priorisointia. Taiteen ja kulttuurin vakiinnuttaminen osaksi terveydenhuollon palveluita tarvitsee siten vahvoja perusteita, taloudellisiakin. Kulttuurihyvinvointitoiminnalla on todettuja kansantalouteen vaikuttavia kerrannaisvaikutuksia sekä talouden kokonaiskehitykseen liittyviä heijastusvaikutuksia.⁶

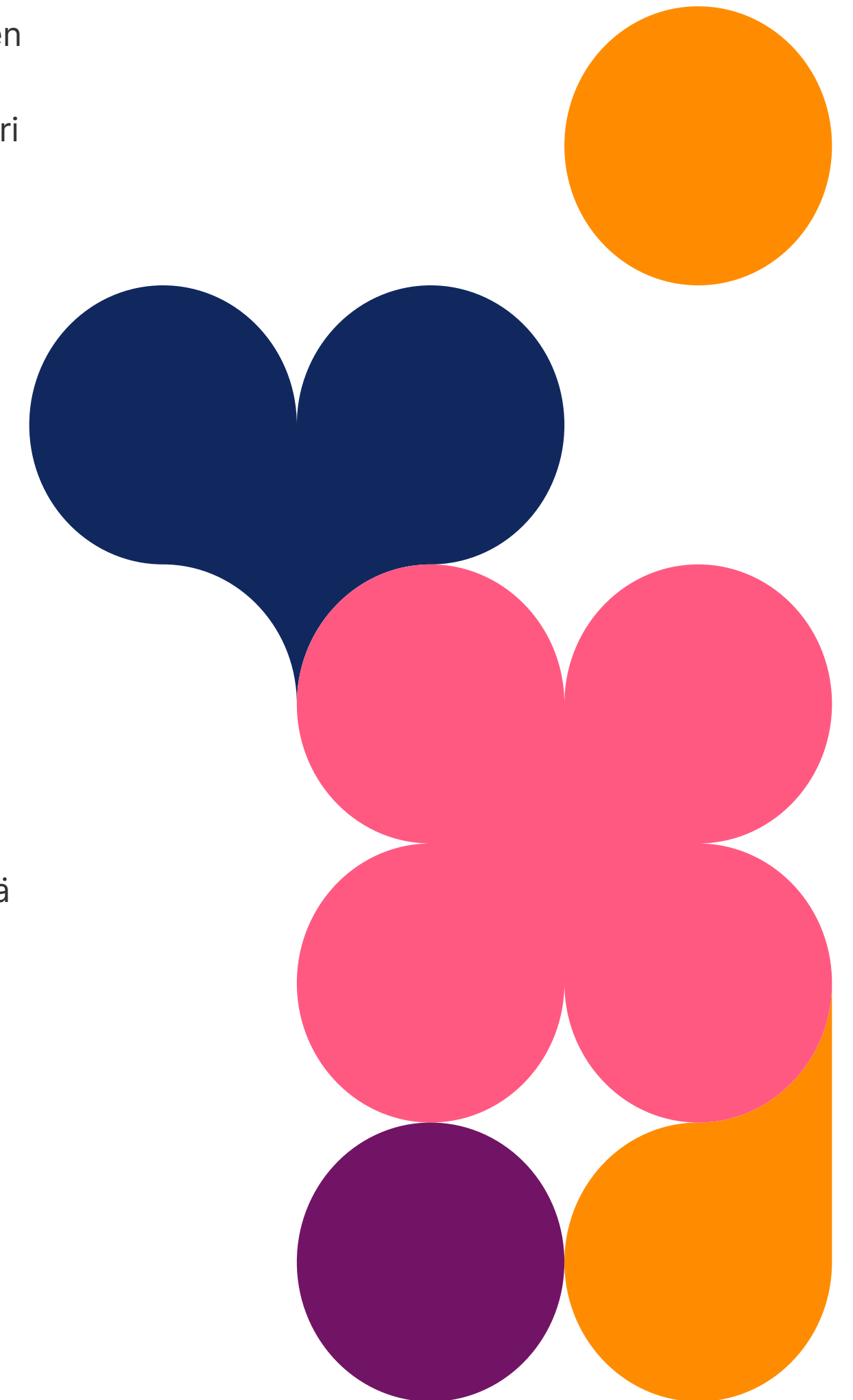
Lisää tutkimusta taloudellisista vaikutuksista sekä arvioinnin menetelmistä tarvitaan. Yhteistyön tiivistäminen eri sektoreiden välillä tästä näkökulmasta on välttämätöntä. Yhdyspintatyön merkitys kuntien ja hyvinvointialueiden välillä on noussut merkittävään rooliin tällä saralla.

Tässä **Taiteella ja kulttuurilla lisää hyvinvointia -kulttuurihyvinvointisuunnitelma sairaalapalveluihin (2023–2025)** tuodaan esiin erilaisia näkökulmia kulttuurin ja taiteen hyödyntämiseen Pirkanmaan hyvinvointialueella sairaalapalveluissa. Suunnitelmaan on koottu esimerkkejä taiteen ja kulttuurin vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin. Keskeisenä osana suunnitelmassa ovat tavoitteet sekä niiden saavuttamiseksi

asetetut toimenpide-ehdotukset ja seurantasuunnitelma eri toimijoiden vastuineen (kappale 5.1). Tavoitteisiin pääseminen edellyttää ensisijaisesti vahvaa sitoutumista eri toimijoilta.

Sairaalapalveluiden kulttuurihyvinvointisuunnitelma kohdentaa [Pirkanmaan alueellisessa kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa](#) (Pirkanmaan hyvinvointialueen sosiaali- ja terveystoimintajohtajan hyväksymä 31.1.2023) asetettuja tavoitteita sekä toimenpide-ehdotuksia sairaalapalveluiden toimintaympäristöön sovellettavaksi.

Suunnitelma on toteutettu osana Kulttuurihyvinvoinnin palveluohjaus Pirkanmaalla – hanketta (2021–2023), joka saa Sosiaali- ja terveystoimintaministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta.



3 Taide ja kulttuuri sairaalaympäristössä

Pirkanmaan hyvinvointialueen strategiassa keskiössä on ihminen. Yhdenvertaiset, ennaltaehkäisevät, hyvinvointia tuottavat ja vaikuttavat palvelut tulisi olla kaikkien saavutettavissa, jonka onnistumisen edellytyksenä on hyvinvoivat työntekijät.

Hyvinvointia voidaan lisätä kulttuurin ja taiteen keinoin. Taiteen ja kulttuurin käyttöä on tutkittu osana hoito- ja hoivatyötä sairaaloissa sekä osana ennaltaehkäiseviä palveluita ja kuntoutusta. Suositus taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa linjaa tavoiteltuja toimia, joiden kautta väestön hyvinvointi lisääntyy sekä osallisuus ja osallistuminen kulttuuriin vahvistuu.⁷ Osallisuus ja osallistuminen taide- ja kulttuuritoimintaan tarjoaa mahdollisuuden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen.

Kulttuurilla ja taiteella on runsaasti todettuja hyvinvointia edistäviä vaikutuksia; terveyttä edistäviä ja hoitavia vaikutuksia sekä positiivisia vaikutuksia koettuun terveyteen. Liitteessä 1. on koottu esimerkkejä sairaalaympäristöön soveltuvista taiteen ja kulttuurin menetelmistä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen (LIITE 1.). Pirkanmaan alueellisessa kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa taiteen ja kulttuurin vaikutuksia on kuvattu laajemmin yksilö- ja yhteisötasolla.



"Pitkäniemen toteemipuu" Tays Pitkäniemen sairaalan Mielipolulla. Teoksen ovat luoneet sairaalan potilaat yhteistyössä psykiatrian terapiapalveluiden kanssa. Kuva: Tarja Tammentie-Sarén.

3.1 Taide ja kulttuuri osana potilaan hoitoa

Taiteen ja kulttuurin mahdollisuuksiin, hyvinvointia ja terveyttä edistävänä sekä hoitavana tekijänä, on alettu kiinnittää huomioita enemmän sosiaali- ja terveysalalla; muun muassa paikoin lääkärin koulutuksen osana.⁸ Sairaalapalveluissa sairauden ja/tai terveyden hoito on keskiössä, joka luo tarpeen löytää ja hyödyntää erityisesti taiteen ja kulttuurin menetelmiä sairauden varsinaisen hoidon tueksi ja kuntoutukseen tai toimintakyvyn palauttamiseen. Taiteen ja kulttuurin menetelmät tarjoavat mahdollisuuden vaikuttaa hoitotuloksiin.

Keskeistä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä on kohdata ja huomioida yksilö kokonaisuutena. Tämä edellyttää eri keinojen monipuolista hyödyntämistä toimintaympäristöstä riippumatta. Taiteen ja kulttuurin läsnäolo sairaalaympäristössä tukee kokonaisvaltaista hyvinvointivointia muun muassa tuomalla mahdollisuuden tunteiden ilmaisuun ja käsittelyyn sekä mahdollisuuden irrottautua hetkellisesti potilaan roolista.

Taide- ja kulttuurilähtöiseen toimintaan osallistumisella on tutkimusten mukaan monenlaisia hyötyjä eri sairauksien hoidon tukena, hoidon eri vaiheissa ja/tai potilasryhmissä. (LIITE 1.). Visuaalinen taide sekä taide- ja musiikkiesitykset sairaalaympäristössä voivat vähentää jännityksen ja ahdistuksen kokemusta. Taiteen ja musiikin avulla voidaan tukea sairauden

tuomien tunteiden käsittelyä sekä tukea toivoa. Taide voi toimia kommunikoinnin tukena esimerkiksi iäkkäiden hoidossa. Osallistuminen taide- ja kulttuurilähtöiseen toimintaan voi tukea sairauden kanssa selviytymistä sekä sen hyväksymistä. Lisäksi toimintaan osallistumisen kautta voidaan tukea tunteiden käsittelyä ja tunneilmaisua. Taideterapioilla (mukaan lukien musiikkiterapia) on moninaisia positiivisia vaikutuksia sairauksien hoidossa.⁹

Musiikilla on todettu olevan monia hyötyjä hoidon tukena. Sen avulla voidaan vähentää jännityksen ja pelon tunnetta. Lisäksi musiikki voi madaltaa korkeaa verenpainetta ja syketasoa sekä rauhoittaa hengitystä. Musiikin avulla voidaan lievittää kivun tuntemusta ja tämän kautta se voi vähentää lääkehoidon tarvetta. Laulujen ja runojen avulla voidaan tukea toivoa, vähentää stigman kokemusta sekä lisätä sosiaalisen tuen tunnetta. Mahdollistamalla lukeminen ja sen kuunteleminen voidaan saada aikaan rauhoittava vaikutus.⁹

Seuraavan sivun kuvassa Taiteen ja kulttuurin mahdollisuuksia leikkauspotilaan hoidossa on tutkimukseen pohjautuva esimerkki sairaalaympäristöön soveltuvista taiteen ja kulttuurin menetelmistä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi WHO:n tutkimuskatsaukseen perustuen (Fancourt & Finn 2019).⁹



Pekka Jylhän "Ihme" (2017). Tays Radiumkeskuksen sisäänkäynnin edusta. Kuva: Anu Plym.

Taiteen ja kulttuurin mahdollisuuksia leikkauspotilaan hoidossa

Visuaalinen taide leikkaussalin ympäristössä voi vähentää potilaiden jännitystä ja ahdistuneisuutta.



Rauhallinen musiikki toimenpiteen aikana voi vähentää jännityksen, ahdistuksen ja pelon tunnetta, vaikuttaen näin verenpaine- sekä syketasoon madaltavasti.

Musiikin avulla voidaan edistää toipumista toimenpiteen jälkeen. Musiikki voi vähentää väsymyksen tunnetta sekä tukea potilaan fyysisiä voimavaroja. Taide sairaalaympäristössä voi vahvistaa potilastyytyväisyyttä.

Musiikki voi toimia kivunhoidon tukena sekä akuutissa, etenevässä että kroonisessa kivussa. Musiikin avulla voidaan vähentää muun muassa vahvojen kipulääkkeiden tarvetta.



3.2 Taide ja kulttuuri työhyvinvoinnin ja työn sujuvuuden edistäjänä

Henkilökunnan hyvinvointiin panostaminen, erityisesti terveydenhoitoalan kriisiytyneen tilanteen näkökulmasta on ensisijaisen tärkeää. Taiteen ja kulttuurin keinoin voidaan tukea yksilön kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia sekä toimintakykyä, joka on yksi keskeisimmistä työkyvyn elementeistä.¹⁰ Kulttuurihyvinvoinnin lisääminen voi parantaa työn iloa ja imua sekä edistää työn tehokkuutta.¹¹

Taiteen ja kulttuurin keinoin voidaan tukea henkilökunnan hyvinvointia ja mielenterveyttä. Esimerkiksi empatiakyvyn kehittyminen musiikin kautta voi vähentää stressiä, työuupumusta sekä tukea resilienssiä. Luovan taiteen kurssit voivat lisätä luottamusta, hyvinvointia sekä itsestään huolenpitämistä. Musiikki työn aikana voi vähentää stressiä sekä auttaa keskittymään. Lisäksi musiikki voi lisätä innostusta, tehokkuutta sekä auttaa jäsentämään työtä. tarinat ja päiväkirjan kirjoittaminen voivat helpottaa työssä koettujen tunnekokemusten käsittelyä. Taideaktiviteetit yleisesti voivat vähentää uupumusta, lisätä emotionaalista tietoisuutta ja vähentää ahdistuksen tunnetta henkilökunnalla, jotka työskentelevät potilaan elämänkaaren loppupäässä.¹²

Taide ja kulttuuri (kuten novellit, runot, elokuvat, musiikki, piirroksot, maalaukset ja näytelmät) voivat tukea hoitohenkilökuntaa ymmärtämään paremmin sairauden ja terveydentilan konteksteja, ulottuvuuksia ja kompleksisuutta. Taide ja kulttuuri voivat vahvistaa henkilökunnan kliinisiä taitoja sekä professionaalista kommunikointia (sekä verbaalinen että nonverbaalinen), että kommunikointia potilaan ja asiakkaan läheisten kanssa.

Musiikin yhdistäminen elvytyskoulutuksiin voi vahvistaa elvytystaitoja, esimerkiksi tietyn musiikin antama tahti painallusfrekvenssiin. Piirtäminen voi tukea ja parantaa esimerkiksi kirurgin kommunikointia asiakkaan kanssa leikkaussuunnitelmaa läpikäydessä.¹¹ Taidetyöpajojen avulla voidaan parantaa myös infektioiden torjuntataitoja patogeenien visualisoinnin keinoin. Esimerkiksi käsihygienian parantamiseksi voidaan taidetyöpajassa visuaalisesti esittää (piirtää, kuvata jne.) bakteereja sekä viruksia, joita käsien pinnoille voi joutua. Hyvän tilasuunnittelun (työskentelyympäristö) avulla voidaan vähentää poikkeamia asiakas- ja potilastyössä.¹²



Kirsi Kaulasen "Elämän lähde" (2019) Taysin pääaulassa. Kuva: Opa Latvala.

3.3 Taiteen ja kulttuurin taloudellisia näkökulmia

Sairauksien ehkäiseminen sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on kustannustehokkaampaa kuin sairauden hoito.¹³ Taide- ja kulttuuri osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen keinoja voi tuoda pidemmän aikavälin säästöjä. Esimerkiksi kasvaviin mielenterveyden haasteisiin tulisi löytää lisää erilaisia promootion sekä prevention keinoja. Arvioiden mukaan Euroopassa (sis. 28 valtiota) mielenterveyden hoidon kustannukset ovat yli 4 % BKT:stä.¹⁴

Sosiaali- ja terveystalouden uudistuksen tavoitteena on kaventaa hyvinvointi- ja terveyseroja sekä saada kustannukset hallintaan. Hyvinvointi- ja terveyserot vähentävät taloudellista sekä sosiaalista tuottavuutta, johtavat lisääntyneisiin sosiaali- ja terveystalouden kustannuksiin. On arvioitu, että Euroopassa terveyseroista johtuvat kustannukset ovat 9,4 % BKT:stä.¹⁵ Pääpainoa tulisi siirtää sairauden hoidosta ennaltaehkäiseviin, hyvinvointia ja terveyttä tukeviin palveluihin, joissa kulttuurihyvinvoinnin palvelut ja menetelmät toimivat osana.

Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen tulisi olla mukana kaikissa palvelutuotannon muodoissa. Taiteen ja kulttuurin keinoin voidaan myös lisätä työhyvinvointia ja taloudellisessa tarkastelussa voidaan tarkastella mm. erilaisten taide- ja kulttuuriinterventioiden vaikutusta sairauspoissaolopäiviin.¹⁶

Tutkimusta taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksista talouteen on vielä melko niukasti. Laaja-alaisten vaikutusten mittaamiseen tarvitaan vaikuttavuusmittareita, joilla saadaan tietoa yksilö- ja väestötasolla taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksista koettuun kokonaisyhyvinvointiin ja terveyteen. Tämän kautta voitaisiin tarkastella toteutettujen toimien kustannusvaikuttavuutta. Päätösten taloudelliseen ennakoarviointiin tarvitaan myös menetelmiä. Kulttuurihyvinvointitoiminnan taloudellinen arviointi, ArtWell -hankkeessa (2022–2023) pyrittiin löytämään muun muassa ratkaisumalleja edellä mainittuihin taloudellisen arvioinnin haasteisiin.¹⁷



Markku Salon "Toivo" (2015) Tays Munuaiskeskuksessa. Taideteossarja "Veden tarinoita". Kuva: Anu Plym.

4 Nykytilan kuvaus

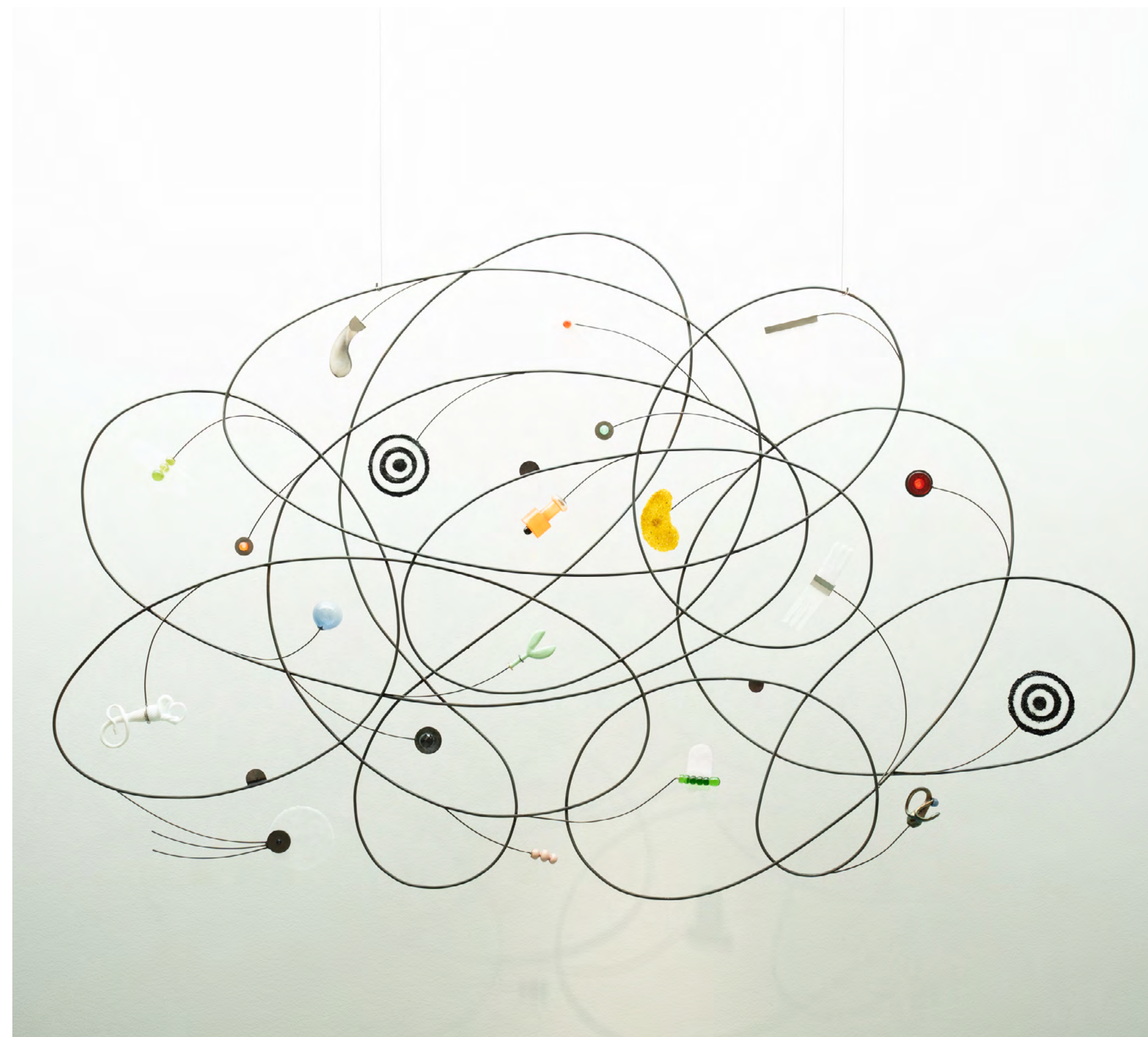
Kulttuuri ja taide näyttävät sairaalaympäristössä terveyden ja hyvinvoinnin tukemisen osana erilaisin painoarvoin. Sairaalapalvelujen kulttuurihyvinvoinnin nykytilan kuvaus tässä yhteydessä sisältää kuvauksen sekä Tampereen yliopistollisen sairaalan (Tays) -, että Pirkanmaan terveystieteiden keskus sairaaloiden nykytilasta otantana ennen Pirkanmaan hyvinvointialueelle siirtymistä. Kulttuuri- ja taidetoimintaa järjestetään sekä hyvinvointialueen (nyk.) omana toimintana että yhteistyössä eri sektoreiden ja toimijoiden kanssa.

Taysissa on toiminut vuosia Taidetoimikunta, joka mahdollistaa taiteen saatavuutta, sekä saavutettavuutta sairaalaan ja sen ympäristöön sijoitettujen taideteosten kautta. Silmäkeskuksen ”Kellopuutarha” (Jarmo Vellonen 2015) on hyvä esimerkki taiteen merkityksestä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Teoksen tarkoituksena on edistää näkövammaisten kokonaisvaltaista kuntoutusta. Toisena hyvänä esimerkkinä on Pitkänien historiallisiin rantamaisemiin rakennettu 1,5 kilometrin mittainen ”Mielipolku”, joka on avoinna myös sairaalan ulkopuoliselle yleisölle. Pirkanmaan terveystieteiden keskus sairaaloissa seinillä olevaa taidetta on tarjolla vaihtelevasti riippuen siitä, kuinka yhteistyö eri toimijoiden kanssa on sitä mahdollistanut. Myös uudisrakentamisessa

huomioidaan taide- ja kulttuurinäkökulmia, esimerkkinä 2023 valmistuvan Nokian hyvinvointikeskuksen sisääntuloaulan seinään maalattu teos ”Jalava” (Jukka Hakanen 2022).

Taide- ja kulttuuritapahtumien järjestäminen sairaalapalveluissa vaihtelee eri ympäristöissä. Esimerkiksi Tays Pitkänien toimiva, sairaalan henkilökunnasta koostuva Viri järjestää potilaille ja asiakkaille kulttuurihyvinvointitoimintaa kahdesti kuukaudessa. Ohjelma sisältää monipuolisesti erilaisia taide-elämyksiä, konsertteja, tapahtumia ja vuodenvuorokierroon liittyviä juhlia. Virin toiminta on vakiintunutta, osallistujia on vuosittain yli 1000. Taysin ja terveystieteiden keskus sairaaloiden aulatiloihin on järjestetty vuosien aikana esimerkiksi erilaisia musiikkiesityksiä, tanssiesityksiä ja taidenäyttelyitä.

Kulttuuri ja taide näyttävät myös osana potilaiden hoitoa. Psykiatrian terapiapalveluissa kulttuurihyvinvoinnin parissa työskentelee päätoimisesti kahdeksan työntekijää; musiikkiterapeutti, kuvataideterapeutti sekä luovan toiminnan, kädentaitojen- ja luontolähtöisen toiminnan ohjaajia. Näissä palveluissa tuotetaan yli 7000 kulttuurihyvinvointiin liittyvää käyntiä vuosittain. ▶



Markku Salon ”Sadetanssi” (2015) Tays munuaiskeskuksessa. Taideteossarja ”Veden tarinoita”. Kuva: Anu Plym

Pirkanmaan hyvinvointialue

Potilashoidossa kulttuurihyvinvointi näyttäytyy esimerkiksi musiikin hyödyntämisenä erilaisten tutkimusten tai toimenpiteiden aikana tai niitä edeltävästi sekä potilaiden levottomuuden ja ahdistuneisuuden lievittämisessä. Vuodeosastoilla on vierailut myös sotetaiteilija (Armas-klovni).

Lasten ja nuorten palveluissa kulttuurihyvinvointia tukevaa toimintaa on ollut vuosien varrella laajasti. Pitkäaikaisesta toiminnasta hyvänä esimerkkinä toimivat sairaalaklovnit osana lasten ja nuorten sairaalapalveluita. Kulttuuri- ja taidetoiminnan rahoituskanavat ovat olleet moninaisia, jossa yhteistyö kolmannen sektorin sekä yksityisen sektorin välillä on ollut merkittävää.

Kesällä 2022 toimintansa aloitti sote-taidetiimi, joka on työskennellyt muun muassa Tays Särkänniemen sisähuvipuistossa sekä lasten- ja nuortenosastoilla. Sosiaalinen sirkus (Sorin sirkus) on tuonut monipuolista hyvinvointia ja terveyttä edistävää toimintaa lapsille ja nuorille. Lasten ja nuorten perheille on järjestetty harrastus- ja virkistystoimintaa sairaalan ulkopuolelle. Toimintaa on kehitetty yhteistyössä lasten ja nuorten perheiden kanssa. Lasten ja nuorten uudistiloissa kulttuuria ja taidetta on lisätty muun muassa kirjojen lisäämisellä ja tilojen väri- ja kuviomaailman suunnittelussa.

Henkilökunnan kulttuurihyvinvointia on tukenut muun muassa TaVa ry (nykyinen VirVa) Yhdistys on mahdollistanut ja tukenut vuosien varrella henkilökunnan kulttuuritapahtumiin osallistumista. Kunnilla sekä Tays:ssa on ollut käytössä työsuhde-etupasseja, joiden kautta työnantaja on mahdollistanut myös edun käytön taide- ja kulttuuritapahtumiin henkilökunnalle. Pirkanmaan hyvinvointialueella otettiin vuoden 2023 alusta käyttöön E-passi (työsuhde-etupassi). ♦



Sairaalaklovnit Tays lasten ja nuorten sairaalassa. Kuvassa Tohtori Von Pulla, Tohtori Pikku Riski, Kutitustieteentohtori Anastasia Sulaleima ja Tohtori Vieno Orvokinen. Taustalla Tuomas Heinosen valokuva. Kuva: Noona Taavela

5 Tavoitteita kohti

Valtioneuvoston julkaisussa (2021) Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030 toimeenpanosuunnitelmassa kulttuurihyvinvointi nousee tärkeään asemaan. Toimeenpanosuunnitelmassa kuvataan muun muassa seuraavat kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen liittyvät toimenpiteet hyvinvointialueille:¹⁸

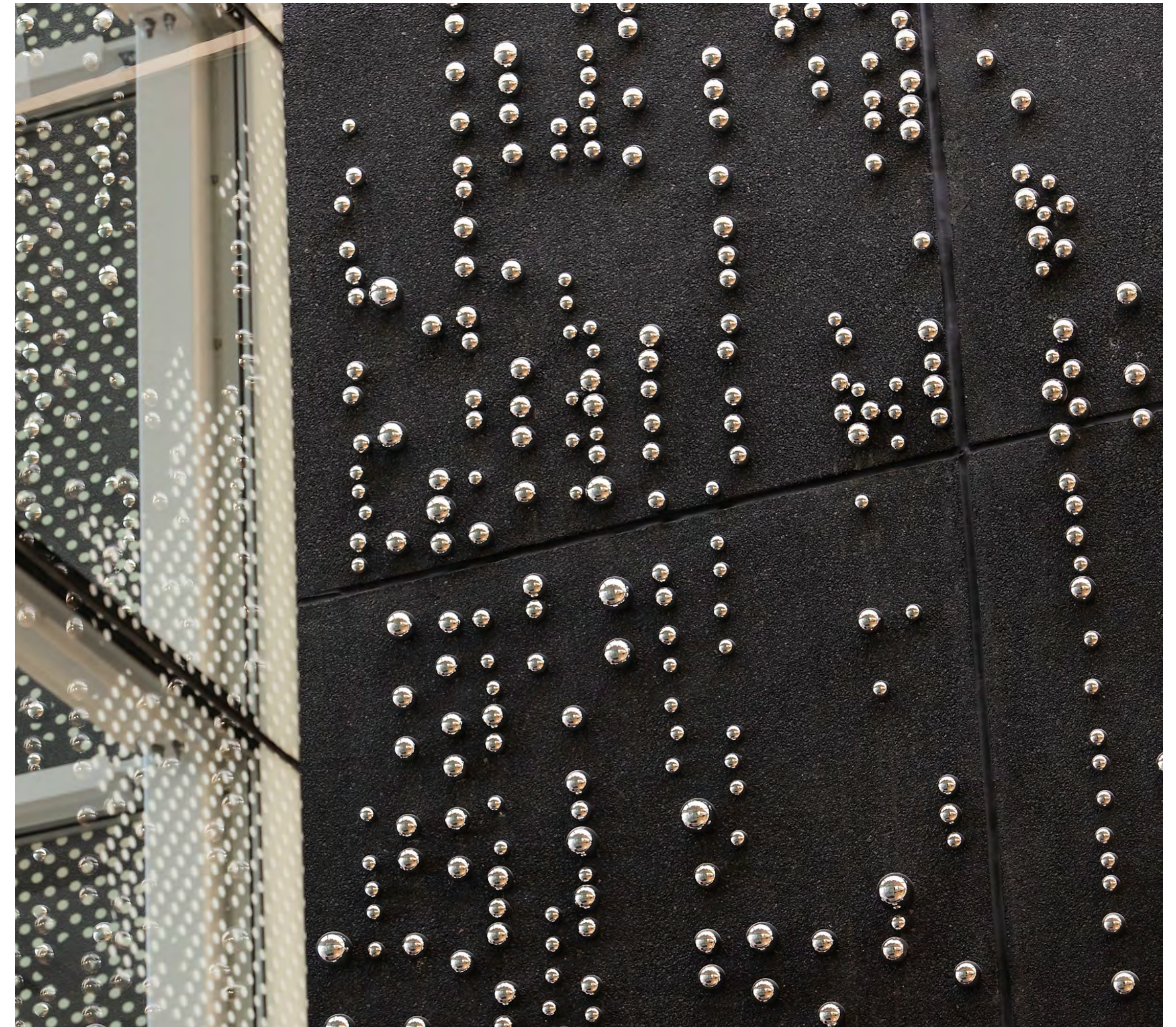
- taide- ja kulttuurilähtöisten hyvinvointipalveluiden, terveyttä ja hyvinvointia edistävän taide- ja kulttuuritoiminnan vakiinnuttaminen
- kulttuurillisten oikeuksien vakiinnuttaminen osaksi hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä sekä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden suunnittelua, toteutusta ja seurantaa
- kulttuurin mahdollisuuksien hyödyntäminen sosiaalisen osallisuuden luomisessa
- ammattilaisten osaamisen vahvistaminen elintapaohjauksessa mukaan lukien kulttuurihyvinvointi
- kulttuuri- ja taidetoiminnan käytön tehostaminen lisäämällä moniammatillista yhteistyötä sosiaali- ja terveydenhuollon sekä kulttuurin ammattihenkilöstön välillä

Pirkanmaan alueellisessa kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa

kuvataan sairaalapalveluille kohdennetut tavoitteet, toimenpiteet, vastuutahot ja yhteistyökumppanit, rahoitus sekä yhteys päätöksentekoon. Sairaalapalvelujen kulttuurihyvinvointisuunnitelman tarkoitus ja tavoitteet sekä toimenpide-ehdotukset tukevat alueellisen kulttuurihyvinvointisuunnitelman tavoitteiden toteutumista sairaalapalveluissa.

Sairaalapalveluiden kulttuurihyvinvointisuunnitelman tarkoituksena on

- toimia päätöksenteon tukena kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi sairaalapalveluissa
- toimia työkaluna kulttuuripalveluiden saatavuuden, saavutettavuuden sekä osallisuuden, että yhdenvertaisuuden periaatteiden toteutumisen tukemisessa
- tukea toimenpide-ehdotuksilla kulttuurin monipuolista huomioimista sairaalapalveluissa
- tukea kulttuurillisten oikeuksien huomioimista



Teija-Tuulia Aholan "Virtaus" (2019) Taysin pääaulassa. Sandaho Oy. Kuva: Opa Latvala.

5.1 Taiteen, kulttuurin ja kirjastopalveluiden käytön lisääminen ja koordinaatio

Nimetään kulttuurihyvinvointi- ja sote-taiteilijatoimintaa koordinoiva henkilö.

Vastuutahot:

sote-johtaja, integraatiovastuualueen johto, sairaalapalvelujen johto, HOPPU-hanke/investointi 2.

Aikataulu:

Syksy 2023

Seuranta ja arviointi:

Henkilö on nimetty ja aloittanut työnsä syksyn 2023 aikana.

Järjestetään säännöllisesti yhteisissä tiloissa kaikille avoimia taide- näyttelyitä ja kulttuuritapahtumia (esim. hyödyntäen Pirkanmaan Kulttuuripankkia).

Vastuutahot:

Sairaalapalvelujen johto, hyvinvointialueen SOTEKU-koordinaation vastuhenkilö.

Yhteistyössä:

Alueellinen HYTE-työ ja – koordinaatio, kirjastot, taidetoimikunta, taide- ja kulttuuri-toimijat, potilasjärjestöt, kolmannen ja yksityisen sektorin muut toimijat.

Aikataulu:

2023-

Seuranta ja arviointi:

Seurataan vuosittaisia tapahtumamääriä sekä osallistujamääräarvioita. Huomioidaan seurannassa palautteentokanavat. SOTEKU-koordinaation vastuhenkilö raportoi vuosittain (2023 alkaen) sairaalapalvelujen johdolle tapahtumien järjestämisestä. Raportointi sisällytetään osaksi lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteutumamittaristoa.

5.2 Taiteen ja kulttuurin käytön vahvistaminen hoitotyössä, kuntoutuksessa ja terapiatyössä

Tunnistetaan potilaat, jotka hyötyvät taiteen ja kulttuurin lisäämisestä sekä huomioidaan näiden potilaiden kulttuurilliset tarpeet hoitosuunnitelmissa ja hoidon koordinoinnissa.

Vastuutahot:

Yksiköiden esihenkilöt, henkilökunta.

Yhteistyössä:

Vastuualueen johdon sekä SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilön kanssa.

Aikataulu:

2023-

Seuranta ja arviointi:

Raportointi sisällytetään osaksi lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteumamittaristoa.

Hyödynnetään musiikkia, taidetta ja kirjallisuutta osana potilaan hoitoa .

Vastuutahot:

Yksiköiden esihenkilöt, henkilökunta.

Yhteistyössä:

vastuualueen johdon sekä SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilön kanssa.

Aikataulu:

2023-

Seuranta ja arviointi:

Raportointi sisällytetään osaksi lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteumamittaristoa.

Hyödynnetään henkilöstön kulttuurihyvinvointiosaamista sekä vahvistetaan sitä mahdollistamalla säännöllistä taiteen ja kulttuurin menetelmien koulutusta.

Vastuutahot:

Yksiköiden esihenkilöt, henkilökunta.

Yhteistyössä:

SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilö, Jatkuvan oppimisen yksikkö, kehittämiskoordinaattorit, hoitotyön kliiniset asiantuntijat, hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vastuu- ja yhdyshenkilöt, oppilaitokset, taide- ja kulttuuritoimijat.

Aikataulu:

2023-, koulutusten järjestäminen 2024-

Seuranta ja arviointi:

Koulutusmäärien seuranta vuosittain niiltä osin kuin järjestelmät sen mahdollistavat. Raportointi sisällytetään osaksi lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteumamittaristoa. Seurataan henkilöstön osaamista osana kehityskeskusteluja vuosittain.

5.3 Taiteen ja kulttuurin suunnitelmallisen ja monipuolisen käytön seuraaminen

Kehitetään taiteen ja kulttuurin käyttöön liittyviä raportointimenetelmiä ja nimetään raportoinnista vastaavat henkilöt.

Vastuutahot:

Integraatiovastuualueen johto, sairaalapalvelujen johto, vastuualueiden johto.

Yhteistyössä:

Sairaalapalvelulinjan henkilökunta, SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilö, taide- ja kulttuuritoimijat.

Aikataulu:

Raportoinnin menetelmiä arvioitu ja määriteltä 2023 alkaen, raportoinnin pilotointi 2024 ja käyttöönotto tämän jälkeen.

Kerätään taiteen ja kulttuurin käyttöön liittyvää palautetta ja kehitetään kulttuurihyvinvointia koskevan palautteenannon menetelmiä.

Vastuutahot:

Asiakaskokemus ja osallistuminen vastuuyksikkö, sairaalapalvelujen johto, integraatiovastuualueen johto, SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilö.

Yhteistyössä:

Taide- ja kulttuuritoimijat.

Aikataulu:

Palautteenannon menetelmien arviointi ja kehittämiskohteen nostaminen 2023–2024. Kehitystyön jatkautus 2025.

5.4 Hyvinvointia, paranemista ja osallisuutta tukeva toimintaympäristön suunnittelu

Hyödynnetään taiteen ja kulttuurin mahdollisuuksia tilasuunnittelussa (suositus: prosenttiperiaate).

Vastuutahot:

Sairaalapalvelujen johto, vastuualueiden johto, uudistamisohjelma, kiinteistönhallinta ja toimitilapalvelut, rakennussuunnittelusta -, tilasuunnittelusta vastaavat henkilöt.

Yhteistyössä:

SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilö, Pirha:n taidetoimikunta, taide- ja kulttuuritoimijat, potilaat ja asiakkaat.

Aikataulu:

2023-

Seuranta ja arviointi:

SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilö raportoi vuosittain osana lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteumamittaristoa.

Hyödynnetään olemassa olevaa taidetta hoitoympäristöissä.

Vastuutahot:

Vastuualueiden johto, yksiköiden lähiesihenkilöt, henkilökunta, taidetoimikunta.

Aikataulu:

2023-

Seuranta ja arviointi:

Vastuualueiden johto raportoi vuosittain osana lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteumamittaristoa.

Otetaan potilaat mukaan (potilasforumit, asiakasraadit, asiakaskyselyt) toimintaympäristön suunnitteluun.

Vastuutahot:

Asiakaskokemus ja osallistuminen vastuuyksikkö, potilasforumien vetäjät /vastuuhenkilöt, asiakaspalautteiden vastuuhenkilöt.

Aikataulu:

2023-

Seuranta ja arviointi:

Vastuualueiden johto raportoi vuosittain osana lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteumamittaristoa.

Käyttöön otetaan teknologisia ja digitaalisia ratkaisuja taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden edistämiseksi.

Vastuutahot:

Sairaalapalvelujen johto, tietohallinnon ja teknologian toimialue.

Yhteistyössä:

SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilö, vastuualueiden johto, yksiköiden lähiesihenkilöt, henkilökunta.

Aikataulu:

2024-

Seuranta ja arviointi:

Vastuualueiden johto raportoi vuosittain osana lakisääteisten alueellisten hyvinvointisuunnitelmien toteumamittaristoa.

5.5 Henkilökunnan hyvinvoinnin tukeminen taiteen ja kulttuurin keinoin

**Hyödynnetään taidetta taukotilois-
sa palautumisen edistämiseksi.**

Vastuutahot:

Vastuualueen johto, yksiköiden lähiesihenkilöt,
henkilökunta.

Yhteistyössä:

Taidetoimikunta.

Aikataulu:

2023-

Seuranta ja arviointi:

SOTEKU-koordinaation vastuuhenkilö rapor-
toi vuosittain osana lakisääteisten alueellisten
hyvinvointisuunnitelmien toteutumamittaristoa
(osana tilasuunnittelun toteutumista).

**Viestitään VirVa:n kulttuuri- ja tai-
detoiminnasta säännöllisesti.**

Vastuutahot:

Sairaalapalvelujen johdon tuki.

Yhteistyössä:

Sairaalapalvelujen viestintä-
tiimi, työyhteisöpalvelut, VirVa.

Aikataulu:

2023-

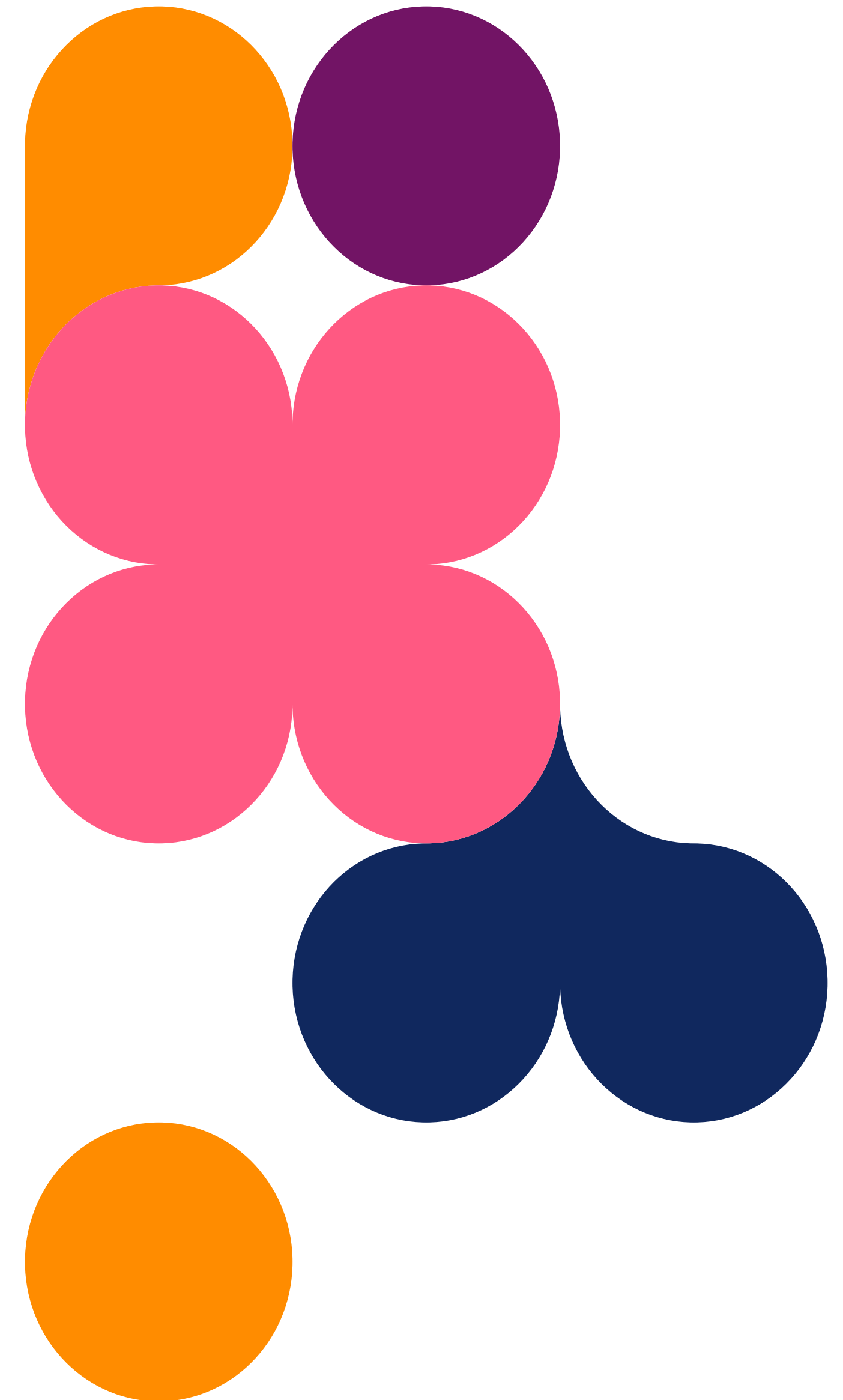
Seuranta ja arviointi:

Raportoidaan vuosittain osana VirVa:n
toimintakertomusta.

6 Lähteet

1. Fancourt, D. & Finn, S. (2019) What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67. Saatavissa: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553> Luettu 14.9.2022.
2. THL (2022) Hyvinvointi- ja terveyserot. Eriarvoisuus. Keskeisiä käsitteitä. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/> Luettu 11.5.2023.
3. Duodecim Terveyskirjasto. (2016) Lääketieteen sanasto. Kustannus Oy Duodecim. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/> Luettu 9.2.2023.
4. Opetus- ja kulttuuriministeriö (2017) Esitys prosenttiperiaatteen edistämiseksi. Ohjausryhmän raportti. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2017:50. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160373/OKM_50_2017.pdf?sequence=4&isAllowed=y Luettu 9.2.2023.
5. Fancourt, D. & Finn, S. (2019) What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67. Saatavissa: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553> Luettu 14.9.2022.
6. Kulttuuri- ja taidealan keskusjärjestö (2018) Näkökulmia taiteen ja kulttuurin talousvaikutuksiin -tietokortti. Tuotettu osana Sitran fasilitoimaa KulttuuriVOS-uudistus-hanketta yhteistyössä Taikusydämen kanssa. Saatavissa: <https://kulttuurijataide.fi/aineistoja/> Luettu 9.2.2023.
7. Opetus- ja kulttuuriministeriö & Sosiaali- ja terveysministeriö (2018) Suositus taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa – mukaan lukien hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Saatavissa: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/161228?show=full> Luettu 9.2.2023.
8. Aholainen, M., Jäntti, S. Tammela, A. & Tanskanen, J. (2021) Miten taide vaikuttaa? Kulttuurisia näkökulmia hyvinvointiin ja terveyteen. Tieteessä katsaus. Lääkärilehti 9 (76), 564–568. Saatavissa: <https://www.laakarilehti.fi/pdf/2021/SLL92021-564.pdf> Luettu 12.12.2022.
9. Fancourt, D. & Finn, S. (2019) What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67. Saatavissa: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553> Luettu 14.9.2022.
10. Työterveyslaitos (2023) Työkyky. Saatavissa: <https://www.ttl.fi/teemat/tyohyvinvointi-ja-tyokyky/tyokyky> Luettu 9.2.2023.
11. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2022) Taide muutoksen mahdollistajana työelämässä. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/kulttuurihyvinvointi-ja-taidelahtoiset-menetelmat/taide-muutoksen-mahdollistajana-tyoelamassa> Luettu 9.2.2023.
12. Fancourt, D. & Finn, S. (2019) What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67. Saatavissa: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553> Luettu 14.9.2022.
13. Zbranca, R., Dâmaso, M., Blaga, O., Kiss, K., Dascl, M. D., Yakobson, D., & Pop, O. (2022) CultureForHealth Report - Summary. Culture's contribution to health and well-being. A report on evidence and policy recommendations for Europe. CultureForHealth. Culture Action Europe. Saatavissa: https://www.cultureforhealth.eu/app/uploads/2022/12/C4H_SummaryReport_small.pdf Luettu 9.1.2023.

14. Euroopan unionin neuvosto (2019) The Economy of Well-being. - Executive Summary of the OECD Background Paper on "Creating opportunities for people's well-being and economic growth". Brysseli: Council of the European Union 10414/19. LIFE.1.C. Saatavissa: <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-10414-2019-INIT/en/pdf> Luettu 9.2.2023.
15. EU4health (2019) An Economy of Health and Wellbeing. Saatavissa: An Economy of Health and Wellbeing - EU4health Luettu 9.2.2023.
16. Turunen, J., Ansio, H. & Houni, P. (2018) Taidetoiminnan vaikutusten taloudellinen arviointi työyhteisössä. Yhteistyössä Taiteen edistämiskeskus ja Työterveyslaitos. Taiteen edistämiskeskus, Taiteen käytön, hyvinvoinnin ja osallistamisen kehittämisohjelma. Painotalo Westman: Helsinki. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137430/978-952-261-851-1_taidetoiminnanvaikuttaloud_taike.pdf?sequence=1&isAllowed=y Luettu 8.2.2023.
17. Kippo, S., Koivisto, T-A., Mäki-Opas, T., Lehikoinen, K., Lehtimäki, A-V., Lavikainen, P., Turtiainen, M. & Martikainen, J. (2023) Kulttuurihyvinvointitoiminnan taloudellinen arviointi. Arviointimenetelmien jatkokehitystarpeet Suomessa. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2023:26. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164860/VNTEAS_2023_26.pdf?sequence=1&isAllowed=y Luettu 18.4.2023.
18. Valtioneuvosto (2021) Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Toimeenpanosuunnitelma. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:27. Saatavissa: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/163021> Luettu 18.11.2022.



7 Liitteet

1. Esimerkkejä taiteen ja kulttuurin menetelmistä hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi sairaalaympäristössä (Fancourt & Finn 2019)

Visuaalinen taide sairaalaympäristössä

Taide sairaalaympäristössä voi vähentää stressin kokemusta sekä aikuisilla että lapsilla. Taide ympäristössä voi vähentää ahdistuneisuutta ja levottomuutta muistisairailta potilailta. Visuaalinen taide leikkaussalin ympäristössä voi vähentää potilaiden jännitystä, ahdistuneisuutta sekä parantaa potilaan tyytyväisyyttä potilaan ja lääkärin väliseen kommunikointiin. Lisäksi se voi parantaa henkilökunnan työtyytyväisyyttä. Taide päivystyksen ympäristössä voi vähentää asiakkaiden aggressiivista käytöstä.

Visuaalista taidetta voidaan hyödyntää kommunikoinnin välineenä. Piirtämistä voidaan hyödyntää esimerkiksi kivun voimakkuuden sekä laadun ilmaisuun. Visuaalinen taide voi toimia myös yleisesti kommunikoinnin välineenä, esimerkiksi iäkkäiden hoidossa. Valokuvien katselu läheisistä saattohoitopotilaalla voi tukea yhtenäisyyden, yksilöllisyyden sekä arvokkuuden tunnetta. Valokuvat voivat auttaa myös läheisiä surun käsittelyssä sekä selviytymisessä.

Musiikki hoidon aikana

Musiikki sairaalahoidon aikana voi parantaa hoitoon sitoutumista, muun muassa lääkehoitoon sitoutumista ja lievittää stressin oireita. Musiikkia voidaan hyödyntää kivun lievitykseen sekä akuutissa, etenevässä että kroonisessa kivussa. Tämä voi vähentää muun muassa vahvojen kipulääkkeiden tarvetta ja lyhentää myös sairaalassaoloaika. Musiikki voi tukea muistisairaana kognitiota, vähentää levottomuutta sekä aggressiivisuutta.

Rauhallinen musiikki toimenpiteiden aikana voi vähentää jännityksen, ahdistuksen ja pelon tunnetta sekä madaltaa tämän kautta verenpaine- sekä syketasoa. Musiikin kuuntelu hengityskonehoidon aikana voi edellä mainittujen lisäksi helpottaa hengityskoneesta vieroitusta sekä vähentää sedaation tarvetta sekä parantaa unen laatua hoidon aikana. Vastasyntyneiden tehohoidossa musiikin kuuntelulla voi olla vaikutusta myös syömiskykyyn (imetys). ▶



Kerttu Horilan "Lepotauko" (2007) teoksen osa Tays Radiuksen pääaulassa. Kuva: Anu Plym.

Toimenpiteiden jälkeen musiikilla on myös positiivisia vaikutuksia toipumiseen. Esimerkiksi musiikki polviproteesileikkauksen jälkeen fysioterapian aikana voi lisätä polven liikkuvuutta, vähentää väsymyksen tunnetta sekä tukea potilaan fyysisiä voimavaroja. Musiikkia voidaan hyödyntää hengitysharjoituksissa (esim. laulaminen avaa ilmäteitä) ja musiikin kuuntelulla voidaan rauhoittaa esimerkiksi kroonisten hengityselinsairaiden hengitysharjoitteiden aikaista hengitysvaikeutta.

Musiikki syövänhoidon aikana voi vähentää lääkehoidon sivuoireita kuten ruokahaluttomuutta ja pahoinvointia. Lisäksi musiikin avulla voidaan vähentää ahdistuneisuuden tunnetta, masennusoireita ja väsymyksen tunnetta. Musiikki voi tukea sairauden hyväksymistä, tunnekäsittelyä sekä tuoda toivoa. Palliatiivisen hoidon aikana musiikki voi tarjota psyykkistä ja emotionaalista tukea sekä toimia tukena kommunikoinnissa sekä tunneilmaisussa.

Esittävä taide/taide-esitykset sairaalassa

Taide- ja musiikkiesitykset hoidon aikana parantavat mielialaa, tuovat toivoa ja niillä on positiivisia vaikutuksia sairauden aiheuttamien tunteiden käsittelyyn. Lisäksi esitysten avulla on mahdollista vaikuttaa kivuntunteen ja ahdistuksen kokemukseen helpottamalla näitä.

Lukeminen, kuuntelu ja luova kirjoittaminen

Lukeminen, kirjojen ja runojen kuuntelu sekä kirjoittaminen voivat rauhoittaa potilaita niin henkisesti kuin fyysisestikin sekä tuoda toivoa. Psykiatristen potilaiden stigman tunne voi vähentyä. Kirjallisuuden hyödyntäminen potilaan hoidossa lisää sosiaalisen tuen kokemusta.

Osallistuminen taide- ja kulttuurilähtöiseen toimintaan

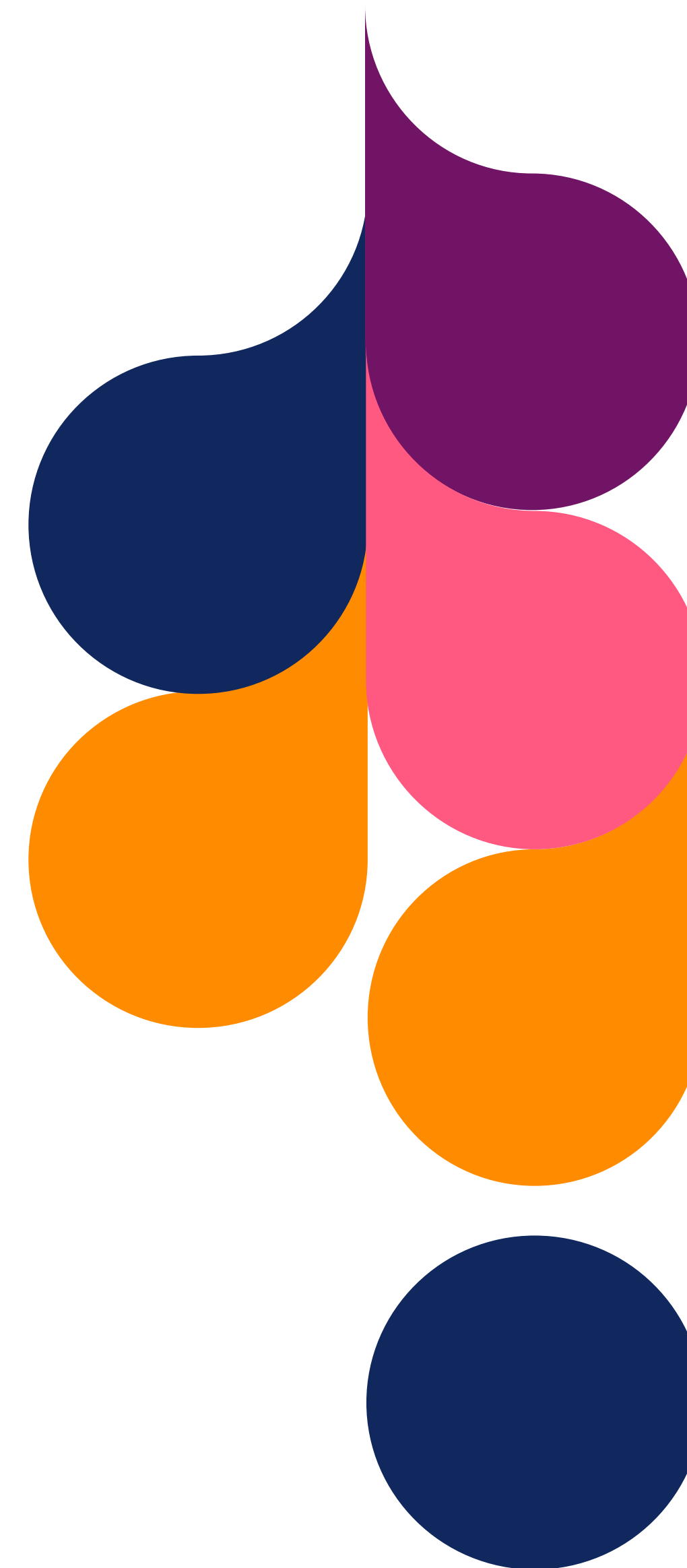
Taiteen ja kulttuurin keinoin on mahdollista tukea hoitoa hyvin monin eri keinoin. Positiivisia kokemuksia taide- ja kulttuuritoimintaan osallistumisen vaikutuksista ovat kipulääkkeiden käytön vähentyminen, selviytymisen kokemuksen vahvistuminen sekä tuen vahvistuminen kommunikointiin ja tunneilmaisuuksiin. Erilaisin keinoin voidaan tukea potilasta hoitoon sitoutumisessa sekä sairauden hallinnassa. Esimerkiksi taide- ja musiikkityöpajoihin osallistuminen voi tukea diabeteksen hallintaa. Syöpähoidoissa pelisovellusten avulla voidaan tukea hoitoon sitoutumista sekä lääkehoitojen sietokykyä.

Taideterapiat

Taideterapioilla (musiikkiterapia, erilaiset taideterapiat) voidaan vähentää muun muassa masennuksen ja ahdistuksen tunteita sekä vaikuttaa tunteiden hallintaan. Taidemenetelmillä, mukaan

lukien musiikkiterapia ja tanssi lievissä ja keskivaikeissa mielenterveyden sairauksissa voidaan vähentää potilaan oireita kuten levottomuutta ja masennusta. Taideterapian avulla voidaan tukea syömishäiriöpotilaan minäkäsityksen ja kehonkuvan hahmottamista. Lisäksi sen avulla voidaan auttaa ymmärtämään sairautta paremmin sekä lievittää ahdistuksen ja tuskan kokemuksia. Psykoosipotilailla voidaan lievittää psykopatologisia oireita kuten aggressiivisuutta, vihamielisyyttä, ahdistuneisuutta ja vainoharhaisuutta. Lievässä skitsofreniassa musiikkiterapian avulla voidaan vähentää affektiivisia oireita kuten vihamielisyyttä, hallusinaatioita ja epäileväisyyttä. Akuuteissa ja kroonisissa unihäiriöissä taidemenetelmillä voidaan parantaa unen laatua sekä uniryhmiä.

Toiminnallinen terapia sekä luovat menetelmät ennen leikkausta voivat vähentää jännitystä jopa yhtä paljon kuin jotkut tarvittavat esilääkkeet. Palliatiivisessa hoidossa taide- ja musiikkiterapian menetelmillä voidaan tuoda lohtua ja lievittää ahdistuksen ja surun tunteita sekä tukea elämän laadun kokemusta. ♦



Pirkanmaan hyvinvointialue



Kirjoittaja: Sini Laukkanen, terveyden edistämisen koordinaattori

Työryhmä: Sini Laukkanen, terveyden edistämisen koordinaattori,

Heidi Leppänen, koordinointipäällikkö, Anita Niemelä, hallintokoordinaattori,

Sari Haapalahti, palveluesimies, Marianne Suurkari, hoitotyön kliininen asiantuntija,

Kirsi Inget, ohjaaja, Anni Nylund, suunnittelija

Kulttuurihyvinvoinnin palveluohjaus Pirkanmaalla - hanke:

Anna Koski, projektipäällikkö, Suvi Pölönen, projektisuunnittelija

Toteutuksen tuki: Maarit Varjonen-Toivonen, ylilääkäri

Graafinen suunnittelu: Aleksi Ahjopalo, Kaiku Helsinki



[pirha.fi](https://www.pirha.fi)

Seuraa meitä somessa

