

Moniaistillinen tila muistisairaiden hoidossa



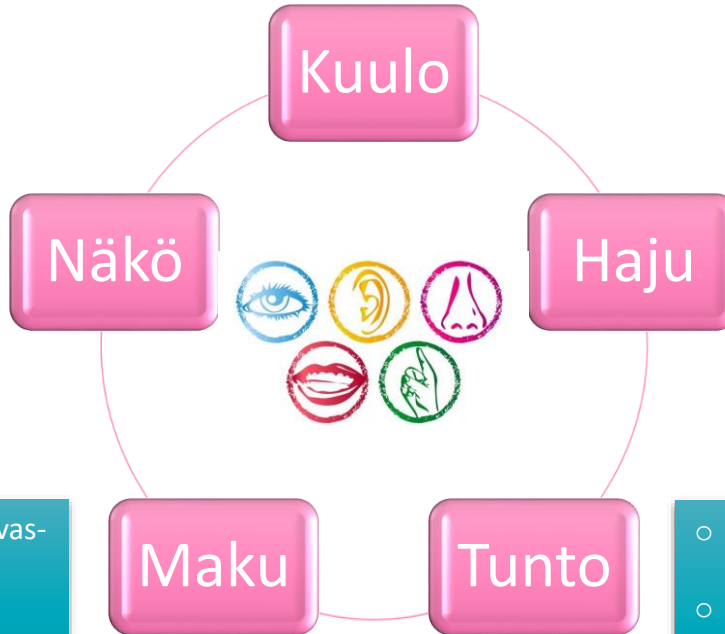
**Jos sinun pitäisi
tänään luopua
jostakin aististasi,
mikä aisti se olisi?**



- Toiseksi tärkein aisti
- Toimii hereillä ja unessa
- n. 25% informaatiosta tulee kuulon välityksellä

- Tärkein aisti
- Kokee värit
- Värit voivat vaikuttaa käyttäytymiseen, mielialaan ja tarkkaavaisuuteen

- makea-hapan-karvas-suolainen
- Aiheuttaa voimakkaita tunteita elämyksiä



- Palauttaa asioita mieleen paremmin kuin muut aistit
- Nostattaa tunteita, muistoja jne.

- Syntyy ensin, säilyy pisimpään
- Saattaa häiritä muun hermoston toimintaa
- Ainut aisti, jota ilman ei tule toimeen

Muistisairauden vaikutus aisteihin



Kuulo

- Iän myötä kuulo heikkenee
- Jopa 50% yli 75-vuotiaista on huono kuulo
- Huono kuulo voi olla syynä muistisairaana käytös- oireelle



Haiu

- Heikkenee yleensä jo alkuvaiheessa muistisairautta
- Toimiessaan tukee muistamista



Tunto

- Saattaa liittyä tuntoasitiin liittyvää ärsykkeiden hakemista (tavaroiden keräily)
- Aktivoi aistimuistoja



Maku

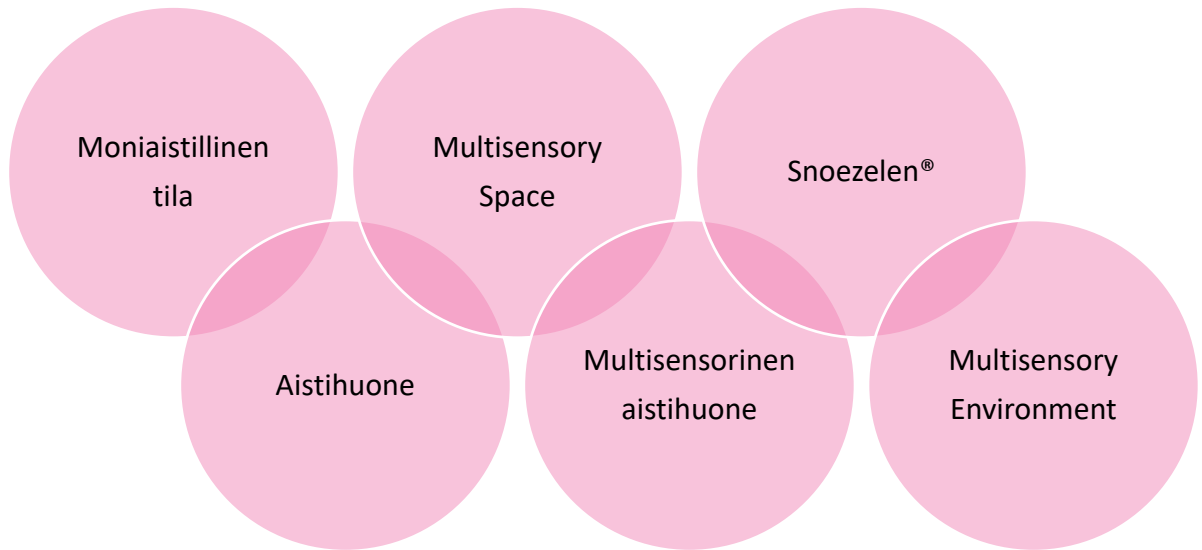
- Saattaa heiketä sairauden myötä
- Hajuaistin lailla tukee muistamista
- Vaikuttaa ruokahaluun



Näkö

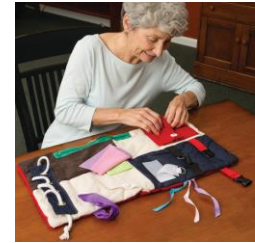
- Näköaistimus himmenee
- Tummiin sävujen havaitseminen vaikeinta (sininen/violetti)
- Punainen, keltainen ja vihreä nähdään parhaiten
- Tummuus- ja vaaleuserot

Rakkaalla lapsella on monta nimeä...



LAU
REA

Moniaistillisuutta meillä ja maailmalla



Lähteet: Turner T 2016; Sensory Stimulation Activities for Senior Residents; Alzheimer Speaks 2019, Snoezelen and Alzheimer 2012; Yrjä ja Hanna kodit; Virtanen A 2020

- **Multisensory Stimulation Environment (MSE) kehitetty alankomaissa 1970-luvulla**
- **Aluksi käytetty oppimisvaikeuksista kärsiville ihmisille**
- **1990 alusta alkaen käytetty lääkkeettömänä hoitomuotona dementiaa sairastavilla**
- **Huone, jonka avulla stimuloidaan tai relaksoidaan kaikkia 5 aistia**
- **Aluksi käytetty termejä: Snoezelen® ja vähän myöhemmin Multisensory Environments (MSE)**

- **Käytetty muun muassa seuraavilla asiakasryhmillä**
 - Lapset
 - Vammaiset aikuiset
 - Oppimisvaikeuksista kärsivät
 - Mielensterveysasiakkaat
 - Dementiaa sairastavat
 - Palliativiset potilaat
- **Taustalla ajatus ja tavoite elämänlaadun parantamisesta**
- **Monissa maissa suosittu ja käytetty menetelmä**
- **Vaikutuksista dementiaa sairastavilla potilailla paljon jo tutkimustietoa**

Snoezelen® multisensorinen simulaatiohuone

- potilaille tarjotaan visuaalista, kuulo-, kosketus- ja hajuaistimuksia eri tavoin
- Käytetään:
 - Valoja
 - Valokaapeleita
 - Vesipatsaita
 - Aromaterapiaa
 - erilaista musiikkia/ääniä
 - kosketettavia esineitä
 - valkokankaita, joille heijastetaan kuvia/muotoja/värejä



Kuva: Mielen ihmeet 2019

Snoezelen® - multisensorinen simulaatiohuone

- Perustuu lisäksi asiakkaan huomiointiin henkilökohtaisesti sekä yksilönä
- Pyritään stimuloimaan primäärisia aisteja ilman että tarvitsee käyttää/olla kognitiivisia kykijä
- Käytetyt ärsykkeet ovat ei-merkityksellisiä ja kuvioimattomia
- Sopii erityisesti dementiaa sairastaville, joiden kommunikaatiokyvyt ovat heikentyneet



Kuva: Mielenihmeet 2019

Moniaistillisuuden toteuttaminen hoidossa

- **Moniaistillisuutta voidaan helpoimmillaan toteuttaa osana joka päiväistä hoitoa**
 - Erialaisten tuoksujen haistelu (ruoka, mausteet, kukat jne.)
 - Erialaisten materiaalinen tunnustelu (kankaat, luonnonmateriaalit, muovailuvaha jne.)
 - Erialaisten äänten kuuntelu (laulu, musiikki, soittimet, linnun laulu, tuuli jne.)
 - Erialaisten makujen maistelu (suklaa, kahvi, pulla, kaneli jne.)
 - Erialaisten asioiden katselu (taulut, kuvat, valkokuvat, vanhat tavarat jne.)



Kuva: Hypistelymuhvi,
Martat



Kuva: Aktiivi essu,
Facebook Sessu

Moniaistillisuuden toteuttaminen hoidossa

- Moniaistillisuutta voidaan tukea helposti siirrettävillä elementeillä, esim. erilaiset aktivoivat laatikot
- Laatikossa voi olla esim.
 - eri luonnonmateriaaleja (kivet, hiekka, kävyt jne.)
 - vanhoja tavaroita (lelut, työkalut, keittiötarvikkeet, valokuvat jne.)
 - soittimia (triangeli, marakassi, palikat, tamburiini jne.)
 - käsityötarvikkeita (eri värisiä lankarullia, nappeja, kangasta jne.)
 - Tuoksupurkkeja (kaneli, kardemumma, terva, koivu, savu jne.)

Vain
mielikuvitus
on rajana!



Moniaistillisuuden toteuttaminen hoidossa

- **Moniasitilliseen tilaan/aistihuoneeseen voidaan rakentaa erilaisia tunnelmia yhdistämällä kuvia, materiaaleja, tuoksuja ja ääniä.**
- **Voidaan hyödyntää myös digitaalisuutta**
- **Esimerksi:**
 - Luontohuone (kasveja, veden solinaa, mullan tuoksua, kaarnaa kosketeltavaksi, marjoja maistettavaksi jne.)
 - Talvihuone (paljon valkoisia elementtejä, talven ääniä, jääpaloja/lunta kosketeltaviksi jne.)
 - Muisteluhuone (vanhanaikaiset värit ja materiaalit, vanhanaikaisia esineitä, musiikkia jne.)

Miksi moniaistillisuus on tärkeää muistisairaiden hoidossa?

- Muistisairaalla kognitiiviset taidot alkavat heikentyä. Lähimuisti katoaa, jolloin jäljelle jäävät suorat aistimukset.
- Aistimukset tulevat yhä merkittävimiksi, kun muistisairaus etenee. Kun nykyhetken paikan muistot hälvenevät, saavat aistit; näkö, kuulo, haju, maku ja tunto tärkeän roolin elettyjen paikkojen kokemuksesta.
- Voidaan käyttää myös henkilöillä, joilla kommunikointi tai toimintakyky on rajoittunutta.
- Saavutetaan tutkittuja hyötyjä käytökseen, mielialaan sekä kognitioon

Onnistuneita esimerkkejä Suomessa

- Kustaankartanon seniorikeskus, Helsinki
- Aistikeskus Sateekaari, Seinäjoki
 - Video:
https://www.youtube.com/watch?v=Dwz1XVw_gxo
- Sipoon Seniorikeskuksen liikunta- ja aistipiha
- Ahvenmäen aistipiha
 - <https://www.facebook.com/ahvenmaenaistipih/>
- Tahkokankaan palvelukeskus
- Multisensoverkosto
 - <https://www.facebook.com/Multisensoverkosto-106864417419003>



Kuva: Vaalijalan
kuntoutuskeskus, aistikäytävä



Kuva: Sipoon Seniorikeskuksen
liikunta-ja aistipiha

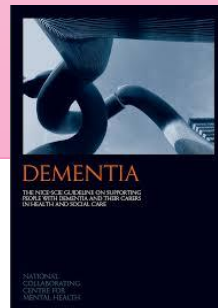
Moniaistillisuus muistisairaiden hoidon tukena - tuloksia

- Tuloksia on tutkittu useissa kansainvälisissä tutkimuksissa, mutta kansallista tutkimusta on hyvin heikosti saatavilla
- Moniaistillisuuden vaikutuksia on tutkittu sekä lyhyellä että pitkällä aikavälillä. (Esim, Sanchez ym. 2016, Masenda ym. 2014)
- Tutkimuksissa on tutkittu erikseen moniaistillisuutta yleensä sekä Snoezellen käyttöä.
- Moniaistillisuuden on todettu vaikuttavan muun muassa muistisairaiden käytökseen, mielialaan ja kognitioon.
- On myös olemassa jonkin verran aikaisempaa tutkimusta sitä, että sensoriset interventiot, kuten musiikki (Sakamoto ym. 2007)- tai aromaterapia (Ballad ym. 2002) vähentävät neuropsykologisia oireita keskivaikeaa dementia sairastavilla

Moniaistillisuus muistisairaiden hoidon tukena - tuloksia

The National Institute for Health and Clinical Excellence and the Social Care Institute for Excellence NICE-SCIE (2007) on maininnut raportissaan, että loppuvaiheen dementiassa aistien stimulointi on ensisijainen psykologian toimintamuoto neuropsykologisten oireiden vähentämiseksi.

NATIONAL
COLLABORATING
CENTRE FOR
MENTAL HEALTH



Moniaistillisuus muistisairaiden hoidon tukena - tuloksia

3.3 Aistihuoneet

Tarjota muistisairaalle mahdollisuus aistihuoneessa vierailuun,

- sillä lyhytaikainen (n. 30 minuuttia), mutta säännöllinen moniaististimulaatio ilmeisesti tukee muistisairaana päivittäisistä perustoiminnoista suoriutumista (B).
 - Moniaististimulaatiolla tarkoitetaan erilaisten näkö-, kuulo-, tuoksu- ja kosketusaistimusten tuottamista. Aististimulaatiossa voidaan hyödyntää esimerkiksi värejä, valoa, musiikkia, makuja, aromiä, lämpöä ja kosketusta.
 - Moniaististimulaatiossa tulee huomioida tilan ja tilanteen rauhallisuus, levollisuus ja kokiisuus.
 - Moniaististimulaation päivittäistoimintoihin liittyvän vaikutuksen arvioidaan perustuvan muun muassa sen ympäristön hahmottamista ja huomiointia edistävään vaikutukseen.⁴⁵

Moniaistillisuus muistisairaiden hoidon tukena - tuloksia

Useita aisteja stimuloivat (eng. multisensory) menetelmät saattavat vähentää yleisellä tasolla tarkasteltuna muistisairaana **haasteellista käyttäytymistä** (näytön aste C).^{5,25,30}

- Tutkimusnäyttö useita aisteja stimuloivien menetelmien vaikutuksista on pääosin positiivista,^{25,30} mutta näytössä on ristiriitaisuutta.^{5,30}
- Useita aisteja stimuloivien menetelmien vaikutukset olivat pääsääntöisesti lyhytaikaisia.²⁵

Useita aisteja stimuloivat (eng. multisensory) menetelmät saattavat vähentää muistisairaana **kiihtyneisyyttä** (näytön aste C) ja myös **aggressiivisuutta**, mutta luotettava näyttö puuttuu (näytön aste D).^{22,30}

- Tutkimusnäyttö useita aisteja stimuloivien menetelmien vaikutuksista muistisairaana kiihtyneisyyteen ja aggressiivisuuteen on ristiriitaista^{22,30} ja aggressiivisuuden osalta myös puutteellista.³⁰ Tutkimusten vahvin näyttö kuitenkin tukee sitä, että useita aisteja stimuloivat menetelmät vähentävät muistisairaana kiihtyneisyyttä.²²

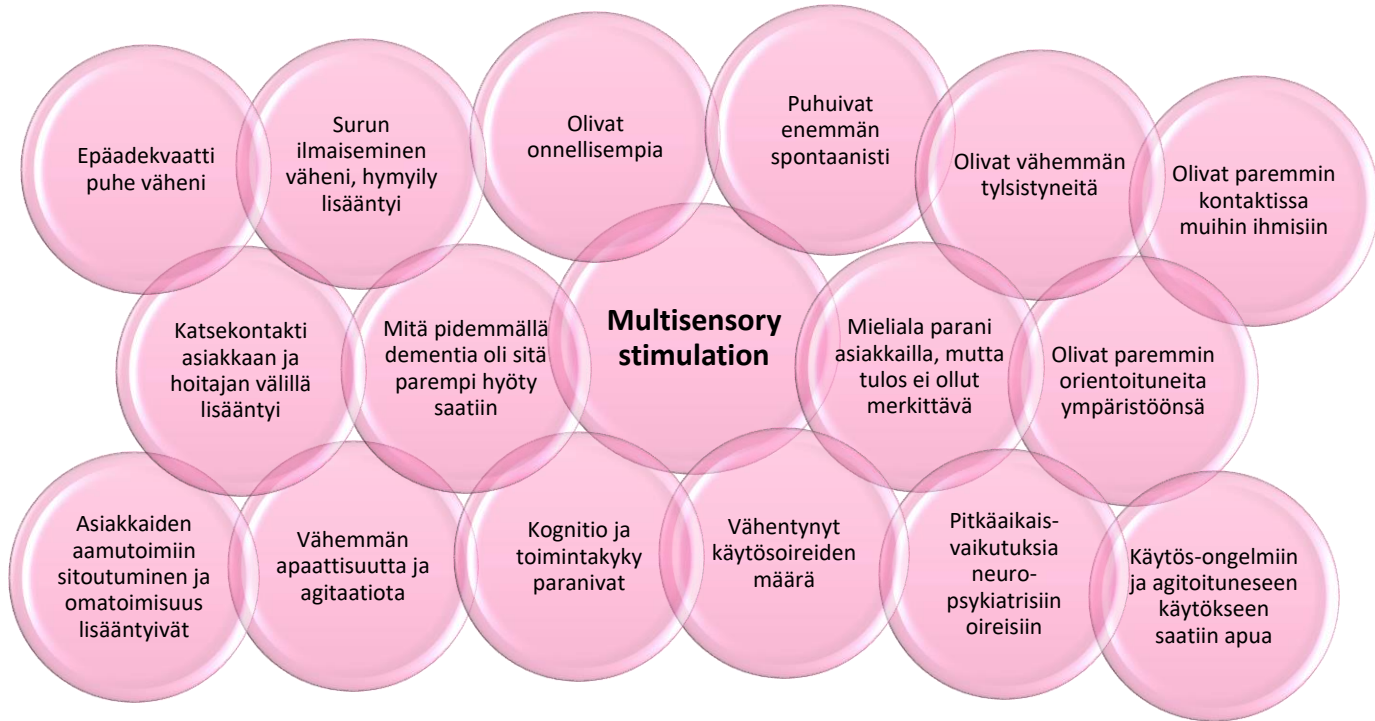
Moniaistillisuus muistisairaiden hoidon tukena - tuloksia

Useita aisteja stimuloivat (eng. multisensory) menetelmät saattavat vähentää muistisairaana **ahdistuneisuutta** (näytön aste C).^{22,30}

- Tutkimusnäyttö useita aisteja stimuloivien menetelmien vaikutuksista on positiivista, mutta osin ristiriitaista.^{22,30}
- Tutkimuksissa arvioitiin muun muassa Snoezelen²² ja Sonas-menetelmää.³⁰

Useita aisteja stimuloivilla (eng. multisensory) menetelmillä ei ilmeisesti ole vaikutusta muistisairaana **vaelteluun** (näytön aste B).²²

- Tutkimusnäytön perusteella useita aisteja stimuloivilla menetelmillä ei voida vaikuttaa muistisairaana vaelteluun,²² mutta näytön astetta heikensi puutteelliset alkuperäistutkimuksia koskevat tiedot.
- Tutkimuksissa arvioitiin muun muassa Snoezelen-menetelmää.²²



Video (1:30min)

<https://www.skldcare.com/blog/2019/6/11/new-sensory-room-soothes-memory-care-patients>



- Alzheimer Speaks 2019. Snoezelen Rooms – Can They Help Those with Dementia? Verkkodokumentti. Viitattu 9.9.2020. Luettavissa: <https://alzheimersspeaks.wordpress.com/2019/07/04/dementia-snoezelen-rooms-how-can-they-help/>
- Ayres, A. 2008. Aistimusten aallokossa - Sensorisen integraation häiriö ja terapia. Juva: PS-Kustannus.
- Ballard CG, O'Brien JT, Reichelt K, Perry EK. Aromatherapy as a safe and effective treatment for the management of agitation in severe dementia: the results of a double-blind, placebocontrolled trial with Melissa. J Clin Psychiatry. 2002;63(7): 553-558.
- Hartikainen, S. & Lönnroos, E (toim.). 2008. Geriatria arvioinnista kuntoutukseen. Helsinki: Edita Prima.
- Hoitotyön tutkimussäätiö 2019. Muistisairaahan henkilön päivittäistoiminnoista suoriutumisen tukeminen- Lääkkeettömät menetelmät hoitotyössä.
- Hämäläinen, H., Laine, M., Aaltonen, O. & Revonsuo, A. 2006. Mieli ja aivot. Kognitiivisen neurotieteen oppikirja: kognitiivisen neurotieteen tutkimuskeskus: Gummerus.
- Jokelainen M & Pulliainen V 2004. Hajuaistin muutokset Alzheimerin taudin varhaisena oireena. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim.
- Kahilanniemi E 2019. Aistihuone ja luontointerventio muistisairaiden toimintapäivässä. Verkkodokumentti. Viitattu 9.9.2020. Luettavissa: <https://www.xn--elammakuistaarkealuonnosta-ekc.fi/uncategorized/aistihuone-luontointerventio-muistisairaiden-toimintapaivassa/>

- Masenda A, Cibeira N, Lorenzo-Lopez L, Gonzalez-Abraldes I, Bujan A, de Labra C & Millan-Calenti J C 2018. Multisensory stimulation and individualized music sessions on older adults with severe dementia: effects on mood, behavior, and biomedical parameters. *Journal of Alzheimer's Disease*. 2018; 63(4): 1415-1425.
- Maseda A, Sanchez A, Gonzalez-Abraldes I, Bujan A & Millan-Calenti J C 2014. Effects of Multisensory Stimulation on a Sample of Institutionalized Elderly People With Dementia Diagnosis: A Controlled Longitudinal Trial. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias* 29 (1), 463-473.
- Mielen ihmeet 2019. Snoezelen: multisensorinen stimulaatiohuone. Verkkodokumentti. Viitattu 9.9.2020. Luettavissa: <https://mielenihmeet.fi/snoezelen-multisensorinen-stimulaatiohuone/>
- National Collaborating Centre for Mental Health (UK). Dementia: A NICE–SCIE Guideline on Supporting People with Dementia and Their Carers in Health and Social Care - National Clinical Guidelines N. 42. Leicester, England: British Psychological Society;
- Sanchez A, Marante-Moar P, Sarabia C, deLabra C, Lorenzo T, Maseda A & Millan-Calenti J C 2016. Multisensory Stimulation as an Intervention Strategy for Elderly Patients With Severe Dementia: A Pilot Randomized Controlled Trial. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias* 31 (4), 341-350.
- Sakamoto M, Ando H, Tsutou A. Comparing the effects of different individualized music interventions for elderly individuals with severe dementia. *Int Psychogeriatr*. 2013;25(5):775-784
- Salmi, T. & Semi, T. 2016. Yötaivaan toivo. Muistiystävällinen ympäristö tilasta kokemukseen. GeroArt muistityön käsikirja 2. T & J Semi Oy/GeroArtist: Ozo Oy.

- Sensory Stimulation Activities for Senior Residents. S&S Blog. Verkkodokumentti. Viitattu 9.9.2020. Saatavissa: <https://www.ssww.com/blog/sensory-stimulation-activities-for-senior-residents/>
- Sirkkola M 2009. Multisensory Environments in social care: Participation and empowerment in sociokultural multisensorywork. Akateeminen väitöskirja. James Cook University. Australia.
- Snoezelen and Alzheimer 2012. Verkkodokumentti. Viitattu 9.9.2020. Saatavissa: <https://www.alamy.com/stock-photo-snoezelen-alzheimer-51878903.html>
- Sposito G, Barbarosa A, Figueiredo D, Sanches Yassuda M & Marques A 2017. Effects of multisensory and motor stimulation on the behavior of people with dementia. Dementia 16(3) 344–359.
- Tuomikoski A, Parisod H, Oikarainen A, Siltanen H & Holopainen A 2018. Lääkkeettöminen menetelmien vaikutukset muistisairautta sairastavan haasteellisiksi koettuun käyttäytymiseen – Raportti järjestelmällisten katsausten katsauksesta. Muistiliiton julkaisusarja 1/2018.
- Turner T 2016. Dementia care: an overview of available non-pharmacological therapies. The Pharmaceutical Journal 296 (7890). Verkkodokumentti. Viitattu 9.9.2020. Luettavissa: <https://www.pharmaceutical-journal.com/cpd-and-learning/learning-article/dementia-care-an-overview-of-available-non-pharmacological-therapies/20201270.article?firstPass=false>
- Virtanen A 2020. Aistihuone tuo muistisairaalle elämyksiä ja välähdyksiä menneestä – vähentänyt jopa rauhoittavien lääkkeiden tarvetta seniorikeskuksessa. Helsingin uutiset 7.2.2020.
- Yrjö ja Hanna kodit. Onnelan aistihuone. Verkkodokumentti. Viitattu 9.9.2020. Luettavissa: https://www.vahvike.fi/sites/default/files/perussivu-pdf/Aistihuone_Kajaani_25.2.2019.pdf