



## COVID-19-rintamalla opittua



**Takaisin rintamalle. Jenny Arnesson vietti useita viikonloppuja vapaaehtoisena sairaanhoitajana Ruotsin Göteborgissa toimivalla teho-osastolla COVID-19-potilaita hoitaen.**

*Göteborgilainen Jenny Arnesson työskentelee arkisin Ascomin kliinisenä asiantuntijana. Huhti–toukokuussa työ vei myös viikonloput, kun tämä vaimo, äiti ja sairaanhoitaja hoiti teho-osastolla vapaaehtoistyöntekijänä COVID-19-potilaita. Hän myöntää kokemuksen olleen raskas. Se kuitenkin myös todisti, kuinka teknologia, osaaminen ja myötätunto voivat auttaa vakavasti sairaita potilaita.*

Useimmat meistä inhoavat ajatusta vapaapäivän uhraamisesta työnteolle. Kun COVID-19-kriisi iski Ruotsiin tänä keväänä, Jenny Arnesson luopui vapaaehtoisesti viikonlopuistaan, puki ylleen hoitajavaatteensa ja hoiti vakavasti sairaita koronaviruspotilaita Ruotsin toiseksi suurimman kaupungin, Göteborgin, tilapäisellä teho-osastolla.

Kun Arnessonilta kysyttiin, miksi hän toimi näin päättäväisesti, hän vastasi tyypillisellä skandinaavisella suorapuheisuudella:

**– Miksi en olisi toiminut? Kyseessä oli kansanterveydellinen hätätila. Lopetin täysiaikaisena sairaanhoitajana työskentelyn useita vuosia sitten, mutta olen pitänyt ammattitaitoni ajan tasalla. Kykenin siis vapaaehtoisena oikeasti vaikuttamaan. Siksihän minä ja useimmat hoitajat lähdimme alalle: auttamaan ihmisiä. Tässä tilanteessa ihmiset tarvitsivat kipeästi apua, jota pystyn antamaan.**



Edellisellä urallaan Arnesson ehti kerätä vuosikymmenen kokemuksen anestesiahoitajana. Nykytyönkuvaan elintoimintojen valvominen ja lääkkeiden antaminen ei enää kuulu; Ascomin asiantuntijana Arnesson suunnittelee klinisiä prosesseja yhdessä kollegojensa sekä sairaaloiden hoitohenkilökunnan ja johtajien kanssa.

**– Toimin ikään kuin kanavana hoitohenkilökunnan sekä Ascomin tiimin välillä, hän sanoo. Tehtäväni on varmistaa, että hoitohenkilöstön ja potilaiden tarpeet pysyvät tekemisen keskipisteessä, kun kollegani suunnittelevat ratkaisuja sairaaloiden viestintähaasteisiin. Arvioin ehdotettuja ratkaisuja kliinisen kokemukseni perusteella ja varmistan, että ne vastaavat nykyaikaisen sairaanhoidon arjen vaatimuksiin. Autan myös kouluttamaan hoitohenkilökuntaa uuden ratkaisun tehokkaassa käytössä ja varmistan, että käyttöönotto sujuu mahdollisimman kivuttomasti.**

Työ on selvästi vaativaa. Siinä kuitenkin yhdistyvät teknologia ja inhimillinen vuorovaikutus tavalla, jonka Arnesson kokee erityisen palkitsevaksi. Saman yhdistelmän takia hän päätti myös tehdä vapaaehtoistyötä COVID-19-potilaiden teho-osastonhoitajana.

**– Useimpien hoitajien tavoin olen utelias. Halusin saada kaiken mahdollisen tiedon tästä kauhistuttavasta taudista. Vapaaehtoistyö oli myös harvinainen tilaisuus toimia aktiivisesti teho-osastolla, vieläpä pandemian aikana. Sain ainutlaatuista näkemystä, jota voin hyödyntää tavanomaisessa työssäni sairaaloiden ja hoitajien kanssa.**

## Paluu perusteisiin

Arnessonin mukaan teho-osastolla vietetty aika vahvisti, miten tärkeää on lievittää hoitajiin ja muuhun hoitohenkilöstöön kohdistuvaa kognitiivista kuormitusta. Oikeanlainen teknologia voi auttaa kiireisiä hoitajia valtavasti tehtävämuistutuksien, potilaskierrosten, suunnittelun ja hallinnoinnin kanssa.

**– Monet hoitajat käyvät jatkuvasti ajatuksissaan läpi muistilistoja etenkin teho-osaston tapaisissa erityisen stressaavissa ympäristöissä. Koska olemme tunnollisia, meillä on tapana murehtia mahdollisesti unohtuneita asioita.**

Arnessonin mukaan tällaisesta kognitiivisesta stressistä ei päästä koskaan kokonaan eroon. Se on osa sairaanhoidon todellisuutta. Asianmukaiset ilmoitukset ja tiedonhallintajärjestelmät voivat kuitenkin antaa hoitajille tukea ja varmuutta, jonka avulla he voivat keskittyä hoitotyöhön.





– Ei liene yllätys, että hoitajat haluavat aikaa ja tilaa hoitotyölle! Siksi kaikki, mikä auttaa heitä keskittymään siihen, on tervetullutta.

Esimerkkinä tällaisesta hyvän vastaanoton saaneesta työkalusta Arnesson esittää terveydenhuoltoalan älypuhelimet. Nämä vastaanottavat potilashälytyksiä ja puheluja, hälytysilmoituksia sekä puhe- ja tekstiviestejä kollegoilta. Laitteita voidaan integroida lääkintälaitteisiin sekä sähköisiin potilastietoihin ja muihin tietoteknisiin järjestelmiin.

– Näiden mobiililaitteiden työnkulkuihin tuomat edut ovat selvät, sanoo Arnesson. Laitteen avulla hoitajat voivat esimerkiksi arvioida potilaskutsun vakavuuden ennen kuin keskeyttävät käsillä olevan tehtävän ja kävelevät potilaan luo. Hoitajien ei tarvitse murehtia, vaikka he eivät pystyisikään reagoimaan heti laitteisiin saapuneeseen hälytykseen. He tietävät, että hälytys siirretään kollegoille hallitusti.

## Odottamattomia etuja

Arnessonin teho-osastolla viettämä aika korosti myös joitain odottamattomia etuja, joita suhteellisen yksinkertaisenkin teknologia tuo hoitotyöhön.

– Mobiililaitteeni kaiutin osoittautui äärimmäisen arvokkaaksi. Se ei ole uusinta teknologiaa, mutta kun olemme tekemisissä niinkin tarttuvan taudin kuin koronaviruksen kanssa, hoitohenkilökunnan pitää todella rajoittaa potilaiden ja kollegojen läheisyydessä vietettyä aikaa pyrkiessään selvittämään tilannetta tai kerätessään tietoja. Siksi kaiuttimen kautta viestiminen oli erittäin kätevää.

Integroidut mobiililaitteet auttavat myös ympäristön rauhoittamisessa ja hiljentämisessä.

– Se on tärkeä etu, lisää Arnesson. Meidän pitää muistaa, että sairaalaosastot ovat myös hoitohenkilöstön työympäristö. Potilaskutsujen ja hälytysten siirtäminen mobiililaitteisiin vähentää käytävillä soivien hälytysten ja vilkkuvien valojen määrää. Nämähän aiheuttavat hoitajille tunnetusti hälytysturtemusta.

Arnesson myös painottaa, kuinka tärkeää on esittää jatkuvasti päivittyvät potilastiedot yhdessä paikassa.

– Järjestelmät, joista hoitajat näkevät tilannekuvan teho-osaston tai osaston kaikkien potilaiden tilanteesta, ovat kultaakin kalliimpia, hän sanoo. Tällaiset järjestelmät voivat olla keskitettyjä, jolloin potilaiden tiedot näkee yhdeltä suurelta seinänäytöltä tai useamman näytön yhdistelmäältä. Järjestelmät voidaan myös hajauttaa, jolloin tiedot lähetetään kunkin hoitajan mobiililaitteeseen.

– Oleellista etenkin COVID-19:n tapaisessa taudissa on minimoida potilaiden ja hoitohenkilökunnan lähitapaamiset. Tämä on tietenkin ongelmallista monimutkaisissa tehohoitoympäristöissä. Hoitajien pitää pysytellä lähellä potilaita, mutta samalla heidän pitää kohdata joukko kollegoja: muita hoitajia, lääkäreitä, vuoropäälliköitä ja niin edelleen. Mutta teho-osastoilla henkilökunta ei voi kulkea ovesta joka kerran, kun hoitaja kutsuu heitä, Arnesson lisää.

– Siksi onkin tärkeää käyttää kaikkia mahdollisia teknisiä keinoja kliinisten tietojen keräämiseen ja lähettämiseen hoitajille ja lääkäreille, selittää Arnesson.

Kontaktien minimoinnista on tartunta- ja kontaminaatoriskien pienentämisen lisäksi muutakin hyötyä. Se auttaa vähentämään työkulun pullonkauloja ja henkilösuojainten tapaisten tärkeiden tarvikkeiden kulutusta. Peruseriaate on varsin yksinkertainen: lähetä tietoa ihmisille teknologian avulla sen sijaan, että lähettäisit ihmisiä noutamaan tietoja ja päivityksiä potilailta ja kollegoilta.

## Paluu uuteen normaalitilanteeseen

Ruotsin COVID-19-kriisin rauhoituttua Arnesson voi viikonloppuisin nauttia ansaituista vapaapäivistä. Kokemustaan teho-osastolla hän ei kuitenkaan unohda, eikä arki näyttäydy enää samanlaisena kuin aiemmin.

**– Teho-osastolla viettämäni aika avasi silmäni. Esimerkiksi ”tavalliset” teho-osaston potilaat tarvitsevat vain muutaman päivän hengityskoneessa, jotta heidän kehonsa saa tilapäistä helpotusta. COVID-19:n tapauksessa potilaat viettivät hengityskoneissa kaksi, kolmekin viikkoa. Se puolestaan aiheuttaa muita ongelmia.**

Lisäksi hän joutui uudistamaan mielikuvansa tyypillisestä teho-osastopotilaasta. Useimmat COVID-19-potilaat olivat yli 50-vuotiaita. Monilla heistä ei kuitenkaan ollut mitään tai vain vähäisiä perussairauksia.

**– Yllättäen teho-osastolle tulvi ihmisiä, joiden ei olisi odottanut ilmestyvän sinne, ja he olivat erittäin sairaita. Se todella herätti yhteiskuntamme tarkastelemaan terveydenhuolto-investointejamme ja -valmiuttamme.**

Tulevalta Arnesson odottaa ajanviettoa perheensä kanssa sekä kollegojen jälleennäkemistä. Vaikka hän myöntää, että COVID-19-kriisissä on vaikea nähdä hyvää, hän toivottaa tervetulleeksi tavan, jolla kriisi on korostanut hoitajien ja muun eturintamalla toimivan hoitohenkilökunnan sitoutuneisuutta ja taitoa.

**– Turhan monet arvostavat hoitajia vain joutuessaan sairaalaan. Jos tästä kriisistä voi oppia jotakin, se on juuri hoitajatyön arvostuksen nostaminen. Ovathan hoitajat venyneet aivan uskomattomiin suorituksiin.**