

# Hoivatahto & Hoitotahto

Miniopas

# SISÄLLYS

- 3 Kuinka kohdata väistämätön?
- 4 Hoitotahdolla ja hoivatahdolla ilmaiset omat toiveesi
- 5 Ei vain itseä, vaan myös läheisiä varten
- 6 Mitä eroa on hoivatahdolla ja hoitotahdolla?
- 7 Kuinka laatia hoivatahto ja hoitotahto?
- 8 Ota yhteyttä Lexlyyn

# Kuinka kohdata väistämätön?

**Kuulostaa kaukaiselta, mutta varmaa on, että jokaisen elämä päättyy aikanaan. Todennäköisyys sille, että loppua edeltää jonkinlainen sairaus, on korkea. Kuinka siis varautua tulevaisuuteen?**

Elämme nykyään poikkeuksellisen iäkkäiksi. Elinaikaennusteen arvioidaan nousevan naisilla 91 vuoteen ja miehillä 87 vuoteen vuoteen 2080 mennessä. Harva vanhus kuitenkaan on niin onnekas, että säilyttää terveytensä ja toimintakykynsä muuttumattomana loppuun saakka.

Tosiasia on myös se, että osa meistä kohtaa elämässään yllättävän sairauden tai tapaturman, jonka johdosta terveydentila heikkenee äkisti. Vaikka todennäköisyys ei ole yhtä korkea kuin korkean iän mukanaan tuomissa vaivoissa ja sairauksissa, sairastuminen ja onnettomuudet sattuvat ihmisille, jotka eivät niitä odota. Elämä yllättää.

Elämän päättymiseen liittyvistä kysymyksistä on helpompi keskustella terveenä, kirkasmielisenä ja ajoissa, kuin vakavasti sairaana tai vammautuneena, jolloin tilanne itsessään on jo paitsi itselle, myös läheisille raskas.

Oletko ylipäättään tullut ajatelleeksi, että voit itse vaikuttaa siihen, millaista elämää vietät, kun et enää syystä tai toisesta kykene itse ilmaisemaan tahtoasi pätevästi? Ja ennen kaikkea, oletko tullutt ajatelleeksi, että nämä tahdonilmaisut täytyy tehdä nyt, kun kaikki on vielä hyvin?

**Varautuminen tulevaisuuteen on fiksua. Päätökset kannattaa tehdä silloin, kun kaikki on hyvin.**

# Hoitotahdolla ja hoivatahdolla ilmaiset omat toiveesi

Sinä itse tiedät, kuinka haluat itseäsi hoidettavan ja millaisia päätöksiä haluat puolestasi tehtävän, jos et itse pysty ilmaisemaan tahtoasi. **Nämä ajatukset ja toiveet täytyy laittaa paperille**, jotta muutkin tietävät niistä ja jotta niitä voidaan noudattaa.

Oli kyse sitten elämän loppuvaiheen hoitosuunnitelmasta taikka sairauden tai tapaturman aiheuttamasta toimintakyvyn heikkenemisestä, potilaan hoidossa otetaan huomioon hänen hoitotahtonsa, mikäli sellainen on aikanaan laadittu.

**Hoitotahto ja hoivatahto ovat jokaisen henkilökohtaisia,  
kirjallisia tahdonilmauksia siitä, miten kukin  
haluaa itseään hoidettavan tilanteessa,  
jossa ei pysty omaa tahtoaan itse kertomaan.**

Kaikki eivät halua samoja asioita eivätkä kaikki tee samoja valintoja. Meillä kaikilla on oma, selkeä tahto omaa hoitoa koskevissa asioissa. Vaikka asiaa ei olisi tietoisesti ajatellut, oma tahto tulee hyvin luontevasti esille heti, kun asiasta keskustellaan tai edessä on vaihtoehtoja joita ei itselleen halua.

Laatimalla hoitotahdon ja hoivatahdon siis varmistat, että aikanaan hoidossasi noudatetaan **omia elämänarvojasi** ja saat viettää **omannäköistäsi elämää** loppuun asti.

# Ei vain itseä, vaan myös läheisiä varten

Kuvittele tilanne, jossa olet sairastunut ja hoitohenkilökunta ja läheisesi ovat kerääntyneet keskustelemaan tilanteestasi. Oletko varma, että heillä on tieto sinun tahdostasi? Tiedätkö, millaisin rajoituksin läheisesi ja hoitohenkilökunta voi tehdä päätöksiä, jos hoitotahtoa ei ole?

Lääkäri tekee hoitoasi koskevat päätökset lääketieteellisin perustein. Tiedetyt muut hoitoasi koskevat päätökset ovat läheistesi harteilla. Heidän kaikkien on huomattavasti helpompi tehdä hoitoosi liittyvät päätökset puolestasi, **kun he tietävät sinun tarkan tahtosi**.

Vaikka kaikilla läheisilläsi on sinun parhaasi tavoitteena, he saattavat olla hyvin erimielisiä siitä, mitä se **käytännössä** tarkoittaa. Itse tekemäsi hoito- tai/ja hoivatahdon avulla **vältetään** läheistesi erimielisyydet ja riidat hoitoosi liittyen.

## Vain harva suomalainen on tehnyt hoitotahdon tai hoivatahdon

Johtuuko hoitotahtojen ja hoivatahtojen vähäinen määrä siitä, että meille on samantekevää, miten vietämme elämämme viime hetket? Ettemme pidä tärkeänä omien mieltymystemme ja arvojemme huomioimista sitten, kun emme enää pysty itse niitä ilmaisemaan? Ei kai sentään.

Uskottavampi selitys lienee se, ettei asiaa tulla alun perinkään **ajatelleeksi ajoissa**. Tai ehkä sairastumisen, onnettomuuksien tai vanhuuden ajatteleminen ahdistaa liikaa, ja ne halutaan mieluummin työntää ajatuksista syrjään.

Oli syy mikä tahansa, hoitotahto ja hoivatahto jäivät usein – valitettavasti – tekemättä.

Rohkaisemme kuitenkin aivan jokaista pohtimaan oman elämänsä loppuvaiheen kulkua juuri silloin, kun se kaikki tuntuu kaukaiselta ja ehkä jopa merkityksettömältä. Vaikka aihe ei ahdistaisikaan ja keksisit jo montakin itsellesi tärkeää hoidossasi huomioitavaa asiaa, ei kuitenkaan riitä, että ne ovat sinun tiedossasi. **Asioiden kirjaaminen paperille on ainoa tapa varmistaa, että tahtoasi noudatetaan**. Se on palvelus paitsi itsellesi, myös läheisillesi.

# Mitä eroa on hoiva- ja hoitotahdolla?

Sanoina hoivatahto ja hoitotahto kuulostavat tutuilta monen korvaan. Monesti ne menevät myös keskenään sekaisin. Mikä siis on hoivatahto, mikä hoitotahto ja kuinka ne eroavat toisistaan?

**Hoivatahto on kirjallinen ohjeistus siitä, miten henkilö haluaa itseään hoivattavan**

Hoivatahto liittyy **arjen ratkaisuihin ja mieltymyksiin**. Hoivatoiveet liittyvät oman elämänlaadun parantamiseen kenties pientenkin, itselle mieluisten seikkojen avulla. Tyypillisiä hoivatahdonilmauksia ovat esimerkiksi musiikkiin, liikuntaan, ulkoiluun, kauneudenhoitoon, lempiruokiin tai muihin henkilön erityisiin kiinnostuksen kohteisiin liittyvät toiveet.

**Hoitotahto sisältää ohjeet vakavien hoitopäätösten tekemiseen**

Hoitotahto tehdään kriittisten **lääketieteellisten** tilanteiden ja valintojen varalta. Se voi esimerkiksi sisältää kiellon pitkittää elämää keinotekoisesti hoidollisin toimenpitein tai sallia kokeellisten hoitotapojen käyttö kriittisessä tilanteessa. Hoitotahdolla voidaan myös valtuuttaa tietty henkilö osallistumaan omaa hoitoaan koskevaan päätöksentekoon. Varsinkin raskaiden päätösten kohdalla voidaan tällä tavoin estää läheisten riidat ja erimielisyydet hoitoosi liittyen tilanteessa, jossa et itse pysty ilmaisemaan mitä haluat.

Sekä hoitotahtoa että hoivatahtoa pitää hoitohenkilökunnan noudattaa, jos se suinkin on mahdollista.

# Kuinka laatia hoiva- ja hoitotahto?

Kannattaako hoiva- tai hoitotahto tehdä omin avuin?  
Millainen sen kuuluu lain mukaan olla?  
Missä asiakirjoja kannattaa säilyttää?  
Voiko niitä myöhemmin muuttaa?

Oikeastaan kuka tahansa osaa laatia hoivatahdon ja hoitotahdon. Jokainen voi nimittäin itse valita mieluisen muodon tahtonsa ilmaisemiseen. Hoivatahto ja hoitotahto voivat olla monenlaisia: Ne voivat olla seikkaperäisiä kertomuksia, allekirjoitettuja lomakkeita tai mitä tahansa siltä välillä.

Kuitenkin varoituksen sana: Jotta tahtosi ja toiveesi tulevat huomioon otetuksi niin kattavasti kuin mahdollista, oma tahto kannattaa kirjata mahdollisimman **selkeään ja helposti tulkittavaan muotoon**. Jotta tämä toteutuu, kannattaa hoitotahdon laatimisessa käyttää apuna asiaan perehtynyttä oikeudellisen ennakoinnin ammattilaista.

## Hoiva- ja hoitotahdon muoto

Lain mukaan hoitotahto tai hoivatahto eivät edellytä todistajia, mutta niitä on suositeltavaa käyttää. Jos myös edunvalvontavaltuus on jo laadittuna, kannattaa varsinkin hoitotahtoon kirjata asiasta maininta sekä ensisijaisen edunvalvontavaltuutetun nimi.

## Missä hoiva- ja hoitotahtoa kannattaa säilyttää?

Kun oma hoitotahto ja hoivatahto on saatu kirjalliseen muotoon, on niiden olemassaolosta ja säilytyspaikasta hyvä kertoa ainakin yhdelle läheiselle, jotta ne tarpeen vaatiessa löydetään. Niiden sisältö voidaan myös tallentaa terveydenhuollon Omakanta-palveluun, jolloin asia tulee varmasti hoitavan tahon tietoon.

## Hoiva- ja hoitotahto kannattaa pitää ajan tasalla

Hoitotahto ja hoivatahto ovat muutettavissa ja peruutettavissa milloin vain. Onkin todennäköistä, että oma arvomaailma ja omat toiveet muuttuvat ajan saatossa. Hoitotahtoa ja hoivatahtoa kannattaakin tutkistella ja päivittää aika ajoin.

# Ota yhteyttä Lexlyyn

Me Lexlyssä uskomme, että oma elämä ja tulevaisuus sekä läheisten elämä on vakaammalla pohjalla, kun vaikeitakin asioita on pohdittu ja niitä koskevat päätökset on tehty ennakoita. Ja ennen kaikkea oma tahto ja toiveet on laitettu paperille selkeällä ja kiistattomalla tavalla.

Tästä oppaasta saa yleiskäsityksen hoiva- ja hoitotahdon tarjoamista mahdollisuuksista, mutta [verkkosivuillamme on huomattavasti enemmän tietoa.](#)

[Tee hoito- ja hoivatahdot kätevästi ja edullisesti verkkopalvelussamme.](#)  
Saat kattavammat paperit kuin arvaatkaan.



**LEXLY**  
HELPOIT LAKIPALVELUT

© Lexly Oy 2023