

KauKoIKÄ2 hanke on Kelan, Eksoten ja STM:n Valtion tutkimusrahoituksen rahoittama satunnaistettu, kontrolloitu tutkimus, joka toteutetaan vuosina 2020–2021 ja joka keskittyy vuosina 2014–2019 toteutetun KauKoIKÄ-tutkimuksen tulosten raportointiin. Tutkimuksessa selvitetään pitkäkestoisen kotikuntoutuksen vaikutusta ikäihmisten, jotka ovat kokeneet lonkkamurtuman tai joilla on todettu hauraus-raihnausoireyhtymä, kotona-asumisaikaan, sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttöön, toimintakykyyn ja elämänlaatuun.

Mitä tuloksia syntynyt vuosina 2020–2021

Vuosina 2020–2021 hankkeesta on julkaistu 3 artikkelia kansainvälisissä vertaisarvioituissa julkaisuissa (ks. alla). Kaksi käsikirjoitusta on parhaillaan arvioinnissa ja kolme työn alla.

Vertaisarvioidut julkaisut

1. Soukkio PK, Suikkanen SA, Aartolahti EM, Kautiainen H, Kääriä SM, Hupli MT, Pitkälä KH, Sipilä S, Kukkonen-Harjula KT. Effects of home-based physical exercise program on days at home, healthcare utilization and functional independence among patients with hip-fractures: a randomized controlled trial. Archives of Physical Medicine and Rehabilitation 2021;102(9):1692–1699. doi: 10.1016/j.apmr.2021.04.004. Julkaistu verkossa 30.4.2021.
2. Suikkanen S, Soukkio P, Aartolahti E, Kääriä S, Kautiainen H, Hupli M, Pitkälä K, Sipilä S, Kukkonen-Harjula K. Effect of 12-month supervised, home-based physical exercise on functioning among persons with signs of frailty – Randomized Controlled Trial. Archives of Physical Medicine and Rehabilitation 2021;102(12): 2283–2290. Julkaistu verkossa 18.6.2021.
3. Suikkanen SA, Soukkio PK, Aartolahti EM, Kautiainen H, Kääriä SM, Hupli MT, Sipilä S, Pitkälä KH, Kukkonen-Harjula KT. Effects of home-based physical exercise on days at home and cost-effectiveness in pre-frail and frail persons: Randomized controlled trial. Journal of American Medical Directors Association. 2021;22(4):773–779. doi.org/10.1016/j.jamda.2020.06.005. Julkaistu verkossa 18.7.2020.

Arvioinnissa olevat julkaisut

1. Soukkio P, Suikkanen S, Kukkonen-Harjula K, Kautiainen H, Hupli MT, Aartolahti E, Kääriä S, Pitkälä K, Sipilä S. Effects of home-based physical exercise program on functioning after hip fracture – secondary analyses of an RCT.
2. Suikkanen S, Soukkio P, Kautiainen H, Kääriä S, Hupli MT, Sipilä S, Pitkälä K, Aartolahti E, Kukkonen-Harjula K. Changes in the severity of frailty after 12-month home-based physical exercise among older adults – A randomized controlled trial.

Suomenkieliset julkaisut

1. Suikkanen S, Soukkio P, Kukkonen-Harjula K ja Hupli MT. Pitkäkestoisen kotiharjoittelun vaikutukset henkilöillä, joilla on lonkkamurtuma tai hauraus-raihnausoireyhtymä. Kuntoutusta kehittämässä 12/2020. Kela. Helsinki 2020. Saatavilla: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe202001233112>
2. Työn alla: Ikääntyneiden kotiharjoittelu- Pitkäkestoinen liikuntaharjoittelu fysioterapeuttin ohjauksessa henkilöillä, joilla on lonkkamurtuma tai hauraus-raihnausoireyhtymä, osa 2. Kela. Lähetetään arviointiin 12/2021.

Kongressiesitykset ja posterit

1. 17th EuGMS Congress (European Geriatric Medicine Society), Ateena 11.-13.10.2021. Suullinen esitys: Kukkonen-Harjula K, Suikkanen S, Soukkio P, Kautiainen H, Kääriä S, Aartolahti E, Pitkälä K,

Sipilä S, Hupli M. Effects of long-term home-based physical exercise on depressive symptoms and quality of life in persons with signs of frailty – RCT (NCT02305433). Eur. Geriatr. Med. 2021, suppl., painossa.

2. 25th Nordic Congress of Gerontology (NKG25), Reykjavik (Onlin congress) 2–4.6.2021
 - Suikkanen S, Soukkio P, Pitkälä K, Aartolahti E, Kautiainen H, Kääriä S, Sipilä S, Hupli M, Kukkonen-Harjula K. Effects of supervised home-based exercise on utilization of health care and social services and quality-of-life in pre-frail and frail persons –RTC.
 - Soukkio P, Suikkanen S, Pitkälä K, Aartolahti E, Kautiainen H, Kääriä S, Hupli M, Pitkälä K, Kukkonen-Harjula K, Sipilä S. Effects of long-term home-based physical exercise on physical functioning after hip fracture operation – RCT.
3. Abstrakti Suomen fysiatriyhdistykselle tammikuussa 2020. Markku Hupli:Fysioterapeutin ohjauksessa toteutettu vuoden kotiharjoittelu haurailta ikääntyneillä.

Tutkimuksesta tehdyt opinnäytetyöt

1. Knuutinen J, Nuutinen J, Ohvo M. Gerasteenisen henkilön fyysisen aktiivisuuden lisääminen fysioterapialla. LAB AMK -opinnäytetyö (fysioterapia) 2021. Opinnäytetyö on luettavissa kokonaisuudessaan sähköisesti osoitteessa <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021090117365>.
2. Uotila H 2021. Kotikuntoutusintervention vaikutus kognitioon ikääntyneillä ihmisillä, joilla on gerastenia tai sen esiaste. Jyväskylän yliopiston pro gradu (gerontologia ja kansanterveys) 2021. Opinnäytetyö on luettavissa kokonaisuudessaan sähköisesti <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-202107064189>.

Tutkimuksesta pidetyt luentoesitykset

1. 4.3.2020: Kuntoutuksella toimintakykyä -seminaari, Holiday Club Saimaa, Lappeenranta. Ammatillinen seminaari, jossa hanketta esiteltiin neljässä luennossa.
 - Markku Hupli ja Katriina Kukkonen-Harjula: KauKoIKÄ (Kauan Kotona – IKÄihmisten kotikuntoutus) – tavoitteet ja toteutus
 - Sara Suikkanen: Pitkäkestoisen kotikuntouksen vaikutukset hauraus-raihnausoireyhtymässä
 - Paula Soukkio: Pitkäkestoisen kotikuntouksen vaikutukset lonkkamurtumapotilaisiin
 - Benoit Dugue: Rehabilitation of older individuals. Can a new technology (metabolomics) be applied to predict progress? Kaikki seminaarin esitykset löytyvät Eksoten verkkosivuilta osoitteesta <https://www.eksote.fi/eksote/tutkimus-ja-kehittaminen/Sivut/default.aspx>
2. 8.10.2020: Tehyn Parasta aikaa – tapahtuman etkot -webinaari. Sara Suikkanen: Pitkäkestoisen kotikuntoutuksen vaikutukset henkilöillä, joilla on gerastenia (HRO)
3. 15.10.2020: Joutsenon eläkeläiset. Nuorisotalo Rientola, Kansolantie 9, Joutseno. Sara Suikkanen: Liikunnalla hyvinvointia luento Joutsenon eläkeläisille.

Tutkimuksen esilläolo mediassa

1. 11.8.2020: Eksote julkaisee ePressin kautta mediatiedotteen ”Panostus ohjattuun kotiharjoitteluun ikääntyneillä kannattaa” (perustuu Sara Suikkasen tuoreeseen tieteelliseen artikkeliin)
2. 11.8.2020: Pätkiä em. tiedotteesta luetaan alueen radiouutisissa (Radio Suomi Lappeenranta)
3. 13.8.2020: Medi uutiset-lehdessä julkaistaan em. mediatiedotteen pohjalta juttu KauKoIKÄ - tutkimuksesta: ”Tutkimus: Fysioterapeutin ohjaama kotiharjoittelu paransi ikääntyneiden elämänlaatua ja vähensi sosiaali- ja terveystalouden käyttöä”, kirjoittanut Ulla Ora <https://www.medi uutiset.fi/uutiset/tutkimus-fysioterapeutin-ohjaama-kotiharjoittelu-paransi->

[ikaantyneiden-elamanlaatua-ja-vahensi-sosiaali-ja-terveyspalveluiden-kayttoa/4b4dff9e-b892-4e68-83f4-a64a96615e20](https://www.yle.fi/uutiset/3-11514480)

4. 21.8.2020: Televisiossa Yle uutiset Kaakkois-Suomi (Yle 28.9.2020) 2:05 min juttu tutkimuksesta ja yhden tutkivan, Elsa Pekkasen sekä tutkimusfysioterapeutti Sara Suikkasen haastattelu.
5. 29.8.2020 : Yle.fi julkaisee jutun ” Lehdestä löytynyt tutkimus muutti 91-vuotiaan Elsa Pekkasen elämän — ennen "mummo ei päässyt tuoilta ylös", nyt hän käy päivittäin metsälenkillä” liittyen Kaakkois-suomen uusissa olleeseen uutispätkään. Kirjoittanut Silva Nieminen
<https://yle.fi/uutiset/3-11514480> Juttu kerää myös paljon huomiota ja kommentteja sosiaalisessa mediassa ja se on saanut sosiaalisessa mediassa n. 17 000 osumaa.
6. 30.8.2020: Tutkimus mainitaan Keskipohjanmaa-lehden pääkirjoituksessa: Vanhusten hyvinvointiin voi vaikuttaa – Tutkimus vahvistaa arkijärjen tiedon: Fysioterapia parantaa ikäihmisen toimintakykyä. Kirjoittanut Tiina Ojutkangas
7. 10/2020: Etelä-Karjalassa joka kotiin jaettavassa Eksote-lehdessä juttu em. tiedotteen perusteella. Haastateltuna Sara Suikkanen sekä yksi tutkittava.
8. 10/2020: Fysioterapia-ammattilehdessä nro 6/2020 (ikäntyneiden erikoisnumero) ilmestyy juttu KauKoIKÄ-tutkimuksesta, Sara Suikkasen haastattelu.
9. 11.12.2020: Etelä-Saimaa-lehti julkaisee jutun Liikuntalääketieteellisen tutkimuskilpailun voitosta. ”Lappeenrantalaisen Sara Suikkasen tutkimusryhmällä paras liikuntalääketieteen tutkimus –Entinen Pesä Ysien pelaaja ja aktiivinen urheiluihminen on nyt Jyväskylän yliopiston tohtorikoulutettava”.
<https://www.esaimaa.fi/urheilu/3772748>
10. 12.5.2021: Eksote julkaisee tiedotteen KauKoIKÄ-tutkimuksen tuoreista lonkkamurtumatutkittavien tuloksista ((perustuu Paula Soukkion tuoreeseen tieteellisen artikkeliin). Pitkäkestoinen kotikuntoutus kannattaa lonkkamurtumaleikkauksen jälkeen, EPressi:
<https://www.epressi.com/tiedotteet/terveys/pitkakestoinen-kotikuntoutus-kannattaa-lonkkamurtumaleikkauksen-jalkeen.html>
11. 13.5.2021: Mediuutiset-lehdessä julkaistaan em. mediatiedotteen pohjalta juttu KauKoIKÄ - tutkimuksesta: Pitkäkestoinen kotikuntoutus lonkkamurtumaleikkauksen jälkeen parantaa toimintakykyä tavallista kuntoutusta paremmin. Kirjoittanut Erpo Pakkala
<https://www.medi uutiset.fi/uutiset/pitkakestoinen-kotikuntoutus-lonkkamurtumaleikkauksen-jalkeen-parantaa-toimintakyky-tavallista-kuntoutusta-paremmi n/6af3e424-69f2-4ed3-9f22-e1fe630d5108>
12. 2.9.2021: Mediatiedote KauKoIKÄ-tutkimuksen HRO-ryhmän tuoreista toimintakykytuloksista julkaistaan Eksoten ja Jyväskylän yliopiston sivuilla (perustuu Sara Suikkasen tuoreeseen tieteellisen artikkeliin) <https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2021/09/tutkimus-osoittaa-ikaantyneiden-toimintakyky-paranee-saannollisella-liikunnalla>
13. 3.9.2021: Mediuutiset-lehdessä julkaistaan em. mediatiedotteen pohjalta juttu KauKoIKÄ - tutkimuksesta: Tutkimus sen osoittaa – ikääntyneiden toimintakyky paranee säännöllisellä liikunnalla. Kirjoittanut Tatu Sailaranta. <https://www.medi uutiset.fi/uutiset/tutkimus-sen-osoittaa-ikaantyneiden-toimintakyky-paranee-saannollisella-liikunnalla/eb3d9c57-fcc7-4aff-9887-c40ab579aba2>.

Tutkimuksen tuloksista tiedotetaan sekä kansalaisille, että ammattilaisille. Tulosten perusteella voidaan kehittää ikäihmisten, joilla on lonkkamurtuma tai hauraus-raihnausoireyhtymä, kuntoutuspalveluita.

Tutkimuksen raportointi jatkuu vielä vuodelle 2022 vaikka hanke päättyy.

Hankeaika: 2014 – 2021

Yhteistyötahot: Hanke toteutetaan Etelä-Karjalan alueella. Tutkimusyhteistyökumppaneita ovat Jyväskylän yliopisto, Helsingin yliopisto sekä Poitiersin yliopisto Ranskassa.

Yhteyshenkilö, Eksote: Paula Soukkio, TtM, tft, tohtorikoulutettava