

**T**

PORIN PERUSTURVA

# MUISTIHOITAJA



# MUISTIHOITAJAT

Kaikki ihmiset unohtelevat asioita ja muistihäiriö on myös varsin yleinen oire. Joka kolmannella yli 65-vuotiaalla on muistioireita, mutta aina syynä ei ole muistisairaus. Monet tekijät vaikuttavat uuden oppimiseen ja muistin toimintaan. Esimerkiksi unettomuus, väsymys, stressi, uupumus, masennus, runsas alkoholin käyttö ja eräät sairaudet voivat heikentää muistin toimintaa.

Kun muistin toiminta huolestuttaa itseä tai läheisiä, kannattaa hakeutua tutkimuksiin. Mitä varhaisemmassa vaiheessa ongelmiin puututaan, sitä parempia ovat hoitotulokset.



**VARAA AIKA MUISTIHOITAJALLE**

Kysy omalta terveysasemaltasi tai soita ajanvarausnumeroon puh. 02 621 5000

# MILLOIN MUISTISTA PITÄISI HUOLESTUA?

- muistioire haittaa töitä tai arkiaskareita
- oma tai läheisen huoli
- sovittujen tapaamisten unohtelu
- vaikeus löytää sanoja tai epäasianmukaisten sanojen käyttö
- päättely- ja ongelmaratkaisukyvyyn heikkeneminen
- taloudellisten asioiden hoitamisen vaikeus
- vaikeus ymmärtää kelloa
- esineiden katoaminen tai niiden käyttötavan ymmärtämisen vaikeutuminen
- mielialamuutokset tai ahdistuneisuus yhdessä lähimuistin heikkenemisen kanssa
- persoonallisuuden muuttuminen, sekavuus, epäluuloisuus tai pelokkuus
- aloitekyvyyn heikkeneminen ja vetäytyminen



# OTA YHTEYTTÄ

Ajanvaraus puh. 02 621 5000

## POHJOINEN ALUE

**Muistihoitaja Sinikka Laitila**

puh. 044 701 7097 tai [sinikka.laitila@porinperusturva.fi](mailto:sinikka.laitila@porinperusturva.fi)  
Siltapuistokatu 2, 28100 Pori

**Vastaanotot:** Sote-keskus Cotton, Noormarkun terveysasema (päivätoimintakeskus/neuvola), Merikarvian terveysasema.  
Mahdollisuus kotikäynteihin erikseen sovittaessa.

## ITÄINEN ALUE

**Muistihoitaja Marita Rantala**

puh. 044 701 6424 tai [marita.rantala@porinperusturva.fi](mailto:marita.rantala@porinperusturva.fi)  
Viikkarin Valkama, Juhana Herttuankatu 17, 28100 Pori

**Vastaanotot:** Viikkarin Valkama, Itä-Porin lähipalvelukeskus, Ulvilan terveysasema ja Lavian lähipalvelupiste.  
Mahdollisuus kotikäynteihin erikseen sovittaessa.

## LÄNTINEN ALUE

**Muistihoitaja Anna-Maija Puusa**

puh. 044 701 4264 tai [anna-maija.puusa@porinperusturva.fi](mailto:anna-maija.puusa@porinperusturva.fi)  
Viikkarin Valkama, Juhana Herttuankatu 17, 28100 Pori

**Vastaanotto:** Viikkarin Valkama, Länsi-Porin sote-keskus, Pihlavan terveysasema ja Reposaaaren neuvola.  
Mahdollisuus kotikäynteihin erikseen sovittaessa.