

Keskustelu

Nr. 11 • Aprill 2016

Möödunud aasta detsembris kinnitas haigla nõukogu taastusravihaigla arengukava aastani 2018 ja strateegilised arengusuunad aastani 2030. Arengukava kinnitamisele eelnes põhjalik asutusesisene arutelu, millele järgnes avalik arenguseminar arvukate koostööpartnerite osavõtul. Valminud arengukava arvestab senisest enam patsientide, koostööpartnerite ja töötajate arvamusega ning peab silmas riigi ja maailma tervisevaldkonna arenguprioriteete.

Priit Eelmäe
juhatuse esimees

Uus missioon: Rohkem toimekaid ja rahulolevaid inimesi kaasaegse neurorehabilitatsiooni tulemusena.

Uus visioon: Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus on Põhjamaade ja Baltikumi kaasaegselt neurorehabilitatsioonikeskus, mis pakub terviklikku ja inimesekeskset teenust akuutsest varasest taastusravist sotsiaalse rehabilitatsiooni ning panustab valdkondlikku teadus- ja arendustegevusse.

RAVITÖÖ strateegiline eesmärk

HNRK osutab lisaks taastusravile sotsiaalse ja tööalase rehabilitatsiooni teenuseid nii abivajajatele kogu Eestist kui välismaalt. Kõik teenused on suunatud patsiendikesksetele lahendustele.

PERSONAL strateegiline eesmärk

HNRK-s töötavad kaasaegselt haritud professionaalid, kes väärtustavad kõrgelt HNRK töökeskkonda.

ORGANISATSIOON strateegiline eesmärk

HNRK on euroopalikel teenuse kvaliteedi põhimõtetel tegutsev avatud ja innovaatiline neurorehabilitatsiooni pädevuskeskus.

Tulemusnäitajad 2018. aastaks: RAVITÖÖ

Kõik Eesti seljaajukahjustuse, s.h seljaajutraumaga inimesed ning kõik peaajutraumaga inimesed jõuavad HNRK-sse esmasele intensiivsele taastusravile.

HNRK osutab kvaliteetset taastusravi- ja rehabilitatsiooniteenust statsionaarselt 102 voodil, millest vähemalt 75% täidetakse koostöös Eesti Haigekassaga, 25% koostöös teiste rahastajatega, s.h. kuni 5% välismaiste patsientidega. HNRK voodihõive on vähemalt 80%.

Ambulatoorset taastusravi ja rehabilitatsiooniteenust, s.h. esmatasandi füsioteraapiateenust, osutatakse aastas vähemalt 1500 haigusjuhul. HNRK on valmis alustama päevaravi teenuse osutamist.

Meeskonnatöö toimub 95% 12 päeva ja sellest kauem kestvatel juhtudel, 90% toimunud meeskonnatöödest on kaasatud patsient ja/või tema lähedane.

Vähemalt 75% patsiendi taastusravi ja rehabilitatsiooni eesmärkidest on täidetud täielikult või osaliselt.

Tulemusnäitajad 2018. aastaks: PERSONAL

HNRK-s töötab kaasaegse taastusravi- ja rehabilitatsioonialase haridusega meeskond (ravitööga seotud spetsialistid), mille liikmetest vähemalt 10%-l on valdkondlik magistritaseme haridus.

HNRK-s töötab vähemalt 165 inimest, neist 70% on otseselt seotud teenuse osutamisega.

HNRK töötajate keskmine rahulolu üldhinnang enda töökohale on 3,6 HNRK rahulolu-uuringu 4-punkti skaalal.

Tulemusnäitajad 2018. aastaks: ORGANISATSIOON

HNRK koostööpartnerite ringi on lisandunud Eesti Töötukassa, E-tervis, vähemalt 5 tööandjat erinevatest Eesti piirkondadest ning vähemalt 6 Lääne-Eesti perearsti.

HNRK-l on taastusravi- ja rehabilitatsiooniteenuste ning vabaaja- ja sporditegevuste järjepidevaks osutamiseks olemas projekt kuni 3000m² täiendava taristu väljaarendamiseks.

HNRK on kliinilise praktika keskus erinevatele partneritele, juhendamistunde on aastas vähemalt 8000. HNRK-s tegeldakse valdkondliku teadusega, teaduspublikatsioone on aastas vähemalt 5. HNRK korraldab aastas vähemalt 3 valdkondlikku kvaliteetkoolitust.

HNRK Abivahendikeskus tagab vajaliku abivahendi igale seda soovivale HNRK patsiendile.

HNRK-l on kõigi teenuste kvaliteedistandardiks EQUASS.

Organisatsiooni tegevuse kokkuvõte aastast 2015.

18. detsembril 2015. aastal kinnitas HNRK nõukogu HNRK arengukava aastateks 2016-2018 ning strateegilised suunad aastani 2030. Muutusi HNRK missioon ja visioon.

Arengukava koostamine oli mitmeid osapooli hõlmav ettevõtmine: HNRK parendusgrupp – administratsioon ja osakondade juhatajad – koostasid SWOT analüüsi ning sama tegid ka erinevad struktuuriüksused, toimus 2-päevane parendusgrupi väljasõiduistung arengukava eesmärkide ja tegevuste sõnastamiseks, arengukava projekti vaatas üle HNRK nõukogu, 27.11.2015 toimus HNRK arenguseminar arengukava arutamiseks oluliste koostööpartneritega. Osales 30 inimest, s.h. patsiendid, 17 erinevast asutusest. Uuendatud sai HNRK tegevuskava vorm ja ülesehitus. HNRK tegevuskava on planeeritud 3 strateegilise eesmärgi ning neid iseloomustavate mõõdetavate tulemuste elluviimiseks oluliste tegevustena.

Arenguseminari üks selgemaid tulemusi oli, et HNRK peaks arenema seljaajukahjutusega ning peaaajutraumaga inimeste esmase taastusravi keskuseks ehk kõik nimetatud vigastustega Eesti inimesed peaksid esmasele taastusravile jõudma HNRK-sse. See sai ka kirja ühe olulise strateegilise eesmärgina järgnevatel aastatel.

17.-18.03.2015 toimus EQUASS Assurance audit, mille tulemusel HNRK sai uuesti **EQUASSi kvaliteedisertifikaadi**. Sertifikaat kehtib 2 aastat.

2015. aastal olid haigla tulud kokku 3,06 miljonit eurot. Võrreldes 2014. aastaga suurenes tulu 0,1 miljonit eurot. 2015. aastal olid põhitegevusest saadud tulud 2,95 miljonit eurot (joonis). Haigla kulud olid 2015. aastal 3,00 miljonit eurot ja suurenesid 0,16 miljonit euro võrra võrreldes aastaga 2014. Tööjõukulud suurenesid 2015. aastal 223,6 tuhande euro võrra, moodustades 67,8% tegevuskuludest.

Aasta jooksul on toimunud erinevad kokkulepitud **sisehindamise protsessid**: regulaarselt on antud tagasisidet epikriiside saatmisest, teenuste raviarvetele kandmisest, kõrgtehnoloogiliste vahendite kasutamisest, inimeste koormustest jne. Lisaks on tehtud kaks meeskonnatööde auditit ning antud üks analüüsiv tagasiside eesmärkide püstitamise kohta. Samad tegevused veidi täiendatud kujul jätkuvad ka 2016. aastal.

HNRK asjaajamises on toiminud siseveebi- ja dokumendihaldusprogrammi WebDesktop (WD) kasutamine ning Exchange serveri kasutamine e-kirjade ja kalendrite haldamiseks. Üle on mindud uuele serverile. Mõnevõrra on reformitud WD kasutajahaldust, et tagada säästlikum lähenemine. 2015. aastal **uuendati HNRK asjaajamise kord**, millest tulenevalt tehti korrektuurid ka dokumendipuu. Nimetatud programmide kasutamine jätkub ka 2016. aastal.

Alates 1. juulist 2015 on olemas **HNRK uued filmid**: viis videot, millest kolm näitavad sihtgrupipõhiselt HNRK võimalusi, üks mis tutvustab HNRK-d tervikuna ja üks mis räägib neurorehabilitatsiooni põhimõtetest. Kõik filmid on HNRK kodulehe kaudu kättesaadavad kolmes keeles: eesti, inglise ja vene keeles. Alates 1. detsembrist 2015 on olemas **HNRK ametlik Facebooki leht**, kus 10. märtsi seisuga on HNRK-l 189 jälgijat. **Veebileht on uuendatud** kujul ja sisuga üleval alates

jaanuarist 2015. Selle avamisega seoses räägiti uuesti läbi ka konfidentsiaalsuse ning eetika-ga seotud põhimõtted. **HNRK ajaleht Keskustelu** ilmus planeeritult kaks korda – aprillis ja novembris. HNRK ajaleht edastati paberkanalil olulise-matele koostööpartneritele, HNRK töötajatele ning patsientidele.

Aasta alguses toimus **koostööpartnerite tagasiside uuring**, mis oli ellu viidud elektroonilise küsimustiku näol. Saabus 16 vastust. Lühike kokkuvõte: koostöö ja suhtluse ning info kättesaadavusega ollakse väga rahul; HNRK teenuseid, s.h. professionaalseid spetsialiste, hinnatakse väga kõrgelt. Tehti erinevaid ettepanekud, näiteks: (1) abivahendite laenutamine, (2) individuaalsete ortooside valmistamine, (3) koostööd võiks teha teadustegevuses, (4) korraldada 1-2 korda aastas HNRK-d tutvustav koolituspäev jne. Miinustena mainiti ära asukohta (pikka vahemaad Tallinnast-Tartust) ja pikki järjekordi. Vastanute hulk oli oodatust väiksem, mistõttu uuel aastal on plaanis mõelda alternatiivsetele viisidele tagasiside hankimiseks.

Järjepidevalt on toimunud **HNRK statsionaarsete patsientide rahulolu-uuring**, mida kogutakse järjepidevalt ning analüüsitakse kvartaalselt. Kvartaalne vastanute hulk oli 2015. aastal mõnevõrra madalam kui eelmisel aastal: vastavalt 36,6%, 30,24%, 35,6%, 34,8%. Antud tagasiside oli traditsiooniliselt positiivne. Perioodil 7.09 – 7.10.2015 viidi läbi ka **HNRK ambulatoorsete patsientide rahulolu-uuring**. Küsimustikule vastas 36 inimest ehk 48% sel perioodil ambulatoorse ravi lõpetanutest. Tagasiside oli positiivne ning tähelepanuväärsetele parendusvajadustele tähelepanu ei juhtinud.

2015. aastal laekus 17 kiitust, 1 ettepanek ja 1 kaebus. Kõigile kiitustele ja kaebustele on vastatud vastavalt pöörduja soovile ja HNRK's kehtivale korrale.

Lisaks paigaldati 2015. aastal patsientide tagasiside kogumiseks uued postkastid. Need on nüüd leitavad igal korrusel ja markeritud sildiga „patsientide tagasiside, kiitused kaebused.“ Postkastide juurest on võimalik saada ka kiitused-kaebused vormi.

Kõik tehtud ettepanekud on aasta jooksul läbi vaadatud ja arutatud ning võimalikud lahendused on ellu viidud.

2015. aastal lõppes edukalt **Tervisedenduse ja Rehabilitatsiooni Kompetentsikeskuse (TERE KK) projekt**, mille raames avaldati artiklite kogumik ülevaatega tehtud tegevustest. Kogumikus on 8 artiklit, 1 eessõna ning TERE KK tegevustest avaldatud plakateid.

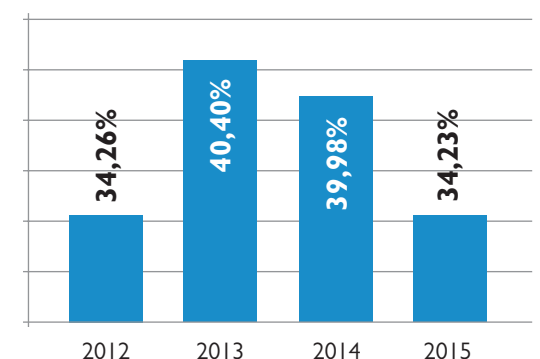
HNRK haldustegevuses võeti kasutusele elektrooniline haldusprogramm, et läbipaistvamalt hallata vajalikke töid ning inventari. Haldusvahendi rakendamise põhiosa jääb 2016. aastasse. Toimus puhastustegevuse audit, mille tulemustest ja ettepanekutest koostati tegevuskava, mis ka ellu viidi: reformitud on puhastusteenindajate töögraafikud ning üle vaadatud hallatavad ruumid ja seal tehtavad tegevused. Haigla ostis 3 uut nõudepesumasinat. Uuendati ka palatites paiknevad telerid, nii et aasta lõpuks olid kõik palatid varustatud uute ja kaasaegsete teleritega.

HNRK personal on panustanud ühiskondlik-kuse valdkonnapõhisesse tegevusse: 3 haigla töötajat on erialaselt juhatastes, osaletud on valdkonna infopäevadel ja aruteluseminaridel. 17.12.2015 esitati koostöös Eesti Taastusravide Seltsiga Eesti Haigekassale taotlus teenuse „Taastusravi interdistsiplinaarne meeskonnatöö“ lisamiseks EHK teenuste loetelusse. Lisaks lüüakse kaasa mitmetes sotsiaalselt olulistes ja tundlikes teemades.

Organisatsiooni juhtimise ja haldamise ning põhitegevuste kõrval oluliste lisategevuste – õppe- ja teadustöö – elluviimine on olnud edukas ning teguderohke.

2016. aastal on tähelepanu keskpunktis:

- Riikliku õigusruumiga kohanemine ja kaasajastumine, võrgustamis võimaluste analüüsimine ja soodsatel tingimustel ellurakendamine.
- Asjaajamiskorra korra ellu rakendamine ning tõhustamine.
- HNRK ajalehe, veebilehe ning Facebooki lehe haldamine ja kasutamine HNRK-le soodsalt moel.
- Ettevalmistused 2017. aasta EQUASS taotlemiseks.
- HNRK juhtimist toetava sisehindamise elluviimine.
- Regulaarne tagasiside kogumine patsientidelt ja koostööpartneritelt, süsteemi sisukamaks muutmine fookus-gruppide algatamise kaudu.
- Koostööpartnerite ringi laiendamine: Eesti Töötukassa, ümberkaudsed perearstid, potentsiaalsed tööandjad seljaajukahjutusega patsientidele.
- Praktikategevuse järjepidev elluviimine. Panustamine valdkonnapõhiste spetsialistide õpetamisesse ka teoreetilise tegevusega.
- Koolitus- ja teadustegevuse elluviimine: koolituste korraldamine HNRK-st väljapoole, kvaliteetkoolituste toomine Eestisse, TERE KK jätkuprojektide algatamine. BaSCoS 2016 korraldamine kevadel Haapsalus.
- Väliskonverentsidel osalemise soodustamine vastavalt finantsilistele võimalustele.
- HNRK juurdeehituse planeerimine.
- HNRK Abivahendikeskuse tegevuse toetamine, uue õigusruumiga kohanemine ja soodsate lahenduste leidmine HNRK patsientidele.



HNRK statsionaarsete patsientide tagasisidele vastanute hulk keskmiselt aastas, 2012-2015

Koolitustegevuse kokkuvõte aastal 2015.

2015. aasta oli tõhus koolitusaasta. Toimus 24 sisekoolitust: 2 FIM®-instrumendi koolitust, 6 kõrgtehnoloogiliste vahendite kasutamise koolitust, 1 siirdumistehnikate koolitus, 3 esmaabikoolitust, 1 tuletõrjeõppus, 3 füsioteraapia ühtlustatud hindamise koolitus, 1 eesti keele koolitus, 3 invasporti ja invaspordialasid tutvustavat koolitust, 1 arenguvestluste pidamise koolitus, 1 puhastuseksperdi koolitus, 1 toiduhügieeni koolitus, 1 vene keele koolitus. Neist 11 olid läbi viidud koolitajate poolt väljastpoolt HNRK-d. Samuti on toimunud hulk koolitusi ja konverentse väljaspool HNRK-d, millest inimesed on osa võtnud: 101 erinevat inimest on osalenud erinevatel koolitustel, jättes välja esmaabikoolitused ja tuletõrjeõppus, mis olid mõeldud kogu personalile. 73 erinevat inimest on käinud koolitusel HNRK-st väljaspool, s.h. välismaal. Koolitusi väljaspool HNRK-d on olnud 47, väliskonverentse on olnud 9, eestisiseseid konverentse samuti 9, külastusvisiite välismaale 4.

HNRK oli 2015. aastal praktikabaasiks 93 inimesele, neist 12 töövarju ja 9 välismaalast. Kõige enam oli HNRK-s praktilal füsioterapeute – 39 (neist 7 välismaalt), hooldajaid – 10 – ja tegevusterapeute – 9 (neist 2 välismaalt). Hea meel on, et HNRK-s käis muuhulgas ka 2 taastusravi residentide ning 6 logopeedi. Juhendamistunde oli 2015. aastal kokku 9967,7. Füsioterapeutide praktika juhendamisel võeti neurorehabilitatsiooni valdkonnas kasutusele praktika alustamise test, et paremini kaardistada tudengite teadmisi ning jälgida arengut praktika jooksul. Test on kasutusel alates veebruarikuust.

Lisaks praktikate juhendamisele tegeleti ka õpetamisega. Viidi läbi Tallinna Ülikooli Haapsalu kolledži tervisejuhtidele Rehabilitatsiooni moodul, kokku 5 ainet, ning Haapsalu Kutsehariduskeskuse hooldustöötajaks õppijatele 3 ainet: Rehabilitatsiooni alused, Aktiveerivad tegevused ning Hooldusabivahendid. Lisaks on toimunud hooldajate töökohapõhise õppega seotud tegevused. Õpe lõpeb 2016. aasta kevadel. 2016. aastal jätkub hooldustöötajate õpetamine, kuid mitte tervisejuhtide õpetamine. Viimast seetõttu, et Rehabilitatsioonimoodulit 2015. aastal alustanute hulgas ei ole.

2015. aastal osaleti 9 rahvusvahelisel konverentsil:

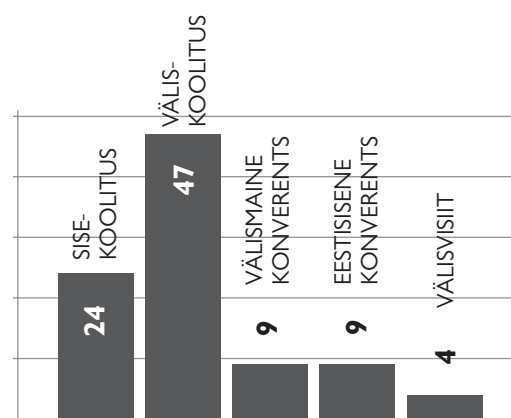
1. NVUG Helsingis 21-23.01.2015 – 2 inimest
2. Suurbritannia ja Madalmaade neuropsühholoogia ühenduste ühiskonverents Londonis 17.-20.03 – 1 inimene.
3. XVI WCPT 2015 Singapuris 1.-4.05.2015 – 5 inimest
4. XIII EFRR 2015 Helsingis 6.-9.05.2015 – 3 inimest
5. VI INRS 2015 Valencias 9-12.06.2015 – 2 inimest
6. XXIV ESMAC 2015 Heidelbergis 7-9.09.2015 – 1 inimene
7. IV Baltic and Nordic Sea PRM meeting Riias 16-18.09.2015 – 2 inimest
8. VIII Balcone 2015 Riias 24-26.09.2015 – 8 inimest
9. European CPOLO CONGRESS. Itaalias 07.-12.05.2015 – 1 inimene

Neil konverentsidel esitati kokku 5 teesi:

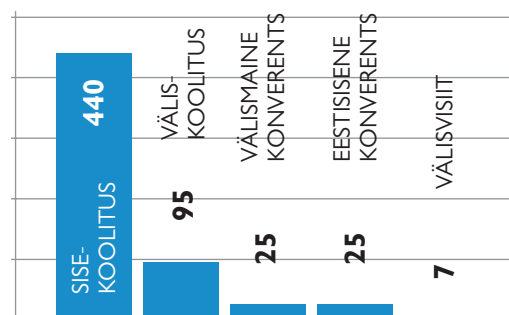
1. WCPT poster "Evaluation of 7-9 years old children's neurological function according to Towen neurological examination"
2. INRS poster "Functional independence and gait parameters following haemorrhagic stroke combining conventional rehabilitation and Lokomat® therapy – a case study"
3. ESMAC 2 posterit:
 - 3.1. "Spastic hemiparetic gait pattern after over 6 month period of using carbon-fibre anterior leaf spring AFO – flaws and advantages" ja
 - 3.2. "Clinical decision making in spastic bilateral CP – planning interventions using clinical gait analysis: a case study"
4. European CPOLO CONGRESS poster "Initial Speech Assessment in Acute Stage of Stroke" Lisaks ilmus ajakirjas Eesti Arst (94 (7): 417-423) artikkel "Taastav neuropsühholoogia ja selle areng Eestis" autoriteks Helen Pikkat ja Kadi Epler.

Samuti käisid inimesed viiel korral välisvisiitidel:

1. Zürichi Lastekliiniku Rehabilitatsioonikeskuse külastus – 3 inimest
2. Neurorehabilitatsioonikeskuste külastused Suurbritannias – 1 inimene
3. Otto Bocki külastus Hollandis – 1 inimene
4. Peterburi visiit piiriülese arstiabi arendamiseks Venemaaga (Haapsalu linna delegatsiooniga) – 1 inimene
5. Düsseldorfis taastusravi mess RehaCare – 2 inimest



Koolituste/konverentside hulk 2015. aastal



Koolitustel/konverentsidel osalejate hulk 2015. aastal

Uudis

12. veebruaril 2016. aastal külastasid HNRK-d Eesti Vabariigi tervise- ja tööminister hr Jevgeni Ossinovski ja Lääne maavanem hr Neeme Suur saatjaskonnaga. Visiidi eesmärgiks oli tutvustada ministrile HNRK tegevusi ja võimalusi ning arutada kitsaskohti, mis teenuse osutamisel hetkel on. Minister kinnitas, et HNRK-s nähtu ja kuuldu oli talle meeltnööda ning et HNRK on igati vajalik asutus Eesti tervishoiuarenguks.



27. jaanuaril 2016. aastal toimus HNRK üldkoosolek, kus valiti HNRK töökeskkonna volinikud ning tutvustati HNRK möödunud tegevusaastat ning arengukava aastateks 2016-2018. Töökeskkonnavolinikeks valiti Malle Pärtel ja Riina Möim. 2015. aastat tutvustades andis juhatuse esimees hr Eelmäe ülevaate ravitegevuse peamistest tulemustest ning personaliga seotud muredest ja rõõmudest. Samuti kõneles ta olulisematest plaanidest järgmisteks aastateks.

3. detsembril 2015. aastal käis Teatejooksu toimekas meeskond HNRK-s, et anda üle selleaastase kampaania tulemused ning veeta meiega üks meeleolukas õhtupoolik. Teatejooksu juht hr Erik Pallas andis ka HNRK auasjade riivulisse Euroopa Komisjonilt saadud heategevusauhinna Rohujuure tasandi projekt 2015. Sel aastal oli meeskonnaga kaasas kloun Ummi, kes lastele ja lastevanematele ning HNRK personalile mõnusasti nalja tegi ning trikkidega naerulihaseid treenis. Julgemad pealtvaatajad said ka etenduses kaasa lüüa.

Teatejooksu projektile oli 2015. aasta X tegevusaasta. Soovime neile pikka iga ja täname koostöö ning abi eest!



Koolitused.

Tarkus tuleb tasapisi ja üksteiselt!

NDT koolitus

Neuroarengulise ravi koolitused tulevad taas!

Haapsalu Neuroloogilises Rehabilitatsioonikeskuses

4-8.10.2016 koolitus edasijõudnutele ehk nendele inimestele, kes on läbinud sertifitseerimiskoolituse ning tunnevad, et väike värkendus ei teeks paha.

10-28.10.2016 NDT sertifitseerimiskoolitus ehk koolitus neile, kes neurorehabilitatsiooni valdkonnas tegutsevad ning tahaksid süvitsi õppida neuroarengulise ravi printsiipe ja rakendamist päriselus.

Täpsemad tingimused ja registreerimisalane informatsioon HNRK kodulehel www.hnrk.ee koolituste rubriigis.

BaSCoS 2016

Baltimaade Seljaajukahjustuse Ühingu konverents – BaSCoS 2016 – toimub maikuu Haapsalus. Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse uue maja 15. sünnipäeva tähistamiseks on kutsutud külla kolleege ja sõpru kaugemalt ja lähemalt. Kõne alla tulevad erinevad huvitavad teemad seljaajukahjustusega inimeste ravist, rehabilitatsioonist ja tavalisest elust.

19 – 21.05.2016 HNRK-s ja Haapsalu Kultuurikeskuses

Täpsem info ettekannete esitamiseks ning kava ja registreerimise kohta: www.hnrk.ee/BASCOS/2016

2016. aastal on HNRK esimest korda otsustanud jagada oma kogemusi, mis aastatega neurorehabilitatsiooni valdkonnas kogunenud. Pärast ajalehe ilmumist on veel plaanis järgmised koolitused.

Koolitusele on oodatud kõik spetsialistid, kes allpool kirjeldatud teemadest on huvitatud. Koolitusel osalemine ei ole piiratud erialaga või töökogemuse pikkusega.

Kõik koolituspäevad algavad kell 10.00 ja lõpevad kell 16.00 HNRK-s Sadama 16 Haapsalus.

Koolituse hind sisaldab loenguid ja praktilisi tegevusi, õppematerjali, 2 kohvipausi ning maitsvat lõunat.

Kõikide koolituste piirarv on 20 osalejat ning koolitus ei toimu, kui osaleda soovijaid on vähem kui 10.

Koolitustele saab registreeruda HNRK kodulehel www.hnrk.ee koolituste rubriigis.

Registreerumine lõppeb 2 nädalat enne koolituse toimumist või grupi täitumisel.

**Küsimuste korral palume pöörduda
maarja.lops@hnrk.ee või
telefonil +372 47 25 458.**

N 14.04.2016 "Jõud on elu alus!"

füsioterapeudid Riina Möim ja Jaana Vanem

Lihaste jõudlus on üks olulisemaid indikaatoreid inimese toimetulekust. Neuroloogilise kahjustusega inimesed ei ole ses osas erand. Kas ja kuidas teha jõutreeningut pea- ja/või seljaajukahjustusega inimesele? Millised on käepärased lahendused? HNRK füsioterapeudid Riina Möim ja Jaana Vanem annavad ülevaate jõutreeningust neurorehabilitatsioonis ning jagavad praktilisi nippe, mida nad ise kasutavad ning osalejatelegi koju kaasa annavad.

N 29.09.2016

"Kas peedist saab teha pesumasinat? Aga plastmassist pastakahoidjat?"

tegevusterapeut Siiri Siimenson ja ortoosimeister Martin van Schie

Lotte Leiutajatekülalt on paljude laste (ja lastevanemate) suur lemmik. Kellele ei meeldiks lehitamine ja toimivate lahenduste väljamõtlemine. Tegevusterapeutidele igal juhul meeldib! Kui Leitajatekülal saab ilma liigse vaevata peedist pesumasina, siis tegevusteraapias saab sama lihtsalt plastmassist pastakahoidja või individuaalse ortoosi või hoopis muud vajalikku. HNRK tegevusterapeut Siiri Siimenson ja ortoosimeister Martin van Schie räägivad, millised käepärased lahendused on võimalikud kuumtöödeldavast ortoosimaterjalist ülejäänud ortooside ning teiste vajalike vahendite valmistamiseks.

Koolitusel omandatud praktilised tarkused teevad kindlasti sobivuse sügise helgemaks. Lisaks on võimalik praktiseerida inglise keelt, sest meie ortoosimeistril on käsil üleminekupeerioid hollandi keelelt eesti keelele, mida on lihtsaim teha inglise keeles.

N 6.10.2016

"Eesmärk pühitseb abinõu"

füsioterapeut, arendusjuht Kadri Englas

Eesmärkide püstitamine on iidsetest aegadest peale olnud edukate juhtide arsenalis. Viimasel poole sajandi jooksul on tasahilju, kuid järjekindlalt eesmärgipüstitamise tõed hiilinud ka taastusravisse ja rehabilitatsiooni. Mõistlikult ja mõttestatult püstitatud eesmärgid muudavad meie tegevuse sisukaks ning patsiendikeskseks.

Mis see eesmärk on? Kuidas seda püstitada? Kas selle püstitamine on taastusravis ja rehabilitatsioonis üleüldse võimalik? Neile ja ehk veel mõnele küsimusele saab kirjeldatava koolituse jooksul vastuse. HNRK füsioterapeut ja arendusjuht Kadri Englas räägib nimetatud teemadel, pakub välja käepäraseid ning igapäevases töös kasutatavaid nippe ning julgustab eesmärgipüstitamist teadlikumalt taastusravis ja rehabilitatsioonis rakendama.

Tundmatu ei pea alati olema hirmus. Esmapiigul keeruline võib osutuda hoopis lahendaks.

N 20.10.2016

"Tähelepanu! Valmis olla! PÜSTI!"

füsioterapeudid Riina Möim ja Jaana Vanem

"Püsti!? Ta ei saa veel istutagi.." kuuleme me tihti, kui teeme ettepaneku lamava patsiendi vertikaliseerimiseks. Püstine asend tundub hirmus ja võimatu, kuid tegelikult on heade vahendite ja teadmistega hõlpsalt saavutatav ning toob kaasa positiivseid mõjusid. Müüdid on selleks, et neid murda!

HNRK füsioterapeudid Riina Möim ja Jaana Vanem tutvustavad vertikaliseerimist ja sellega kaasnevat positiivset mõjutust, kummutavad levinuimad müüdid ning jagavad kogemusi.

Koolituse lõpuks tahavad osalejad kindlasti leida võimalusi enda patsientidele püstise asendi pakkumiseks ning teavad miks ja kuidas seda teha.

N 10.11.2016

"Neurorehabilitatsiooni 10 käsku"

füsioterapeut Mari-Liis Ööpik

Kui inimene on saanud insuldi või tal on peaaegu trauma või tema kesknärvisüsteem on muul moel kahjustatud saanud, ei ole tema toimetulekuoskus tihti võrreldav varasemaga. Küll aga on võimalik seda arendada! Aga kuidas? Neurorehabilitatsioonis on hulk lihtsaid nähtamatuid aga mõjuvõimsaid tarkuseid, justkui 10 käsku, mille teadmine ja ellurakendamine avitab parema tulemuse poole.

Sellest neurorehabilitatsiooni A-st ja O-st HNRK füsioterapeut Mari-Liis Ööpik teile räägibki. Pärast seda koolitust on neuroloogiliste patsientidega tegelemisel, olgu lastel või täiskasvanutel, veel parem mekk juures, sest vastus küsimusele "Miks?" on saanud nähtamatust nähtavaks. Lisaks on selgunud, et esmalt keeruline võib olla hoopis lihtne.

Mis võiks olla veel parem kui killuke selgust keset pimedat sügist?!

Neuroloogiline taastusravi Suurbritannias – kogemused erinevatest keskustest.

Elmise aasta sügisel avanes mul suurepärane võimalus veeta kuu aega Ühendkuningriigis sealse taastusravi korralduse ning psühholoogide tööga tutvumas. Selle võimaluse sain tänu Suurbritannia Psühholoogide Liidu ja Suurbritannia Neuropsühholoogide Ühenduse stipendiumile (Neuropsychology International Fellowship), mille eesmärgiks on toetada neuropsühholoogia arengut erinevates riikides.

Kuu aja jooksul jõudsin tutvuda väga erinevate asutustega ning saada seetõttu mitmekülgse kogemuse taastusravi võimalustest.

Näiteks jälgisin psühholoogide tööd St.Andrews'i haiglas, mis tegeleb kõige raskemate käitumisprobleemidega inimestega kogu riigis. Mitmetel selles asutuses viibivatest patsientidest oli lisaks ajukahjustusele ka psühhiaatriline diagnoos ja/või kriminaalne minevik. Imetlusväärne oli see, kuidas hoolimata patsientide tihti vägagi häirivast käitumisest oli kogu meeskonna suhtumine oma patsientidesse alati sõbralik ning inimlik - näiteks viidi isegi kõige probleemsemas osakonnas läbi grupiteraapiaid. Käisin ka haiglas asuvates esmastest statsionaarsetes taastusravi osakondades ning Oliver Zangwill'i Keskuses, mis on ka väljaspool Ühendkuningriike tuntud oma kõrgel tasemel holistilise rehabilitatsiooniprogrammi poolest.

Üheks huvitavaks erinevuseks võrreldes Eesti taastusravi ja rehabilitatsiooni süsteemiga olid kogukonnapõhised taastusravi keskused, mis pakkusid teenuseid patsientidele peale statsionaarse taastusravi lõppu nende kodukoha ligidal. See võimaldas spetsialistidel teha patsientidega koostööd igapäevaste oskuste treenimisel nende enda keskkonnas (kodus ja selle lähiümbruses). Näiteks võis logopeed käia patsiendiga koos poes ning toetada eneseväljendusoskuse harjutamist igapäevastes olukordades. Kindlasti aitaks ka Eestis sarnase etapi toimimine kaasa patsientide funktsionaalsete oskuste arendamisele ning õpitud oskuste sagedasemale kasutamisele oma igapäevastes tegevustes.

Kuigi asutused, mida ma külastasin, olid üsnagi erinevad, oli nende tööprotsessis märgata ka mitmeid ühiseid jooni. Näiteks rakendati kõikjal võrreldes Eesti praktikaga märgatavalt rohkem grupitegevuse formaati. Grupiteraapiad viidi läbi nii füsioteraapia, psühhoteraapia, tegevusterapia kui ka kõneteraapia käigus. Hoolimata ajaressursi vähesusest pandi väga suurt rõhku funktsionaalsete eesmärkide püstitamisele, teraapiate planeerimisele ning taastumise järjepidevuse tagamisele.

Ideaalset süsteemi ja töökorraldust ei ole kahjuks kuskil olemas, nii jäi mulle visiidi jooksul silma ka mitmeid kitsaskohti. Peab mainima, et mitmes osas on probleemid Ühendkuningriigis Eestiga sarnased. Näiteks võiks välja tuua spetsialistide suurt töökoormust, märgatavat ajakulu tööga seotud dokumenteerimisele ja hooldustöötajate vähesust.

Samas aitab võõrsil kogemuse saamine paremini hinnata ka neid eeliseid, mida alati muidu oma igapäevases töös võib-olla tähtsustada ei oskagi. Nii oli mul üsna kummaline näha, kuidas taastusravi protsessi puudutav infovahetus ning -salvestamine käis asutustes enamasti paberkandjatel. Lisaks suurele ajakulule ülestähenduste tegemisel raskendas see märgatavalt ka vajaliku info leidmist. Samuti olid keskustes isiklikud kabinetid vaid kõrgeima taseme spetsialistidel, kes ise enamasti individuaalseid teraapiaid läbi ei viinud vaid nõustasid teisi spetsialiste. Suurem osa töötajatest omas isiklikku töölauda suures ühisruumis, minnes teraapiate läbiviimiseks (koos kõigi oma teraapiavahenditega) teise ruumi.

Kokkuvõttes võib öelda, et kuu aja pikkune visiit oli küll väsitav, kuid äärmiselt palju uusi ideid tekitav. Kuigi saadud kogemuste läbi analüüsimine ja mõtestamine võtab veel aega, loodan oma põhitöö kõrvalt hakata tasapisi reisilt saadud ideid ka ellu viima.

Helen Pikkat
neuropsühholoog

NVUG 2016, Trondheimis.

Lühend „NVUG“ on Keskustelu lugejale tuttav. See on ühendus Nordic Vicon Users Group ehk põhjamaade Viconi kasutajate grupp, mis ühendab endas põhjamaade liigutusanalüüsi- ja kõnnilaboreid, kes kõik sama tootja tark- ja riistvara süsteeme kasutavad. Jah, ka meie laborit Haapsalus loetakse põhjamaade laboriks. See unikaalne koostöö võimalus omaala maailma tippudega tähendab kvaliteetsemat teenust meie patsientidele. Sel aastal toimis kokkusaamine imeilusas talvises Norra linnas Trondheimis. Aastate jooksul ühiseks pereks kasvanud NVUG annab võimaluse vabaks aruteluks nii igapäeva tööd puudutavatel teemadel kui ka arendus- ning teadustööga seonduva käsitlemiseks. Erinevad

laborid saavad kanda ette ning küsida arvamust käimasolevate või lõpetatud projektide kohta. Aruteludest on võimaik õppida kõigil osavõtjatel. Peamised teemad Trondheimis puudutasid tarkvara uuendusi, mis sel aastal ka Haapsalus aset leidsid. Uuenenud tarkvara võimaldab uurida lisaks kõndimisele ka muid tegevusi, näiteks ratastooli edasi tõukamist. Ideed võivad jõuda teostusteni. NVUG liikmete hulgas on kindlasti neid, kes nõu ja jõuga abiks on. Lähimad koostööpartnerid asuvad Helsingis. 2017. aastal toimub NVUG kohtumine Taanis.

Mari Alvela
füsioterapeut

Uudis

HNRK-s töötavad välismaalt tulnud inimesed õppisid viimased pool aastat eesti keelt. Eesti keele õpe oli suunatud nii suhtluskeele kui teraapia läbiviimiseks vajalike sõnade-fraaside õppimisele. Samuti said osalenud inimesed omavahel rohkem sõbraks. Eesti keele õppe kohandas meie vajadustega ja viis toredasti läbi õpetaja Piret Vaher.

Traditsiooniliselt on HNRK-s igal aastal korra kaks suurt ja olulist koolitust: esmaabi ja elustamise koolitus kõigile töötajatele ning ülemajaline tuletõrjeõppus. Selles osas ei olnud erand ka 2015. aasta. Novembrikuu alguses tuletasime tuletõrjeõppuse raames meelde tulekahju korral käitumise juhiseid. Samuti harjutasime tule kustutamist ning inimeste, s.h. patsientide evakueerimist HNRK-s olemasolevate vahenditega. Koolituse läbiviija Orm Tammepuu sõnul on HNRK hästi varustatud ning iga-aastased tuletõrjeõppused aitavad ohuolukorras käitumise kinnistamisele kaasa.

Detsembrikuu alguses toimunud elustamise ja esmaabikoolitusel õppisime suure hulga kasulikke teadmisi tervisega seotud ootamatustega toimetamiseks. Väikestes gruppides tehtud praktilised ülesanded võimaldasid igaühel räägitut ja läbiarutatut proovida. Ülesanded olid kohandatud HNRK keskkonnale, et oleksid iga-päevaelus vajadusel abiks. Koolituse läbiviijad Raul Jalast ja Andras Laugamets tegid päeva meie jaoks ühtaegu kasulikuks ning toredaks.

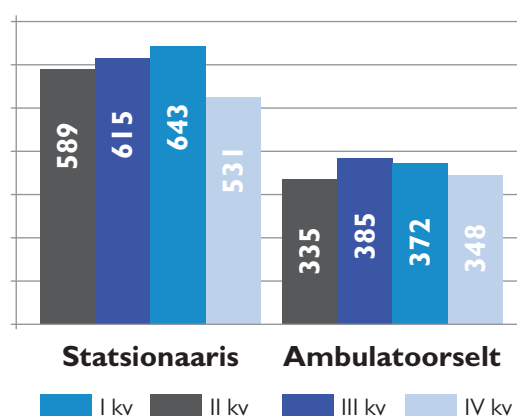


Ravitöö 2015 kokkuvõte.

2015. aastal osutas HNRK taastusravi- ja rehabilitatsiooniteenuseid statsionaarselt 2378 juhul (27946 voodipäeva) ning ambulatoorselt 1440 juhul. Suurim teenuste rahastaja nii statsionaarselt kui ambulatoorselt oli Eesti Haigekassa (statsionaaris 85% voodipäevade hulgast ning ambulatoorselt 77% juhtudest). Suurenenud on isemaksjate hulk: 5% statsionaarsete voodipäevade koguhulgast tasusid isemaksjad, 7% liikluskindlustusseltsid. Oodatust väiksem oli nõudlus noorsportlaste terviseuuringu järele, mistõttu jäi täitmata rahastajaga sõlmitud leping. Kõigil teistel juhtudel oli teenuse nõudlus suurem, kui rahastaja sõlmitud lepingute võimalused.

Eesti Haigekassa patsientide jaotuvus kvartaalselt oli valdavalt ühtlane, v.a. detsembrikuu, mil haigla täituvus lepingu mahu aasta lõpust varasema täitmise tõttu oli väike.

2016. aastal on oluline tõsta tasuliste patsientide osakaalu, milleks on vajalik ka ühtse süsteemi kujundamine ning tulenevalt riigipoolsetest reformidest seadusandluses olla teenuse osutamisel partneriks ümberkaudsetele perearstidele ning Eesti Töötukassale. Juba olemasolevatest koostööpartneritest on oluline keskenduda sihipärase-malt ka erinevate kindlustusseltside vajadustele.



Haiguslugude hulk kvartaalselt kõikide rahastajate lõikes, 2015

Alates 1. juulist 2015 on kasutusel järjekorrapidamise tarkvara MARS, kus on ülevaade HNRK poole statsionaarsele ravile saamiseks pöördunud inimestest ning voodipõhine järjekord nendest, kes on statsionaarsele ravile sobilikud. Kalendrimoodul annab voodipõhise ülevaate ravil olijatest ja ravile tulijatest. Nimekirja moodul võimaldab kõigi broneeringu andmete põhiste otsingut. Kasutuses ei ole veel automaatne kutsete saatmise rakendus ning statistikamoodul.

Ravitöö on endiselt korraldatud diagnoosipõhiste meeskondadena, mis on senini end õigustanud. Aasta jooksul on selgelt ilmnunud vajadus arendada ja rõhutada ka neljanda – varia meeskonna – olemasolu ning toimimist, eelkõige füsioteraapia teenusest tulenevalt. Meeskonnatööd 14-päevaste ja kauem kestvate juhtumite puhul on toimunud. 2015. aastal tehti 881 meeskonna-

tööd. Meeskonnatööde dokumenteerimine on valdavalt hea, peamiseks arenemisvaldkonnaks on terviklik, meeskonnapõhine eesmärkide püstitamine ja kirja panemine. Patsientide osalemine meeskonnatööl on suurenenud: jaanuaris-vebruaris hinnatud juhuvaliku meeskonnatöös oli patsientide osalus 64,5%, III kvartali meeskonnatöös 77,3%. Lähedaste kaasamine on endiselt väljakutse: eelpool kirjeldatud patsientide osalusnäitajatega vastavad lähedaste näitajad on 10,4% ja 4,7%. Meeskonnatööde järjepidev läbiviimine, nende tõhusam ja patsiendikeskem dokumenteerimine ning lähedaste suurem kaasamine on ka uue aasta tegevuste eesmärgid.

Uuendatud vormis – valitud akuutsetele (või keerulistele) juhtumitele keskenduv – suur visiit on ennast õigustanud. Üks kord nädalas toimuv suur visiit õigustab ennast eelkõige ravipikenduste ja raviplaanide arutamise ja koostamise seisukohast. Ülevaade kroonilises seisundis patsientidest on vähesem.

Alates 2015. aasta algusest on Liisa-programm samuti üles ehitatud diagnoosipõhiselt. Samas ei ole aasta jooksul leitud häid võimalusi psühhosotsiaalsete spetsialistide protokollide paremaks lisamiseks või FIM®-hindamise graafiliste tulemuste esitamiseks epikriisi siseselt. Aasta lõpus toimus kohtumine E-tervise sihtasutuse esindajatega, kes andsid lootust lihtsate lahenduste võimalustest. Arutelud on jätkuvad 2016. aastal.

2015. aasta kevadel uuendati FIM®-instrumendi kasutusõigust kahe aasta võrra. HNRK on FIM®-instrumendi kasutamiseks akrediteeritud kuni 1.04.2017. Läbi on viidud kaks uue kasutaja koolitust kokku 23 inimesele. Tehtud on FIM®-koolituste videod, et õppimine ja vajadusel hindamise meenutamine oleksid käepärasemad. HNRK jätkab FIM®-instrumendi kasutamist ning püüab leida võimalusi ka vastava laste hindamisvahendi - WeeFIM® - kasutuselevõtmiseks. 2015. aastal peetud selleletemalised läbirääkimised ebaõnnestusid, kuna tehtud pakkumine jäi endiselt haiglale liiga kalliks.

Kõrgtehnoloogiliste vahendite kasutamine HNRK igapäevatöö osana on olnud üks olulistest eesmärkidest ravitegevuse kaasajastamisel. 2015. aastal on selgelt näha tendents erinevate vahendite intensiivsema kasutamise poole. LokomatPro® kasutus on jäänud kuupõhise kasutuse analüüsimisel sarnaseks eelmise aastaga (ca 100h kuus), mis on ka ootuspärane, kuna kõnniroboti ajad on valdavalt kasutuses ning intensiivsuse tõus oleks võimalik vaid tööaja pikendamise kaudu. Teiste robotiliste vahendite – ArmeoSpring®, Erigo®, E-link – kasutus on märgatavalt tõusnud. 2016. aasta kuupõhine kasutus oli vastavalt 18 tundi, 80 tundi ja 44 tundi. Sellele on kindlasti kaasa aidanud võimaluste leidmine Erigo kasutamiseks teise teraapijana, ArmeoSpringi® sisekoolitused füsioteraapiaterapeutidele ning käegrupi ellukutsumine. Soovitud tulemust ei ole saadud isokineetilise dünamomeetri kasutamisel, kuid vajalikud parendustegevused järgmiseks aastaks on juba planeeritud. Samuti on vajalik pöörata tähelepanu keha pindrõhumõõtja olulisemale rakendamise-

le. Kõrgtehnoloogilistest uurimisvõimalustest on HNRK-s olemas keha koostise mõõtmiseks DXA-aparaat, kuid selle kasutuselevõttu on takistanud kiirguskaitse loa taotlemise venimine. DXA kasutuselevõtmine on kindlasti 2016. aasta eesmärk.

Füsioteraapias kutsuti ellu ja rakendati edukalt grupiteenuseid: jätkusid jõusaali grupid, algasid käegrupp ja ratastoolikasutajate grupp. Korraldati ühtlustatud hindamise sisekoolitused, kus arutati läbi ja vajadusel õpiti koos erinevate hindamisvahendite kasutamine.

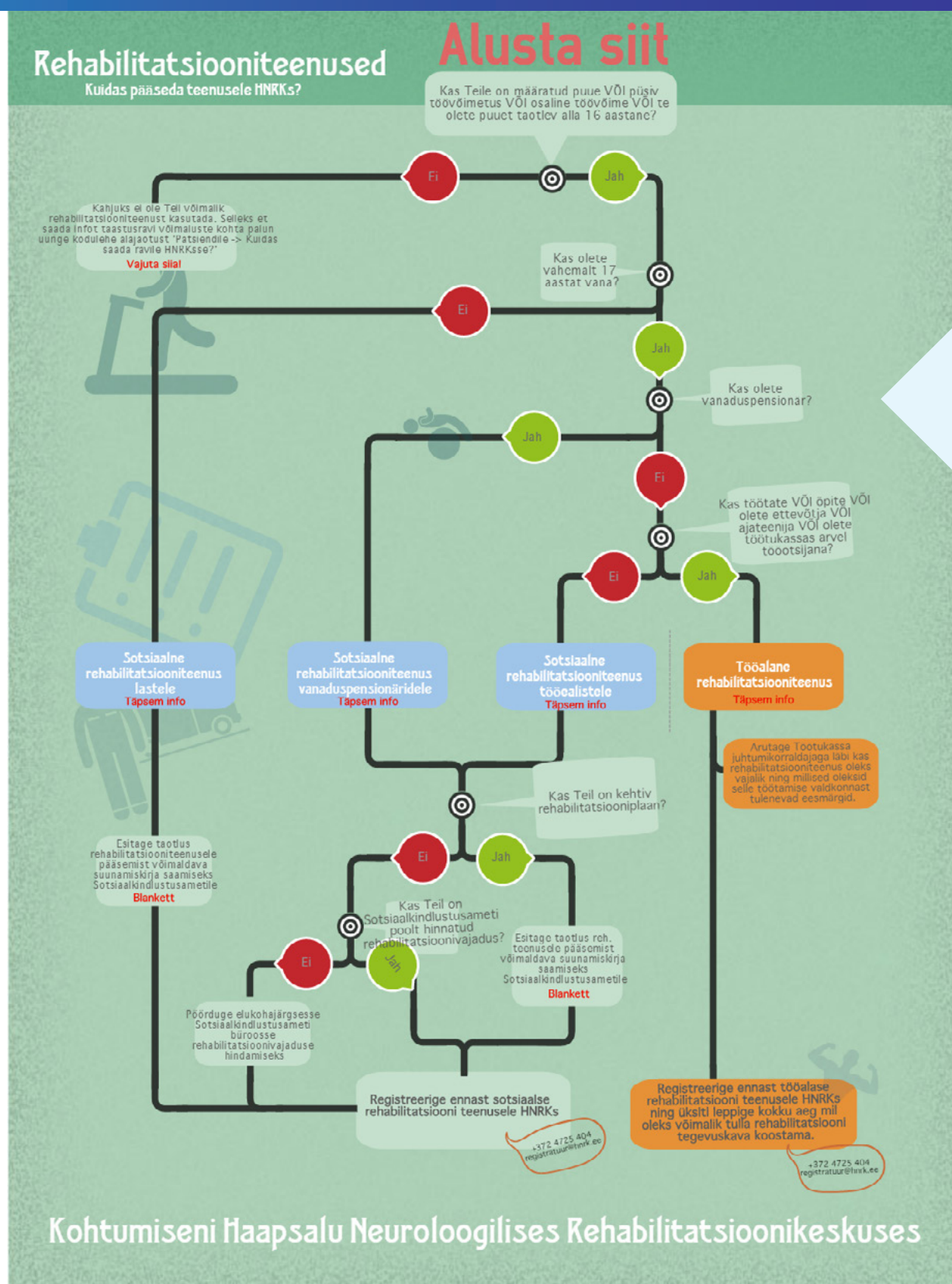
2015. aastal oli plaanis rikastada HNRK pakutavaid teenuseid erinevate vähem või rohkem meditsiiniliste teenuste pakkumisega. Plaanis oli seksuaalnõustaja, toitumisenõustaja/dietoloogi, ortopeedi regulaarsem kaasamine HNRK patsientide ravis. Samuti olemasoleva kogemusenõustaja efektiivsem rakendamine seljaajukahjustusega patsientide meeskonnatöösse. Ortopeedi kaasamine on algatatud dr Jana Kriti isiku näol koostöös ortosimeister Sander Sirbiga. Selgemate koostöö põhimõtete väljatöötamine jääb 2016. aastasse. Seksuaalnõustaja ja toitumisenõustaja kaasamine ei ole õnnestunud, kuna ei ole leitud sobilikke teenuse pakkuja. Otsingud jätkuvad. Kogemusenõustaja kaasamine on olnud vaatamata jõupingutustele oodatust väiksem. Kogemusenõustaja on küll efektiivselt kaasatud akuutsete juhtude käsitusse, kuid vähem krooniliste juhtude puhul. Kogemusenõustaja on olnud abiks ka kogemuskohutuste ja SAK spordipäeva korraldamisel. Positiivsena iseloomustab 2015. aastat koostöö Eesti Töötukassa ESF karjäärinõustaja Piret Luigega, kes teisel poolaastal regulaarselt enda teenuseid HNRK patsientidele pakkus. 2015. aastal liitus HNRK meeskonnaga ortosimeister Martin van Schie Hollandist.

2015. aasta 8. augustil toimus HNRK ja Eesti Invaspordi Liidu koostöös seljaajukahjustusega inimeste spordipäev. Osales 20 inimest.

On toimunud kogemuskohutused Eesti Invaspordiliidu esindajate ning invasportlastega, Eesti Töötukassa juhtumikorraldajad on tutvustanud tööturuteenuseid ja muid töötukassa poolt pakutavaid võimalusi, on toimunud meelelahutusüritused, näiteks kloun Umme külaskäik koos Teatejooksu meeskonnaga ning naiskoor Kaasikese jõulueelne kontsert, on toimunud patsiendialgatusena ning HNRK töötajate poolse toega viktoriinid.

HNRK kõnnilaboris on läbi viidud 15 3D uurin-gut lastele ja täiskasvanutele ning 20 videovektoranalüüsi. Uuendatud on tulemuste esitamise vormi ning ära on lõpetatud tulemuste edastamine CD plaadil. Teenust on osutatud 5 korral ka väljastpoolt HNRK-d saabunud nõudlusel (dr Kritt, dr Raukas ja dr Tammeleht). Osaletud on NVUG-il ja ESMAC-il. Uut töötajat HNRK laborisse ei ole leitud.

HNRK Abivahendikeskus on töötanud vastavalt kokkulepitud tegevuskavale. Abivahendikeskuse juht on vahetunud. Abivahendikeskust juhib alates 1.09.2015 Liina Valdmann. Suur osa Abivahendikeskuse tegevusest nii enne kui pärast juhi-vahetust on läinud ettevalmistuste tegemiseks uue abivahendimääruse ellurakendamiseks. Uuel



Uudis

2016. aasta algas Eesti sotsiaalvaldkonnas mitmete muudatustega, mis ka HNRK-d ja meie patsiente-kliente puudutavad. Sotsiaalne ja tööalane rehabilitatsioon, esimene vastavalt Sotsiaalkindlustusameti korraldada ning teine Eesti Töötukassa hallata, on uuendatud korraldusega teenused. Teenustele õigustatud isikud ning teenuste saamise ja osutamise tingimused on erinevate teenuste puhul erinevad, mis on teinud alanud aasta nii meile kui patsientidele-klientidele huvitavaks, kui oleme tavapäraselt harjunud. Vasakul on näha lihtsustav skeem, mis aitab huvilistel küsimustele vastates aru saada, millisele sotsiaalvaldkonna teenusele nad õigustatud on ning vastavalt sellele toimetada.

HNRK tänab head inimest, kes toetas HNRK lasteosakonda 2000€ suuruse annetusega. Annetus saabus HNRK-sse veebruari keskel edasiantetuseks TV3 jõuluprojekti Ingli aeg kaudu Sirje Raide'lt. HNRK teeb sügava kummarduse ja ütleb südamest aitäh!

Aasta lõpus, kui HNRK toimekas meeskond oli kollektiivpuhkusel, askeldasid haiglas ringi ehitajad. Uue ilme said II korruse individuaalruumid, et sinna saaks kolida kogu rehabilitatsiooniosakonna psühhosotsiaalseid teenuseid osutav naiskond. Massaažikabinetid liikusid omakorda ettepoole ning said samuti privaatsema sisseseade. Oma koha sai ortoosimeister, kelle konsultatsioone ja teenuseid esimesel võimalusel suuremas mahus soovime osutama hakata. III korrusele ehitati uus lastefüsioteraapia tuba ning uuendatud võimalused elektriraviteenuste osutamiseks. Väiksemaid heakorratöid tehti ka mujal. Loodame, et ümberkorraldused tasuvad end ära.

Lisaks muutunud sotsiaalvaldkonna teenustele on uuenenud võimalused ka tervishoiuvaldkonnas. Nimelt on 2016. aasta algusest võimalik perearstidel teraapiafondi raames saata enda patsiente otse teraapia-teenustele ehk füsioteraapiasse, kõneravisse ning psühholoogi juurde. HNRK-sse nimetatud teenustele suunamiseks on vajalik edastada soovitud teenuste nimetus ja maht saatekirjal HNRK registratuuri, kust patsiendiga aja kokku leppimiseks ühendust võetakse. Küsimuste korral palume pöörduda HNRK registratuuri: registratuur@hnrk.ee või 47 25 404.

aastal on oluline leida tõhusaid välismaiseid partnereid, et püsida kodumaises konkurents.

Ravitööne aasta 2015 on olnud toimekas igapäevatöö tegemisel ning eelmistel aastatel loodud võimaluste rakendamisel. 2015. aasta lõpus toimusid haiglasisesed ümberehitustööd, et luua juurde ca 110 m² pinda aktiivsete teraapiate läbi viimiseks, ortoosimeistri ruumide loomiseks ning psühhosotsiaalsete spetsialistide koondamiseks samale haigla pinnale. Lisaks investeeris haigla 8 uude seisuvoodisse.

2016. aastal on oluline:

- Jätkata suurimas mahus teenuse osutamist Eesti Haigekassale.
- Leida võimalused ja tõhustada töökorraldust tasuliste teenuse müümiseks, s.h. Eesti Töötukassa.

kassale, ümberkaudsetele perearstidele ning kindlustusseltsidele.

- Ambulatoorse teenuse mahu säilitamine ning varia-meeskonna arendamine eelkõige ambulatoorse tegevuse kaudu.
- Koostöölepete sõlmimine piirkondlike haiglatega akuutsete HNRK põhisisuühendi – seljaaju-kahjustusega ja peaaajutraumaga – patsientide ravimiseks HNRK-s.
- Järjekorrapidamise tõhustamine, MARS-i kasutuselevõtmise lõpuni viimine.
- Meeskonnatööde tõhustamine ning sisuline arendamine, s.h. tegevuse eesmärgistamise arendamine. Suurem patsiendi lähedaste kaasamine.
- Statsionaarse taastusravi päeva intensiivsuse tõstmine: grupitegevused, pikem tööpäev jne
- Patsientide ravi vaba aja teadlikum sisustamine.

Meeskond taastusravis.

Kaasaegse taastusravi peamiseks eesmärgiks on parandada ning maksimeerida patsiendi tegevusvõimet, mis on haiguse või õnnetuse tagajärjel kahjustada saanud. Seeläbi panustab raviprotsess inimese elukvaliteeti. Tegevusvõime taastumise juures mängivad olulist rolli lisaks tervise taastumisele mh näiteks ka suhted pere ja lähedastega, isiklik motivatsioon, abivahendite kättesaadavus, vastavalt abivajajale kohandatud elu- ja töökoht jne. Seega on taastusravil täita palju ülesandeid, abistades patsienti kõikide erinevate takistuste ületamisel.

Just sellest mitmekesisusest tulenevalt on HNRK jaoks ülioluline haarata tegevusse mitmekülgne meeskond, mis hõlmaks piisaval määral oskusi ja teadmisi erinevate raviprotsessi väljakutsetega toime tulemiseks.

Inimeste grupp võib meeskonnana tegutseda mitmel moel:

1. **Meeskond kui liikmete summa** - meeskond on selle liikmete summa haarates endasse liikmete oskused ja teadmised ning kasutades neid ülesande täitmiseks.
2. **Meeskond kui takistus** – võib juhtuda, et meeskond ei lase oma liikmete oskustel korralikult realiseeruda. Kui tuua näide jalgpallist, siis see tähendaks olukorda, kus statistika järgi selgelt tugevamaks peetav võistkond kaotab mängu. Mängijate individuaalsed võimed on küll head, kuid tulemusel see ei kajastu.
3. **Meeskond = liikmed + 1** - kõige tugevamalt tulevad meeskonnas töötamise eelised välja aga juhul, kui see hõlmab endas lisaks liikmete teadmistele ja oskustele ka salapärase sünergia, mida nimetatakse meeskonna-vaimuks.

Koosolekud

Selleks, et ravimeeskonnad meie haiglas saavutaksid tulemusel, milleks nad tõeliselt võimelised on, viiakse siin kõikide vähemalt 14 päeva ravil viibivate patsientidega läbi meeskonnatöö koosolekuid. Selliseid toimub vähemalt kaks – raviperioodi alguses ning lõpus. Meeskonda, kes koosolekul osaleb, kuulub patsient (võimalusel ka tema lähedased), tema raviarst, õde ja/või hooldaja ning kõik terapeudid, kes patsienti raviperioodi vältel abistavad.

Meeskonnatöö koosolekud aitavad saavutada nelja olulist eesmärki, mida peame nii oluliseks, et oleme need asetanud HNRK ravitöö keskmesse:

1. **patsiendikeskus** - ühise arutelu käigus ühtlustuvad kõikide osalejate arusaamad patsiendi probleemidest. Nii on kindel, et kõik meeskonna liikmed püüdleval raviprotsessis ühise eesmärgi suunas ning töö on kohandatud vastavalt patsiendi vajadustele arvestades tema väärtusi, kultuurilisi norme ja pikaajalisi eesmärgi.
2. **hinnatavatele tulemustele orienteeritus** - meeskonnaatöö koosolekute käigus lepatakse ühiselt kokku, tuginedes meeskonna parimatele oskustele ja teadmistele, raviperioodi sisu,

vajalike teraapiate hulk ja raviperioodi eesmärgid. Igal raviperioodil peab olema eesmärk.

3. **meeskondlikkus** – meeskonnatöö koosolek annab võimaluse silmast-silma suhtlemiseks ning tekitab õlg-õla tunnet, ühist identiteeti ning meeskonna-vaimu.
4. **ravitöö tulemuste hindamine ja analüüs** – meeskonnatöö käigus toimub laialt levinud ning usaldusväärse mõõtmisinstrumenti abil patsiendi funktsionaalse võimekuse hindamine. See annab olulist tagasisidet ravi tulemuslikkuse kohta ning soodustab muutust parema kvaliteedi suunas.

Koostöö on inimühiskondi defineerinud alates nende tekkest. See on inimeste jaoks loomulik ning senise praktika põhjal, kõige tulemuslikum toimimisvorm. HNRK ravikorralduses oleme püüdnud seda asjaolu arvestada ning kindlasti arvestame ka edaspidi. Arvame, et just nii suudame saavutada parimad tulemused nii raviprotsessis kui töötajate ja patsientide rahulolu osas.

Andres Kukk
kvaliteedispetsialist



Meeskonnatöö toimub nii ühiselt laua taga istudes, kui muul ajal.

Foto: Silver Raidla



Abivahendi süsteemi korraldus 2016. aastal.

1. jaanuaril 2016. jõustus sotsiaalhoolekande seadus, millega koondati abivahendite müügi ja üürimise hüvitamise süsteemi administreerimine Sotsiaalkindlustusametisse.

Isikliku abivahendi kaardi või selle duplikaadi saamiseks tuleb pöörduda Sotsiaalkindlustusameti poole, kellele saab vastava taotluse esitada e-posti või posti teel või pöördudes Sotsiaalkindlustusameti klienditeenindusesse.

Abivahendite eelarve ei jagune 2016. aastast enam maakonnapõhiselt, vaid on üleriigiline. Abivahendi soetamiseks võib pöörduda ükskõik millisesse ettevõttesse Eestis, millel on Sotsiaalkindlustusametiga kehtiv leping.

Alates 1. jaanuarist täienes ja sai uue formaadi abivahendite loetelu, milles määratakse kindlaks abivahendi kasutusaeg, kas abivahend on müüdav või üüritav, maksimaalne abivahendi kogus aastate või kuude arvestuses, kas tegemist on individuaalse abivahendiga ning soodustuse piirmäär, mille ulatuses riik tasu maksmise üle võtab.

Uue korra kohaselt ei toimu enam seniseid nn kallite abivahendite komisjone. Kui arst on väljastanud tõendi või rehabilitatsiooniasutus on märkinud abivahendi vajaduse rehabilitatsiooniplaanis, siis võib inimene otse ettevõttesse pöörduda. Kui inimesel on mõjuval põhjusel

vaja taotleda abivahendite loetelus abivahendile kehtestatud erisusi, tuleb esitada Sotsiaalkindlustusametile erimenetluse taotlus. Sotsiaalkindlustusamet on lubanud menetleda taotlusi jooksvalt maksimaalselt 30 kalendripäeva jooksul.

Esimesed kuud uue seadusega on nüüd üle elatud ja seda suurte emotsioonide saatel. On olnud raskusi uute nõuetega, suletud ISO-koodidega ja piirhindadega harjumisega ning senisest suurema paberimajandusega nii ostmise kui müümise seisukohalt, aga üldiselt töö käib.

Sotsiaalkindlustusamet on teatud tingimusi juba muutunud ja paindlikkust üles näidanud. Loodame, et uue süsteemi kitsaskohad, nagu näiteks soodustingimustel üürimise või ostmise valikuvõimalus; töövõimetuse vormistamise dokumendita puudega inimeste õigustatus muudele abivahenditele peale enesehooldusvahendi, leiavad ülevaatamist ja eesmärk paremast teenusest inimesele saab teoks. Ootame põnevusega ka järgmist aastat, mil plaani järgi ei pea inimene enam paberkandjal isikliku abivahendikaardiga ringi käima, vaid e-riigile kohaselt saab asju ajada digitaalselt ja inimsõbralikumalt.

Liina Valdmann
HNRK Abivahendikeskuse juht

Kokkuvõte HNRK Abivahendikeskuse 2015. aastast.

Abivahendialaste teenuste osutamiseks eraldasid Abivahendikeskusele rahalise mahu järgmised maakonnad: Läänemaa, Harjumaa, Raplamaa, Lääne-Virumaa, Tallinna, Ida-Virumaa. Garantiikirjaliste lepingute alusel teenindasime Valgamaa, Tartumaa, Võrumaa, Põlvamaa, Pärnumaa ja Järvamaa kliente. Leppel teavitamisega ja juhtumipõhiselt eraldasid raha Hiiumaa ja Tartumaa. Kokku saime maavalitsustelt klientide teenindamiseks raha summas 40815,95 eurot, mis on 19241,80 eurot suurem kui 2014. aastal.

Jätkus koostöö Ortoosimeister OÜ, Gadox AS, Mediq Eesti OÜ, Tervise Abi OÜ, Invaru OÜ ja Lifegear OÜ-ga. Koostööd tehti juhtumipõhiselt ka ettevõtetega Itak, Jalaexpert, Fysioline. Gadox alustas vastuvõttude korraldamisega Abivahendikeskuse kord kuus, mille käigus saavad soovijad teostada jalalaba diagnostikat ja tellida individuaalsed tallatoed. Seda võimalust on ka usinasti kasutatud ja ajad on alati täis broneeritud.

Koostöö raames avas Abivahendikeskuses filiaali MTÜ Inkotuba, kust kliendid mugavalt inkotooteid soodustingimustel osta saavad. See

on tunduvalt patsientide haiglasolemist mugavamaks teinud.

Toimis edasi koostöö välismaiste abivahendiettevõtetega Schuchmann, Schein, FDI. Rehacare messil 2015 leiti uusi potentsiaalseid partnereid ja sõlmiti sidemeid.

Osalesime 2016. aastal kehtima hakkava uue Abivahendiseaduse töögruppides ja infopäevadel ning tehti koostööd Astangu Puudealase Teabe ja Abivahendite Keskusega määruse välja töötamisel.

Abivahendikeskuse külastajate arv oli 2015. aastal 1392.

2016. aastast on seoses uue abivahendiseadusega oodata tegusat ja arendusterohket aastat. Eesmärgiks on pakkuda klientidele suuremat võimalust kohapealt uusi ja kvaliteetseid abivahendeid rentida ning operatiivset ja kiiret ortosimeistri teenust tänu meie osavale ortosimeistr Martin van Schiele.

Aitäh kõigile toredatele suurtele ja väikestele patsientidele ning armsatele haigla töötajatele! On suur rõõm teiega ja teie heaks olemas olla!

Liina ja Eve Abivahendikeskusest

Uudis

Uutest abivahenditest HNRK Abivahendikeskuses

Abivahendikeskuses saab rentida uusi standard-, poolaktiiv ja aktiivratastoole, püstitõusufunktsiooniga ratastooli, funktsionaalvoodeid. Uudisena leiab meie poest System lamatistevastaseid ratastoolipatju ja madratseid.



2015. aatal sai Abivahendikeskusest isiklikele vajadustele vastavalt kohandatud Schuchmanni teraapiaratta 9 last. Pildil Adele, kes kordamööda koos kaksikõe Kristiiniga rattasõidust suurt rõõmu tunneb.



Jakob sai uued rattad alla Zippie ratastooliga.

Personal 2015 kokkuvõte.

31.12.2015 seisuga oli HNRK-s **töötajaid 146**, neist 2 sünnituspuhkusel ja 4 lapsehoolduspuhkusel. 2015. aastal liitus HNRK meeskonnaga 37 uut inimest.

2015. aastal suurenes HNRK **palgafond** rohkem kui 5%.

Aasta I kvartali jooksul viidi läbi **arenguestlused**. Parendusgrupi liikmetega planeeritud poolaasta arenguestlused aset ei leidnud, kuna iganädalased kokkusaamised juhatuse esimehega võimaldasid vahetu informatsiooni vahetamise. Arenguestluste kokkuvõtted tehti ning arutati läbi osakondade kaupa, et tagada personaalsem lähenemine. Aasta IV kvartalil viidi läbi **töötajate rahulolu-uuring**.

Välja jagatud 140-st ankeedist laekus vastustena tagasi 117, osalusmäär 83,6%. Heameel on tõdeda, et võrreldes eelmise aastaga on osalusprotsent suurenenud. Väited, mille kohta töötajate hinnangut küsiti, olid samad, mis aasta varem ning ka vastuste-skaala oli sama - hindeid sai anda 4 palli skaalal.

2015. aasta rahulolu-uuringu keskmiseks hindeks kujunes 3,44, aasta varem oli vastav tulemus 3,39 ning aastal 2013 3,28. See näitab tööga seonduva rahulolu järk-järgulist kasvu.

Kõige rohkem on uuringu andmetel, võrreldes eelmise aastaga, kasvanud töötajate rahulolu tööõhkkonnaga, oma positsiooniga HNRK-s ning otsese juhi poolt püstitatud eesmärkide arusaadavusega.

Kõige kõrgema keskmise hinde said 2015. aasta rahulolu-uuringu tulemusena järgmised väited: „HNRK-s mõeldakse piisavalt töötajate heaolule - üritused, spordivõimalused, toetused“ ning „Tean hästi, mida minult minu töökohal oodatakse“. Järgnesid väited: „Usun, et HNRK on hästi juhitud“ ning „Tunnen uhkust HNRK üle ja olen rahul, et kuulun siia ettevõttesse. Järgmine rahulolu-uuring on kavas taas läbi viia käesoleva aasta sügisel.“

2015. aasta tõi HNRK-sse uue väljakutse: **välismaalt tulnud töötajad**. Värbamispoliitika tõhustamisel otsustati korraldada füsioterapeutide otsing ka Soomes ja Lätis. Läti füsioterapeutide hulgas osutus töökuulutus populaarseks ning HNRK-s alustas töötamist viis Läti füsioterapeuti, lisaks

üks hollandlasest ortoosimeister. Töötajate parema integreerimise üheks aluseks on kohaliku keele õppimine, mistõttu on korraldatud neile eesti keele kursus, kus saadakse õppida nii tava- pärast suhtlus- kui tööks vajalikku oskuskeelt. Aasta kokkuvõtteks oli välismaiste töötajate sisse elamine HNRK-sse läinud positiivselt. Samuti võeti värbamispoliitikas plaanidesse Eesti haridusasutuste külastamine, et tutvustada HNRK-s praktika- ja töökohana. Esimene külastus toimus Tartu Ülikooli füsioteraapia õppetooli. Lisaks soojendati suhteid Tartu Ülikooli eripedagoogika õppetooliga.

2015. aastal said üle vaadatud ja uuendatud kõik **ametijuhendid**.

Traditsiooniliselt peeti 2015. aastal oluliseks töötajate tunnustamist ja motiveerimist mittepalgaga seotud tegevuste näol. 22.08.2015 toimus **HNRK töötajate suvepäev** Uus-Kalda puhke- ja spordikeskuses, osales 34 inimest. 18.12.2015 toimus **HNRK jõulupidu** Haapsalu Kultuurikeskuses, kuhu olid oodatud kõik HNRK töötajad koos kaaslastega, osales kokku 167 inimest, neist 130 olid töötajad, 35 töötajate kaaslast, 2 nõukogu liikmed. Regulaarselt toimusid haigla poolt toetatud **sportimisvõimalused**: 1x nädalas on võimalik Haapsalu veekeskuses ujuda, 1x nädalas on võimalik mängida Haapsalu spordihoones sulgpalli ning 1x nädalas on võimalik osaleda HNRK-s toimival Pilatase treeningul. Lisaks on HNRK töötajad oodatud kasutama haigla jõusaali. Tavapärastelt sponsoreeris haigla töötajate osalemist SEB Maijooksul ja Sügisjooksul, esimesel osales 25, teisel 24 inimest. Läbi aasta peeti meele inimeste juubeleid ja tööjuubeleid ning väikeste üllatustega tähistati professionipäevi, sõbrapäeva ning vastlapäeva. Toimus III HNRK Sügislaul. Aasta teoks valiti sel aastal töötajate hoidmine: ühisüritused, jõulupeod ja suvepäevad, koossportimise võimalused.

Valiti **aasta töötajad**, kelleks said tegevusteraapeut Siiri Siimenson, vanemõde Aina Tõnutare ning hooldaja Merike-Maria Küttis.

Kõik haigla töötajad läbisid **töötervishoiuarsti poolt läbi viidud tervisekontrolli**. Kõigil töötajatel on aasta lõpu seisuga kehtiv tervistõend. Uuendati ja kaasajastati haigla **nakkustõrjejuhend**.

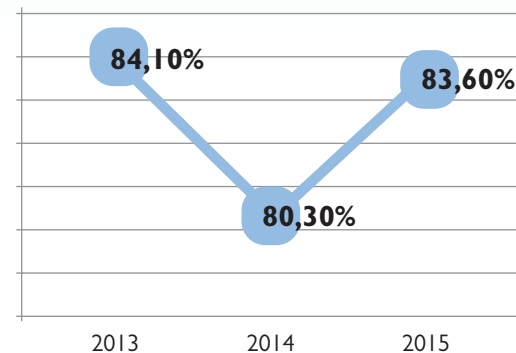
HNRK toetab töötajate kutsetunnistuse taotlemist kutse taotlemise tasu maksmisega.

HNRK raamatukogu on endiselt olemas ning seal olevad raamatud ja ajakirjad töötajatele ja praktikantidele kättesaadavad. Ajakirju käib raamatukogus 3: Clinical Rehabilitation, Spinal Cord, Journal of Rehabilitation Medicine.

Personalitöö osas on olnud 2015. aasta edukas. Suurimaks väljakutseks on tõhusa värbamispoliitika leidmine ning ellurakendamine. Töötajatelt tagasiside küsimisest on saanud vajalik igapäevategevuse osa. Ühisüritused on olnud meeleolukad ning hindamisväärilised.

2016. aastat iseloomustab:

- Värbamispoliitika tõhustamine.
- Tööle asumise tõhustamine.
- HNRK ja Haapsalu senisest tõhusam turundamine olemasolevate kanalite kaudu.
- Koolituste ja väljasõitude võimaldamine vastavalt HNRK majanduslikule olukorrale, sisekoolituste organiseerimine.
- Valdkonnapõhise kraadiõppe soosimine.
- Töötajasõbraliku töökeskkonna tagamine ja hoidmine – töötervishoiu kontroll, ohutusjuhendid.
- Traditsiooniliste protsessidega – arenguestlused, tagasiside uuring – jätkamine.
- Töötajate tunnustamine väljakujunenud meetmetega. Suvepäeva ja jõulupeo korraldamine.



Vastanute protsent HNRK rahulolu-uuringus.

On Sul kaks tervet jalga? Jah?
Sel juhul... Miks sa juurdled?! Tark valib trepid!
See hoiab kokku aega... ja elektrit.
See kulutab kaloreid. Ja võib olla huvitav.
Kas oled proovinud minna trepist üles hüpatas? Joostes?
Kikivarvil? Kaks astet korraga? Kõndides?
Mõnel muul ägedal moel? Ei?
Nüüd on paras aeg!

Kõndija läheb trepist!

trepid

Inimeskalaatorid. Kampania algab 1. aprillil

Külalised lõunanabalt.



Lõunanaba president ja tema proua.

Foto: Andres Kukk

Vävalt saavad jõulud ja aastavahetus ühele poole, kui juba saabub aeg tähistada iseseisva Eesti riigi sünnipäeva. Nagu on tösi ka paljude teiste pühade puhul, rõhutatakse selle päeva olulisust eriskummalise riietuse ning teisest ajastust pärit traditsioonidega (võrdluseks näiteks jõulud oma punaste riiete ning jõuluvana külaskäiguga). Nii kogunevad Vabariigi aastapäeval oma tublidusega presidendile silma jäänud inimesed ballisaali teineteist tervitama ning riietumises mõõtu võtma. Tekkinud on tore traditsioon. Traditsioon on tekkimas ka HNRKs, kus kõik oma tublidusega eriliselt silma jäänud töötajad kogunevad kord aastas pallisaalis, tervitavad teineteist, kommenteerivad kostüüme ja võtavad mõõtu... bowlingus. Hea lugeja saab kõrvalolevat pilti vaadates vaid aimata, milline meeleolukas seltskond Vabariigi aastapäeva eelõhtul Haapsalu Vanalinnas bowlingusaalis pingviinide paraadi võtmes toimunud üritusest osa võttis.

Vastlapäev 2016.

Vastlapäeva peetakse vanarahva kalendri järgi tuhkapäevale eelneval päeval, mis oli viimane päev enne suurt paastu. Just paastu tõttu kasutati vastlapäeval võimalust veel pidutseda ja süüa kõike mida hing ihaldas, samuti kuulusid kavas erinevad lõbustused nagu pikk liug ja vurri meisterdamine.

Nagu traditsiooniks on saanud pidas ka HNRK lõbus kollektiiv vastlapidu. Sel aastal otsustas tragi korraldusmeeskond ühendada palju erinevaid vastlakombeid ning tuua nad natuke tänapäevasesse võtmesse. Nii saigi 9. veebruaril kogunenud HNRK fuajeesse, et pidada maha üks lõbus vastlatrall. Osalejatele jagati kätte kotike linaseemnetega ning saadeti rajale, kus tuli läbi-

da kuus oskust ja taiplikkust nõudvat ülesannet. Igas punktis jagati tarkust vastlatraditsioonide kohta ja kuidas käesolev mäng nendega seondub.

Meeleolu oli ülev ning lõbus. Püant saabus aga auhindade jagamisel, mil selgus, et raja algul kaasa antud kotike peitis endas õnne ning sisaldas lipikut meeskonnale määratud auhinnaga, milleks olid vana kombe kohaselt erinevad sealihasaadused. Esimese suure nälja aga aitas kustutada HNRK omade usinate kokkade keedetud hernesupp.

Vastlapäevale kohaselt oli lõbus!

Suured tänud kõigile osalejatele ja korraldusmeeskonnale! Järgmiste toredate toimetamisteni!



Kaasaegne vurritamine.

Foto: Veiko Vörklaev

Uued töötajad!

Janne Klippberg, hooldaja

Svetlana Aljošina, hooldaja

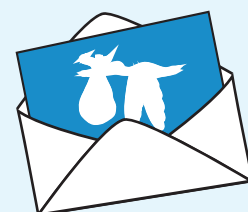
Laly Truve, massöör

Palju õnne!

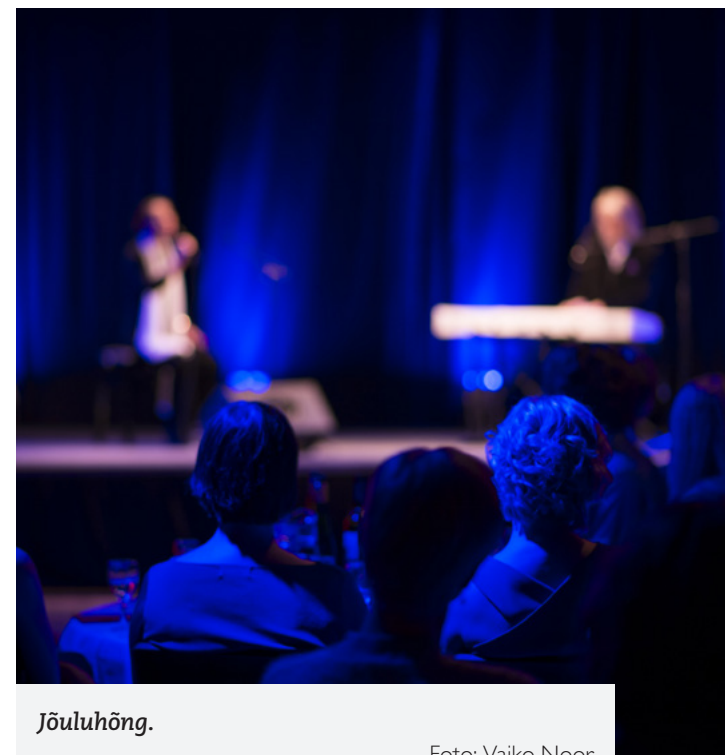
Palju õnne HNRK töötajatele ja nende kaaslastele perelisa puhul! Tutt-uusi ilmakodanikke, kelle saabumise üle ühiselt rõõmu tunneme on kaks:

Oliver Henri Mander
sündis 19. detsembril

Adeele-Marie Kaevats
sündis 2. jaanuaril



HNRK aasta lõppeb juba traditsiooniliselt meeleoluka jõulupeoga. Seekordne pidulik sündmus leidis aset Haapsalu Kultuurikeskuses ning tõi kokku tervelt 167 inimest. Jõulupeo tegi sel aastal eriliseks Tõnis Mägi ja Kärt Johanson kontsert. Maitset lisas Q-Cateringi alati maitsev söök-jook. Mõnusat pühade-eelset ärevust lisas aasta töötajate väljakuulutamine ning õnneloos. Kollektiivpuhkusele said kõik suunduda tantsusammud jalgedes.



Jõuluhõng.

Foto: Vaiko Noor



Rõõmsad suvepäevalised peidus.

Foto: Kadri Englas



Maijooksud on alati olnud popid.

Foto: Liis Virkunen

“Terves kehas terve vaim!”, “Liikumine on tänapäevase Euroopa inimese tervise ja ilu pant!”, “Koos on kergem”, “Naer on terviseks!”, “Maitsev üllatus teeb päeva paremaks!” Need on kõik loosungid, mis nähtamatuna kuid kindlalt lehvivad HNRK töötajate kohal. Mis võiks olla veel toredam, kui see, et on olemas töökaaslased, kellega koosolemine on nauditav ka pärast tööpäeva lõppu? Õige! See, kui nende töökaaslastega on võimalik lisaks olemisele midagi enneolematut ette võtta. Näiteks minna Haapsalusse eksurseerima või ühiselt sügisjooksule või suvepäeval kala küpsetada või jõulupeol šampust mekkida või mängida sulgpalli või ujuda või Pilatase trennis rahulikult hingata või... Kui lisada juurde argipäevased üllatused tumepunaste maasikate näol suve alguse tähistamiseks või mahlane õun naistepäevaks, võib vahepeal tekkida tunne, et tervishoiuvaldkonnas töötada on hoopistükkis kõige parem. Rohkem eesrindlikke tööandjaid! Rohkem ühiseid ettevõtmisi!

Aasta tegu 2015! Personali hoidmine: ühised üritused, sportimisvõimalused, üllatused.



Haapsalu ekskursioon pani paljud ühes suunas vaatama.

Foto: Andres Kukk



HNRK au ja uhkus!

Foto: Vaiko Noor

Aasta töötajad 2015

Tal on nimi, mida võiks kasutada toreda ja väga professionaalse inimese akronüümuna.

A nagu abivalmis
I nagu ilus tark ja osav
N nagu nutikas,
A nagu alati usalusväärne.

T nagu taktitundeline, kuid kindla sõnaga
Õ nagu hea õpetaja,
N nagu natuke tõsine
U nagu usaldusväärne
T nagu tubli
A nagu alati leiab asjaliku lahenduse
R nagu rahulik
E nagu eeskujulik öde ja kompetente professionaal.

Tähelepanelikud juba teavad ja rõõmustavad.

HNRK aasta töötaja 2015:
inimene suure “I”-ga Aina Tõnutare

Ta on superkolleeg. Tema supervõimed on abivalmidus, hoolivus ja sõbralikkus. Salarelvaks on katkematult hea tuju. Mootoriks suur süda. Kütuseks vabal ajal töötamine. Kui Sul on midagi, mida Sa ei oska teha või ei saa teha või ei taha teha, siis on just tema õige inimene, kelle poole pöörduda, sest tal on alati lahendus olemas. Ta on ka hea asendaja. Igal juhul panustab ta enda kohalolu ja toimetamisega rohkem kui 100%. Aga seda ju superangelased teevadki. Targalt ja tagasihoidlikult on ta maskeerinud end tegevusterapeudi rüüga.

HNRK aasta töötaja 2015:
superkolleeg Siiri Siimenson

Ta on hoolivuse ja heatujulisuse konsentraat. Lahendamine tööülesannetega või muude elumuredega ei tule kõne allagi: tavalist keskpärasust ei ilmne. Naeratus on tal päiksena näol ning lahkuse ja sõbralikkuse kiired annavad tema tulekust juba varakult märku. Kui ta midagi on ette võtnud või lubanud, saab see kindlasti tehtud. On natuke uskumatu, et selline sisseseade on ühes inimeses - eriti kui tegu on väiksemat sorti füüsilise ülesehitusega nagu käesoleval tegelasel. Kolleegid ütlevad, et ta on lihtsalt KÕIGE PAREM HOOLDAJA.

HNRK aasta töötaja 2015:
päikseline Merike-Maria Küttis



Ühiste ürituste lõbus meenutus.

Foto: Andres Kukk



Suvealguse (ja muud) üllatused on alati vahvad!

Foto: Veiko Vörklaev