



Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus

ajaleht / nr 2 / November 2011



Tegus ja tore

Aasta on lõppemas. Aasta on algamas. Seekordne, järjekorras teine HNRK ajaleht on pühendatud peamiselt lõppevale aastale, kandes endas ka tasasel moel uue hõngu. Möödunud kuudele tagasi vaadates ei jää muud üle, kui tõdeda, et on olnud äraütlemata tegus aasta: paljud plaanid on saanud teoks, nii mõnedki veel pooleli või suisa oma järge ootamas. On tekkinud juurde uusi ideid ja vajadusi. On vahetatud ja kogutud suur hulk mõtteid. Tore.

Mis on see, mis 2011. aastat kõige enam iseloomustab? Mis toob näole naeratuse? Mis murekortsu?

Kirjutan siia läbisegi, uit-

mõtetena tekkivaid märksõnu lõppevast aastast: HNRK-d tutvustav film ja selle tegemine, EQUASS-i rakendamine, rehabilitatsiooniprogrammi piloteerimise projekt, suuremahuliste ehitustööde planeerimine, infovahetuse tõhustamine, tegevusterapeutid, kes vaiksete vurrkannidena tegutsesid, suvepäev Osmussaarel, põhiväärtuste sõnastamine, FIM®, meeskonnatööd, raamatuhunnik ja kaks skeletti, põhjendamatu rahulolematuse, põhjendatud küsimused, sisukad mõttevahetused ja tulemuslikud kokkusaamised, grillimise meistrivõistlused, kauaoodatud lisa-logopeed. Nii võiks jätkata pikalt. Tegus.

Seda, mis paneb minu loetlust kellegi kulmu kortsutama või hoopis veab suunurgad vägisi ülespoole, teab igaüks ise. Kui tundub, et kulg kisub liiga kipra, soovitan vaadata või tuletada meelde haigla filmi, eriti seda osa, kus kõnelevad patsiendid.

Nende siirad ja iseotsitud sõnad, et vastata küsimusele „Miks käia HNRK-s?“, ning soov neid öelda nii, et mõtted ei vajuks kiirelt unustuse hõlma ega kaoks igapäevasesse sagimisse, vaid jääksid pikaks ajaks alles, on midagi, millest iga lehelugeja võiks leida annuse positiivset või isegi mitu. Me ei tee HNRK-s imesid, sest imesid ei ole olemas. Aga me

teeme tööd. Me aitame. Aitame nii palju, kui praeguses ajas, ruumis, rahalistes ja seadusandlikes ning kõikvõimalikes muudes piirides on võimalik, ning natukene rohkemgi.

Ma teen Sulle pai, hea lugeja, sest teinekord on puudutuses rohkem kui tuhat sõna, sest üks tegus ja tore aasta on lõppemas ning uus vähemalt samasugune algamas, sest igaühe tegevus on oluline ja tähtis.

Soovin sisukat lugemist ning tulemuslikku kaasamõttisklemist!

Kadri Englas
arendus- ja kvaliteedijuht



Uued tehnoloogiad

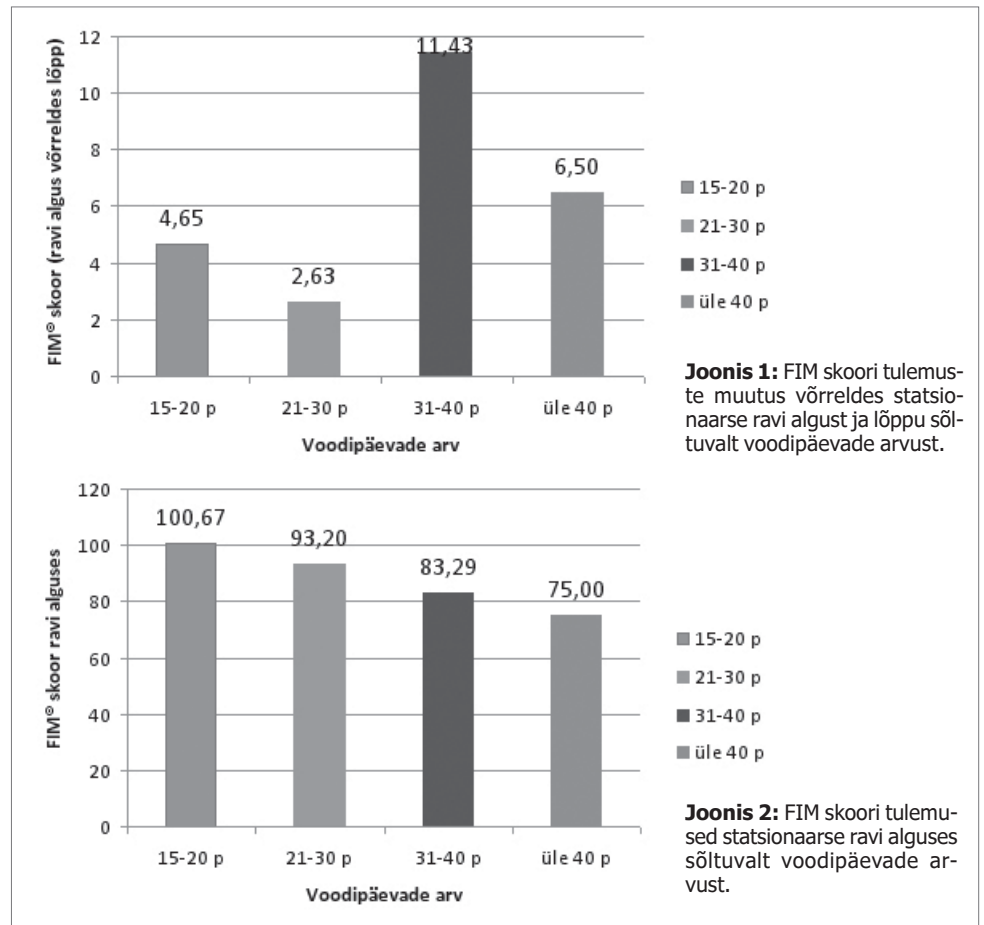
Uuel aastal on HNRK-s plaanis rakendada mitmesuguseid tehnoloogilisi lahendusi efektiivsemaks otsuste langetamiseks taastusravi- ja rehabilitatsiooniprotsessis. üks uuendus on keha pindrõhu mõõtmise võimalus istudes ja lamavas asendis, et teha kindlaks survejõudude jaotumine tugipinnale. Selline analüüsimine on vajalik ennekõike lamatiste ennetamisel ning vältimisel, luues parema aluse asendravi meetodikate planeerimiseks ja rakendamiseks ning abivahendite soovitamiseks ja kohandamiseks. Keha pindrõhu mõõtmine ja sellega kaasnev on osa füsioterapiast. Keha pindrõhu mõõtmine on võimalik alates uue aasta algusest.

Teine lisandus HNRK võimaluste hulgas on juhtmevaba 16-kanaline elektromüograafia (EMG) seade Myon, millega saab mõõta lihaste bioelektrilist aktiivsust eri liigutuste sooritamisel ehk teisisõnu, millisel hetkel ja millise tugevusega lihas liigutuse tegemisel aktiveerub ning kui kaua aktiivne püsib. Nimetatud seade ühildub HNRK kõnnilaboris oleva riist- ja tarkvaraga, kuid seadme kasutamine on võimalik ka väljaspool kõnnilabori tingimusi. Soetatud seadme kasutamise üks suurim pluss on kasutajasõbralik tarkvara.

Rehabilitatsiooni-programm

HNRK katsetas Euroopa Sotsiaalfondi raamprogrammi „Töölesaamist toetavad hoolekandemeetmed 2010–2013” pakkumisel „Töölesaamist toetavate rehabilitatsiooniprogrammide osutamise” raames rehabilitatsiooni-programmi, mis oli mõeldud tööealiste seljaajukahjustusega inimeste igapäevase toimetuleku arendamiseks, säilitamiseks ja toetamiseks. Programmi eesmärk oli pakkuda kvaliteetset ja efektiivset meeskonnapõhist lähenemist, toetades tööealiste seljaajukahjustusega inimeste võimalikult iseseisvat hakkama saamist igapäevaelus töökoha leidmise või senise töökoha säilitamise kaudu. HNRK sai õiguse katsetada rehabilitatsiooniprogrammi 20 seljaajukahjustusega inimesel. Programmi viidi ellu ajavahemikus 10.01–10.04.2011 nelja 3 nädala pikuse rehabilitatsiooniperioodina.

Esimesel ja teisel perioodil oli piloteeritavaid viis, kolmandal nelil ja neljandal kuus. Piloteeritavate keskmine vanus oli 30,65 aastat. Osalejatest 17 olid mehed ja 3 naised. Pärast programmi perioodi lõppemist oli tööturule sisenenud 10, töökoha säilitanud 5 inimest, viiel olid tulemused seotud muu valikuga. Analüüsi ka mitmesuguste osutatud teenustega seotud tulemusi. Täpsem programmi kirjeldus ning tulemused avaldatakse 2012. aasta alguses haigla veebilehel www.hnrk.ee.



Joonis 1: FIM skoori tulemuste muutus võrreldes statsionaarse ravi algust ja lõpu sõltuvalt voodipäevade arvust.

Joonis 2: FIM skoori tulemused statsionaarse ravi alguses sõltuvalt voodipäevade arvust.

Funktsionaalse sõltumatuse uuringut (FIM®) on kasutatud HNRK-s üle poole aasta. Millised on tulemused?

Funktsionaalse sõltumatuse uuring (FIM®) on HNRK-s kasutusel 2011. aasta aprillist.

Suur enamik HNRK-s ravitööga seotud töötajaid on sooritanud rahvusvahelise litsentsieksami, mis peaks tagama uuringu kvaliteetse ja täpse elluviimise. See omakorda võimaldab planeerida ravitööd täpsemalt ja tulemuslikumalt.

Ravitöö korralduse kohaselt HNRK-s tehakse FIM®-uuring kõigile 15 päeva või enam haiglas statsionaarsel ravil viibivatele patsientide-

le ravi alguses ja lõpus. Aprillist oktoobrini korraldati FIM®-uuring 238 patsiendi toimetuleku taseme hindamiseks. Kõigil juhtudel arutati meeskonnatöö koosolekutel läbi patsiendi toimetulekuga seonduvad sõlmkohad.

Ravi alguses püstitati saadud tulemustest lähtuvalt ka eesmärgid järgneva taastusraviks ning ravi lõpus analüüsi tehtud ja anti soovitus edaspidiseks.

Tehti ka pilootuuring 146 patsiendil saadud tulemuste põhjalikumaks analüüsimiseks. Vaatamata sellele, et pat-

sientide toimetuleku taastamise näitajad on äärmiselt individuaalsed, selgus, et kõige enam paranesid patsientide toimetuleku näitajad juhul, kui ravil viibimise periood oli 31–40 päeva (vt joonis 1.).

Samuti ilmses, et kõrvalisest abist enam sõltuvate patsientide esmane FIM®-hinnang on pikemat statsionaarset ravi saanud patsientidel madalam (vt joonis 2.), mis põhjendab ka pikema statsionaarse ravi vajadust.

Priit Eelmäe

HNRK juhatuse esimees

Rahvusvahelistel konverentsidel

Haigla ravi- ja arendustööd tutvustati selle aasta juunis kolmel rahvusvahelisel teaduskonverentsil: Washingtonis, San Juanis ning Amsterdams.

Washingtonis peeti viiekümnes ISCOS konverents, mis käsitles seljaajukahjustusega seonduvaid küsimusi. HNRK ettekanne oli teemal „Epidemiology of Traumatic Spinal Cord Injury in Haapsalu Neurological Rehabilitation Centre from 2008–2010”. Peale Priit Eelmäe ja Kadri Englase osales konverentsil ka TÜK närvikliiniku neuroloogia resident Liis Sabre, kes tegi suulise ettekande, ning Eesti päritolu neuroloog Tiina Rekkand Norrast. Üldse oli konverentsil üle seitsmesaja osaleja.

San Juanis peeti kuues rahvusvahelise taastusravi ja rehabilitatsiooni ühingu konverents, milles osales ligikaudu tuhat taastusravi spetsialisti. HNRK ettekanne käsitles seekord taastusravi valdkonna spetsialistide koolitust Eestis



Eesti füsioterapeudid tänavusel Maailma Füsioteraapia Organisatsiooni korraldatud rahvusvahelisel teaduskonverentsil sel aastal Amsterdams. ERAKOGU

ja kandis pealkirja „Physical and Rehabilitation Medicine related educational programs in Estonia”.

Maailma Füsioteraapia Organisatsiooni (World Confederation for Physical

Therapy) korraldatud rahvusvaheline teaduskonverents oli sel aastal Amsterdams. Konverentsil osales üle 5300 füsioterapeudi kogu maailmast. Eestist pärit osalejaid oli üheksa, neist kaks HNRK-st. HNRK ettekanne sellel konverentsil oli laste füsioteraapia valdkonnast ning kandis pealkirja „The inter- and intrarater reliability of the Estonian translation of the Structured Observation of Motor Performance in Infants (SOMP-IT) — A Pilot Study”.

Kokkuvõttes võib öelda, et taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkond areneb kiiresti: järjest enam kliinilisi institutsioone osaleb rakendusliku suunaga uurimistöodes, senisest enam kajastatakse tipp-tehnoloogiliste seadmete kasutamise mõttekust ning arutletakse osutatavate teenuste tõendus- ning kulupõhisuse üle.

Teadus- ja koolitustegevus

25.–26. mail 2011. aastal oli HNRK-s teine baaskoolitus ning 27. mail esimene jätkukoolitus imikute motoorse arengu hindamisvahendi SOMP-IT kasutamiseks. Koolitajad olid Rootsi füsioterapeudid: testi looja Kristina Persson ja Kine Johansen. Baaskoolitusel osales kümme füsioterapeuti ja kaks taastusarsti Eesti haiglast ning jätkukoolitusel viis füsioterapeuti, kes läbisid baaskoolituse 2010. aasta augustis. Koolituse elluviimist toetas Eesti Hasartmängumaksu Nõukogu.

7.–23. novembril 2011. aastal toimus HNRK-s Ameerika NDT Assotsiatsiooni poolt tunnustatud teoreetilis-praktiline koolitus NDT-metoodikast täiskasvanud peaaajukahjustusega patsientide käsitluses. Tegu oli koolitusega, mille läbinud said 3 aastat kehtiva NDT-terapeudi tunnistuse. Koolituse elluviimiseks olid Kanada päritolu NDT-terapeudid Cathy Hazzard ja Karen Guha. Koolitusel osales 12 füsioterapeuti ja 1 tegevusterapeut Eesti eri haiglastest. Koolituse elluviimist toetas Eesti Hasartmängumaksu Nõukogu.

2012. aasta jaanuari kolmanda nädala lõpus toimus HNRK-s rahvusvaheline — Põhja- ja Baltimaade — kõnniuurijate konverents: Põhjamaade Viconi kasutajate grupi (NVUG) iga-aastane kokkusaamine. Kokkusaamise peamine eesmärk on vahetada kogemusi kliinilise ja teadusliku liikumisanalüüsi vallas. NVUG ühendab umbes 20 laborit. HNRK on NVUG-i liige 2010. aastast. Eelmisel aastal peeti NVUG Norras Oslos.

2012. aasta mai lõpus tuleb Rootsis Stockholmis 9. tegevusterapia kongress (COTEC), mille läbiv teema on tegevusterapia tulevik ja jätkusuutlikkus. Konverentsile on vastu võetud kaks HNRK tegevuse põhjal kirjutatud teesi, mis mõlemad kantakse ette suuliselt. Üks esitatud tees kirjeldab sporti ja spordipäevi kui osa tegevusterapiast; ettekandja on Sandra Pais. Teine kirjeldab seoseid taastusravi perioodi pikkuse ja ravi funktsionaalsete tulemuste vahel, tuginedes FIM®-instrumendi kasutamisel saadud esmastele tulemustele; ettekandja on Siiri Siimenson.

HNRK esindus 9. Põhjamaade insuldikongressil

28.09–1.10.2011 peeti Tallinnas 16. Põhjamaade insuldikongress. HNRK-st osalesid õendus-hooldusosakonnast Kaja Mander, Nijole Straukaite, Aina Tõnutare, Ljubov Võsu, Inge Sikka, Jelena Sergejenkova ja Maie Luidalepp. Rehabilitatsiooni-osakonnast olid Mari Kirch, Siiri Siimenson, Heili Tilga ja Tuuliki Tulf ning arstidest Marje Kuningas, Malle Pakkanen ja Vaike Kabel.

Arstid võtsid osa põhisesioonist, mis peeti kolmel päeval ja käsitles detailselt viimastele teaduspõhiste uurintulemuste tuginevaid insuldi käsitlervaid aspekte, alates põhjustest ja preventsiioonist ning lõpetades katsetamisjärguse olevate ravivõtetega.

Esinejad olid oma eriala teadlased nii Põhjamaadest kui ka kogu maailmast, kokku

oli üle 50 ettekande. Eestit esindasid ettekannetega professor Toomas Asser ja Silva Lõo.

Õdede paralleelsessioonil oli huvitavaid ettekandeid. Välislektorid Soomest kirjeldasid Soome insuldikäsitlust ja insuldi juhtumikorraldajate õpet Ida-Soomes. Eesti insuldi käsitlust ja olukorda puudutavalt loengutelt saime kinnitust, et meie olud ei erine palju Põhjamaade omast.

Trombolüüsravi tutvustava ettekande eesmärk oli teavitada õdesid ajafaktori olulisusest insuldi korral. Tallinna Ülikooli kommunikatsiooni õppejõu Kaja Tampere lõpusõnavõtt õdedele toonitas suhtlemiskuse arendamise vajadust meditsiinis.

Ühel paralleelsessioonil anti ülevaade Põhjamaade ning osaliselt ka muu Euroopa insulditaastusravist. Ettekan-

deid oli Eestist, Soomest, Rootsist, Norrast, Saksamaalt ja Hollandist.

Rõhutati võimalikult varaseid ja spetsiifilisi sekkumismeetodeid insuldირavis, samuti pöörati tähelepanu kõikidele probleemidele insuldijärgsetel patsientidel, nende edasiste rollide, elukvaliteedi muutustele, toodi näiteid ka võimalikest raviviisidest ning tehnilistest abivahenditest.

Päeva lõpetuseks toimus õpikoda teemal ultraheli juhitud üla- ja alajäseme *botulinum toxin*'i süstimise kohta.

HNRK oli esindatud posterettekandega, mis käsitles külmaravi lühiajalist mõju spastilise ülajäseme käsitlemisel füsio- ja tegevusterapias (T. Tulf, S. Siimenson, K. Englas).

Eri osalejate koostöös kirjutatud



Tänavu mais sai täis 10 aastat, mil haigla on tegutsenud praeguses hoones. Sellele tähtpäevale oli pühendatud mitmeid tegemisi, sealhulgas kõigile haigla töötajatele mõeldud hiline lõunasöök Haapsalu kuursaal. Öhtupoolik möödus maitsva toidu, vaikselt muusika ning lõbusate meenutuste ja meeleolukate tuleviku- ja plaanide veeretamise saatel.

• • •

17. septembril 2011 oli HNRK väljasõit Osmussaarele, pühendatud suve lõpule. Plaanis oli mõnusalt sportlik päev värskes õhus. Dirhami sadamas võttis meid vastu külavanem, kes andis lühikese ülevaate küla- ja sadamategevusest. Osmussaarele sõit oli lõbustuspargi atraktsiooni meenutav ettevõtmine: 15 minutit kiirkaatri sõitu. Saarel ootas ees jalgsimatk pikniku- ja sadamategevusest. Osmussaarele sõit oli lõbustuspargi atraktsiooni meenutav ettevõtmine: 15 minutit kiirkaatri sõitu. Saarel ootas ees jalgsimatk pikniku- ja sadamategevusest. Osmussaarele sõit oli lõbustuspargi atraktsiooni meenutav ettevõtmine: 15 minutit kiirkaatri sõitu. Saarel ootas ees jalgsimatk pikniku- ja sadamategevusest.



HNRK väljasõit Osmussaarele.

kul, juttu vesta ning tutvuda Osmussaare ajaloo. Pärast lõunasööki pajatas Osmussaare pikaajaline asunik igapäevastest saarel elamise rõõmudest ja muredest. Tagasitee oli matkasellidele juba tuttav. Osalejaid oli väljasõidul veerandsada. Kõik jäid ettevõtmisega rahule!

• • •

Sügisel valmis tutvustav film HNRK-st. Filmi peamine eesmärk on tutvustada haigla tegevust teenuseosutamisel ning anda ülevaade põhiväärtustest, samuti selgitada taastusravi ja rehabilitatsiooni olemust. Filmi pikkus on 18 minutit ning seda on võimalik

vaadata haigla kodulehelt www.hnrk.ee. Filmi valmistamiseks aitasid kaasa mitmed inimesed. Aitäh! Haiglal on plaanis film teha ka ingliskeelseks, et jagada ülevaatlisku infot välispartneritele ning teistele huvilistele.

• • •

Haigla siseveebi keskkonnas on **septembrist** alates pildigalerii, kus on HNRK töötajatel võimalik vaadata fotosid haigla üritustest: jõulupeod, suvepäevad, õnnitlused, kursused jne.

• • •

HNRK bowlingvõistkond osaleb Läänemaa firmaliigas.

3 × ERAKOGU

Seni on saadud väga häid tulemusi ning ollakse juhtgrupis. Kõige usinamalt on eri voorudest osa võtnud Krete Ledis, Helina Plinkner, Regina Palm ning Ott Rootare. Võistkonna eesmärk on jõuda Läänemaa firmaliigas finaali. Hoiame neile põialt! Kui kellelgi HNRK töötajatest on soovi võistkonna tegemistes kaasa lüüa, andku sellest julgesti märku HNRK haldusjuhile.

• • •

Detsembri keskel on traditsiooniline HNRK jõuluüritus, mis juhatab sisse kahe nädala pikkuse kollektiivpuhkuse ning paneb rahuliku punkti tormilisele tööaastale.

Parimad grillijad on HNRK-st!

Palaval suvepäeval 28. mail peeti Haapsalu Lossiplatsil maakondlik toiduvalmistamise võistlus — Läänemaa meistrivõistlused grillimises — Grillfest. HNRK võistkond Neuron osales koos kaheksa teise võistkonnaga kolmes voorus — Rakvere searibi, Talleggi kanafilee ja fantaasiaroa küpsetamises. Esimeses voorus saavutati viies, teises kaheksas ja viimases voorus kolmas koht. Võistkond pärjati tiitliga „Läänemaa parim grillija 2011”. Kokkuvõttes oli Neuron neljas, mis tagas edasipääsu lõppvõistlusele. Lõppvõistlus Türi rannas 11. juunil oli samuti edukas, saavutati 30. koht. Grillfestiga



samal ajal toimus koolidevaheline meistrivõistlus grillimises — Grillium — ja Eesti rahva barbecue võistlus — BBQ. Üritusest võttis osa 62 võistkonda. Endast andsid parima tublid grillijad Siim Kütt, Henri Telk, Mari Kirch, Sandra Pais, Siiri Siimenson ja Liina Toompuu.

Sandra Pais
tegevusterapeut

Seljaajukahjustusega patsientide spordipäev

31. juulil 2011 korraldati tegevus- ning füsioterapeutide eestvedamisel HNRK esimene liikumispuudega inimeste spordipäev. Sportlasi registreerus viisteist. Osales kolm naist ning kaksteist meest. Naiste ning meeste eraldi arvestust siiski ei tehtud. Võistlejate võistlusklassidesse jaotamisel lähtuti Eesti Invaspordi Liidu kergejõustiku üldjuhendist ning spordivahenditega abistas Haapsalu Spordibaas. Võisteldi kuuel alal: kuulitõuge, kettaheide, pallivise, 100 m ratastooli võidusõit, ratastooli takistussõit ning boccia. Igal võistlusosalal diplomeeriti kolm esikohta.

Võistluste toimumispaik oli HNRK ning selle lähiumbrus. Enamik võistlusalasid nagu kuulitõuge, pallivise ja kettaheide toimus keskuse kõrval olevas parklas. Promenaadil peeti ratastoolide võidusõit, kus osutusid kaasa elajaks ning põidlahoidjaks peale asjaosaliste ka linnakodanikud.

Kahjuks ei soosinud ilm kogu võistluspäeva ning ratastoolide takistussõit ja boccia pidid toimuma siseruumides. Õnneks ei lasknud osalejad sellest end häirida ning võistluspinget jagus spordipäeva lõpuni.

Pärast võistlusi oli kõigil osalejatel võimalik ühise laua taga ning ka hiljem kirja teel meiliaadressile saates anda tagasisidet ning kommenteerida toimunut. Osalejate tagasiside oli positiivne, kiideti head seltskonda ning huvitavaid võistlusalasid.

Korraldajad loodavad ka edaspidi spordipäeva laadsete ürituste jätkumist ning ootavad patsientidelt veel aktiivsemat ning julgemat osavõttu. Samuti on teretulnud uued ning põnevad ideed asjaosalistelt endilt, et üritus veelgi meeldivamaks muuta. Suur tänu kõigile osavõtjatele ning neile, kes aitasid kaasa korralduslikul poolel.

Merle Põhjata
tegevusterapeut

Uued töötajad, kes on 2011. aastal HNRK-sse tulnud

Tervitame kõiki ja soovime edukat ja rõõmsat tegutsemist!

Rehabilitatsiooniosakond

Keiu Barndök — logopeed
Kristel Klement — füsioterapeut
Maarja—Liisa Peedimaa — füsioterapeut
Grete Pöder — füsioterapeut
Liina Toompuu — füsioterapeut
Elke Mäemur — tegevusterapeut
Helina Plinkner — sotsiaaltöötaja
Virge Võsu — masseerija

Jelena Klimova — hooldaja
Svetlana Lipinskaja — hooldaja
Rita Moisar — hooldaja
Lea Novikov — hooldaja
Kai Silmer — hooldaja
Tiia Jeeberg — hooldaja—koristaja

Haldusosakond

Laine Kirs — ettekandja
Klaarika Liivimaa — kokaabi

Õendus—hooldusosakond

Margarita Ivanova — öde
Tiiu Kaevats — hooldaja

Administratsioon

Anu Aasmäe — personalijuht
Jüri Kull — haldusjuht

Valentina Viljamäe — kuldsete kätega massöör

Selle aasta 10. juulil tähistas Valentina Viljamäe oma 70. sünnipäeva. Vaid mõned päevad enne juubelisünnipäeva täitis tal ka 50. tööaasta HNRK-s. Valentina esimene tööpäev, tollases Vabariiklikus Ortopeedia ja Neuroloogia Haiglas, oli 6. juulil 1961, mil ta asus tööle masseerijana. Aastate jooksul on vahetunud haigla nimed ja on t o i m u n u d muidki muudatusi, kuid Valentina on jäänud truuks valitud ametile ja töötab masseerijana tänase päevani.

Valentina on suure empaatiavõimega inimene ja see on aidanud tal võita patsientide usalduse. Oma tööd teeb ta suure pühendumuse ja professionaalsusega, mille eest tuleb suurim tunnustus patsientidelt, kelle antud positiivset tagasisidet on jagunud igasse päeva kõigi nende pikkade tööaastate vältel. Eriti palju sooje sõnu ütlevad väikesed patsiendid ja nende

vanemad, sest Valentinal on eriline oskus lastega töötada, lapsed lähevad rõõmuga tema juurde massaaži.

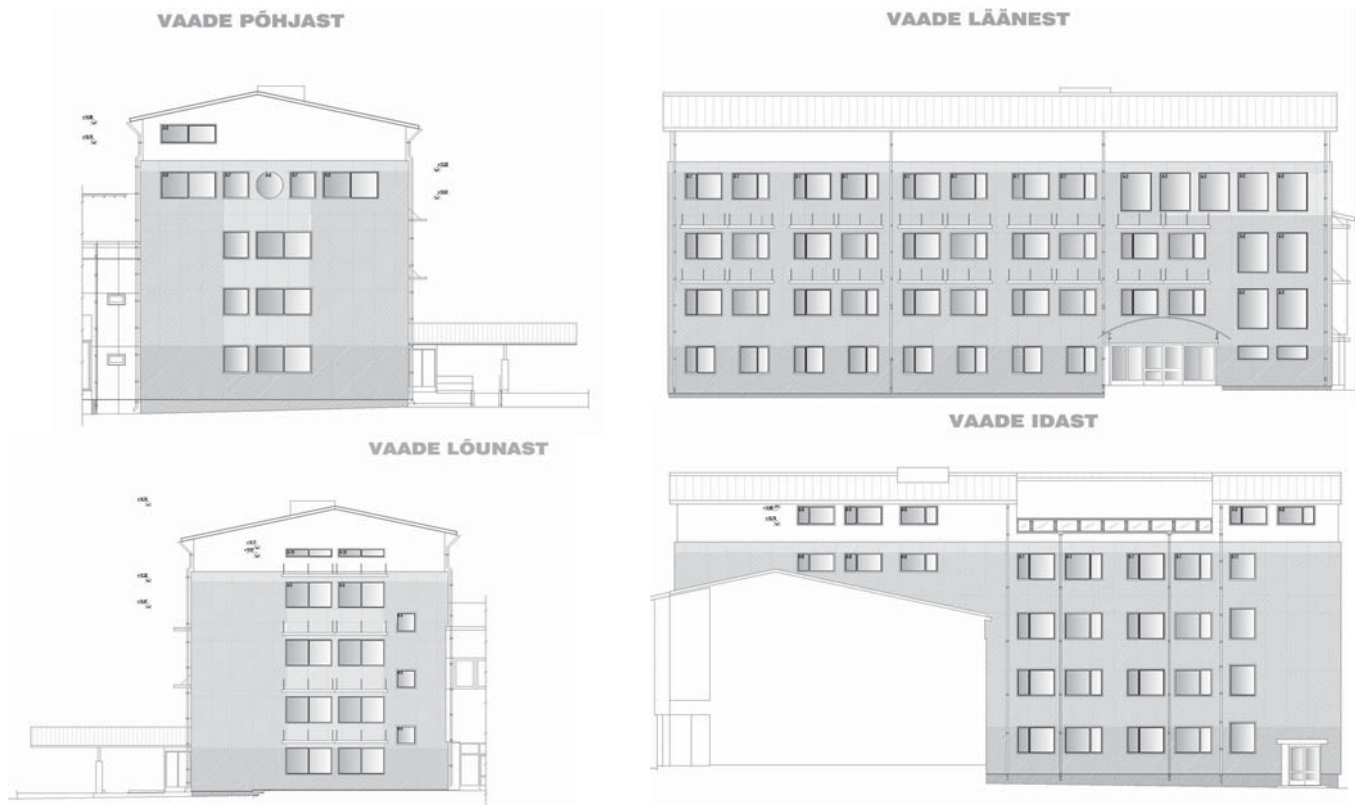
Valentinat tundvad inimesed iseloomustavad teda kui väga töökat, vastutulelikku ja alati optimistlikku inimest. ühtlasi kui ääretult tagasihoidlikku inimest, keda igasugune tähelepanu kohmetuma paneb. Endast rääkida Valentina ei armasta, pigem on ta kuulaja ja toetaja rollis. Talle endale on toeks tema kaks last ja neli lapselast, kellest ta suurt rõõmu tunneb.

Inimese kohta, kes oma tööd hästi teeb, ütlemine sageli, et tal on kuldset käed. Valenti-

nal on kuldset käed. Soovime talle head tervist ja jõudu edaspidiseks ning et tema kätepuudutus massaaži tehes aitaks veel paljusid abivajajaid.

Marika Toompuu
rehabilitatsiooniosakonna juhataja





2012. aasta kujuneb tehtavate investeeringute poolest haigla lähiajaloo suurimaks

Lõviosa tehtavatest investeeringutest läheb ehitusse. Viimase kolme aasta jooksul on märkimisväärselt suurenenud haigla töötajate hulk, on muudetud ruumide otstarvet, et tagada kvaliteet ravi- ja rehabilitatsiooniteenuste osutamisel. Leidlikule ja hästi läbimõeldud ruumiprogrammile vaatamata aga on haiglasisesed reservid ammendunud ning ravitöö elluviimiseks on vajalik ruumilise lisaressursi leidmine.

Haigla on juba pikalt planeerinud juurdeehitust. Selle vajaduses veendumiseks on HNRK töötajad külastanud samasuguse orientatsiooniga taastusravihaiglaid nii Euroopas kui ka Ameerika Ühendriikides. Saadud teadmised ja kogemused on olnud aluseks lõpliku otsuse kujundamisel. Küsimus on olnud pigem selles, kas ehitada haigla kõrvale lisakorpus või areneda kõrgustesse.

Majanduslikult ja logistiliselt lähtuvalt osutus mõistli-

kuks ehitada esmalt haigla A-korpusele peale üks korrus. Eelprojekt juurdeehituse tarvis valmis selle aasta septembri alguses. Haapsalu linn kooskõlastas eelprojekti ja väljastas ehitusloa 14. septembril 2011.

Põhiprojekt valmib detsembris ning ehitust on plaanis alustada 2012. aasta kevadel. Milleks on haiglal ruumi juurde vaja? Lähiajal ei ole haiglal plaanis oluliselt suurendada patsientide/klientide hulka. Küll aga on lisaruumi vaja selleks, et muuta statsionaarseid ja ambulatoorseid teenuseid saavate patsientide päevad senisest veelgi sisutihedamaks ja kogu raviprotsess seeläbi kulutõhusamaks.

Samuti on ajaga kaasaskäimiseks vaja kasutusele võtta tipp tehnoloogilised seadmed, need aga nõuavad märkimisväärselt ruumi ja lisatööjõudu. HNRK-st on kujunenud aastatega hinnatud kliinilise praktika baas nii Eesti kui ka välisriikide üliõpilastele, samu-

ti kaalukas kliinilisi uurin-
guid korraldav asutus — ka nende põhikirjast tulenevate ülesannete täitmiseks on lisaruumi vaja. Juhul kui Ettevõt-
luse Arendamise Sihtasutusele (EAS) esitatud „Tervise-
edenduse ja rehabilitatsiooni kompetentsikeskuse” projekt saab rahastatud, leiab haigla juurdeehituses oma koha ka üks kompetentsikeskuse laboritest. Taotluse rahastamise asjus langetab EAS otsuse 2011. aasta detsembris.

Teine, kuid niisama tähtis investeering tehakse CO₂ kvoodi rahast haiglahoone energia-
tõhususe tagamiseks. Praegu on haigla kommunaalkulud põhjendamatult suured, samuti ei ole ventilatsiooni- ja küttesüsteemid töötaja- ja patsiendisäästlikud. Vaatamata sellele, et haiglahoone on võrdlemisi uus, vajavad vahetamist aknad ja ukсед ning uuendatakse ka kogu fassaad. Energiasäästust saavutatud kokkuvõttes võimaldab senisest enam pöörata tähelepanu haigla põ-

hitegevusele ning töötajate ja patsientide heaolule.

Mõlemad ehitusprojektid peavad toimuma käsikäes ning valmima 2012. aasta lõpuks. Peale juurdeehituse ja praeguse haiglahoone energia-
tõhusamaks muutmise vaadatakse üle ka kogu Sadama 16 kinnistu planeering: oluliselt paranevad parkimistingimused nii patsientidele kui ka töötajatele, korrastatakse haljastus, luuakse senisest paremad võimalused patsientidele vaba aja veetmiseks väljaspool haiglahoonet jne.

Kuigi 2012. aasta toob kaasa suuremahulised ehitustööd, ei ole plaanis ravitööd peatada. Arukalt talitades on võimalik tagada osutatud teenuste maht ja vähemalt sama hea tase kui siiani. Loodan nii patsientide/klientide kui ka töötajate ja külastajate mõistvale suhtumisele. Loodetavasti tasub mõningane ebamugavus end peagi kuhjaga ära.

Priit Eelmäe

HNRK juhatuse esimees



2012. aasta peamised tegevus- ja arendussuunad

Ravitegevuse parendamine ja patsiendikeskema lähenemise arendamine

- Sihtrühmapõhiste meeskondade kujundamine
- Meeskonnatööde ja FIM®-instrumendi kasutamise tõhustamine
- Aktiivsete ravitegevuste osatähtsuse suurendamine päevases raviplaanis

Olmetingimuste parandamine

- Haigla juurdeehitus peamiselt ravitegevuseks vajaliku ruumi tekitamiseks
- Haigla akende ja uste vahetamine
- Haigla ventilatsiooni- ja küttesüsteemi uuendamine

Personali kompetentsuse ja heade töötingimuste arendamine

- Personali koolitusstrateegia kujundamine
- Personali töötingimuste parendamine
- Sportlike ja meelelahutuslike ühisürituste korraldamine

Haigla juhtimise tõhustamine

- Teenuste jätkusuutliku rahastamise tagamine
- Kvaliteedisüsteemi EQUASS järjepidev rakendamine
- Haiglasisesse ja -välise infovahetuse tõhustamine
- Tagasiside süsteemi efektiivsem rakendamine

Arendus- ja teadustegevuse toetamine

- Rahvusvahelistes projektides osalemine
- Teaduskonverentsidel osalemine
- Kvaliteetkoolituste korraldamine HNRKs

Patsientide tagasiside on oluline!

HNRK teenuseosutamisel ning arendustegevuses on tagasisidel oluline roll. Haigla tagasiside süsteem hõlmab kolme sihtrühma: teenuse tarbijaid, personali ning haiglaväliseid koostööpartnereid. Tagasiside andmiseks on mitmeid võimalusi, et tagada käepärasus mitmesuguste võimalustega tagasiside andjatele.

Patsientide tagasisidet rahulolust osutatavate teenustega, haiglat puudutavate olmetingimustega ning informatsiooniedastusega on kogutud 2002. aastast. Viimasel kolmel aastal on tehtud saadud tagasisidest kvartalikokkuvõtteid, mille tulemused arutatakse läbi haigla administratsioonis, et leida sobivaid lahendusi. Nii tagasiside kokkuvõtteid kui ka arutelude tulemused on kättesaadavad haigla kodulehel hnrk.ee/tagasiside.

Viimasel aastal on tegeldud sihipäraselt rahuloluküsimustikule vastajate hulga suurendamisega, et saada info oleks laiapõhjalisem ning esitaks üldisi trende ja arvamusi. Eesmärk on saada tagasisidet kolmandikult haiglas viibivatest patsientidest. Tõusutrend küsimustikule vastamisel on märgatav: septembris 2011 oli vastanuid veerand, kolmanda kvartali jooksul viiendik haiglas viibinud patsientidest. Tavapärane kvartaalne vastanute hulk on varem olnud kümnendik haiglas olnud inimeste hulgast.

Senini on patsientide rahulolu ravi ja rehabilitatsiooniga seotud tegevuse ja spetsialistidega, samuti elamis- ja olmetingimustega olnud valdavalt hea ja väga hea. Peamised kommentaarid ja ettepanekud on seotud

praktiliste vajadustega, näiteks transpordiküsimused, toitumiseelistused ja vaba aja sisustamise võimalused. Samuti on palju kommentaare seotud teenuste hulga ja rahastamisküsimustega.

Paljudele tõstatatud küsimustele on haiglal olnud võimalik leida positiivseid lahendusi. Näiteks on viimase paari aastaga oluliselt arenenud haiglasisesed vaba aja veetmise võimalused: kõigile kasutamiseks on piljardi ja lauatenise mängimise vahendid, boccia, krieket jt aktiivsust õhutavad mängud, haiglas on tasuta kiire WiFi-ühendus, igas palatis on teler või võimalus kaasa võetud teleri vaatamiseks. Koostöös Haapsalu linnaga on haigla ette tekitatud linnaliini bussipeatus ning algatatud ettepanek bussiliini sõiduplaani muutmiseks, et haigla patsiendid saaksid ümber istumata sõita bussijaama. Hiljuti sai hulk palatiteid õhksoojuspumbad, et tagada sobilik temperatuur.

Palatite tualettruumidesse on paigaldatud vedelseebihoidjad ja seep. Arendatud on info kättesaadavust ning selgust: oluliselt on täiendatud haigla koduleht, 2011. aasta maikuust ilmub kord poolaastas haigla ajaleht, hiljuti valmis HNRK-d tutvustav film. Kevadest toimib patsientide teavitussüsteem läheneva raviperioodi kohta.

HNRK tänab patsiente ja teisi, kes on haigla tagasiside süsteemi kasutanud ning oma arvamustest ja ettepanekutest teada andnud!

Kadri Englas,
arendus- ja kvaliteedijuht
Kaja Mander, ülemõde

HNRK sai Euroopa kvaliteedisüsteemi EQUASS Assurance sertifikaadi

10. novembril 2011. aastal oli Euroopa Rehabilitatsiooni Platvormi konverentsi raames kvaliteedisüsteemi EQUASS auhinna seremoonia, mil tunnustati uusi kvaliteedisertifikaadi saanud asutusi ja organisatsioone. Üritusel anti üle nii EQUASS Assurance'i (kvaliteedisüsteemi baastaseme) kui ka EQUASS Excellence'i (kvaliteedisüsteemi edasijõudnute taseme) sertifikaadid. Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus oli üks kuuest Eesti sotsiaalteenuseid osutavast asutusest, kes baastaseme kvaliteedisertifikaadi sai. EQUASS Assurance'i sertifikaat kinni-

tab, et organisatsiooni ülesehitus, juhtimine ja teenuste osutamine on kooskõlas Euroopa kvaliteedipõhimõtetega. Sertifikaat kehtib kaks aastat.

EQUASS Assurance'i kvaliteedisertifikaadi taotlemiseks oli vaja teostada struktureeritud eneseanalüüs ning sellest lähtuv rakendusplaan, pärast plaani elluviimist esitada taotlus ning läbida väliseksperptide tehtav kahepäevane audit. Lõpliku otsuse organisatsiooni sobivuse kohta langetas auditi raporti põhjal EQUASS Awarding Committee (EQUASSi Auhinna Komitee). HNRK audit tehti 5. ja 6. oktoobril 2011. aastal ning posi-

tiivne otsus saabus oktoobri keskel.

Kvaliteediarendus ning organisatsiooni, sealhulgas enekõike konkurentsivõimelise teenuseosutamise toimimine on dünaamiline ja kestav protsess. Seetõttu ei tähenda tunnustuse saamine protsessi lõppu, vaid pigem alustatu sihivõimelise jätkamist ning järjepidevat rakendamist.

EQUASSi peaesmärk on garanteerida kvaliteetseid sotsiaalteenuseid, pakkudes mõtteviisi ja struktuuri kvaliteedi parendamiseks ning pideva arengu tagamiseks. EQUASSi kvaliteedipõhimõtete sisu on välja töötatud mitme aasta



EQUASSi sertifitseerimine.

jooksul, kaasates eri sotsiaalvaldkonna huvirühmi, alates patsientidest ja teenuseosutajatest ning lõpetades seadusandjate ja rahastajatega, ja põhineb Sotsiaalteenuste Ühtse Kvaliteedi Raamistikul (Common Quality Framework in Social Services of General Interest).

Täpsem info EQUASSist: www.equass.ee; www.equass.be

Kadri Englas
arendus- ja kvaliteedijuht

EQUASSi põhimõtted

JUHTIMINE

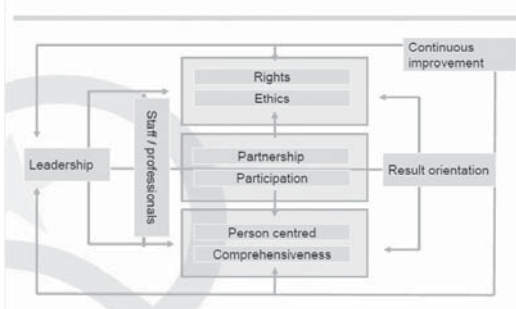
Teenuseid osutavad organisatsioonid (edaspidi: teenuse osutaja) peaksid olema hästi juhitud, kasutades ära seadusest tulenevaid võimalusi, et anda kogukonnas head eeskuj. Laiemas ühiskonnas peaksid asutused toetama positiivseid kuvandeid, vastandudes madalatele ootustele, luues parimaid praktiseerimistavaid, kasutades ressursse efektiivselt, olles innovaatiline ja pürgides vabama ning kaasavama ühiskonna poole.

PERSONAL

Teenuseid osutavates organisatsioonides pakuvad kvaliteetseid teenuseid vilunud ja kompetentsed professionaalid, kes töötavad nõuetele vastavates tingimustes. Sellised organisatsioonid on teenusekasutajate ja teiste huvirühmade heaolu nimel pühendunud personali arendamisele ning õppimisele.

ÕIGUSED

Teenust osutavad organisatsioonid on pühendunud klientide õiguste kaitsmisele ja toetamisele, mis puudutab võrdseid võimalusi, võrdset kohtlemist, valikuvabadust, enesemääratlemist ning võrdset osalemist. Teenuseid osutavad organisatsioonid tagavad oma teenustes teenuse kasutajate teadliku nõusoleku ja mittediskrimineeriva ning positiivse suhtumise.



EETIKA

Teenuseid osutavate organisatsioonide tegevuse aluseks on eetikakoodeks, mis kaitseb teenuse kasutajate ja nende pereliikmete/hoolajate väärkust, ennetab riske ning toetab sotsiaalset õiglust. Samuti on eetikakoodeksis täpsustatud organisatsioonisisese kompetentsusnõuded.

KOOSTÖÖSUHTED

Teenuseid osutavad organisatsioonid teevad koostööd avaliku ja erasektori esindajatega, tööandjate ning töötajate esindajatega, rahastajate ja teenuse hankijatega, teenuse kasutajatest koosnevate organisatsioonidega, kohalike huvirühmadega, perekonnaliikmete ning hoolajatega, tagamaks teenuste osutamise järjepidevuse ja saavutamaks paremaid tulemusi, et luua avatum ning kaasavam ühiskond.

OSAVÕTT

Teenust osutavad organisatsioonid edendavad teenuse kasutajate osalemist ja kaasatust organisatioo-

ni kõikidel tasanditel ja ka ühiskonnas üldisemalt. Teenuse kasutajad on teenuse osutaja mõistes kui aktiivsed meeskonnaliikmed. Teenuse kasutajate osavõtu suurendamiseks peaksid teenuse osutajad toetama ja laiendama teenuse kasutajate volitust. Teenuse

osutajad peaksid selleks tegema koostööd mitmesuguste esindusorganite ja gruppidega, et teha selgitustööd, kõrvaldada takistusi, propageerida aktiivselt avalikku haridust ning võrdseid võimalusi.

ISIKUKESKUS

Teenuseid osutavate organisatsioonide eesmärk on parandada teenuse kasutajate elukvaliteeti, lähtudes nii teenuse kasutajate kui ka teiste potentsiaalsete kasutajate vajadustest. Sellised organisatsioonid hindavad indiviidi panust organisatsiooni tegevusse, võimaldades neil osaleda enesehindamisprotsessis, tagasiside andmisel ja organisatsiooni tegevuse analüüsimisel. Samuti on sellistele organisatsioonidele olulised teenuse kasutaja isiklikud ja ka teenusega seotud eesmärgid, arvestades teenuse kasutaja füüsilist ja sotsiaalset keskkonda. Kõiki neid protsesse analüüsitakse regulaarselt.

LAIHAARDELISUS

Teenuseid osutavad organisatsioonid tagavad, et teenuse kasutajatele on järjepidevalt kättesaadavad

holistilised ja kogukonnapõhised teenused, mille tegevuses väärtustatakse kõikide kasutajate ning potentsiaalsete partnerite (muuhulgas kohalik kogukond, tööandjad ja teised huvirühmad) panust ning mille tegevuses kasutatakse tehnikaid, alates varajastest sekkumisest kuni toetamise ja täpsemate uuringuteni. Teenuseid peaks osutama multidistsiplinaarse meeskondliku lähenemise meetodikat kasutades või mitme teenuse osutaja ja tööandjaga koostöös.

TULEMUSTELE ORIENTEERITUS

Teenuseid osutavad organisatsioonid on orienteeritud tulemustele, pidades silmas teenuse kasutajate, perekonnaliikmete, hoolajate, tööandjate, teiste huvirühmade ja ühiskonna ootusi ja saavutusi. Samuti on eesmärk pakkuda parimat väärtust teenuse hankijate ja rahastajate jaoks. Teenuse mõjusid mõõdetakse ja jälgitakse ning nendel on oluline roll kestva arengu, läbipaistvuse ja vastutusega seotud protsessides.

KESTEV ARENG

Teenuseid pakuvad organisatsioonid käituvad prognoosivalt/ennetavalt turuvajaduste hindamisel, ressurside efektiivsel kasutamisel, teenuste arendamisel ja parendamisel ning innovaatiliste uurimistööde ja arendustööde kasutusse võtmisel. Nad pürgivad efektiivse kommunikatsiooni ja turustamise suunas, peavad oluliseks teenuse kasutajate, rahastajate ning huvirühmade tagasisidet ja tegutsevaid kvaliteedi pideva parandamise nimel.