

Lugupeetud lugeja!

On hea meel tõdeda, et koostöö seniste partneritega on kulgenud igati positiivselt ja möödunud aasta oli taaskord haiglaled edukas. Seda igas mõttes: statsionaarsete ravijuhtude hulk oli läbi aegade suurim, teenuseid osutati enam, kui varasematel aastatel, käivitati mitmed uued tipp tehnoloogial baseeruvad teenused, patsientidelt saadud tagasiside oli taaskord väga positiivne, kusjuures tagasiside küsimustiku täitis esmakordselt üle 40 protsendi statsionaarsel ravil viibinutest, töötajate hulk on suurenenud ja ka nende kvalifikatsioon on paranenud, töötajatelt saadud tagasiside oli konstruktiivne ja positiivne, haiglahoonesse tehtud investeeringud on ennast kuhjaga ära tasunud. Kõigest sellest ja veel paljustki muust käesolev ajaleht just pajatabki.

Lisaks haigla igapäevasele tööle on jätkuvalt oluline osalemine Tervisedenduse ja rehabilitatsiooni kompetentsikeskuse projektis ning sellega seonduvate rakenduslike taastusravi alaste uurimisprojektide elluviimine. Tänu eelpool märgitud projektile on eelmisel aastal korraldatud mitmeid kvaliteetkoolitusi ja kaasatud taastusravi valdkonna tunnustatud eksperte laias maailmast kui ka Eestist. Kuna kompetentsikeskuse projekt saab 2014. aastaga läbi siis on alanud juba uue jätkuprojekti ettevalmistamine. Viimase paari aastaga loodud taristu annab kvaliteetse jätkutaotluse kokku panemiseks väga head võimalused.

Nii nagu HNRK ajaleht on saanud uue vormi, nii on saamas uut vormi ka koostöö peamise rahastaja Eesti Haigekassaga. Milliseks see koostöö järgnevatel aastatel jooksul kujuneb ei ole veel käesoleva ajalehe trüki mineku ajaks teada. Võrreldes varasemate valikutega on HNRK esitatud taotlused sel aastal laiapõhjalisemad. Näiteks peame oluliseks pakkuda patsientidele edaspidi ambulatoorseid taastusraviteenuseid ka Tallinnas ja Harjumaal. Täiesti uue teenusena on plaanis käivitada noorsportlaste terviseuuringud. Jätkuvalt panustab HNRK peamiselt siiski statsionaarse taastusraviteenuse osutamisele Haapsalus. Küll aga on selge, et välja kuulutatud

statsionaarse taastusravi valikus on seekord kogu Eesti peale vähem juhtusid kui ainuüksi HNRK 2013. aastal osutas. Vaatamata sellele, et HNRK ei ole haiglavõrgu arengukava haigla on siiani kvaliteetset ja ainulaadset taastusravi teenust väärikalt hinnatud nii rahastaja kui ka patsientide poolt. Eesti Haigekassaga sõlmitud ravi rahastamise leping on olnud siiani ka vääriline. Haigla on arenenud kiiresti ning olnud valdkonna eestvedajaks nii Eestis kui kogu Baltikumis juba pikki aastaid.

Riigi sihtasutusest haigla jätkuvalt nii moraalne kui ka eetiline kohustus pakkuda esmajärjekorras teenuseid Eesti Vabariigi kodanikele. Vaatamata kõigele osutub möödapääsmatuks Euroopa piiriülese patsiendi vaba

liikumise direktiivi rakendumine, mis toob endaga kaasa hulga täiendavat peamurdmist, kuid samas avarab oluliselt neurorehabilitatsioonikeskuse seniseid võimalusi. Tõenäoliselt tagab see nii lähemas kui ka kaugemas tulevikus HNRK põhitegevuse jätkusuutliku rahastamise olles samas suureks väljakutseks. Kuid viimased vastuvõtmiseks ongi ning selleks on HNRK pere ühiselt valmis. Stabiilse järjepideva arengu kindlustamiseks on HNRK jaoks võtmetähtsusega liituda võimalikult kiiresti haigla võrguga ning teha senisest veelgi efektiivsemat koostööd piirkondlike haiglatega.

Priit Eelmäe
juhatuse esimees



Tagasivaade edasivaatamise peeglist ehk muutunud aegade samad mured.
Pildil Lääne Elu kaas 2001. aasta 12. mail.

Diagnoosipõhine lähenemine ja HNRK ravitöö põhimõtted.

Taastusravi ja rehabilitatsiooni eesmärk on toetada patsiendi/kliendi igakülgset võimalikult iseseisvat toimetulekut tema igapäevaelus. Teenuse osutaja poolse tegevuse peamiseks eesmärgiks on pakkuda parimat võimalikku multidistsiplinaarset kompetentsi ja vahendilisi võimalusi ning teenuse tarbija – patsiendi/kliendi ja/või tema lähedaste – ülesandeks on olla tegevuse aktiivseks keskpunktiks. Viimane tähendab seda, et patsient/klient ja/või tema lähikond on enda elu suurimaks asjatundjaks, osates kõneleda sellest, mis valmistab kõige enam muret, millised on suurimad raskused igapäevaelus ning millised on ootused ja vajadused tuleviku osas. Taastusravimeeskond jällegi oskab panustada enda erialaste teadmiste ja kogemustega protsessi toimimisse ning patsiendi/kliendi eesmärkide saavutamisesse.

Taastusravis ja rehabilitatsioonis ei kehti nn tüüpiline biomeditsiinilisele lähenemisele omane lähenemine, kus patsiendil on haigus, mille arst ravib terveks. Väga selgelt on tegemist tervishoiu – ja sotsiaalvaldkonna haruga, kus kehtivad biosüühosotsiaalse lähenemise reeglid ehk patsiendi haigust/erivajadust ning sellega hakkamasaamist ei mõjuta ainult haigus/erivajadus ise, vaid ka kõik muu, mis konkreetset patsienti/klienti iseloomustab, näiteks tema isikuomadused, ellusuhtumine, tema lähikond ja sõbrad ning nende seisukohad,

elukeskkond, kodu – ja töökoht ning nendega kaasnev taristu. Lisaks iga patsiendi individuaalsuse arvestamisele on taastusravi ja rehabilitatsiooni õnnestumisel suur osa patsiendi/kliendi ja/või tema lähikonna enda tegevusel, näiteks kui palju rakendatakse igapäevaelus füsio-, tegevusterapeudi ja/või logopeedi, psühholoogi nõuandeid, kas ja kui palju ollakse aktiivsed kaasa mõtlema ning tahtma lahendusi leida.

Patsientide/klientide panus taastusravi ja rehabilitatsiooni eesmärkide püstitamisesse on väga tähtis. Patsiendi/kliendi poolt püstitatud eesmärgid – ootuste ja soovitud tulemuste kirjeldusi – tõstavad tegutsemise motivatsiooni ning tekitavad suurema kaasatuse tunde. Eesmärgid, mis patsientide/klientide peas mõlguvad võivad olla realistlikud, kuid samuti saavutamatud või põhjendamatult muidalad. Kõigil juhtudel on spetsialistide meeskonnal oma roll: realistlike eesmärkide puhul pakkuda efektiivsemaid lahendusi, kahe viimase puhul selgitada soovitud eesmärkide sobimatust ning leida aja – ja asjakohasemaid lahendusi.

Eelnevale tuginedes on meeskonnatöö arusaadavalt oluline. Seetõttu on HNRK seadnud eesmärgiks, et vähemalt 75% meeskonnatöödest peaks olema kaasatud patsient/klient. Patsient/klient ei pea ennast meeskonnatööl kindlasti tundma üleliigsena vaid hoopis osalisena. Meeskonnatöö



Meeskonnatöö.

Foto: Silver Raidla

peamiseks eesmärgiks on kaardistada patsiendi/kliendi igapäevase toimetulekuga seotud probleemid ning rääkida läbi peamine eesmärk. Spetsiifilisem eesmärgistamine ja tegevus jätkub juba erinevate meeskonnaliikmete juures individuaalselt. Meeskonnatöö juht on sotsiaaltöötaja ning liikmed, lisaks patsiendile/kliendile, kõik spetsialistid, kes temaga tegelema määratud.

Kadri Englas

arendus – ja kvaliteedijuht, füsioterapeut

Füsioteraapiast neuroloogilises taastusravis.

Taastusravi vajavatest inimestest moodustavad suure osa just neuroloogiliste probleemidega patsiendid. Tegelikult võib neuroloogilise füsioteraapia jagada omakorda kaheks: laste ja täiskasvanute neurofüsioteraapiaks. Haigusi, millega neuroloogilises taastusravis töötavad füsioterapeudid kokku puutuvad on väga palju erinevaid, kuid kõige suurema osa neist moodustavad akuutsed närvisüsteemi haigused (insult, peaaajutrauma, seljaajukahjustus).

Neuroloogilise patsiendi taastusravis on kesksel kohal patsient ning väga oluline on meeskondlik lähenemine, see tähendab, et kõik patsiendiga tegelevad spetsialistid on teadlikud patsiendi probleemidest ning püstitatud eesmärkidest ning koos töötatakse selle nimel, et neid eesmärke saavutada. Probleemide selgitamise ning eesmärkide püstitamise eelduseks on aga põhjalik hindamine. Füsioterapeudil on tähtis roll ka patsiendi ja tema

lähedaste nõustamisel ja toetamisel: nt milliseid abivahendeid on vaja, abivahendite kohandamine, milliseid kohandusi oleks vaja teha kodus/koolis/tööl ning milliste harjutustega jätkata kodus, kui taastusravi lõppeb.

Füsioterapeudid kasutavad neuroloogiliste patsientide füsioteraapias motoorset õppimist. Patsienti kaasatakse aktiivselt kaasa mõtlema ja tegutsema, sest seeläbi jõutakse lõpuks probleemi ehk konkreetse ülesande lahendamise või tegevuse sooritamiseni. Motoorseid probleeme lahendatakse ikka ja jälle koos füsioterapeudiga uuesti ja uuesti. Patsienti suunatakse õppima läbi praktilise/funktsionaalse tegevuse ja kogemuse. Füsioterapeudid annavad kogemusi läbi aktiivse tegevuse, toetudes närvisüsteemi plastilisusele. Motoorse õppimise juures on algul kindlasti oluline füsioterapeudi poolne abistamine, juhendamine ja tagasiside andmine ning õppimine lõppeb siis, kui patsient on suuteline iseseisvalt sooritama liigutusi, funktsionaalseid tegevusi, millega ta igapäevaelus kokku puutub, vajamata kellegi teise poolset abistamist, suunamist või juhendamist. Motoorse õppimise juures on oluline kordamine, sest selle abil toimub kinnistumine. Motoorne õppimine peaks algama nii vara ja olema nii intensiivne kui võimalik, vastavalt patsiendi meditsiinilisele seisundile. Oluline on ka see, et need liigutused ja tegevused, mida füsioteraapias sooritatakse, oleksid konkreetsele patsiendile olulised ja vajalikud. Neuroloogilises füsioteraapias ei tegeleta konkreetse käe või jala lihaskõõl probleemiga, vaid patsiendi kui tervikuna ning läbi funktsionaalsete tegevuste püütakse lahendada osaluse ja tegevuse probleeme, millega patsient oma igapäevaelus

kokku puutub. Oluline on olemasolevaid oskusi igapäevaselt nii palju kasutada kui võimalik ning neid arendada, sest nii toimub nende kinnistumine. Vähemtähtis ei ole ka neuroloogilise patsiendi motivatsioon, sest kõige raskem on töötada patsientidega, kes ei ole motiveeritud õppima ja loodavad pigem teiste kõrvalabile. Siinkohal tuleb füsioterapeudil sageli näha kõvasti vaeva, et patsienti motiveerida ja selgitada, et loodetud tulemus ei pruugigi tulla kohe pärast esmakordset proovimist, vaid oluline ongi harjutamine ja õppimine. Kui eesmärk lõpuks täidetud, on rõõm loomulikult kahepoolne. Neuroloogiliste haigetega tegelemise teeb sageli keerukaks asjaolu, et lisaks füüsilisele puudele/häiretele võib neil esineda ka kognitiivseid probleeme (nt mäluhäired, raskused kõnelemisel või kõnest arusaamisest, psühholoogilised probleemid – ärevus, depressioon jne), mistõttu erinevate liigutuste ja tegevuste õppimine, sooritamine ja püstitatud eesmärkide saavutamine võib olla aeganõudvam ning energiakulukam.

Kuna kaasaegses ja tõenduspõhises neurorehabiliatsioonis on oluline intensiivsus, aktiivsus, tegevuse spetsiifilisus ning suur korduste arv, kasutavad neuroloogiliste patsientidega tegelevad füsioterapeudid igapäevatoos ka tipp-tehnoloogilisi vahendeid ning eelpool nimetatud põhimõtted on ühised taastusravis kasutatavatele robotitele (nt kõnnirobot, käe robotid jne). Robootilised taastusravi vahendid on füsioterapeutidele palju abiks ning muudavad ka teraapia patsiendile huvitavamaks ning väljakutseid pakkuvamaks.

Riina Mõim

füsioterapeut seljaajukahjustusega patsientide meeskonnas



Tõine situatsioon füsioteraapiast. Foto: Silver Raidla

Tegevusteraapia neuroloogilises taastusravis.

Tegevusterapeut on spetsialist, kes püüab aidata inimesi terve elukaare vältel igapäevaste toimingute sooritamisel. See sisaldab kõiki tegevusi, mida me teeme igapäevaselt, et enda eest hoolitseda, tööl käia ja mängida/veeta vaba aega. Nende alla võivad kuuluda näiteks söömine, riietumine, hügieenitoimingud, pesemine, siirdumine, magamine, istumine, õppimine, majapidamistööd, kirjutamine, käsitöö, mänguasjade käsitsemine, mängude mängimine, puhkus, hobid ja palju muud. Tegevusterapeut lähtub oma töös tegevuseeldustest. Tegevuseeldused on inimese võimed ja oskused, mis erineval määral ja erinevates kombinatsioonides on vajalikud edukaks toimetulekuks igapäevaelutegevustes. Tegevuseeldused jagatakse sensomotoorseteks (näiteks peen- ja jämemotoorika, silma-käe koostöö, kahe käe koostöö, liigesliikuvus, lihasjäõud/vastupidavus, koordineatsioon); psühhosotsiaalseteks (näiteks motivatsioon, rollid, meeleolu, suhtlemine – ja koostööoskus) ja kognitiivseteks (näiteks mälu, keskendumine, osadest terviku moodustamine, planeerimine, õppimisvõime, probleemide lahendamine).

Tegevusteraapia lastega on neuroloogilises taastusravis pisut erinev, kui see on näiteks erilaste-

aias. Peamiselt selle tõttu, et siia tulevad lapsed piiratud ajaks, ning siis on peamiseks eemärgiks lapse hetkeolukorra hindamine, röömustamine vahepeal saavutatule üle ning uute eesmärkide püstitamine ja lapsevanemate nõustamine, kuidas uusi eesmärgi saavutada. Eesmärkide saavutamiseks võib terapeut lapsega töötada: konkreetsete oskuste õpetamiseks (nt. kääridega lõikamine); vahendite kohandamiseks (nt mängunuppude suurendamine); keskkonna kohandamiseks (lapse parem asend tegevuste ajal) või abivahendite soovitamiseks (ortoos, kohandatud söögiriistad vm). Veel saab tegevusterapeut aidata lapsel arendada emotsionaalseid, kognitiivseid, sotsiaalseid ja sensoorseid oskusi ning peenmotoorikat. Tegevusterapeut tahab aidata lapsel olla võimalikult iseseisev, arendades lapse oskusi läbi positiivsete mänguliste kogemuste. Samuti nõustab terapeut peret, et lapsevanemad tunneksid end kindlamalt lapse arendamise osas.

Tegevusteraapeudi roll seljaaju kahjustusega inimese taastusravis hõlmab endas vajalike oskuste arendamist iseseisvaks eluks, näiteks vajadusel keskkonna kohandamist, erinevate abivahendite tagamist/kasutamist õpetamist ning koostöös patsiendiga sobivate toimetulekutehnikate leidmist tagamaks maksimaalse võimaliku iseseisvuse (patsiendi jaoks olulisest tegevustest). Tegevusteraapeudi unikaalsus seisneb tähendusrikaste tegevuste kasutamises, mille kaudu edendatakse psühholoogilist ja füüsilist võimekust. Oluline on perekonna nõustamine terapeutiliste harjutuste, inimese positsioneerimise, igapäevategevuste toetamise ja abivahendite kasutamise osas. Taastusravi algperioodis keskendub tegevusterapeut normaalse üljäseme liigesliikuvusele, lihasjäõudlusele ning deformatsioonide ennetamisele. Selle saavutamiseks kasutatakse voodis positsioneerimise tehnikaid ja puhkeortoosi käe funktsionaalse asendi soodustamiseks, sooritatakse üljäseme liigesliikuvuse ja lihasjäõudluse tugevdamiseks harjutusi.

Tegevusteraapia peamine eesmärk peaaugakuhustusega inimese taastusravis on suurendada

Uudis

Alates 2014. aastast ei ole Eesti Haigekassa hinnakirjas enam liikumisravi teenust. Hinnakirjas on see-eest nii individuaalsed kui grupis läbiviidavad füsioteraapia teenused. Tegemist on mõtteviisi sisulise muutusega ning füsioteraapia kui eriala jaoks olulise verstaapiga Eesti tingimustes.

Sellega kaasneb HNRK jaoks äärmiselt meeldiv asjaolu, et senine liikumisravi spetsialist Ott Rootare läbis edukalt füsioteraapeudi kutsetaotluse protsessi ja on uue aasta esimestest päevadest meie ridades füsioteraapeut.

iseseisvust igapäevases elus ja sellest tulenevalt parandada isiku elukvaliteeti. Toimetulek eneseteenindamisega on inimese jaoks eluliselt kõige tähtsam, see tagab talle sõltumatuse ning on aluseks edukusele nii töös kui vaba aja tegevustes. Tegevusteraapidid õpetavad personaalseid igapäevaelutegevusi läbi õigete liigutusmustrite ja asendite, tehes keeruka tegevuse lihtsamaks, kasutades demonstratsiooni, korrates ja praktiseerides tegevust. Terapeut aitab jagada tegevuse etappideks ja julgustab seda sooritama osade kaupa, andes verbaalseid või füüsilisi meeldetuletusi ja juhiseid. Oluline on, et tegevuste sooritamise oleks süstemaatiline ja harjumuspärane. Toetamaks inimese iseseisvat toimetulekut enesehooldustoimingutega, pöörab tegevusterapeut tähelepanu ka sensoorsete tajude suurendamisele; kognitiivsete funktsioonide arendamisele, üljäseme vaba liigesliikuvuse, kontrolli ja funktsionaalsuse suurendamisele, kehaasendi kontrolli ja liigutuste planeerimise parandamisele. Samuti võivad abivahendid või väikesed kohandused inimese harjumuspärase keskkonnas oluliselt parandada tema sõltumatust igapäevategevustes (näiteks takjapaela kasutamine nõõpide asemel, haaratsi või sokjalgatõmbaja kasutamine, adapteeritud söögiriistade või kirjutusvahendite kasutamine).

Ave Uke, Eda Kivimäe ja Siiri Siimenson
tegevusteraapidid



Individaalse ortoosi proovimine tegevusteraapias.

Foto: Silver Raidla

Kõrgtehnoloogiline jõusaal HNRK-s.

Jaanuarikuu teises pooles lisandus meie maja III korrusele pneumaatiliste HUR seadmetega varustatud täielikult ligipääsetav jõusaal.

Jõusaali teeb eriliseks asjaolu, et koormused saavutatakse suruõhu, mitte metallplokkide abil, mis tähendab, et terve liigutuse ulatuses on pingutus ühesugune, hoolimata liigutuse kiirusest. Tulemuseks on liigestele-lihastele turvalisem treening. Samuti on erinevalt tavapärastest jõumasinatest võimalik koormusi doseerida sajamgrammise täpsusega.

Esmajärjekorras tunnevad uuest saalist röömu seljaajukahjustusega patsiendid – seadmed on kujundatud lihtsasti ligipääsetavaks ka ratastoolis treenijatele. Samuti on palju elevust töötajate seas, kellele saal on treenimiseks avatud peaaegu kõigil tööpäevadel pärast töötunde.

Terapidid saavad saalis läbi viia nii individuaalseid teraapiatunde kui ka personaalse kava koostamise järel pakkuda grupitreeningu võimalust.

Hetkel töötavad füsioteraapeudi järelevalve all neli gruppi – kaks seljaajukahjustusega patsientidele ning kaks segagruppi peaaugakuhjustusega ja muude neuroloogiliste probleemidega täiskasvanud patsientidele ning lastele.

Mari-Liis Ööpik

füsioteraapeut, füsioteraapiaosakonna juhataja



HNRK jõusaal.

Foto: Silver Raidla

Uudis

04. veebruaril 2014. a. külastas HNRK-d USA suursaadik Jeffrey D. Levine koos kaaskonnaga. Suursaadik oli väisasamas Läänemaad ja Haapsalut ning muuhulgas tutvus ka HNRK tegevuse ja võimalustega. Suursaadik proovis järgi uudse pneumaatiliste jõumasinatega jõusaali, uuris neuroroboteid ning ajas töötajatega juttu. Visiidi lõpetuseks tõdes Mr. Levine, et HNRK patsiendid on heades kätes.



13. veebruaril 2014. a. toimus HNRK üldkoosolek. Koosoleku alustuseks tehti HNRK ühispilt, pärast mida andis HNRK juhataja Priit Eelmäe ülevaate haigla 2013. aasta tegevuse tulemustest, keskendudes peamiselt ravitööd puudutavale infole. Koosoleku teise osana valiti HNRK töökeskkonna volinikud, kelleks said perenaine Malle Pärtel ja füsioterapeut Krete Ledis. Üldkoosoleku lõpetas haigla magus ja lõbus sõbrapäevatervitus.

Eesti Töötukassa tunnustas 2013. aasta koostööpartnereid ja abilisid. **Läänemaa osakonna aasta koostööpartneriks nimetati Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus.** HNRK pälvis tunnustuse peamiselt seetõttu, et kaasas volinasti Töötukassa juhtumikorraldajaid enda poolt läbi viidud rehabilitatsiooniprogrammi "Seljaajukahjustusega inimesed tööturule!" tegevustesse. Juhtumikorraldajad viisid läbi nii grupitegevusi kui individuaalseid konsultatsioone. Ka HNRK-l on hea meel, et Töötukassa Läänemaa osakonna inimesed olid lahkelt nõus koostööks.

Patsiendi arvamus on meile tähtis!

Nii on kirjas ka postkastil, kuhu iga statsionaarsel ravil viibinud patsient saab postitada oma täidetud tagasiside-küsitluslehe, kus on antud hinnang teraapiatele, kogu taastusravi – või rehabilitatsiooniprotsessile, olmele jne. Samuti saab kirja panna mõtteid, mida võiksite oma tegevuses muuta, et veelgi paremat teenust pakkuda. Samas saab ka ambulatoorsel ravil käiv patsient, maja külaline ning personal anda oma tagasisidet igal hetkel kättesaadavale tagasiside lehele nimega "kiitused, kaebused, ettepanekud". Oleme kogunud patsientidelt tagasisidet alates aastast 2002. Küsimustike vorm ja sisu on aegade jooksul muutunud, kuid mõte on jäänud ikka samaks – patsientidele parima, kvaliteetsema teenuse pakkumine. Kui kellelgi peaks peale artikli lugemist tekkima suurem huvi antud teema vastu, siis leiab sellealased kokkuvõtted HNRK kodulehelt www.hnrk.ee rubriigist "tagasiside", mis sisaldab infot alates aastast 2008.

Täna keskendun aastal 2013 patsientide tagasisidele vastuseks leitud lahendustele ja tehtud arendustele.

2013. aasta IV kvartalis andis tagasisidet 58% statsionaarsel ravil viibinud patsientidest. 2013. aastal tervikuna 40,4%. Tagasiside on valdavalt väga hea ja hea. Rahulolematust esines suhteliselt vähe. See ei olnud valdavalt seotud teenuse kvaliteediga, vaid pigem väikese arvu saadud teraapiatega. Mina keskendun oma kirjatükis peamiselt

statsionaarsel ravil viibinud patsientidele mõeldud tagasiside – küsimustiku patsientide poolt antud vastustele küsimusele: "Millises valdkonnas ja mida peaksime oma tegevuses muutma" ja "Kiitused, kaebused, ettepanekud" vormilt tulevatele soovistele.

Ettepanekuid on erinevaid. On selliseid, mida on võimalik ellu viia ning neid, mida ei ole. Samuti selliseid, mille muutmine ei ole HNRK võimuses, kuna tingimused tulenevad eeskirjadest, mis seatud näiteks rahastajate poolt (näiteks raviperioodide pikkus, ravijärjekord; rehabilitatsiooni teenuse sisukus). Vastuseta ning arutelemata ei jää ükski ettepanek. Mõistlikud ettepanekud, mida saab kohe ellu viia väikese aja – ja finantskuluga, teostatakse. Väga head soovitusel, mis teostamiseks vajavad pikemat planeerimist ja suuremat hulka raha, näiteks palatitesse uued voodid, palati öövalgustus, rohkem hoolduspersonalit, vahekorrad, autoparkla laiendus, kaasatakse vastavalt võimalustele HNRK tegevuskavasse. On ka selliseid ettepanekuid, mille elluviimisesse haigla heal meelel panustaks, kuid haiglavälised partnerid ei ole valmis sobivaid lahendusi pakkuma, näiteks sularahaautomaadi paigutamine HNRK-sse.

Nagu öeldakse filmis "Viimne reliikvia": "...sellega pole meie püha üritus lõppenud...", nii ka HNRK – ikka jõudumööda ja vastavalt võimalustele.

Kaja Mander
ülemõde

2013. a. suuremad lahenduse leidnud murekohad:

Patsientide tagasiside	Lahendus ja/või edasimineku
Haiglas pakutav toit võiks olla parem.	Kui aastal 2012 rahulolu toiduga 90% ja piisavalt palju nurnaid, siis 2013. aastal rahulolu 96% ja negatiivseid sõnalisi kommentaare minimaalselt.
Ortoosiimeister võiks käia haiglas kohapeal.	SA HNRK Abivahendikeskuse avamine ning kaks korda kuus Ortoosiimeister OÜ vastuvõttud.
HNRK-s peaks olema pesupesemise võimalus.	On välja töötatud ja juurutatud süsteem, kuidas patsiendid saavad saata oma pesu haiglasoleku ajal pesumajja.
HNRK-s võiks olla õhtuse sportimise võimalus.	On sisse seatud jõusaal, mida patsiendid saavad kokkulepitud tingimustel kasutada.
Vannituppa vajalik lisada nagisid.	Nagid vannituppa lisatud.
Vedelseep on vajalik igas palati vannitoas.	Seebidosaatorid on vannitubadesse paigaldatud.
HNRK basseini plaadid karedad.	HNRK basseini läbinud renoveerimise, muuhulgas vahetatud ka basseini plaadid.
Vajadus miniköögimurkade järele õendus-hooldusosakonna kolmel korrusel.	Patsientide tarbeks välja ehitatud miniköögid (mikrolaineahi, külmkapp, veeautomaat (soe ja kuum vesi)). Köögid on HNRK poolt tee.
Arvuti kasutamise võimalused võiksid olla paremad.	Avalikud arvutid paigutatud õendus-hooldusosakonna igale korrusele. Arvutites internetiühendus ja ID – kaardilugeja.
HNRK fuajees võiks olla imikute mähkimislaud.	Imikute mähkimislaud fuajeesse paigutatud.
Ambulatoorsel ravil käivatele raske puudega lastele peaks olema võimalus hooldustoimingute ja pesemise läbiviimiseks.	Võimalus loodud.

Abivahendikeskuse areng 2014 aastal



Hetk Abivahendikeskusest.

Foto: Silver Raidla

Enamus HNRK patsientidest kasutab mõnda abivahendit, mis toetab igapäevaste toimetustega hakkama saamist. Olgu selleks siis rulaator, ratastool, mõni ortoos, haarats või suka jalgatõmbaja. HNRK Abivahendikeskuse sooviks on tagada kõikidele meie klientidele ja nende võimalikele tekkivatele vajadustele vastav lahendus. Lähtume oma töös printsiibist, et lahendamataid olukordi ei ole olemas.

Meie igapäevaste tegevuste paremaks korraldamiseks ja klientidele mitmekülgsemate teenuste pakumiseks, oleme 2014-ndal aastal plaerinud mitmeid toetavaid tegevusi. Osad nendest on juba ka teoks saanud.

Meil on väga hea meel kutsuda teid tutvuma HNRK Abivahendikeskuse uue koduleheküljega. Värvikalt meeleoluka ja rõõmsa ilmega kodulehe kujundamiseks ja tegemisele aitas suures osas kaasa vabakutseline kodulehede disainer Riin Aas. Täname teda kiirete ja loovate lahenduste leidmise eest! Kodulehelt leiab üldist infot, mis puudutab abivahendite ostmist ja müümist soodustingimustel. Samuti toome teieni info, mis puudutab riiklike ekspertkomisjonide toimumist, igapäevaseid uudiseid meie töökorraldusest ja muud aktuaalset abivahendialast infot Edasise arendusena soovime alustada toodete müüki meie e-poes. Koduleht asub aadressil abivahendikeskuse.hnrk.ee Et koduleht informatiivsuse osas vastavalt teie soovidele areneda saaks, kutsume teid üles meile kirjutama ja andma teada, millised teemad võiksid olla kajastatud või millist infot sooviksite meie kodulehelt leida. Kirjad kasulike infokillustega võite saata e-maili aadressile abivahendikeskuse@hnrk.ee

Üheks 2014 aasta eesmärgiks on pidevalt suurendada Abivahendikeskuses oleva tootevaliku hulka. Laiema kaubavaliku pakumiseks oleme sõlminud partnerlepingud teiste Eesti abivahendite ettevõtete Gadox AS-iga, Invaru OÜ ja Lifegear OÜ-ga, kes on varustanud meid mitmete tootenaidistega. Palju kaupa on olemas ka kohapealt kaasa ostmiseks. Samuti vahendame klientidele TerviseABI, MediQ, Meditsiini Grupp tooteid ja

teenuseid. Traditsiooniks on juba saanud vähemalt korra kuus Ortoosimeister Sander Srpi vastuvõtt, kuhu võivad endale aja broneerida ka need kliendid, kes parasjagu haiglas ei viibi. Info ortoosimeistri vastuvõttudest leiab meie koduleheküljelt. Plaanis on avada vastuvõtt ka tallatõe uuringuteks ning individuaalsete tallatude valmistamiseks.

Loodame leida peagi ka hea lahenduse neile taastusravil viibivate klientidele, kes vajavad HNRK-s viibides inkontinentstooteid kui omad varud on otsa saanud või koju ununenud. Meile võib oma murest julgesti teada anda ja katsume vajalikud asjad teieni toimetada.

Uue teenusena saab kasutada Abivahendikeskuse ukse taga olevat kompressorit ratastoolide, lastekäruude ja jalgrataste kummide pumpamiseks. Küsi abi abivahendikeskuse töötajatelt, kes jagavad vajalike juhiseid või aitavad vastavad toimingud teostada.

Abivahendikeskuses saab mõõta ka keha pindrõhu jaotumist. Registreerige ennast teenusele kohapeal, helistage või saatke vastavasisuine e-kiri.

Soodustingimustel abivahendite müügiks teeme koostööd kõikide Eesti maakondadega. Eelarvelised vahendid klientide teenindamiseks on meile eraldanud 2014 aastaks Läänemaa, Harjuma, Tallinn ja Raplamaa. Teiste maakondade osas teenindame meie kliente kooskõlastuse alusel maakonna keskuse Vajadusel aitame asjaajamisel ka kohaliku omavalitsusega isiklike abivahendikaartide väljastamiseks.

Aasta 2014 on HNRK Abivahendikeskuse jaoks veel sirgumise ja laienemise aasta. Teie tagasiside on meile oluline. Andke teada, millised teenused või tooteid ootate meie Abivahendikeskusest, et saaksime koos areneda edasi teie rõõmuks ja toeks!

Oleme teie jaoks olemas rehabilitatsioonikeskuse esimesel korrusel, ruumis 101A
E-R 8.00 – 16.30
Tel +372 47 25 434
abivahendikeskus@hnrk.ee
abivahendikeskus.hnrk.ee

Uudis

Lisaks tavalepingutele viidi 2012. ja 2013. aastal läbi rehabilitatsiooniprogramm “Seljaajukahjustusega inimesed tööturule!”, mida viidi läbi kahel korral ning osutati teenust kokku 25-le inimesele (20 ja 5 osalejat vastavalt kahes programmis). Programmide tulemusena 20-st 3 inimest asunud õppima, 5 suunatud aktiivsetele tööturuteenustele, 1 saanud tööle, 11 jätkanud töötamist; 5-st 2 jätkasid töötamist ning 3 on suunatud tööturuteenustele. I programmi jooksul oli päevade aktiivsus 3,8 tundi keskmiselt tööpäevas (3,2 tundi keskmiselt päevas), II programmi jooksul 3,6 tundi keskmiselt tööpäevas (3,02 tundi keskmiselt päevas). Kõige suurem rõhk oli füsioteraapiateenustel ja tegevusnõustamisel, väiksem psühhosotsiaalsel tegevustel. Kindla lisandusena peaks programmi arendamise kaasama abivahendikeskuse teenused ning partneritena konkreetsed tööandjad. Rehabilitatsiooniprogramme osutasime Euroopa tööle saamist toetavate meetmete raames.



Dokumentatsiooniga abistamine on oluline.

Foto: Silver Raidla



Lastekäruudega on vajalik tegeleda igapäevaselt.

Foto: Silver Raidla



Ratastooli või käru kummide pumpamise võimalus on Abivahendikeskuse ukse taga.

Foto: Silver Raidla

HNRK 2013. aasta ning põgu

2013. aasta tegevuskava täitmine oli edukas. Peamised tegevused ja saavutused on kirjeldatud järgnevalt.

2013. aastal olid haigla tulud kokku 2,74 miljonit eurot. Põhitegevusest saadud tulud olid suuremad kui kunagi varem (Joonis 1). Haigla kulud olid 2012. aastal kokku 2,71 miljonit eurot, võrreldes 2012. aastaga vähenesid kulud 136 tuhande euro võrra. HNRK 2013. aasta majandustegevuse tulem oli positiivne. Haigla tulud ületasid kulusid 27 tuhande euro võrra.

Taastusravi ja rehabilitatsiooniteenuseid osutati 2013. aastal HNRK-s rohkem kui kunagi varem (Tabel 1). Kokku 28 127 voodipäeva. Eesti Haigekassa (EHK) poolt finantseeritud voodipäevi oli 2013 aastal 22 998, mis on 81,76% kõigist HNRK voodipäevadest. EHK poolt rahastatud raviuhtude jagunemine EHK erinevate piirkondade vahel on kujutatud joonisel 4. EHK poolt rahastatud akuutsete ja krooniliste voodipäevade jagunemine on kujutatud joonisel 5.

	Voodihõive (%)	Keskmine ravi- juhu kestvus (päevades)	Statsionaarsete raviuhtude arv	Ambulatoorsete raviuhtude arv
2009	77	12,3	2133	620
2010	71	11,9	2240	528
2011	74	11,3	2353	705
2012	74	11,8	2362	765
2013	80	11,0	2565	860

Tabel 1. Statsionaarsete ja ambulatoorsete raviuhtude arv, ravi kestvus ja voodihõive 2009-2013 aastal.

2013. aasta peamiseks märksõnaks ravitõises tegevuses oli **diagnoosipõhise lähenemise elluviimine ja juurutamine**. Seda nii igapäevases ravitegevuses, kus korraldati ümber meeskonnatööde läbiviimise töökord, andes suurema korraldusliku vastutuse sotsiaaltöötajatele ning struktureerides meeskonnatööde kirja panemise suunitlusega osaluse ja tegevuse tasemele. Teisalt ravitööd ettevalmistavas tegevuses ravijärjekorra pidamise ümberorganiseerimises: uuendatud diagnoosipõhine ravijärjekorra pidamise kord sai kooskõlastatud Eesti Haigekassaga.

Ravijärjekorrapidamine kui kogu haigla tegevuse peamine alus sattus uuendamise protsessis suurema tähelepanu alla ning algatati ravijärjekorrapidamise sisulisem analüüsiprotsess, mille eesmärgiks on jõuda läbipaistvate lahendusteni ravijärjekorra pidamisel, vähendada äraütlemissi miinimumini ning tagada optimaalseim erinevate struktuuriüksuste töökorraldus; potentsiaalselt jõuda maksimaalselt haigla vajadusi katva tarkvaralise lahenduseni.

FIM®-instrumendi kasutamiseõigus reakrediteeriti veebruaris 2013. Uus kasutusperiood on kehtiv kuni 1. aprill 2015. FIM®-i kasutatakse 14 ja rohkem päeva haiglas viibivate patsientide abivajaduse määra ja selle kaudu sinise tegevuse tulemuslikkuse ning edasise vajaduse hindamiseks.

HNRK-s alustas esmakordselt tegevust **seljaajukahjustusega patsientide kogemusnõustaja**. Kogemusnõustaja teenust on 2013. aastal rakendatud 301 korral. Kogemusnõustaja on olnud kaasatud meeskonnatöösse, füsio- ja

tegevusteraapiasse ning sotsiaaltöötaja grupitegevustesse ning panustanud vaba aja veetmise ettevõtmistesse, millest ilmekaim on suvised kanuuretked Haapsalu tagalal.

HNRK tegevusse rakendati koostöös Tervisedenduse ja Rehabilitatsiooni Kompetentsikeskusega **hulk tipp-tehnoloogilisi vahendeid** – kõnnirobot Lokomat, käerobot Armeo, tasakaalu – ja ülajäseme funktsioonide hindamist ja treenimist võimaldav E-link, isokineetiline dünamomeeter, seisulaud Erigo.

Liisa kasutamine 2013. aastal on olnud tavapärase. Kasutusse on võetud Liisa öendusloo täitmine ning arstlike korralduste vormistamine Liisas. Planeeritud arendused, millest märkimisväärsimad on FIM® graafiku lisamine epikriisi ja epikriisi ülesehituse korraldamine ning psühhosotsiaalsete spetsialistide tegevuse efektiivsem kirjapanemine, osutusid liiga kulukateks. Seetõttu on edasisteks läbirääkimisteks üle kantud 2014. aastasse.

2013. aastal on käinud **rohkem kui 50% HNRK töötajatest** erinevatel koolitustel. Erinevaid koolitusi, mida väisati, oli 2013. aastal kokku 95. Koolitustest ettekannete tegemine ning sisukate materjalide jagamine kolleegidega on saanud heaks tavaks. Lähetusaruanded on täidetud ning muuhulgas sisaldavad informatsiooni koolituse kasulikkusest töötajale ja haiglale.

HNRK-s on läbi viidud vastavalt kokkulepitule regulaarsed **esmaabikoolitused**: kaks meditsiinipersonalile ning üks kogu personalile, kes tegeleb ravitööga. Koolitused on pärvinud positiivse tagasiside. Samuti toimus **tuleohutuse õppus**. 2013. aastal osalesid HNRK töötajad **viil rahvusvahelisel konverentsil**: Nordic Vicon Users Group (NVUG) kohtumisel, European Society of Movement analysis in Adults and Children (ESMAC) konverents, Baltic Association for Rehabilitation (BAR) konverents, TetraHand konverents ja International Neurorehabilitation Symposium (INRS). Avaldatud on kaks haigla tegevusel põhinevat teesi. Lisaks osaleti abivahendimissil RehaCare.

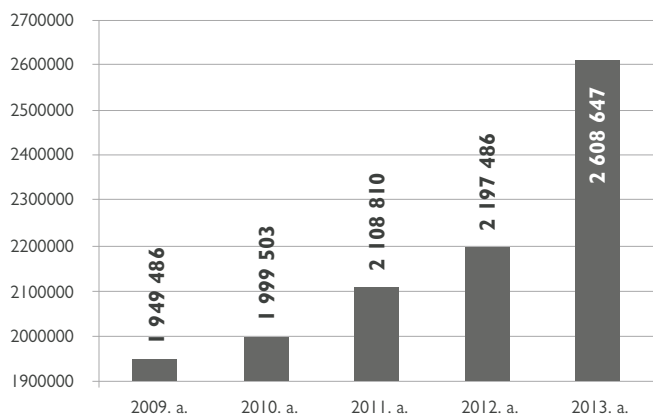
2013. aastal korraldati **HNRK-s 3 rahvusvahelist koolitust**: Neuro Developmental Treatment (Bobath) Introductory Course in Treatment of Adult Hemiplegia; NDT/Bobath Advanced UE Course in Treatment of Adult Hemiplegia; Assessment and Therapy Over the Course of Neuropsychological Rehabilitation. Vastavalt 37,5 tundi, 37,5 tundi ja 16 akadeemilist tundi. Koolitustel osales vastavalt 35, 13 ja 26 inimest (kokku 74 koolitatavat).

Lisaks viidi läbi **kaks õppeainet Haapsalu Kutsehariduskeskuse (HKHK) hooldustöötajateks õppijatele** – Hooldusabivahendid ja Aktiveerivad tegevused – ning **üks aine, Rehabilitatsiooni alused, Tallinna Ülikooli Haapsalu Kolledži (TLÜ Hps) tervisejuhi õppekava tudengitele**. HKHK ainete maht oli hooldusabivahenditel 13 tundi (4 õppepäeva) ning aktiveerivatel tegevustel 26 tundi (7 õppepäeva). Mõlemad ained pandi kokku ja viidi läbi ainult HNRK ja HNRK Abivahendikeskuse töötajate ja vahenditega. Kokku oli kaasatud 9 HNRK töötajat. Ainel osales 17 õppurit. TLÜ Hps rehabilitatsiooni aluste maht oli 3 EAP (kontaktundide maht 18, 3 õppepäeva). Ainel osales 17 inimest. Aine läbi viimisesse oli kaasatud 3 HNRK töötajat.

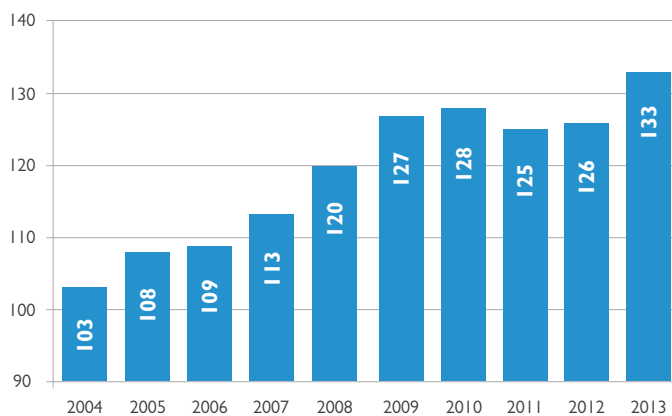
HNRK oli 2013. aastal praktikakohaks 63-le inimesele.

Juulikuus avati personali puhketoas HNRK raamatukogu. Raamatukogu on aasta jooksul täienenud erinevate raamatutega ning tellitud on lisaks kaks teadusajakirja: Clinical Rehabilitation ja Journal of Rehabilitation Medicine.

Personalile mõeldud üritused ja tervislikke eluviise propageerivad võimalu-

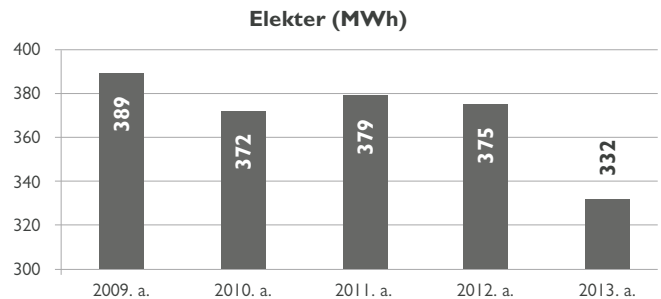
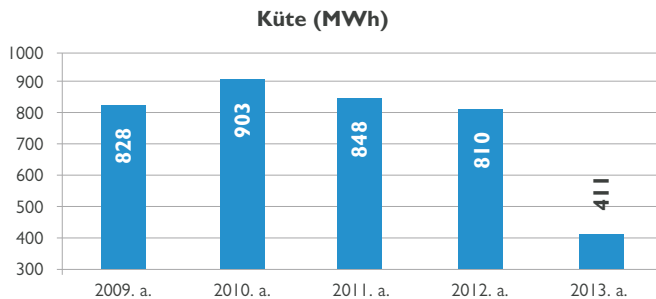


Joonis 1. Haigla põhitegevusest saadud tulud (€) 2009-2013 aastal



Joonis 2. HNRK töölepinguga töötajate arv 2004-2013 aastal.

sissevaade 2014. aastasse.



Joonis 3. HNRK energia tarbimine haiglahoones renoveeritud 5367 m² kohta 2009-2013 aastal.

sed toimivad. SEB Maijooksust võttis osa 30 naist, SEB Sügisjooksust võttis osa 25 inimest, Läänemaa Fimade karikavõistlustest võttis osa 28 töötajat, võideti 8 individuaalmedalit ja võistkondlik II koht. Töötajatele on kasutamiseks kolm sportimisvõimalust: üks kord nädalas ujumine Haapsalu veekeskuses, üks kord nädalas sulgpalli mängimise võimalus Haapsalu spordihoones ning võimlemis- ja venitustreening HNRK ruumides. 17. augustil toimus **HNRK suvepäev** Viljandis, millest võttis osa 46 inimest ning 13. detsembril **jõulupidu-kontsert** ansambliga Noorkuu, millest võttis osa 102 töötajat. Ühiselt käidi vaatamas 3 teatrietendust. Tunnustati lillekimbu ja haigla tänukirjaga tööjuubilare ning lillekimbu ja hea sõnaga juubilare. Professionspäeval on töötajaid erinevate üllatustega meele peetud. Toimused HNRK sügislaatu, suve avamise ja lõpetamise üritus.

2013. aastal viidi läbi **töökeskonna riskianalüüs**, mille tulemuste põhjal koostati tegevuskava ning viidi ellu suurem hulk vajalikke korrekture.

Aasta lõpus valiti ja tunnustati aasta töötajat.

Tegevuskava välise tegevusena viidi 2013. aasta lõpus läbi ulatuslik **töötajate rahulolu-uuring**, millele vastas 111 töötajat.

HNRK-s töötas 2013. aasta lõpu seisuga 133 töötajat (Joonis 2). Lisaks kasutas haigla 35 isikut töövõtu- või käsunduslepinguga. Töötajate keskmine vanus oli 2013. aastal 44 aastat, aasta varem oli see 45,9 aastat. Töötajatele arvestatud töötasu koos maksudega oli 2013. aastal 1,73 miljonit eurot. Haigla palgafond kasvas 2013. aastal võrreldes 2012. aastaga 11,2 % moodustades 64 % 2013. aasta kogukuludest.

HNRK juhtimise põhimõtete aluseks on võetud Euroopa kvaliteedi raamistikul põhinev **EQUASS Assurance süsteem**, mille kaheaastane kehtivusperiood lõppes 2013. aasta oktoobris. Taastootlemise planeerimisel tehti kaalutletud otsus lükata taotlemine edasi 2014. aasta lõppu.

Informatsiooni levimine on haigla toimimise üheks peamiseks võtmemehhanismiks. Selleks on investeeritud mitmetesse infovahetusprogrammidesse. Webdesktop (WD) siseveebi ja dokumendihaldusprogrammina on rakendunud püstitatud eesmärkide ulatuses: lähetuste vormistamine, pikenduste vormistamine, dokumentide kinnitamine, väljamineva ja sissetuleva kirjavahetuse registreerimine ning ravile kutsete saatmine toimib WD baasil. 2014. aasta

eesmärgiks on arvetega seonduvate tegevuste ning koolitustegevuse dokumentatsiooni ülekandmine WD-sse.

Haigla IT-süsteemid, tark- ja riistvara toimib. Vajalik on haigla serveri uuendamine, et tagada sujuvam ja kiirem andmevahetus.

Üksiktootaja osaluse suurendamine osakonna ja organisatsiooni tegevuses on järjepidev protsess, milles suurim roll osakondade juhtidel läbi töötajate kaasamise. Olulisimaks arenduseks selles sunnas oli 2013. aastal läbi viidud töötajate rahulolu-uuring. 2014. aasta tutvustab arenguid vahetu tagasiside andmise ning ettepanekute tegemise valdkonnas.

HNRK-ga seotud informatsiooni levitamine on toimunud peamiselt **haigla ajalehe, veebilehe ja infovoldikute** kaudu. 2013. aastal ilmus kaks ajalehte: juunis ja detsembris, mis olid mahult 4 lehekülje paksemad kui 2012. aasta ajalehed (kokku kumbki leht 16 lehekülje). Ajalehtedes algatasime kaks uut rubriiki: ravitöö valdkonnas taastusravi spetsialistide tööde tutvustamise ning personali valdkonnas spetsialistide tutvustamise. Mõlemad ajalehed on saadetud postiga suurematele partneritele ning jagatakse töötajatele, patsientidele ning külastajatele. Uuendatud ja kaasajastatud said kõik infovoldikud. HNRK veebileht on hoitud kaasaegne. 2014. aasta toob kaasa värskema välimusega ajalehe, mis ilmub aprillis ja septembris ning suure tõenäosusega ka uues kuues veebilehe.

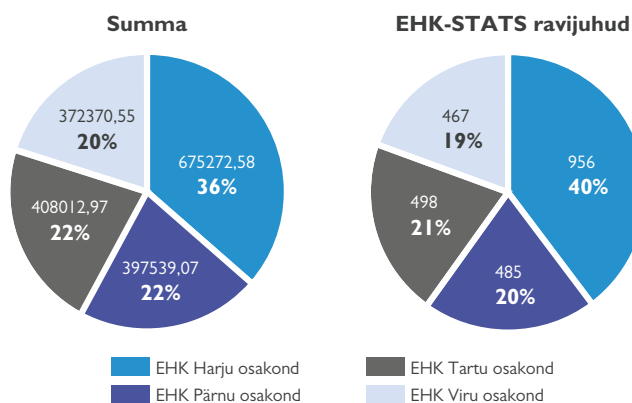
Kokkuhoid halduskuludel on olnud märkimisväärne. Kütte puhul oli 2013 aastal energia kulu 411 MWh, mis teeb 48,5% võrreldes 2009-2012 aastate keskmisega (847 MWh) (Joonis 3). Elektrienergia puhul oli 2013 aastal energia kulu 332 MWh, mis teeb 87,7% võrreldes 2009-2012 aastate keskmisega (379 MWh). Säästlikumast tarbimisest kokku hoitud summad investeeriti haigla töökeskonna ja ravitingimuste kaasajastamisse. Haigla patsientidele töötati välja pesu pesemist võimaldav teenus. 2014. aastal võetakse luubi alla haigla personali tööriietus, tegustatakse edasi parkla laiendamise valdkonnas ning invabussi hankimisega.

Priit Eelmäe

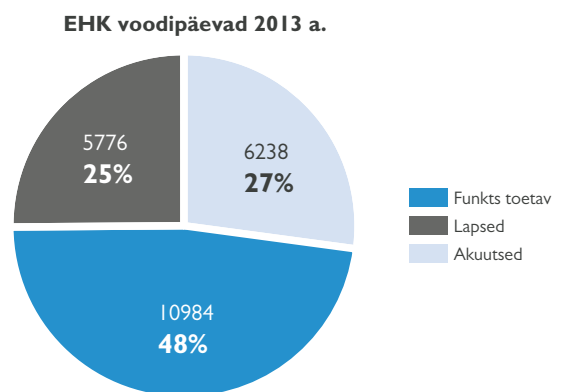
juhatuse esimees

Kadri Englas

arendus- ja kvaliteedijuht, füsioterapeut



Joonis 4. Eesti Haigekassa poolt finantseeritud statsionaarsete taastusravi-juhtude jagunemine erinevate piirkondade vahel 2013 aastal.



Joonis 5. Eesti Haigekassa poolt finantseeritud akuutsete ja krooniliste haigete voodipäevade jagunemine 2013 aastal

Hooldustöötajate õpetamisest.

Kahes viimases “Keskustelu” numbris oleme käsitlenud hooldustöötajate õpetamise teemat koos Haapsalu Kutsehariduskeskusega (HKHK). Meeldetuletuseks, aastal 2012 alustas HKHK hooldustöötajate koolitamist. Hooldustöötajate koolitamine on aktuaalne küsimus ühiskonna jaoks. Teatavasti on vajadus kvaliteetse hooldusabi järele kasvavas trendis. HNRK on õpetamas kolme ainet: “Hooldusabivahendid”, “Aktiveerivad tegevused” ja “Rehabilitatsiooni alused”. 2012. aastal alustanud esimene kursus on läbinud 2 eel-pool nimetatud ainet ja hetkel omandamas ainet

“Rehabilitatsiooni alused”. Kohe-kohe on algamas teisel kursusel aine “Hooldusabivahendid”. Samuti pakume võimalust sooritada praktikat HNRK-s. Oleme kuulnud kokkade, teenindajate jne kutsemeisterlikkuse võistlusest, aga mitte hooldustöötajate võistlusest. Sel aastal märtsikuus toimub hooldustöötajate vabariiklik kutsemeisterlikkuse võistlus. Selleks, et HKHK võistkond hästi esineks, oleme abiks nõu ja jõuga kodutöö ettevalmistuses ja praktiliste oskuste lihvimises. Kuidas võistlustel läks, sellest juba järgmises Keskustelu numbris. HNRK koolitajate meeskonda kuuluvad: Liis

Niinemets, Kadri Englas, Ott Vanem, Krete Ledis, Riina Möim, Heidi Kukuškin, Arge Leht, vastutajana Kaja Mander. Eelmisest numbrist praeguse ilmumiseni on õpetatud ainet “Aktiveerivad tegevused” ja hetkel pooleli “Rehabilitatsiooni alused”, sellest tulenevalt on õpetajate meeskonda lisandunud Priit Eelmäe, Aina Tõnutare, Eda Kivimäe ja Ülle Kruus. Aitäh Teile!

Kaja Mander
ülemõde



01.-02 – märtsil 2014. aastal toimus Palamuse lähistel Arstiteaduse Üliõpilaste Seltsi traditsiooniline talveseminar, mis sel aastal korraldatud koostöös Eesti Füsioterapeutide Liiduga. Talveseminarite teemaks oli füsioteraapia ja tegevusteraapia. Ürituse õnnestumisel oli suur roll ka HNRK töötajatel. Riina Möim pidas sisuka loengu füsioteraapiast neuroloogilises taastusravis ning juhendas meeleolukat praktilist töögruppide ratsastooliga sõitmisest. Jaana Oberg, Mari Alvela ning Liis Niinemets olid tublid praktiliste tegevuste elluviijad, selgitades vastavalt karkudega liikumise tagamaid, tasakaalu ja kõnni hindamise saladusi ning abivahendite hankimisega seonduvaid keerdkäike. Ave Uke ja Siiri Siimenson tutvustasid tulevastele arstidele tegevusteraapiat ning pakkusid neile nii mõnegi tegevusteraapeutilise väljakutse. Kadri Englas rääkis füsioteraapiast ja füsioterapeudiks olemisest üldiselt ning selgitas võimalusi väikelaste arengu toetamiseks esimesel eluaastal. Lisaks HNRK inimestele olid talveseminaril õnnestumisesse kaasatud ka füsioterapeudid teistest asutustest.

Reedel, 7. veebruaril oli HNRK maja täis noori füsioterapeudihakatisi: külas oli 26 Tartu Tervishoiu Kõrgkooli füsioteraapia eriala II kursuse tudengit koos juhendaja Ivi Vaheriga.

Päev algas meie asutuse üldise tutvustusega juhataja esimehe Priit Eelmäe poolt, millele järgnes füsioteraapeut Riina Möimi ettekanne füsioteraapiast neuroloogias.

Ülemõde Kaja Mander tutvustas traditsiooniliselt HNRK maja ning seejärel said tudengid väiksematesse gruppidesse jaotatult jälgida kokku kahte füsioteraapiatundi reaalsete patsientidega – nii peaajukahjustuse ja insuldi kui ka seljaajukahjustusega tegelevas meeskonnas.

Pärast lõunapausi jätkus päev robotikala-boris, kus oli võimalik näha parasjagu käimas-olnud treeningut kõnnirobotil, omal nahal katsetada Armeo käerobotit ning tasakaalu ja osavuse proovile panna E-Link süsteemi tasakaaluplatvormidel.

Päeva lõpul oli tudengite tagasiside väga positiivne ning õhus tunda õhinat. Loodame, et külaliste seas oli nii mõnigi tulevane tore kolleeg!

HNRK sisekoolitusaasta tuleb kõigi eelduste kohaselt traditsioonilisemast sisukam. Ettevalmistamisel on esmaabikoolitused ning tuleohutuskoolitus, FIM®-instrumendi kasutamiskoolitus, arvutikasutamise koolitused e-posti lugemiseks, siseveebis uudistamiseks, kalendrimooduli kasutamiseks töö planeerimisel, meditsiinilise vene keele kursused, autismispektriga lastega tegelemise koolitus, ortooside sobivuse hindamise ja soovitamise koolitus, aktiveerivad tegevused, robotiliste vahendite ka-



sutamiskoolitus, uue töötaja koolitus, mis hõlmab endast organisatsiooni tutvust, tööohutuse ülevaadet ning konkreetse struktuuriüksuse tutvustust. Kindlasti ootab arendusosakond nii suulist kui kirjalikku tagasisidet, milliseid sisekoolitusi oleks vaja! Koolituskalender ning sisekoolituste korraldamise ja läbiviimise lühike strateegia näeb kõigi eelduste kohaselt ilmavalgust I kvartali lõpuks ning on seejärel ajas täienev.



Avameelselt sotsiaaltööst

HNRK on oma patsientidele sotsiaaltöötaja teenust pakkunud juba üle 10-ne aasta.

Täna töötab HNRK-s viis sotsiaaltöötajat: Lelet, Andres, Malle, Helina ning Marika. Lelet on spetsialiseerunud peaaugukahjustusega patsientidele, Andres seljaajukahjustusega patsientidele ja Malle lastele. Helina nõustab rehabilitatsiooniteenuse kliente ning koordineerib lisaks ka haigla rehabilitatsioonitööd. Marika põhiülesandeks on täna rehabilitatsiooniosakonna juhtimine, mille üks osa on ka sotsiaaltöö teenuse arendamine HNRK-s.

Sotsiaaltöötaja peamiseks ülesanneteks HNRK-s on teavitada patsienti tema seaduslikest õigustest ja võimalustest ning nõustada teda erinevate sotsiaalsete probleemide lahendamisel. Seoses diagnoosipõhise ravitöö arendamisega on alates eelmise aasta lõpust sotsiaaltöötaja ülesandeks ka meeskonnatööde läbiviimine ja dokumenteerimine.

Mida arvavad oma tööst aga asjaosalised ise? Seda küsisin neilt ühel veebruarikuu pärastlõunal. Mallele meeldib, et sotsiaaltöös on vähe rutiini. Iga klient on erinev ja see teeb töö huvitavaks. Andres on sama meelt: "Tänu erinevatele klientidele õpid koguaeg midagi juurde". Vahetu suhtlus võimaldab saada ka kohest tagasisidet oma tööle. Lelet toob positiivse küljena välja võimaluse inimest aidata.

Sotsiaaltöötaja põhilise rollina näevad kõik patsiendi motivatsiooni toetamist ja tema julgustamist ise toime tulema. "Oluline on, et inimene saaks ka pärast haigust võimalikult aktiivselt nii tööelus kui ka muus elus jätkata", lisab Marika, kes on sotsiaaltööd teinud juba 20 aastat.

Andrese sõnul ongi kõige raskem patsientidega, kes on "sõltuvuses" sotsiaalhoolekandest ja toetustest ning kel puudub tahe seda olukorda muuta.

HNRK tugevusena nimetab Andres patsiendikeskset ja inimlikku lähenemist. Malle toob välja meeskonnatöö ja ühise eesmärgi nimel tegutse-

mise.

Helina aga arvab, et sotsiaaltöö võib olla vahel ka üsna rutiinne, sest patsientide teadlikkus erinevatest teenustest ja nende sisust on vähene, mistõttu tuleb tihtipeale ühte ja sama asja selgitada mitmeid kordi päevas. "Kannatlikkus on kindlasti üks olulisi omadusi sotsiaaltöös", lisab ta.

Marika lisab veel empaatiavõime ning Malle hea kuulamisoskuse.

Räägime ka Haapsalus elamisest ja töötamisest ning sellest, et palju inimesi liigub siit suurtesse linnadesse. Andres arvab, et tulevikus on pigem just Haapsalu see koht, kus elada. "Kui inimesel on piisav sissetulek tagatud siis muutuvad talle oluliseks muud asjad nagu näiteks elukeskkond ja Haapsalu on elukeskkonnana väga hea koht", ütleb ta.

Helina toob välja, et Haapsalus on väga head spordi tegemise võimalused. Ja viimasel ajal on lisandunud ka mitmeid uusi söögikohti. Marikale meeldib, et Haapsalus on rahulik ja kõik asjad on ligid. Ka suured linnad nagu Tallinn ja Pärnu on ligid. Juhul kui Haapsalus liigi rahulikuks läheb.

Kokku saame igal juhul palju häid mõtteid, miks just Haapsalus on hea elada!



HNRK sotsiaaltöötajad.

Saage tuttavaks!

HNRK meeskonna uued liikmed on:

Annika Sillat
ettekandja

Pille Kuuse
rehabilitatsiooni ja füsiotera-
peutideosakonna sekretär

Siiri Kass
arstide osakonna sekretär

Siiri Siimenson
tegevusterapeut

Ave Uke
tegevusterapeut

Maarja Lõps
kvaliteedispetsialist

Kaja Nurms
kokaabi

HNRK töötajate rahulolu-uuring 2013

2013. aasta novembris viidi HNRK-s läbi töötajate rahulolu-uuring, mis sellisel kujul toimus esmakordselt. Küsisime töötajate hinnangut 16-le erinevale väitele, mis puudutasid info kättesaadavust, rahulolu töökeskkonna, töökorralduse ja tööülesannetega, koostööd kolleegide ja otsese juhiga ning rahulolu tasustamise ja muude ettevõtte poolt pakutavate soodustustega.

Küsimustikule vastas 111 töötajat ehk 84,1% töötajatest. Lisaks hinnangu andmisele oli töötajatel võimalus ka lisada kommentaare ja ettepanekuid. Seda võimalust kasutasid ligi pooled vastajad.

Hinnangud olid valdavalt positiivsed või väga positiivsed, kuid tuli välja ka valdkondi, millega tuleks tegeleda. HNRK keskmiseks hindeks kujunes tubli 3,28 4-palli skaalal.

Kõige positiivsemalt hindasid töötajad info kättesaadavust, erinevate spordivõimaluste pakkumist, siseüritusi, selgeid ja konkreetseid tööülesandeid ning arusaadavaid eesmärke. Samuti näitas uuring, et enamus HNRK töötajatest tunneb uhkust HNRK üle ja on rahul, et nad kuuluvad siia ettevõttesse.

Meil on hea meel, et nii paljud töötajad olid valmis kaasa mõtlema ja oma arvamust avaldama. Rahulolu-uuringu tulemusi võeti arvesse 2014. a. tegevuskava koostamisel ning kindlasti viime rahulolu-uuringu läbi ka käesoleval aastal.

Karin Karro
personalijuht

Koolitusaasta 2014 toob kaasa hulga sisukaid rahvusvahelisi koolitusi, mille kohta on täpsemat infot kõige õigem otsida HNRK kodulehelt või kirjutada aadressil kadri.englas@hnrk.ee.

- Märtsis ja aprillis alguses oli HNRK-s USA laste neuroarengulise ravi spetsialist Jane Styer-Acevedo, kes viis läbi 3 toredat koolitust: 27.-29.03 koolituse "Going Out on a Limb!" laste posturaalkontrolli arengust ja selle toetamisest, 31.03 – 01.04 juhtumianalüüsidel põhineva kõnnikoolituse ning 02.04 – 06.04 "Connecting the Dots Between Medically Complex to Functionally Competent" imikute ja väikelaste motoorsest arendamisest. Koolitused olid väga praktilised ja toredad.

- 16. mail 2014. aastal toimub HNRK-s Eesti Taastusarstide Seltsi ja Eesti Lastearstide Seltsi konverents "Erivajadusega lapsest saab täiskasvanu". Täpsem info www.etas.ee.

- Septembris tuleb taas HNRK-sse Kanada NDT-spetsialist Cathy Hazard, et koos kolleegiga viia läbi neuroarengulise ravi terapeutide sertifitseerimiskursus hemipareesiga täiskasvanud inimeste käsitlemisest. Koolituse täpsemad kuupäevad ning täpne maksumus on veel läbirääkimiste faasis, kuid koolituse toimumine mitte. Seega, peaaugukahjustusega täiskasvanutega tegelejad, hoidke edasise info osas meeled erksad!

- Septembri algus peaks lisaks kaasa tooma koolituse(d) ratastooli käsitlemise õpetamisest "Wheelchair Skills Programme", et füsioteraapeutide oskused-teadmised selles vallas saaksid lihvitud. Kui läbirääkimised on jõudnud lõpule edastame ka täpsema info!

Aasta töötajad 2013

Eelmise aasta viimasel kuul valisid HNRK töötajad endi seast välja kolleegid, kes 2013. aastal oma saavutuste, professionaalsuse ja koostööoskuse poolest silma paistsid. Lisaks aasta töötajatele valiti ka HNRK aasta tegu 2013. Selle tiitli pälvis HNRK töötajate suvepäev Viljandis. Küsisime aasta töötajatelt 3 küsimust, et teada saada, mida nad elust ja asjadest arvavad.

Aasta füsioterapeut MARI-LIIS ÖÖPIK

HNRK-s on Mari-Liis töötanud 1,5 aastat. Lisaks füsioterapeudi tööle juhib Mari-Liis ka füsioterapeutide osakonda.

Milline on üks täiuslik päev?

Täiuslik päev on pikk ja päikeseline, algab kuum kohvi sisse segatud külma piima ja maitsva hommikusöögiga ning lõpeb klaasikese veiniga õhtusöögi kõrvale mõnusalt seltskonnas.

Sinna vahele mahub erinevaid variatsioone: õmbelmine või sellest unistamine mööda kangapoodi käies, jalgrattasõit, varasügisel metsas seenetejaht, väikevennaga pizzaküpsetamine, mõnus kontsert, pisarateni naer kalli sõbraga, järgmise reisi planeerimine...



Lemmikkirjanik(ud)

Ühte ja ainust lemmikkirjanikku ei ole, aga Orwelli raamatuid lugedes oli järele mõju väga pikk.

Meeldejäävaim reis

Valides ühe reisi teen teistele liiga. Võibolla kõige mitmekesisem oli reis Hispaaniasse, alguspunktiks Madrid oma kunstimuuseumitega ja sealt autoga põhja poole, peatudes pisikestes linnades ja mägikülades, matkates ning jõudes mööda rannikut Bilbaosse, kus kirsiks tordil oli Guggenheim.

Teised temast:

Tal on nakkav naer, otsekohene ütlemine, kaasasündinud iseenda arvamus. Oma kreekalikult ratsionaalsel moel pikendab ta hommikuund liftiga sõites ning õmbleb endale kleite kiiremini kui teised neid osta jõuavad. Ühe hea koogiga saab tal alati meele veel rõõmsamaks teha. Ei keegi muu kui Mari-Liis Ööpik

Aasta tegevusterapeut EDA KIVIMÄE

HNRK-s täitub Edal sel aastal 10 aastat.

Milline on üks täiuslik päev?

Päev on täiuslik, kui päike paistab. Ülejäänud on juba oma teha.

Kas teater või kino?

Teater ja kino. Olenevalt seltskonnast, tujust ja tegevuse eesmärgist.

Mõttetera, mida järgid või pead oluliseks

Hoia oma mõtted positiivsed, sest su mõtted saavad sõnadeks, sõnad muutuvad käitumiseks, käitumine muutub hajumuseks, harjumused muutuvad väärtuseks ja väärtused muutuvad su saatuseks!



on peidus sisukas pedagoog. Üks ja ainus Eda Kivimäe

Aasta administratsiooni töötaja KARIN KARRO

HNRK-s alates mai 2013.

Omadus, mida inimestes enim hindad

Julgus – öelda, mida sa mõtled
Julgus – võtta vastutust
Julgus – enda vigu tunnustada
Julgus – muutuda

Raamat, mida soovitaksid.

Mika Waltari "Sinuhe" – suurepärane käsitus inimloomusest ja elust muistses Egiptuses, F. Scott Fitzgeraldi "Sume on öö" – ideaalne raamat suvepuhkuseks ning ilus armastuslugu "Löuna pool piiri, lääne pool päikest" Haruki Murakamilt.



Kas suvi või talv?

Suvi. Talvel ma olen talveunus.

Teised temast:

Ta tuli, tegi ja võitis.. inimeste südamed. Ta on võrdelt täpne ja terav nii töövestlustel kui tennisemängus. Räägitakse, et Mati ja Kalju ta oma järgmisele pojale nimeks

ei paneks. Ta armastab püstitada uusi isiklikke rekordeid olgu siis spordis või personalitöös ning kannab endas põhimõtet, et ühelt häält ürituselt ei saa puududa väike kehakinnitus või mõnus jook. Uus aga oma: Karin Karro.

Aasta haldustöötaja MALLE PÄRTEL

HNRK-s on Malle töötanud 13 aastat.

Kellega tuntud inimestest läheksid lõunale?

Lõuna jääb ära.

Parim teatrielamus

Teatrielamusi on selle eest suisa kaks. Üheks on Kilti lennuväljal mängitud NO99 etendus Kuninga Ubu. Võimas muusika Jarek Kasari ja Tõnis Mägi

poolt ning muidugi need kummalised kostüümid. Teiseks on Eesti Draamateatris juba 12 aastat mängitud Andrus Kivirähi "Eesti matus". Selles tükis tunneb ennast ja oma sugulasi ära vist iga eestlane.



Milline on üks täiuslik päev?

Päev iseendale.

Teised temast:

Omal vaikselt moel ajab ta kõik joonde. Keegi ei ole teda kunagi pahaseks näinud. Räägitakse, et talvel muutub ta ka valaks päkapikuks ning suvel heaks põlluhald-

jaks. Tugev on ta ka.. ja tööniliselt suurte jalgedega, sest kuidas muidu ta vajadusel haldusjuhi kingadesse ära mahuks ning nendega ninali ei kuku. Meie ainus: Malle Pärtel

Aasta õde AINA TÖNUTARE

HNRK-s on Aina töötanud 6,5 aastat.

Omadus, mida inimestes enim hindad

Ausus



Film, mida soovitaksid?

Siilike udus

Kas suvi või talv?

Suvi. Kindlasti suvi.

Teised temast:

Ta on vaikne, aga konkreetne. Mõtleb nobedasti kaasa ning on usinasti abiks. Lisaks silmapaist-

vatele professionaalsetele oskustele on tal salajasemad, aga võrdväärselt head, käsitöölise võimed. Pealtnägijad teavad rääkida, et tema tehtud ehted ja siidrätikud on samaväärselt ilusad tema veenipunkteerimise täpsusega. Otse loomulikult: Aina Tõnutare.

Aasta hooldaja HEIDI KUKUŠKIN

HNRK-s täitub Heidil sel aastal 15 aastat.

Milline on üks täiuslik päev?

Koos olla oma 3 toreda lapse ja abikaasaga.

Kellega tuntud inimestest läheksid lõunale?

Jaan Tättet, kes on väga huvitav inimene.

Lemmikkoht Haapsalus

Jalaka 11



Teised temast:

Ta on alati kadestamisväärselt asjalik ja vanakummatult viisakas. Oskab nii teha kui õpetada. Tema rahulik ja läbimõeldud tegutsemine ning arvamuse avaldamine teeb talt asendamatult hea töökaaslase. Tema vaba aja täidavad kolm vahvat last ja suur majapidamine.

ne. Meil on hea meel, et ta meil on: Heidi Kukuškin.

Aasta psühholoog KADI EPLER

HNRK-s on Kadi töötanud 1,5 aastat.

Omadus, mida inimestes enim hindad?

Uudishimulikkus, algatusvõime ja loovus.



Unistuste reisisihtkoht
Reisimise osas on unistused sellised, millest loodetavasti saavad ka plaanid ning neid on palju. Näiteks oleks vahva avastada Lõuna-Aafrika riike, sõita rongiga Moskvast Pekingisse, matkata veel kord Andides.

Raamat, mida soovitaksid

Soovitan lugeda selliseid raamatuid, mida ka kell üks öösel käest ära panna ei taha, näiteks hiljutisest Haruki Murakami "Norra mets", Lisa Genova "Left Neglected"

Teised temast:

Ta on omal psühholoogilisel moel ratsionaalne ja arutlev, hästi arenenud kriitikameelega. Ta näeb koostöös lahendusi ning viitsib ette võtta jõupingutusi selleks, et see paremini toimiks. Unistab suurest visiidist, kus osaleksid ka psühholoogid. Usinad päkapikud teavad, et tema kingikotis võiks olla äratuskell, mis tööpäeval pläriseb kõigest kõvemini ning lõpetab äratamise siis, kui on kindel, et perenaine on kodust teele asunud. Kes siis muu, kui Kadi Epler.

Aasta tugipersonal OTT ROOTARE

HNRK – s on Ott töötanud 6 aastat.



Mida sa pead oma suurimaks saavutuseks?

Saavutusi on siiani juba kuhjaga, aga suurimad on kindlasti veel ees ootamas.

Lemmikkoht

Haapsalus

Haapsalu on nii väike paik, et vaevalt poole

koha suurune... seega võib öelda, et Haapsalu ongi minu lemmikkoht.

Film, mida soovitaksid

Adama õunad

Teised temast:

Ta on mees nagu orkester: projektijuhtimine, noorte elu korraldamine, võidu ja niisama jooksmine, tantsimine, kehaliste harjutuste juhendamine, naljatlemine.. See kõik ja veel palju muud käib temaga kaasas. Tal on alati midagi öelda, isegi kui see jääb valjult väljendamatuna. Tal on kadestamisväärne suhtlemisoskus, mis toob ta peaaegu igast olukorrast puhtalt välja. See ta on: Ott Rootare.

Aasta arst MALLE PAKKANEN

HNRK-s tähtub Mallel sel aastal 10 aastat.

Millist raamatut soovitaksid lugeda?

Vahva sõdur Švejki – seda peaks igaüks kord lugema, ise sirvin ikka vahetevahel, on toredaid ütlusi.



Omadus, mida inimestes enim hindad?
Ausus

Unistuste reisisihtkoht
Tahaksin veel kord minna Musta mere äärde.

Teised temast:

Ta on legendaarne. Tema aasta töötajaks valitud saamise staaž on umbes sama pikk töölõldud aastatega. Kogu selle aja on temaga kaasas käinud sõbralikkus, hea huumorimeel ning grammike jäärpäisus. HNKK raudvara: dr. Malle Pakkanen.

Aasta sotsiaaltöötaja LELET TILGA

HNKK-s on Lelet töötanud 4 aastat.

Mida pead oma suurimaks saavutuseks?

Arvan, et igal ühel meist on erinevatel eluetappidel soovid, mille poole püüeldakse: olles algklassi õpilane, soovisin ikka häid hindeid, keskkoolis aga juba head seltskonda, huvitavaid, elulisi probleeme käsitlevaid õppetunde; õpingutesse laskudes soovisin ammutada pakutavast maksimaalset, et seda hiljem töös kasutada; olles alustanud tööelu püüdsin anda edasi saadud teadmisi ja oskusi, et piskikesed olevused areneksid ja tunneksid rõõmu, et raskused, mis on takistanud mõnda noort edasi liikuma, on lahendatud, et nendega taaskohtudes peatuivad ja soovivad vestelda ja tänaavad sind ... aga eelkõige oma lapsed, keda on kasvatatud armastuses nende vastu.

Lemmikkoht Haapsalus

Haapsalus on mitmeid kohti, mis paeluvad, kuhu ikka ja jälle soovid minna: promenaad, mis pakub

silmailu ja rahu igal aastaajal; vanalinn, kus võid sihitult jalutada, nautida erinevaid ajastuid ning aeg-ajalt ikka leiad, et avastad enda jaoks midagi uut.

Mõttetera või tsitaat, mida järgid või peadoluliseks.

Olen ikka proovinud oma töös järgida mõtet: käitu nii nagu sa tahad, et sinuga käitutaks, aseta end teise inimese olukorda (kas lapsevanemana või lapsena), ole kaastundlik, mõistev ja abistav.



Teised temast:

Põhjalikkus ja täpsus on kaks omadust, mida igaüks, kes teda tunneb, une pealt nimetab. Pole ühtegi ülesannet, mida ta teeks poolikult või hoolimatult. Mõnesid teeb isegi mitu korda. On olemas arvestatav hulk inimesi, kes tänu temale on saanud ha-

kata maitsma tööinimese elu või sinna poole püüdlema. Kui hakkate kevadepoole sõitma mööda jääteed, siis tehke kindlaks, et tema oleks autos. Ta teab täpselt, mida teha sõidukisse tungiva veega. Teil on õigus: Lelet Tilga.

Aasta logopeed MARINA NAIRISMÄGI

HNKK-s on Marina töötanud 10 aastat.

Mõttetera või tsitaat, mida järgid või pead oluliseks

Kas just mõttetera aga põhimõtteliselt arvan, et kui millegagi või kellegagi rahul pole, siis alusta muutusi eelkõige sellest, kes sulle peeglist vastu vaatab.

Lemmikkirjanik(ud)

Lemmikkirjanikku mul polegi, aga ma armastan kriminulle ja musta huumorit. Ma eelistan muusikat.

Meeldejäävaim reis

Reisid on mul enamasti laste ja tuttavate külastamisega seotud, eredamalt meelest alati viimane. Aga varasematest Savonlinnas käik.



Teised temast:

Tema juuresolekul on mõistlik säilitada selge diktsioon ning selged mõtted. Samuti ei tee paha eduka kuulamis- oskuse demonstreerimine. Vastasel korral on tal oma pika ajaga kogutud pagasist võtta vahend, mis probleemid lahendab. Kui see ei ole

logopeediline nõks on see hää nõu või nutikas nali. Kuuldavasti oskab ta hinnata ja väärt soovitusi anda kultuuri – ja maitseelamuste saamiseks. Muidugi: Marina Nairismägi.

Rehabilitatsiooniosakond



Administratsioon



Majandusosakond



Arendusosakond



Arstide osakond ja registratuur



Füsioterapeutide osakond



Õendus- hooldusosakond

