

HNRK-s on edasiviivaks jõuks toimiv koolituskava ning arukas kogemuste jagamine!

Lisaks kvaliteetsele ravitööle on õppe- ja teadustöö toetamine olnud juba mitu aastat HNRK üheks prioriteediks ja seda mitmes erinevas võtmes. Üheltpoolt on oluline järjepidev töötajate koolitus ja selleks võimaluste leidmine ning teiselt poolt oma teadmiste jagamine. Elukestev õpe, töökoha põhine õpe, praktika juhendamine,

konverentsidel esinemine ja osalemine on olnud tegevused, millega kõigil HNRK töötajatel on tulnud otseselt või kaudselt kokku puutuda.

Oktoobri lõpuks on haigla personalitöö andmebaasi kogunenud töötajate koolitustundide hulk aukartust äratav – suurem kui kunagi varem, kuid veelgi enam oleme oma teadmisi jaganud tulevastele ja praegustele kolleegidele ülikoolidest, kutsekoolidest, haiglatest jne.

Samuti on rõõm tõdeda, et järjekordne aasta on HNRK perre toonud juurde uusi magistrikraadiga töötajaid, mis omakorda tagab valdkonna spetsiifiliste teadmiste ja oskuste taseme märkimisväärse tõusu. Paljudel juhtudel nõuab õppimise ja töötamise ühendamine suurt pingutust töötajalt. Kuid vahetevahel on sellest veelgi olulisem kaastöötajate ja tööandja toetav, mõistev ja paindlik suhtumine.

Käesoleva aasta sügisel sai HNRK koolitusala tegevus väärrika tunnustuse. Nimelt kuulutati laupäeval, 4. oktoobril galal „Eestimaa õpib ja tänab 2014“ Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus Eesti kutsehariduse sõbraks. Tunnustust üle andnud Eesti Linnade Liidu tegevjuht hr Jüri Võigemast ütles, et laureaat on

“kutseharidust väärtustav organisatsioon, kus õppuritele on loodud parimad võimalused elukutse praktiseerimiseks.”

Mitte ainult HNRK-s ei peeta koolitust oluliseks, vaid see temaatika on pälvinud ka tervishoiuaktivistide suurt tähelepanu, mistõttu koolituskomponendi suurenemine Eesti Haigekassa poolt rahastatavates tervishoiuteenuste hindades loob edaspidi tõenäoliselt senisest veelgi paremaid võimalused elukestva õppe printsiipide järgimiseks kogu Eesti tervishoiusektoris. HNRK järgmise aasta eelarvet kavandades on esikohal personali väärtustavad meetmed, sealhulgas on plaanis suurendada koolituseelarvet vähemalt samas ulatuses kui eelnevatel aastatel.

Loodan et käesoleval aastal HNRK-le osaks saanud tunnustused ja makstud koolitustoetus stimuleerivad töötajaid senisest veelgi enam pingutama uute ja huvitavate kogemuste hankimiseks ning innustavad samavõrra oma suurt praktiliste kogemuste pagasit jagama noorte tulevaste kolleegidega.

Kuna HNRK-s on au sees kvaliteetne tudengite juhendamine ja koolituste korraldamine, siis kasutan siinkohal võimalust tänada kõiki HNRK praktika juhendajaid, koolituste korraldajaid ja õpetajaid, samuti häid partnereid, rahastajaid ja õppijaid nii Eestist kui välismaalt. Kuna suurem enamus haridusest, mida anname on kliinilist laadi siis kuulub minu eriti suur ja siiras tänu protsessis osalenud patsientidele ja nende lähedastele, ilma teie mõistva suhtumiseta ei oleks olnud võimalik niivõrd sisuka tegevuse elluviimine.

Priit Eelmäe
juhatuse esimees



NDT-koolitusel kõndimise abistamist õppimas.

Milliseks kujunes 2014. aasta ravirahastamise leping Eesti Haigekassaga ja mis ootab haiglat ees lähiaastatel

Kuna HNRK ajalehe eelmise numbri ilmutumise ajaks ei olnud selge, milliseks kujuneb haigla poolt osutatavate tervishoiuteenuste lepingu maht Eesti Haigekassaga (EHK) siis on siinkohal kohane sellel pisut peatuda. Samuti keskendus eelpool märgitud teemale eelmise Keskustelu juhtkiri. Alates sihtasutuse loomisest on EHK olnud haigla suurimaks lepingupartneriks ja peamiseks rahastajaks. EHK lepingud on järjepidevalt taganud haigla põhitegevusest saadud tuludest 70-75%.

Võrreldes varasemate aastatega esitas HNRK oma viimased taotlused sel aastal laiapõhjalisemad. Soovisime pakkuda patsientidele edaspidi ambulatoorseid taastusraviteenuseid lisaks Haapsalule ka Tallinnas ja Harjumaal. Täiesti uue teenuse esitasime taotluse noorsportlaste terviseuuringute läbiviimiseks. Samuti esitasime taotluse oma põhivaldkonnas, nimelt statsionaarse taastusraviteenuse osutamiseks Haapsalus.

Kuidas läks? Kokkuvõtteks võib öelda, et saavutatud kogu lepingu mahu üle ei ole põhjust nuriseda, sest see on läbi aegade suurim (vt

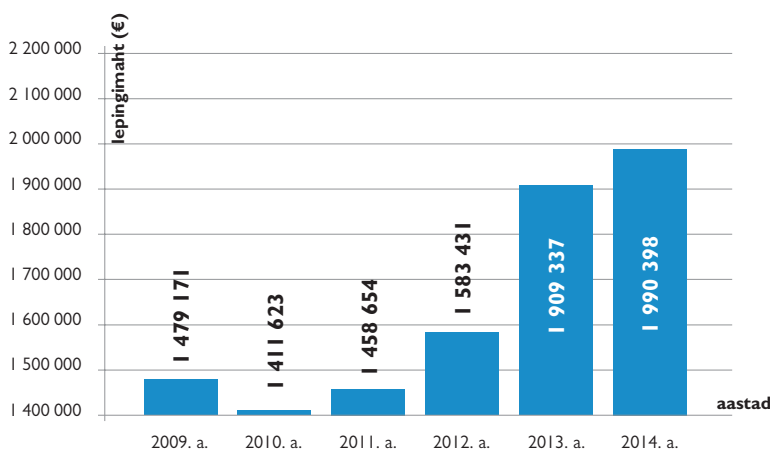
joonis). Küll aga vajavad edaspidi lahendamist ja läbi rääkimist mitmed lepingu tingimused. Käesoleval valikperioodil ei õnnestunud sõlmida lepingut Harju piirkonnas ambulatoorsete teenuste osutamiseks, mis tähendab, et selle arendamisega peame veel pisut vaeva nägema. Endiselt pean seda oluliseks ja loodetavasti õnnestub siin edu saavutada lähiaastatel. Ambulatoorse taastusravi lepingu maht Haapsalus on oluliselt suurem kui varasematel aastatel. Kogu 2014. aasta kohta on ambulatoorsete haigusjuhtude arv kokku 880 juhtu. Noorsportlaste terviseuuringuteks on 2.-4. kvartali lepingu maht 200 juhtu ja teenuse osutamine toimub. Peamises tegevusvaldkonnas – statsionaarse taastusravi teenuste osutamisel on lepingu maht kasvanud samuti ning koos lisalepinguga on see aasta kohta kokku 2331 ravijuhtu.

Lisaks eelpool märgitudle on sõlmitud lepingus mitmeid positiivseid tingimusi. Kui varasematel aastatel on lepingu mahtu ületanud töö jäänud EHK poolt välja maksmata siis võimaldab käesolevaks aastaks sõlmitud leping üle lepingu mahu tehtud töö konkreetselt kokku lepitud tingimus-

tel tasustamist. Vastavalt ambulatoorse ravitöö osas koefitsiendiga 0,7 ja statsionaarse töö osas 0,3. Eelpool kirjeldatu iseloomustab hästi kahe organisatsiooni vahelist head järjepidevat koostööd.

Viimasel aastal on tervishoiuvaldkonna juhtide ja meedia poolt palju tähelepanu pööratud Eesti tervishoiuasutustes ja üldse tervishoiuvaldkonnas toimuvale. Nimelt on lisaks tervishoiutöötajate palgaläbirääkimistele paralleelselt käimas vähemalt kaks olulist protsessi: esiteks haiglate võrgustumine ja teiseks esmasandri tervishoiuteenuste reform. Viimase raames on plaanis tervishoiuvaldkonna spetsialistide koondumine tervisekeskustesse ja uute teenuste kättesaadavaks tegemine nn kogukonnapõhiselt. HNRK-d puudutab otseselt esimene ja teine kaudselt. Haiglate omavahealise koostöö tõhustamine võimaldab kindlasti oluliselt paremini planeerida personali ja selle töökoormust ning tagada nõ perifeerias paiknevates asutustes osutavate tervishoiuteenuste kvaliteeti. Selleks et võrgustumine oleks mõttekas on vajalikuks eeltingimuseks see, et mõlemal poolel oleks midagi koostööst võita. HNRK vaatepunktist vaadatuna on kõige olulisem see kuidas tagada stabiilne lepingute maht ja järjepidevus. Tõenäoliselt on HNRK oma professionaalse ja kaasaegse taastusravi alase tegevuse poolest igati väärikas partner piirkondlikele aga ka kõigile ülejäänud haiglatele. Meie tugevuseks on see, et omame selliseid pädevusi, mida mujal Eestis hetkel välja käia ei ole, samuti on välja arendatud igati moodne maailmatasemel taristu ning töökorraldus põhineb kaasaegsetel personalil ja patsienti väärtustavatel tõekspidamistel. HNRK nõukogu arutab esimest korda sisuliselt haigla võrgustumisega seonduvat oma oktoobrikuu koosolekul. Juhatuse liikmena saan hetkel kinnitada, et HNRK on avatud koostööpakkumistele ning leian, et senisest tihedam koostöö piirkondlike haiglatele tuleb HNRK-le kindlasti kasuks ja võimaldab kogu Eesti taastusravi ja meditsiinisüsteemi efektiivsemalt edasi arendada.

Priit Eelmäe
juhatuse esimees



Joonis 1. Eesti Haigekassa lepingu rahaline täitmine 2009-2013. a. ja lepingu maht 2014. a.

Suure visiidi korraldusest HNRK-s

Alates käesoleva aasta septembrikuust kasutame suure visiidi korraldamisel uut formaati. Seni olime aastaid korraldanud suurt visiiti korruste kaupa – igal nädalal toimus visiit ühel korrusel. Sellise töökorralduse puhul oli suurimaks puuduseks asjaolu, et lühikese ajaga visiteeritavate hulk oli suur ning juhtumite arutelul jäi pealiskaudseks. Vähesed aja tõttu oli põhirõhk suunatud raviplaanide läbivaatamisele, vaid üksikjuhtudel jäi aega ka sisulisemaks aruteluks.

Praeguse korralduse juures oleme tähelepanu fookusseerinud viimase nädala jooksul ravile saabunud keerukamatele haigusjuhtudele. Igalt korrusest valime visiidile 3-4 patsienti. Esimeseks

valikukriteeriumiks on ravi liik: eelistame intensiivsel funktsioone taastaval (ravikood 8029) või funktsioone taastaval taastusravil (kood 8028) olevaid patsiente. Teiseks kriteeriumiks on suurema hoolduskoormusega patsiendid.

Kui ravimeeskond on otsustanud raviperioodi pikendamise vajaduse, siis raviperioodi pikendamise järelravi voodipäeva koodiga otsustab suur visiit. Viimatimainitu on hädavajalik, et järgida eelarvedistsipliini. Suure hoolduskoormusega patsientide ülevaatamine on vajalik ennekõike lisapersonali palkamise üle otsustamiseks.

Visiteeritavate valiku teeb ravijuht koostöös raviarstide ja osakondade vanemate õdedega ning

visiteeritavate nimekiri esitatakse hommikul infokoosolekul üks tööpäev enne visiiti.

Visiidil osalevad haigla juhatuse esimees, ravijuht, raviarstid ja osakondade vanemad õed. Patsiendi viibimisel visiidi ajal teraapias, külastame kokkuleppel terapeudiga konkreetset teraapiakeskkonda.

Praeguseks ajaks kogunenud lühiajalise kogemuse alusel võime arvata, et visiit on muutunud sisukamaks ning otsustusvõimelisemaks.

Ülle Kruus
taastusrarst, ravijuhi kt

Arvete elektrooniline käsitlemine – mugav ja efektiivne

Heameel on tutvustada kaasajastatud muudatust HNRK-siseses arvete käsitlemise protsessis: alates 01.06.2014 registreeritakse ja kinnitatakse e-arveid dokumendihalduskeskkonnas WebDesktop. Kõik dokumendid on majandustegevuse fundamentaalsed ja möödapääsmatud koostisosad, mistõttu nende kiire ja läbipaistev käsitus on hädavajalik. Tehtud muudatus hõlmab nii ostu- kui müügiarveid.

E-arveteks peetakse kõiki elektroonselt edastatavaid arveid. Enamasti ei ole tegemist digiarvetega, vaid arvetega, mis on PDF-formaadis. PDF-formaadis arve ei ole digiarve, sest see on pilt, mitte andmekogum. Vajadusel printib saaja selle välja ning andmed sisestatakse vastavasse andmebaasi. Kui digiarve ei ole vajalik, käsitleme elektroonilisi PDF-formaadis arveid WD-s kokkulepitud korra alusel, lähtudes valdkonnapõhisest suunamis- ja kinnitamissüsteemist. Reguleeritud on arvete elektrooniline käsitlemine juhatuses esimehe poolt väljastatud käskkirjaga nr 1-4/8 koos lisaga kuupäevast 27.05.2014.a.

Kirjeldatud korraldus loob mitmeid väärtuseid. Näiteks sihtasutuse majanduselule vajaliku dokumentide käsitlemise kiiruse ja ülevaatlikkuse. Samuti on see sammuke selle poole, et kontor saaks rohkem paberivabaks, mis omakorda vähendab kindlasti bürookulusid. Raamatupidaja töös jääb täielikult ära etapp, kus oli vaja käsitsi kirjutada arvetele kontod, summad ja muud kohustuslikud tunnused, neid sisestatakse nüüd kohešelt finantsprogrammi. Müügiarvete puhul on suureks eeliseks see, et arve jõuab kiiremini saajani ning arve kadumise võimalus on minimaalseeritud. Sellest tulenevalt ka ostjaarve kiirema laekumise. Vajadusel on arvete otsimine hõlpsasti võimalik neid kinnitanud osakonna juhatajatel. Varasem töökorraldus nägi ette, et arveid sai näha ja leida hiljem ainult raamatupidamise osakonnas. Audiitoriteenuse teostamisel on võimalik anda kinnitatud välisaudiitorile ligipääs teatud dokumentidele eelpool nimetatud dokumendihalduskeskkonnas. Varem oli kontrollitav dokumentide kogus paberkanalil.

E-arvete käsitlemist kajastava korra lisas on kirjeldatud arvete kinnitamise järjestiksuunamise valdkonnad ning kinnitamisprotsessi osalised. Varasema korralduse puhul olid kohustuslikud allkirjad ning kirjeldus ja asukoht ostetud teenuste ja soetatud kaupade kohta paberarvel. Samuti on kirjeldatud ettetulevaid eriolukordi, näiteks puhkuste korral ning millal on kinnitamisprotsessi kaasatud juhatuses esimees. Kinnitamisprotsessi tähtaegadest kinnipidamisel jõuavad kõik ostuarved õigeaegselt raamatupidajani ning sealt edasi raha broneerimiseni Riigikassast ja arve tasumiseni.

E-arvete käsitlemine on toimunud nüüdseks veidi üle nelja kuu. Senine kogemus on positiivne ning ettevõtmine toimiv.

Eda Heinla
pearaamatupidaja

Patsientide tagasiside pisimuutused

Alates III kvartalist on HNRK patsientide tagasiside vormidel toimunud väikesed muutused. Selgitavad kommentaarid on lisatud järgmistele küsimistele: „Kas olite ravil statsionaarselt“, „Kas olite ravil ambulatoorselt?“ ning „Millisel teenusel teie/teie laps HNRK's olite?“. Siinkohal ka selgitused põhimõistetest: statsionaarne ravi tähendab ravisutuses ravi ajal ööbimist, ambulatoorne ravi aga et patsient käib teenuseid saamas

kodust. Taastusraviteenusel viibimise perioodid on üldjuhul planeeritud mitte lühemalt kui 10 päeva, kuid võivad ulatuda kuni mitme nädalani. Rehabilitatsiooniteenusel viibijate haiglasoleku periood ei ole pikem kui viis päeva. Loodame, et tehtud lisandused ja antud selgitused hõlbustavad tagasiside küsimustike täitmist. III kvartali tagasisidet vaadates on märgata, et lisakommentaarid on aidanud inimestel paremini küsitut mõista.

Samuti otsustati lisada täiesti uus küsimus abivahendikeskuse teenustega rahulolu kohta.

Traditsiooniliselt kogub HNRK patsientide tagasisidet järjepidevalt, kokkuvõtet tehakse kvartaalselt, arutatakse läbi ning avaldatakse HNRK kodulehel.

Maarja Löps
kvaliteedispetsialist

Eesti kutsehariduse sõber 2014 on Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus!

Laupäeval, 4. oktoobril kuulutati galal Eestimaa õpib ja tänab 2014 Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus Eesti kutsehariduse sõbraks. Tunnustust üle andnud Eesti Linnade Liidu tegevjuht hr Jüri Võigemast ütles, et laureaat on „kutseharidust väärtustav organisatsioon, kus õppuritele on loodud parimad võimalused elukutse praktiseerimiseks. Keskus on suure pühendumusega aidanud kaasa hooldustöötaja eriala avamisele ja arendamisele Haapsalu kutsehariduskeskuses.“

HNRK Joosepi võttis vastu haigla ülemõde Kaja Mander, kes enda tänuõnades rõhutas, et oma teadmiste ja kogemuste jagamist on HNRK-s alati tähtsaks peetud.

HNRK juhatuses esimees Priit Eelmäe ütleb, et kutsehariduse sõbra tunnustus on haiglale väga tähtis. „Vaadatuna sellele, et õpetamine ei ole HNRK põhitegevus, oleme püüdnud leida võimalusi panustada meie valdkonna spetsialistide koolitusse. On väga tore, et seda on märganud ja peetud esiletõomise väärtiliseks,“ sõnab Eelmäe. Samuti lisab ta, et tunnustus kuulub eelkõige HNRK toredale edasipüüdlikule meeskonnale, kes on Haapsalu Kutsehariduskeskuse hooldustöötajate õpetamisesse panustanud. „See on asjalikest inimestest koosnev seltskond,“ kiidab haiglajuht.

Haapsalu Kutsehariduskeskuse hooldustöötaja õppekavas on kolm ainet, mida õpetatakse HNRK-s: rehabilitatsiooni alused, aktiveerivad tegevused ning hooldusabivahendid. Samuti saavad hooldustöötajateks õppijad teha haiglas praktikat.

Lisaks kutseõppesse panustamisesse lööb HNRK kaasa Tallinna Ülikooli Haapsalu kolledži tervisejuhtide õpetamises, pakkudes rehabilitatsiooni- ja taastusraviteemalist valikmoodulit ning on praktikabaasiks füsio- ja tegevusteraapia tudengitele, õdedele, psühholoogidele, logopeedidele ja teistele. Eelmisel aastal oli praktikajuhtendamise tunde üle 6000.

HNRK tänab tunnustajaid ja kinnitab, et jätkab vastavalt võimalustele koolitustegevusse panustamist.

Lisaks omistati Läänemaa Täiskasvanud Õppija Nädala raames HNRK-le nominatsioon Läänemaa koolitussõbralik organisatsioon 2014 kategoorias. Tänukiri ja tore vaagen jäävad seda tunnustust meenutama.

Aitäh!

Kadri Englas
arendus- ja kvaliteedijuht, füsioterapeut



HNRK Joosep.

Uudis

SEB Maijooks ja SEB Tallinna Maraton

HNRK-s on tervislik ja sportlik eluviis au sees. Eesti kahest suurimast spordisündmusest võttis sel aastal osa kokku 65 töötajat.

17. mail toimunud SEB Maijooks purustas järjekordse osalusrekordi. Kui eelmisel aastal osales üle 14 000 naise siis seekord juba üle 16 000-e. HNRK-st osales 43 naist, mis on 13-e võrra rohkem kui eelmisel aastal.

14. septembril toimunud SEB Tallinna Maratonil osales HNRK-st 21 töötajat. Eraldi äramärkimist väärivad kindlasti Ott Rootare, kes läbis maratoni distantsi 42,2 km parandades sealjuures oma isiklikku rekordit 35 minutiga ning Mari Alvela ja Gerda Vilbas, kes läbisid poolmaratoni distantsi 21,1 km. Järgmine SEB Maijooks toimub 23. mail 2015.a. ja SEB Tallinna Maraton 13. septembril 2015.a.

30. mail 2014. aastal toimus Haapsalus heategevuslik jooks RatRace 2014, mille eesmärk oli koguda raha invasilla rajamiseks Väikese Viigi randa. Lisaks joosti sel aastal Tallinnas, Tartus ja Jõhvis.

RatRace ehk kontorirottidejooks on oma olemuslikult meelelahutuslik heategevusüritus, kus kostumeeritud kontoritöötajad veedavad päeva sportlikult heategevust tehes.

Haapsalu RatRace-lt võttis osa 21 meeskonda, kes aitasid kokku koguda koos toetajatega 1900 eurot. Ka HNRK tegi heategevuse nimel oma panuse ja panime välja viieliikmelise meeskonna, kelleks olid Mari Alvela, Kaja Mander, Karin Karro, Maarja Löps ja Veiko Võrklaev.

Invasild saab komplektseks 2015. aasta kevadeks, kust saab liikumispuudega ujuma mineja kergema vaevaga end vette ja veest välja aidata.



HNRK RatRace'i võistkond.

Avameelselt hooldajate ja õdede tööst

HNRK patsientide eest hoolitsevad 3 vanemõde, 13 õde ja 27 hooldajat ning kogu osakonna tööd juhib ülemõde. Õdede ja hooldajate töö eesmärgiks on pakkuda meie patsientidele ööpäevaringselt kvaliteetset ja kaasaegset õendus-hooldusabi teenust. Oma tööst ja selle rõõmudest ja raskustest jagavad oma mõtteid vanemõed Aina Tõnutare ja Nijole Straukaite, õed Kerly Pärn-Löps, Inge Sikka ja Lidia Boldõreva ning hooldajad Heidi Kukuškin, Liilia Maide, Margit Õige ja asendusteenistujana hooldaja tööd tegev Madis Ehanurm.

Kõigepealt uurin vestluskaaslastelt, kuidas nad üldse hooldaja ja õe eriala valikuni jõudsid? Heidi, keda HNRK töötajad on pärjand ka Aasta Hooldustöötaja tiitliga, tuli esialgu HNRK-sse puhastusteenindajaks. Seejärel tehti talle pakumine asuda hooldaja töökohale ning nüüdseks on ta seda tööd teinud HNRK-s juba 15 aastat. Töö kõrvalt omandas ta ka hooldusõe kutse. Liilia polnud enne HNRK-sse tööle asumist hooldajana töötanud. Töö aga sobis talle, sest talle meeldib teisi aidata ning sel sügisel asus ta hooldaja kutset omandama Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis. Ka Margit ütleb, et valis hooldaja töö just seetõttu, et talle meeldib teisi aidata. „Raha pärast seda tööd ei tehta“, lisab Heidi. Madis Ehanurm, kes valis asendusteenistuse põhjendab oma valikut järgmiselt „Kui ma pean aasta oma elust ära andma, siis teeksin seda parem teisi aidates ja sel viisil ühiskonnale kasulik olles“.

Õdede puhul on olnud eriala valik täiesti teadlik otsus. Ainale meeldis juba lapsena süsti teha ja Nijolele imponeeris valge kittel. Ka Kerlyl, Ingel ja Lidial oli kindel soov just õe kutse omandada. Ja nii nagu hooldajate puhul, on ka õdede puhul olnud üheks oluliseks põhjuseks ameti valikul tahe teist inimest aidata.

Kõik on nõus, et võimalus aidata ongi see, mis selles töös ka enim rõõmu pakub. „Patsiendi paranemine ja edasimineku ning positiivne tagasiside teeb rõõmu“, ütleb Inge. Heidi lisab, et talle meeldib hooldaja töö juures ka see, et saab paljude erinevate inimestega suhelda.

Positiivse küljena mainitakse mitmel korral ka HNRK õendus-hooldus osakonna kokkuhoidvat ja toetavat kollektiivi. „Meeskond on kihvt. Kõik panustavad maksimaalselt“, ütleb Aina. HNRK plussina tuuakse välja veel ilusaid tööruume, suurepärast asukohta ja häid koolitusvõimalusi.

Mis on aga see, mis teeb selle töö keeruliseks?

„Kui patsiendid on põhjendamatult rahulolematud“, ütleb Nijole. „Või kui teised spetsialistid ei mõista meie töö olemust“, lisab Aina. Ka pidev valmisolek väsitab. Psüühiliselt raske on siis, kui tulevad patsiendid, kes ei taha koostööd teha või siis kui mõne patsiendi lugu poeb erilisel hinged.

Hooldaja töö on tihtipeale ka füüsiliselt raske ning kindlasti ei sobi kõigile ka öötöö.

Hooldajate suur soov on, et ühiskond ja tööandjad hakkaksid hooldaja tööd ka rahaliselt rohkem väärtustama.

Räägime ka Haapsalus elamisest ja töötamisest ning kõik on nõus, et Haapsalu on elukeskkonnana suurepärase koht ja siit ära ei kiputa. „Väikeses linnas on teistsugune aura“, ütleb Lidia. „Tallinnas võiks töötada aga elada ei tahaks“, lisab Aina.

Lõpetuseks sobib hästi Nijole kirjeldus sellest, kuidas tema korruse väikesed patsiendid jooksevad vastu just tööle saabunud õele Kerlyle ja kallistavad teda suurest rõõmusest. „Need on ilusad hetked“, ütleb ta. Ja mina olen uhke, et meil töötavad sellised õed ja hooldajad.

Karin Karro
personalijuht



Traditsiooniline HNRK sügislaad leidis aset 13.10.2014. Kohal olid kauplejad, laadakunstnikud, fotograaf, õnneloos. Osta, müüa, vahetada sai riideid, küpsetisi, sügisande, käsitööd. Oli üks väga meeleolukas pooleistund!



Meie uued tööriided.



Populaarsed kalakaupmehed Sügislaadal.

HNRK suvepäev Vihula mõisas

HNRK suvepäev, mis sel aastal toimus 12. juulil, viis meid kaunisse Vihula mõisa Lääne-Virumaal.

Päev algas loodusmatkaga lähedal asuvas Oandu looduskeskuses ning jätkus vahva orienteerumismänguga Vihula mõisas. Saiame ka teada, mis maitsega on „Vihula särts“ ja kuidas seda valmistada. Öhtusööki nautisime värskes õhus ja peab ütlema, et süüa teevad nad seal hästi. Tagasisõit möödus traditsiooniliselt HNRK laulukoori saatel.

Oma mõtteid suvepäevast jagab Kai Silmer: „Ikka ja jälle oli koos rõõmus seltskond hea tuju ja lauluga. Peale lõunat oli ka ilus päikesepaisteline ilm kohal nagu Karin oli tellinud. Praegu kirjutades ja mõeldes sellele toredale päevale, siis on, mida meenutada. Hästi lõbus ja huvitav oli orienteerumismäng, mille käigus pidi oma võistkonnaga vihjete abil erinevaid kohti üles leidma. Mulle oli meeldiv üllatus see, et Priit on tegelikult väljas-

pool tööaega üks nalja armastav mees ja tark kah veel. Öhtusöögiks sai selga pandud ilus pikk kleit, et oleks ükskord eluski natuke mõisaproua moodi. Aitäh kõigile ilusa päeva eest!”



Suvepäeva luuremängu võitjad.

HNRK on Läänemaa sportlikem ettevõtte vol.3

Suvine puhkuste periood on käesolevaks aastaks läbi saanud, kuid uue puhkuste perioodi planeerimine pole enam kaugel ja seetõttu on just nüüd paslik tuletada meelde puhkuste planeerimisega seotud põhimõtteid.

1. Iga-aastane puhkuste ajakava kinnitatakse HNRK-s hiljemalt jaanuari lõpuks.
2. Puhkuste ajakavasse märgitakse põhipuhkus ja kasutamata puhkus. Puhkuste ajakavasse võib märkida ka muud seadusega ettenähtud puhkused nagu näiteks lapsepuhkus.
3. Suvine puhkuste periood algab üldjuhul mais ja lõpeb septembris.
4. Vähemalt 14 kalendripäeva puhkust peab töötaja kasutama järjest. Tööandjal on õigus keelduda põhipuhkuse jagamisest lühemaks kui seitsmepäevaseks osaks.
5. Põhipuhkuse aja määrab tööandja, arvestades töötajate soove, mis on mõistlikult ühitatavad tööandja ettevõtte huvidega.
6. Õigus küsida põhipuhkust sobival ajal on:

- 6.1. vanemal, kes kasvatab kuni seitsmeaastast last;
- 6.2. vanemal, kes kasvatab seitsme- kuni kümneaastast last, - lapse koolivaheajal;
- 6.3. naisel vahetult enne ja pärast rasedus- ja sünnituspuhkust või vahetult pärast lapsehoolduspuhkust;
- 6.4. mehel vahetult pärast lapsehoolduspuhkust või naise rasedus- ja sünnituspuhkuse ajal.

7. Osakonnajuhi ülesanne on tagada, et võtme-kohtadel töötavad inimesed ei oleks korraga puhkusel.
8. Osakonnajuhid ja administratsioon kooskõlastavad oma puhkuse ja asendaja juhatuse esimehega.
9. Puhkuse hilisem muutmine on võimalik vaid kokkuleppel osakonnajuhatajaga. Puhkuse muutmiseks peab täitma vastava avalduse WD-s.

Saage tuttavaks!

HNRK meeskonna uued liikmed on:

Õnne Hõbe
hooldaja

Raivo Mägi
meister

Ines Margato,
Elisabeth Tamm
ja Pille Põldaru
füsioterapeudid

Olga Kuldmeri
psühholoog

Anu Seeman
registratuuri sekretär

Liis Virkunen
logopeed

Merle Soone
massöör

Lelde Kalvane
tegevusterapeut

Meil on väga hea meel, et HNRK meeskonnas on tagasi:

Liina Toompuu
füsioterapeut

Gertruda Morozova
õde

Kevadised koolilõpetajad:

Liis Virkunen
magistrikraad eripedagoogika: logopeedia erialal
Tartu Ülikool

Elisabeth Tamm
bakalaureusekraad füsioteraapia erialal
Tartu Ülikool

Pille Põldaru
rakenduskõrgharidus, füsioteraapia
Tartu Tervishoiu Kõrgkool

Kaja Laherand
hooldustöötaja kutseõpe
Haapsalu Kutsehariduskeskus

Palju õnne!

Tervitame meie personali uusi pereliikmeid!

Karl Erik Bergmann
10.05.2014

Palju rõõmu ja jaksu Margoti perele!

Spordi tegemise võimalused HNRK-s

Spordi tegemine annab sulle külmal ja pimedal hooajal energiat ning aitab stressi leevendada. HNRK-s saad harrastada järgmisi spordialasid:

Ujumine – HNRK töötajatel on võimalus käia kord nädalas endale sobival ajal ujumas Haapsalu Veekeskuses.

Sulgpall – neljapäeviti kell 18:00 Haapsalu Spordihoones.

Pilatese/jooga treening – teisipäeviti kell 16:45 treener Sveta Nekraši juhendamisel. HNRK II korruse suures saalis.

HNRK jõusaal – E, T, K, N kell 16:30-19:00

Seljaajukahjustusega patsientide käsitlest HNRK-s

Seljaajukahjustusega inimesed on HNRK peamisi sihtgruppe ning neile kvaliteetse ja sisuka teenuse osutamine üks põhieesmärkidest nii igapäevatoos kui arendustegevuses.

Inimestest ja ruumilistest ning vahendilistest ressurssidest on eelnevates lehtedes olnud mitmeid lugusid, seega ei peatu me käesoleval kahel leheküljel neil pikemalt, vaid pigem anname väikese ülevaate, mis ja kuidas HNRK-s seljaajukahjustusega patsientidele on teoksil või plaanis. Seda nii sõnas kui pildis.

Seljaajukahjustusega inimestele on HNRK stationaarsete voodite kogumahust planeeritud laias laastus veerand. Akuutsetele juhtumitele on seal hulgas planeeritud hulk voodeid, mida oleme valmis täitma kiirelt ehk vahetult akuutravihaiglast tulevatele patsientidele on loodud eelisjärjekord.

Seljaajukahjustusega patsientide meeskonnas on arst, õed-hooldajad, füsioterapeudid, tegevusteraapeut, psühholoog, sotsiaaltöötaja, kogemusravijad. Vajadusel kaasatakse abivahendikeskuse töötajad,

seksuaalnõustaja. HNRK meeskond on kaasaegete teadmistega ning vahvate mõtetega inimesed, kes ühel või teisel moel ja põhjusel on pühendanud oma töised tegemised seljaajukahjustusega inimestele. Vahendilistest ja ruumilistest võimalustest on ehk hetkel tähelepanuväärsemad neurobootilised võimalused, mida vastavalt patsiendi näidustusele ja meeskonna otsusele rakendatakse. Samuti ratas- tooliga ligipääsetav jõusaal. Mainimata elektriravi- võimalusi, erinevaid vertikaliseerimise ja tasakaalutreeningu võimalusi, samuti toimetulekuköök, ratastooli kasutamise oskuste õppimise ja treenimise võimalused, abivahendikeskus.

Taalised planeeringud ja ressursid loovad eeldused kvaliteetse teenuse osutamiseks. Vaatamata olemasolevale - mille üle oleme uhked - on väljakutseid ja arenguid, mida ette võtta mitmeid.

Uus aasta toob ses osas mõned head uudised: teenuste nimekirja lisandub keha koostise ja luutiheduse mõõtmine, milleks hangitakse DXA-aparaatu; pööratakse senisest suuremat tähelepanu

vertikaliseerimisele, milleks hangitakse spetsiaalset voodid ning organiseeritakse ümber teenuste planeerimist; alustatakse seljaajukahjustusega patsientide tervises seisundi uurimisega ning ravitegevustesse sisendi andmisega nii koormustaluvuse, liikumisaktiivsuse kui tervislike eluviiside vallas. Lisaks pööratakse senisest suuremat tähelepanu seksuaalsusega seotud küsimustele ning põie- ja soolekontrolli treeningu võimaluste kaasaajastamisele. Kõik mainitu ei ole kindlasti olemas koos aastavahetusega, kuid järk-järgult jõuab siiski HNRK tegevuskavast patsientideni.

Seljaajukahjustusega inimesed on eripärased ning nende käsitus ka maailmapraktikas toimub selleks spetsialiseerunud asutustes. Eesti on õnnelik koht, et HNRK-le on antud võimalus seljaajukahjustusega inimestele suunatud teenuseid arendada ja et on siiras soov ja tahtmine seda edukalt teha.

Kadri Englas

arendus- ja kvaliteedijuht, füsioterapeut

Kellele ja milleks on vaja kogemusravijaid SAK patsientidel?

Kogemusravijate teenus HNRK's on mõeldud seljaajukahjustusega patsientidele ja nende lähedastele. Kogemusravijate on inimene, kes on ise seljaajukahjustuse tekkimise, seega ka sellega kaasnevad muutused enda elus läbi elanud. Kogemusravijate on meeskonnaliige, kellega saab ajada juttu. Ta aitab lahendada tekkinud probleeme ja muretsi, annab näpunäiteid erinevate igapäevaseks toimetulekuks vajalike oskuste omandamiseks, vastab tekkinud küsimustele, jagab nii enda kui teiste kogemusi kõikvõimalikel praktilistel teemadel, näiteks abivahendite hankimine, õppimis- ja töötamisvõimalused jne. Samuti võib kogemusravijaga viia läbi erinevaid vabaaja tegevusi. Kogemusravijate on eelkõige justkui sõber, kellega võib suhelda nii HNRK-s olles, kui väljaspool raviperioodi.

SAK kogemusravijate soov on jõuda iga seljaajukahjustusega patsiendini, vajadusel ka perekon-

naliikmeteni. Ei tasu unustada, et kogemusravijate on meeskonnaliige, kes võib olla vajalikuks lüüks patsiendi ja teiste meeskonnaliikmete vahel, sest tema päeva on planeeritud aeg jutu rääkimiseks. Viimasest võivad tihti aga kooruda sisulised murekohad, lahendusvõimalused ja/või prioriteedid. Kogemusravijalt ei pea ootama vastuseid ja retsepte, küll aga on tal olemas näited, kontaktid ja vajalikku informatsiooni.

Kui seljaajukahjustusega patsiendil ja/või tema pereliikmel on peas üks või mitu järgnevat küsimust, võib kogemusravijate olla just see, kelle käest neid küsida: "Ma ei saa enda jalgu liigutada - mis nüüd siis saab? Kas ma saan veel kunagi sõpradega välja minna? Kus seljaajukahjustusega patsiendid töötavad? Kui iseseisev ma saan olla enese pesemisel ja tualetitoimingutes? Millist kateerdamise abivahendit Sina kasutad?"

Kas ma võiksin kunagi saada oma tüdruksõbra või isegi perekonna? Ma nägin Jussi ratastooli, tahan ka sellist, kust ma saaksin? Ma tahan inimestele halvasti öelda, kas Sina tahtsid ka? Mul on kodus väga igav, mis ma võiksin teha? Ma tahan autoga sõita, kas ja kuidas see võimalik on?" Neid ja kõikvõimalikke muid küsimusi tuleb esitada just nimelt kogemusravijatele. Ta räägib enda kogemustest, teiste kogemustest ning annab suuna kätte, kelle abiga on võimalik saada kõige parem võimalik lahendus.

Ei ole olemas rumalaid või asjakohatuid küsimusi, on sisukad ja tulemuslikud vestlused.

Mihkel Saksing

SAK meeskonnas kogemusravijate

Kadri Englas

arendus- ja kvaliteedijuht, füsioterapeut

Seljaajukahjustustega spordihuviliste päev

Kuuma suve augustikuu kümnendal päeval toimus Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse toetusel kolmas spordipäev. Üritus oli suunatud kõigile seljaajukahjustusega inimestele sõltumata kahjustuse tasemest või eelnevast spordikogemusest, pakkudes võimalust panna ennast proovile erinevatel spordialadel ja olla



aktiivne. Kaasatud oli Eesti Invaspordi Liit tutvustamaks võimalust osaleda nende tegevuses.

Pühapäeva hommikul kogunes Haapsalu linna staadionile 15 vaprast võistlejat (nende hulgas 4 naist ja 11 meest), kes jaotusid kahte alagruppi (kõrgem seljaajukahjustus 7 osalejat ja madalam seljaajukahjustus 8 osalejat), kaasa- elajad, kohtunikud ja toetajad. Avasõnad lausis HNRK juhatuse esimees Priit Eelmäe ning Eesti Invaspordi Liidu president Rainer Vakra.

Võistlejatel oli võimalus ennast proovile panna 100 m ja 400 m ratastoolisõidus, kuulitõukes, odaviskes, ketta- heites, takistussõidus ja boccias. Iga ala kolmele parima- le riputati kaela medal ning alagruppide võitjad said koju viia särava karika. Eesti Olümpiakomitee kinkis igale osa-

lejale vahva Liikumisaasta buff-i ning HNRK poolt said osalejad toreda helikurmi ürituse tunnuslau- sega "Sport on kõigile!". Spordipäeva jooksul oli võimalik ennast turgutada maitstvate ampsudega ning päev lõpetati ühise grillimise ja koogisõõmisega HNRK köögi- ja korraldusmeeskonna kaasabil.

Suured tänud kõigile kaasa- elajatele ning asjaosalis- tele, kes korraldasid ja organiseerisid, teiste hulgas Liisi Einmann, Andres Kuk, Maarja-Liisa Peedimaa, Ave Uke, Sandra Pais, Mihkel Saksing, Eda Kivimäe, Maarja Löps, Kadri Englas, Riina Mõim ja Mari Alvela.

Siiri Siimenson

SAK meeskonna tegevusteraapeut

Ratastooli kasutamise oskused – tõenduspõhine lähenemine

Lisaks ravimitele, teatud mõõtmismetoodikatele, näiteks lihatoonuse, lihasjõu ja liigesliikuvuse hindamises, mõningatele teraapiametoodikatele on süstematiseeritud ning tõenduspõhine lähenemine olemas ka ratastooli kasutamise oskuste hindamiseks ja õpetamiseks – Ratastooli Oskuste Programm (ingl. keeles Wheelchair Skills Program™ (WSP)). WSP on väljatöötatud Kanadas Dalhousie Ülikoolis. Esimene versioon avaldati 2013. aasta aprillis.

Suur hulk seljaajukahjustusega inimesi peab veetma enda elu ratastoolis. Kui ratastool on hästi valitud ja inimene õpib seda tundma ning oskuslikult kasutama, on eeldused iseseisvaks hakkamasaamiseks oluliselt paremad, kui ilma eelpoolnimetatuga. Ratastooliga liikumist on võimalik õppida ja õpetada ning seeläbi arendada vähem energiakulukaks ja rohkem funktsionaalseks. Lisaks on ratastooli oskuslik kasutamine emotsionaalselt rahuldust pakkuv, teinekord isegi lõbus.

WSP on arendatud nii ratastooli kasutajate kui nende abistajate oskuste hindamiseks ja arendamise toetamiseks. Seda nii manuaalse kui elektrilise ratastooliga ning skautriiga manööverdamiseks. Metoodikat järgides on suur osa ratastooli oskuste õpetamisel kasutajal/abistajal endal,

kes alguses peavad hindama enda oskusi ning nende vajalikkust igapäevaelus, prioritseerima vajadused. Nende põhjal püstitatakse koos füsioterapeudiga eesmärgid ning asutakse harjutama. Õppimisprotsessi käigus võivad eesmärgid ja mõtted enda vajadustest muutuda, kuna oskused arenevad ja alguses kättesaamatu ning ebaoluline võib muutuda atraktiivseks.

WSPTM hõlmab kaheksat kategooriat oskusi: (1) ratastooli ehituse ja detailide tundmine; (2) ratastooli mõõtmete tajumine ja mõistmine; (3) enda liigutamine ratastoolis, sealt välja ja sisse; (4) ratastooliga tasasel pinnal liikumine; (5) keskonna kasutamine ratastooliga liikumisel; (6) oskused, mis nõuavad ratastoolis keha kallutamist; (7) oskused, mis nõuavad esirataste lühiajalist maapinnalt üles tõstmist; (8) oskused, mille jaoks on vajalik ainult tagumistel ratastel balanseerimine.

WSPTM kasutuselevõtmine algas HNRK-s septembrikuu alguses sissejuhatava koolitusega ning jätkub samm-sammult praegu ja edaspidi. Meeleolukaid treeninguid!

Kadri Englas
arendus- ja kvaliteedijuht, füsioterapeut



Meeleolukad vaba aja veetmise võimalused.



Ratastooli kummide pumpamine on käepärane, vajadusel on ka abi lähedal.



Venitused ja kehalised harjutused on tähtsad.



Kõnnitreening Lokomatil.



Vertikaliseerimine on väga oluline.

Komplitseeritud haigusjuhtude käsitlemisest

Viimase poole aasta jooksul oleme alustanud haigete ravimisega. Selle kontingendi probleemiks on intensiivne hoolduse-põetuse vajadus, lisaks ka adekvaatsed teraapiad säilunud funktsioonide säilitamiseks - taastamiseks. Kuna vajalikud tugiteenused näit. baklofeenpumba töös-hoidmiseks on Eestis alles kujunenud, on nende tagamine aega- ja ressurssinõudev protsess. Küll on aga omandatud kogemused väärtuslikud.

Keeruliseks muudab sellesuunalise tegevuse ennekõike finantseerimissüsteem. 10-päevase

funktsioone säilitava raviperioodiga jõuab selline patsient vaid asutuses kohaneda ning personal vajalikud oskused lihvida ning oma töö ümber korraldada. Samas suudab praegune voodipäevahind katta vaid väikese osa personali ja materjali- ning ravimikulust. Seega saame praegu rääkida sellesuunalisest tegevusest vaid alternatiivse rahastuse puhul. Samas on vajadus raske ajukahjustusega haigete ravimisel aga üha suurenenud.

Ülle Kruus
taastusarst, ravijuhi kt



Ligipääsetav HUR-jõusaal on populaarne.

Logopeedia taastusravis

Tihti arvatakse, et logopeedid töötavad vaid lasteaedades ja koolides ning tegelevad häälikuseade või kirjutamisraskustega. Tegelikult on aga logopeedi pärusmaa hoopis laiem ning neil on oluline roll ka taastusravis. Logopeed tegeleb beebidest kuni eakateni välja. Juba õige väikeste laste puhul tuleb jälgida nende kõne-eelset ja kõne arengut ning anda vajadusel vanemale vastavaid soovitusi. Taastusravi kontekstis pööratakse tihti logopeedi poole siis, kui lapse kõne on hiline-nud ja ei vasta eale. Olenevalt lapse vanusest ning võimekusest tegutsetakse siis nii sõnavara arendamise, lause kujundamise kui ka grammatikaga. Loomulikult tuleb vahel ette ka häälikuseadet, kuid valdavalt on see taastusravis töötades paralleelne mõne muu tegevusega. Pööratakse ka kõne rütmi-, hääldamis- või häälehäiretega ning

siis tuleb leida just selle lapse jaoks sobivaimad ülesanded, mängud ja lahendused. Täiskasvanud, kes logopeedi huviorbiiti satuvad on peamiselt insuldi põdenud isikud. Kuid on ka neid patsiente, kellega logopeed tegeleb mõne muu neuroloogilise haiguse või õnnetuse tõttu. Täiskasvanute puhul tegeletakse peamiselt kahe kõnehäirega – afaasia ja düsartria. Afaasia korral läheb kõne piltikult öeldes „katki“ ning häiritud võib olla kõnelemine, kõne mõistmine, lugemine ja kirjutamine. Düsartria puhul võib olla moonutatud inimese hääldamine, hääli võib muutuda vaikseks või kähedaks, kostuda nagu inimese räägiks läbi nina. Lisaks sellele võib muutuda kõnetempo ning kõne võib muutuda ka ühetaliseks või hoopis hästi muutlikuks. Siinkohal on logopeedi roll valida just konkreetse inimese probleemist lähtuvalt sobivai-

mad ülesanded ja võtted ning aidata kaasa kõne taastumisele maksimaalsel võimalikul määral. Vahel tuleb aga koostöös leida ka parimaid võimalikke alternatiivseid kommunikatsioonivahendeid. Oluline valdkond logopeedi tööpõllul on ka neelamishäired. Logopeedi ülesanne on viia läbi neelamisteraapiat, mis sisaldab nt neelamisprotsessis osalevate lihaste tugevdamist ja erinevate neelamisasendite proovimist. Koos harjutatakse turvalist neelamist ning leitakse patsiendile sobivaimad toidud ja joogid. Töö iseloom sõltub väga suurel määral patsiendist ning tema probleemist. Seetõttu on logopeedi töö väga mitmekülgne ning iga tööpäev sisaldab uusi väljakutseid.

Liis Virkunen
logopeed

Külas Lõvi Leo ja muud toredad ettevõtmised



Oodatud küllaline Lõvi Leo.

Juba aastaid on HNRK-s toredaks traditsiooniks, et meie armsaid lastspatsiente külastab 1. juunil lastekaitsepäeval laste suur sõber ja politseiameti suur abimees Lõvi Leo. Koos Lõvi Leoga räägitakse liiklusohutusest, värvitakse temaatilisi pilte, süüakse maiustusi ja puuvilju, juuakse kosutavaid jooke ning lennutatakse õhupalle lae alla. Trilli – trilli taevani. Kõik lapsed saavad Lõvi Leolt pai ja patsi ka lüüa. Meeleolukas tunnike lõppeb ikka Lõvi Leoga pilte tehes.

Aga see pole veel sugugi kõik.

Ühel selle aasta kevadpäeval helises telefon ja anti teada, et Eesti Pandipakendi OÜ ja SA Heategevusfond Aita Lapsi koostööna on algatatud tore kampaania. Selle raames kingitakse igale lastehaiglale ja teiste haiglate lasteosakondadele raamatukarusell, mis täidetud toredate raamatute ja mängudega. Olime pakkumisest rõõmsalt elevil ning loomulikult võtsime selle vastu. Aeg raamatukaruselli üleandmiseks-vastuvõtmiseks sai kokku lepitud ning väike vahva ettevõtmine teoks tehtud. Kõigil on siiani raamatukarusellist ja eriti selle sisust palju rõõmu! Aitäh!

Umbes kuu hiljem helises taas telefon, kõnelejaks Rauno Raal Eesti Pandipakendi OÜ juhatause esimees, kes uuris, kas raamatukaruselli üleandmine on meil veel meele. Vastasin: „Loomulikult

meelis!“. Hr Raal selgitas, et meie imeline maja ja töötajad ning vahvad patsiendid olid jätnud nii sügava mulje, et nad soovivad meid veel aidata. Kuna raamatukaruselli üleandmisel oli olnud jutuks lastspatsientide vabaaja sisustamine. Ettepanek oli väga tore: igal kuul juulist detsembrini etendub HNRK-s üks nukuetendus Aitan Lapsi heategevusfondi rahastamisel. Teatri poolt nimetatud ürituse eestvedajaks Toomas Tross Eesti väike-teatreid ühendavast ühingust ASSITEJ. Loomulikult olime kohe rõõmsasti nõus!

Praeguseks on suure menuga ära mängitud neli etendust, kus nukkudega mängisid: Heino Seljamaa - „Teater kohvis“, Alar Kress - „Kuldkalake“, Mihkel Tikerpalu „Vepsa lood“ ning Miks Teatri tegelased - „Telefoni lood“. Novembri- ja detsembrikuu jätkub samas vaimus. Etendustele on olnud ja on edaspidi oodatud kõik HNRK-s ravil olevad lapsed, HNRK töötajate lapsed ja ega täiskasvanuidki – olgu patsiendid või lapsevanemad - ukse taha ei jäeta.

Oleme ettepaneku eest väga tänulikud! On olnud meeleolukad õhtud!

Kaja Mander
ülemõde

Edasimineku õendus-hooldusvaldkonnas

Heal, tõhusal hooldusel on suur tähtsus patsiendi tervenemisel. Selleks on vaja end pidevalt täiendada, samas pole vähetähtis igapäevase töö dokumenteerimine. Kirjapandud töö on kergem jagada ja jälgida. Sel aastal on õendus-hooldusosakonnas lisaks hooldusplaanile hooldajate dokumentidesse lisandunud hooldusleht. Hoolduslehe kasutuselevõtmise on tinginud olukord, et üha rohkem saabub HNRK-sse patsiente, kelle seisund vajab pidevat jälgimist. Hooldusleht on patsiendi voodi küljes, sellele saab koheselt teha märkmeid läbiviidud toimingu kellaaajalisest teostamisest ja teostajast. Hooldusleht annab hea ülevaate patsiendi seisundist ning temaga sooritatud tegevustest arstile, õele ja ka hooldajale endale.

Õendus-hooldusosakond (OH osakond) on sel aastal tublisti juurde saanud ja uuendanud vajalikke abivahendeid. OH osakonnas on 7 uut ratas-tööri (4 standard ja 3 kõrge seljatoega ratastooli), 2 patsientide elektrilist tõstikut, lisaks 4 kolmnurkset tõusmissanga; 2 uut pesuraami raskes seisundis haigete pesemiseks; 10 uut duššitooli; patsientide ohutuse tagamiseks on hangitud kaasaegsed fikseerimisrihmad. IV korruse palatitesse on paigutatud vahekardinad. Tulekul on veel mõningad olulised vahendid, kuid kuna laskmata karu nahaga ei ole viisakas eputada, siis jäägu see praegu täpsustamata.

Konverentsid 2014

2014. aasta on olnud sisukas konverentsiaasta. 2. Aprilli keskel toimus Türgis Istanbulis **VIII Maailma Neurorehabilitatsiooni Kongress** (World Congress for Neurorehabilitation), mida väisas HNRK-st 7 inimest. Konverentsi teemaks oli sel korral valitud "Towards new horizons in neurorehabilitation" ehk eesti keeli uute horisontide poole neurorehabilitatsioonis. Teemavalik oli hästi õnnestunud ning kokkupanud programm oli mitmekesine ja huvitav. Järgmine WCNR toimub 10-13. mail 2016. aastal USAs Philadelphias.

Juuniku alguses oli Mehhikos **VIII Maailma Taastusravi Kongress** (World Congress of the International Society of Physical Medicine and Rehabilitation Medicine), mille fookus oli rehabilitatsioonikultuuri levitamine maailmas, selle väljakutsed ja vastused. Ettevõtmise üks kõrghetk oli WHO globaalse eriajadustega tegutsemise plaani 2014-2021 tutvustamine. Kongressil oli rahvusvaheline mõõde: osalejaid oli üle 2100, 96 riigist. ISPRM2015 toimub Saksamaal Berliinis 19-23. juunil.

September oli **53. ISCoS** (International Spinal Cord Society) konverentsi kuu. Seekordne kokkusaamine toimus Hollandis Maastrichtis, ikka enda vanas headuses. ISCoS-e iga-aastane kokkusaamine on kindlasti kõige parem koht, kuhu minna, et saada ülevaadet seljaajukahjustuse uurimise ja ravimise, s.h. taastusravi viimasest seisust. 53. kokkusaamise rõhuasetus oli füüsilisel vastupidavusel, seksuaalsusel ja ennetustegevusel, aga ei puudunud ka ettekanded neurofüsioloogiast, taastusravi tehnoloogilistest arengutest ega kogemuskohutemised. HNRK-st osales 5-liikmeline meeskond. ISCoS2015 toimub 14 - 16. mail Montrealis Kanadas.

Rooma Itaalias võõrustas sel aastal **I Maailma Liikumisanalüüsi Konverentsi** (XXIII ESMAC, XV SIAMOC), kus osales 3 HNRK kõnnilabori tegevusega seotud inimest. Konverentsil oli traditsiooniliselt sisukas. Oma kogemusest kõnnialalüüsi ja muu liikumisanalüüsiga seonduvast rääkisid Ameerikast Gillette lastehaiglast Michale Schwartz ning Inglismaalt Adam Shortland ja Tim Theologis, kes on seotud paljude projektidega liikumisanalüüsi arendamise alal. Kõnnialalüüsi tippspetsialist Richard Baker tutvustas sellelast



Mari ja Priit I rahvusvahelisel liikumisanalüüsi konverentsil.

magistriõppe programmi. Samuti oli hulk ettekandeid tehtud teadustööde tulemustest ja nende rakendamisest päriselus ning liikumisanalüüsi tehnilistest aspektidest. Järgmine ESMAC leiab aset 07 - 12. septembril 2015. aastal Saksamaal Heidelbergis. Mitmed konverentsidel osalenud spetsialistidest loovad kaasa Tervisedenduse ja Rehabilitatsiooni Kompetentsikeskuse (TERE KK) tegevustes ning nende konverentsidel osalemine on võimalikuks saanud tänu TERE KK vahenditele.

Siret: "WCNR-il tasus käia, kuna sai tutvuda ja järele proovida uusi ja täiustatud neurorehabilitatsioonis kasutatavaid robotikaseadmeid. Samuti sai aimu peamistest arengusuundadest."

Riina: "ISCoS-elt võtsin teadmiseks ja jagamiseks kaasa kasulikud seljaajukahjustuse teemalised internetileheküljed, kust leiab nii uuringuid, teadusartikleid, üldist informatsiooni ning kasulikke näpunäiteid. Samuti sain kinnitust, et SAK-järgselt tuleks oluliselt rohkem tähelepanu pöörata seljaajukahjustusega patsientide elustiilile (keheline aktiivsus, toitumine, kehakaal) küsimustele.

Mari-Liis: "Kindlasti tasus WCNRil osaleda, sest väikeses Haapsalus väikeses Eestis toimetas end maailmas toimuvate arengutega kursis hoida ning saada kinnitust, et liigume ja mõtleme ka siin kohapeal õiges suunas, pilguga sama horisondi poole. Hea võimalus eneserefleksiooniks.

Minule olid põnevaimad kõrgtehnoloogilisi vahendeid puudutavad ettekanded ning täpsed näpunäited, kuidas ja mis eesmärkide täitmiseks neid muu teraapiaga ühildada, millest omakorda sain tuge ja materjali ka kõrgtehnoloogilisi vahendeid tutvustavate sisekoolituste läbiviimiseks HNRKs."

Ülle: "Seekordsel konverentsikülastusel Türgis sain jälle kinnitust, et areng toimub spiraali mööda, lihtsalt iga järgmine keerd on eelmisest kõrgemal (aastakümneid tagasi kasuti edukalt ajuprotsesside taastamise ja arengu toetajana entsefabooli, kuigi mehhanism polnud lõpuni

selge, kuidas see peaks toimima. Nüüd on ravim tagasi, täpsed toimemehhanismid ja toimekohad teada). Nii pole see muidugi vaid ravimimaailmas, ka erinevate robot- ja muude tehnoloogiate puhul on arengud sarnased."

Vaike: "ISCoS-el oli palju huvitavaid teemasid. Mõned meeldejäätavamad: käe operatsioonide tulevikust, Botulin toksiooni kasutamise erinevatest võimalustest, uutest uriinikateetritest."

Kadri: "Maailma taastusravi konverentsilt tulin mina tagasi mitme praktilise tarkusega ning kindlasti parema ülevaatega näiteks kardiaalset rehabilitatsiooni, taastusravialate artiklite publitseerimisest ning mõtteviisidest, mis tänapäevast taastusravimaailma iseloomustavad. On rõõm tõdeda, et filosoofilised muutused, mida meiegi läbi elame, ei ole maailma kolleegidele võõrad. Üks toremaid mõtteid kuulus järgmise aasta konverentsi korraldusgrupile: "Taastusravi on inimese funktsioneerimise teadus"."

Aina: "ISCoS-el käimine rikastas nii üldist kui erialast maailmavaadet. Lisandus kontakte ja täienesid teadmised.

Konkretnen kasu on kindlasti infost, millised alternatiivid on võimalikud kinnisele kateetersüsteemile, mis rahuldaksid nii patsientide vajadusi, kui ka on aktsepteeritud nakkustõrje seisukohast. Lisaks sain suuniseid teadlikumaks patsiendiõpetuse läbiviimiseks."

Mari: "ESMACil oli võimalus suhelda paljude erinevate kolleegide ja koostööpartneritega nii Euroopast kui mujalt maailmast. Väga tore oli kohtuda vanade sõpradega ning leida uusi kasulikke tutvusi!

Suurimaks väljakutseks edaspidi on kindlasti labajala uuringute kaasamine kõnnialalüüsi protsessi, mille abil on võimalik senisest täpsemalt hinnata labajala liikuvust ning sellega seonduvaid probleeme. Täpsema diagnostika põhjal on võimalik valida ka sobivamad abivahendid. Lisaks maailmas juba tunnustust leidnud diabeetikute abistamiseks on võimalik sääraseid vahendeid kasutada ka erinevate diagnoosidega laste puhul. "



HNRK delegatsioon ISCoSel.



Usinad õppurid WCNR-il.

15. mail 2014 toimus Haapsalus Eesti taastusrastide seltsi (ETAS) ja Eesti lastearstide seltsi (ELS) ühiskonverents "Erivajadusega lapsest saab täiskasvanud". Konverentsil osales üle 200 arsti, füsioterapeudi ja muu spetsialisti. Konverentsipäeval räägiti erivajadusega lastest erinevatest vaatevinklitest lähtuvalt. Ettekannete vahepeal külastati Haapsalu Neuroloogilist Rehabilitatsioonikeskust ning päev lõpetati Kuursaalis väikese kontserdi ja mõnusa kehakinnitusega.

Kaja Elsteini, ETAS presidendi kommentaar:

Miks pidasite Haapsalut ja Haapsalu Neuroloogiliste Rehabilitatsioonikeskust sobivaks ühiskonverentsi toimumispaigaks?

Haapsalu oma rahuliku ja samas tegusa atmosfääri- ga on väga hea konverentsipaik ja eriti sobilik just toimunud ettevõtmise temaatikale mõeldes.

Taastusravi ja rehabilitatsiooniteemat toetab Haapsalu sotsiaalne ajalugu, olen arvamisel, et üheski teises Eestimaa linnas ei kohelda liikumispuudega inimesi nii loomulikult ja ladusalt.

Kas ja millised on peamised laste taastusravi arengusuunad Eestis lähiaastatel?

Laste taastusravi kättesaadavus peab olulisel määral paranema ja esmatähtsaks pean võimalust, et sõltumata lapse elukohast pääseks ta kõikidele vajalikele ravi- ja rehabilitatsiooniteenustele.

Taastusravi protsessi toetamiseks ja parima võimaliku tulemuse saavutamiseks peab toetama ka lapse peret, sest väsinud ja murtud vanemad ei suuda ravi protsessis olla head partnerid.



NDT sertifitseerimiskoolituse rõõmsad osalejad.

17. aprillil toimus HNRK juhtkonna väljasõit Padise mõisa, kus koos juhtimiskoolitaja Margus Alvistega sai lahatud teemasid, millega juhtimise- ga tegelevad töötajad igapäevaselt kokku puutuvad. Sellisel kujul juhtimiskoolitus toimus HNRK-s esmakordselt. Muuhulgas käsitleti järgmisi teemasid: juhi roll ja vastutus, eesmärgistamine ja planeerimine, töö organiseerimine ja delegerimine, tagasisides- tamine ja motiveerimine, konfliktide käsitlemine ja kommunikatsioon ning aja juhtimine.

Koolituse käigus sai analüüsida oma juhtimis- alased teadmisi ja oskusi ning nende rakendamist igapäevatöös. Lisaks andis koolitus hea võimaluse arutleda nendel teemadel üheskoos. Kindlasti on plaanis sarnaseid koolitusi läbi viia ka edaspidi.

Koolitused! Koolitused! Koolitused!

Kaasaegsed teadmised ja oskused on HNRK üks olulisimaid põhiväärtuseid.

Selleks, et need jõuaks võimalikult paljude inimesteni, oleme püüdnud võimaluse korral rakendada põhimõtet, et toome oma ala spetsia- liste HNRK-sse. 2014. aasta on selles osas olnud edukas: enda organiseeritud kvaliteetseid koo- litusi on olnud suur hulk. Neurorehabilitatsioo- nikeskusele kohaselt oleme panustanud neuro- arenguliseravi (Neuro-Developmental Treatment (NDT)) õpetajate sissetoomisele juba alates 2011. aastast. Käesoleval aastal organiseerisime kaks kõnealuse teemaga sisustatud koolitusperioodi: esimese märtsis, mis keskendus lastes Jane Styer- Acevedo USAst ja täiskasvanute koolitusel meile juba armsaks saanud Cathy Hazzard Kanadast. Jane'i koolitustel osales ühtekokku 32, Cathy koolitusel 11 füsio- ja tegevusterapeuti.

Väliskoolitajaid kais aga veel. Septembris olid Eestit ja HNRK-d külastamas Lee Kirby ja Cher Smith Kanadast, kes tutvustasid ja õpetasid enda väljatöötatud Ratastooli Oskuste Program- mi (Wheelchair Skills Program™). Koolitused olid väga praktilised ja meeleolukad, sest osale- jad said kõiki oskuseid järgi proovida ja arenda- da. Värvikaimad juhtumised on kindlasti seotud wheelie ehk kahe tagumise ratta peal tasakaa- luhoidmise ja edasi liikumisega. Augustis oli HNRK-s külas Austria füsioterapeut Margit Eidenberger, kes viis läbi 3-päevase koolituse lüm- fiteraapia teemadel. Tegemised olid jällegi väga praktilised ning õpitud võtteid harjutati kaaslas- te peal. Margit oli koolitust tegemas vastutasuks eduka praktikaalase koostöö eest, mis HNRK ja Austria kooli vahel toimib. Osalejaid lümfiteraa- pia koolitusel oli 12.

Lisaks välismaistele kooliajatele, oleme kutsu- nud enda teadmisi jagama ka kodumaiseid eks- perte. Näiteks maikuus oli üks tore pärastlõuna, kus kuulasime ja arutlesime autismispektiga laste käsitlemise teemadel psühholoog Liis Nõu- puu eestvedamisel. Alates septembrist saavad 17

HNRK töötajat õppida Marika Roosi käe all vene keelt ja selle kasutamist igapäevaseks tõiseks suhtlemiseks.



Ratastooli oskuste kasutamise koolituse puhkepaus.

Muidugi ei ole kavast puudunud ka klassika- lised sisekoolitused, kus kolleeg õpetab kolleegi ja sober toetab sõpra. Headeks näideteks käero- bot Armeo ja E-link kasutamiskoolitused füsio- ja tegevusterapeutidele, mille viis läbi Mari-Liis Ööpik ning hooldajatele suunatud neuropsühho- loogia koolitus "Raskest ajutraumast taastumine ja käitumuslikud probleemid", kus enda teadmi- si jagas Helen Pikkat. Jätkunud on uue töötaja sisseelamiskoolitused, kus põhiteemaks HNRK kui organisatsioon. Samuti on toimunud FIM- instrumendi kasutuskoolitused. Selleks aastaks on veel planeerimisel arvutikoolitus algajatele.

Loodame, et järgmine koolitusaasta tuleb sama põnev!

Kadri Englas

arendus- ja kvaliteedijuht, füsioterapeut

HNRK on endiselt lahke oma spetsialistide teadmisi jagama

Mahuka koolitustegevusega, kus saavad osa- leda HNRK töötajad haridusalane tegevus ei piirdu. HNRK on nüüdseks juba traditsiooniliselt koostööd tegemas Haapsalu Kutsehariduskesku- se (HKHK) ja Tallinna Ülikooli Haapsalu Kolledži- ga (TLÜ HK). HKHK-ga koostöös õpetame hooldus- töötajatele kolme ainet: „Hooldusabivahendid“, „Aktiveerivad tegevused“ ja „Rehabilitatsiooni alused“. Hetkel ongi käsil aine „Aktiveerivad tege- vused“. Selle aasta 11 õppurit on usinad küsijad ja kaasarääkijad ehk teisisõnu mõnused õpila- sed. Järgmisena võtame ette „Rehabilitatsiooni alused“ ja „Hooldusabivahendid“.

TLÜ HK-le pakume võimalust rehabilitatsiooni- teemaliseks valikmooduliks tervisejuhtide õppe- kava raames. Tervisejuhud, kes õpivad II kursusel

on sel aastal kõik koos valinud terve valikmoodu- li ehk alates käesolevast sügissemestrist käivad HNRK-s õppimas kuni järgmise aasta sügisse- metri lõpuni. Mooduli algus on õpetamise poolt vaadatuna olnud edukas. Loodame, et nii jääb lõpuni.

Lisaks on HNRK praktikabaasiks mitmete- le Eesti õppeasutustele: Tartu Ülikool, Tallinna Tevishoiu Kõrgkool, Tartu Tervishoiu Kõrgkool jne. Järgmise aasta praktikagraafikud täituvad juba praegu suure ohinaga nii kodu- kui välis- maiste õppuritega.

Kaja Mander

ülemõde

Hooldajate töökohapõhine õpe

“Austatud Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli rektor, HNRK juhataja, külalised, juhendajad ja armsad hooldajad,” selliste sõnadega avasin 2-aastase hooldustöötajate töökohapõhise õppe avaaktuse 12. septembril 2014. aastal.

Usinaid õppimaasujaid oli 13. Nendega sõlmiti kolmepoolne leping SA HNRK, õppija ja Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli vahel. Hooldajaid töötab HNRK-s 28, kellest 3 on juba Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli haridusega. Kerge arvutuse tulemusena selgub, et üle poolte hooldajatest asus tarkust taga nõudma, mille üle on siiralt hea meel.

Viimati oli taoline tõsine hooldustöötajate 2-aastane koolitus kaheksa aastat tagasi. See ei tähenda, et vahepealsel perioodil poleks koolitustegevust toimunud. Kaugel sellest, kuid teis-

tes vormides. Aastatetagusest õppest töötab meie haiglas endiselt Age Sommermann, Sirje Reppo ning Heidi Kukuškin, viimane on ka ühtlasi üheks uute õppijate juhendajaks. Nimetan siinkohal ära ka teised juhendajad: Kaja Laherand, kes sel aastal lõpetas Haapsalu Kutsehariduskeskuse hooldustöötajate 2- aastase õppe, ning Aina Tõnutare ja Arge leht, mõlemad HNRK-s vanemõe ametis.

Töökohapõhist õpet alustasid laste meeskonnast Älis Erk, Svetlana Lipinskaja, Lea Novikov; seljaajukahjustusega patsientide meeskonnast Regina Soots, Tiina Spiegel, Elina Öispuu, Jelena Klimova (omab ka tegevusjuhendaja tunnistust), Lilia Maide ning peaajukahjustusega patsientide korrusel Kai Silmer, Nele Taaramäe, Tiia Jeeberg, Tiit Kaevats ja Tatjana Semeni.

Julgen arvata, et aastate jooksul on õppeprotsess muutunud veelgi sisukamaks, kaasaegsemaks ja õppijasõbralikumaks. Suur pluss on võimalus õppida töötamist jätkates.

Töökohapõhist õpet viiakse Eestis läbi kuuendat korda. On äraütlemata suur rõõm kirjutada, et uus õpperühm alustab HNRK-s. Usun, et kõik läheb korda ja kahe aasta pärast on meil lisaks 13 harritud hooldajat.

Töökohapõhise õppe lõpetajad saavad kutseõppe läbimist tõendava tunnistuse ning õiguse taotleda kutsetunnistust Hooldustöötaja, tase IV.

Kaja Mander
ülemõde

VI TETRAHAND 2014 Šveitsis

23. – 26. aprillil toimus Šveitsis Nottwil-is ja Basel-is „6th International TETRAHAND Surgery Course 2014 for Reconstructive Tetraplegia Hand Surgery and Rehabilitation“.

Sellele eelnevalt oli mul võimalus olla „töövarjuks“ kahel päeval Šveitsi Parapleegia Keskuses Nottwil-is. Keskus avati 1990. aastal ning asub looduslikult väga kaunis kohas järve ääres. Keskuses on 140 voodikohta, 2013. aastal oli 933 statsionaarset patsienti, kellest üle poole olid tetrapleegiaga, hetkel on töötajaid keskus üle 1000.

Esimesel päeval oli võimalus jälgida tegevusterepide tööd ning tutvuda abivahendikeskusega ja ortooside ning proteeside valmistamise keskusiga. Teisel päeval olin aktiivselt kaasatud füsioteraapia sporditerapeutide töös. Kursus oli organiseeritud Šveitsi Parapleegia Keskuse Nottwil-is ja Šveitsi Basel-i Ülikooli koostööna. Kursusel oli 50 osalejat 18 erinevast rahvusest, kellest võrdse poole moodustasid kirurgid ning teise poole tegevus- ja füsioterapeudid.

Loengud, millel oli võimalus osaleda, hõlmasid igakülgselt lähenemist teemasse, näiteks sissejuhatus ja ülevaade (kontseptsioon ja meetodika); kirurgilised sekkumised ning rehabilitatsioonilavare kolmpealihase ja haarde rekonstruee-

rimisel, spastika vähendamisel ning närvide ümberpaigutamisel.

Kursuse jooksul toimusid erinevate maade spetsialistide vahel ning loengud osaliselt paralleelsessionina kirurgidele ja terapeutidele. Kursus hõlmas Basel-i Ülikooli anatoomia muuseumi külastust, mille järgnes praktiline võimalus osaleda erinevate rekonstrueerimise operatsioonidel. Terapeutidele suunatud loengud andsid hea ülevaate ning täpse protokollil olavarre kolmpealihase ja haarde rekonstrueerimise järgselt, selgitati ortooside kasutamise põhimõtteid, elektrilise stimulatsiooni kasutamise vajalikkust ning täpseid alg- ja lõpphindamise põhimõtteid. Viimane päev keskendus meeskonnatöö tähtsusele ning toimus juhtumite lahendamine. Loengutel osales samuti patsient, kellele oli teostatud olavarre kolmpealihase rekonstrueerimine. Operatsioonist oli möödunud 4 nädalat ning tema meeskonda kuuluvad spetsialistid andsid täpse ülevaate teostatud operatsioonist ning sellele järgnenud rehabilitatsioonist, samuti kirjeldas patsient ise püstitatud eesmärgid ning protsessi.

Kursus oli intensiivne, äärmiselt huvitav ning andis võimaluse tutvuda uudsete lähenemisviisidega oma ala ühtedel parimatel asjatundjatel.



HNRK tore tegevusterapeut Siiri välismaiste kolleegidega.

Kursuse korraldajad olid alati valmis aruteludeks ning põhjalikemaks selgitusteks. HNRK raamatukogus on võimalik tutvuda kahe raamatuga, mille autoriteks on peamised loengupidajad terapeutidele: J.Wangdell „Patients' perceived outcomes of tetraplegia hand surgery“ ja C.Reinholdt „Surgical restoration of grasp control in tetraplegia“.

Siiri Siimenson
tegevusterapeut

Praktikantide arvamus on meie tähtis!

Oleme aastaid kogunud tagasisidet patsientidelt, et oma tegevust tõhusamaks ja kvaliteetsemaks muuta. Samuti peame väga tähtsaks praktikantide tagasisidet nii praktikabaasi kui ka juhendaja kohta. Oleme teinud seda aktiivselt 2012. aastast. Praktikandi saabudes instrueerimise ülemõena üldistest HNRK ning majutusega (kes seda vajavad) seonduvatest reeglitest. Ei ole erisust, millisele praktikale on saanud. Olgu füsioteraapia, tegevusteraapia, õendus, hooldustöö, massaaži vmt, saavad kõik esimesel päeval tagasiside vormi, millele on praktikandil võimalik mõelda kogu praktikaaaja vältel ning praktika lõppemisel mulle see tagastada omade mõtete ning hinnangutega praktikabaasi ja juhendajale.

Valdavalt on tagasiside läbi aastate olnud väga positiivne. Rahulolu väljendatakse praktikabaasi varustuse, töökorralduse, õpikeskkonna, HNRK töötajaskonna kohta. Õpikeskkonda peetakse

kõige enam arendavaks ning töötajaid toetavateks ja sõbralikeks. Just praktikantidest oleme enda meeskonda saanud juurde peale koolide lõpetamist väga tublisid töötajaid ning abikäsi suvisteks asendusteks. Hinnangud juhendajatele on samuti ainult head ja väga head. Sageli mainitakse, et juhendajatel on head erialased teadmised, mida kuhjaga praktikantidele jagatakse, samuti märgitakse tihti kirja väga sooja, inimlikku, kuid samas tõsist suhtumist praktikanti. Rõõmu teevad sellist laadi kommentaarid: “tutvustas mind teistele kolleegidele”, “võimaldas mul näha rohkem, kui vaja oleks olnud”, “sain ise ka reaalset teraapia protsessis osaleda”, “andis mulle kodus mõlemiseks ülesandeid, et järgmisel päeval koos läbi arutada” jne.

Vaatamata suurele koormusele, mida praktikantide õpetamine endaga kaasa toob, on noored spetsialistid juhendajale alati võimaluseks hoida

mõte terav ja meeled erksad. HNRK tänab südamest kõiki, kes on panustanud nii õppetöösse kui praktikajuhendamisse!

Kaja Mander
ülemõde

Seljaajukahjustusega meeskonna füsioterapeudid Riina Mõim ja Ott Vanem käisid oktoobris kolmeks päevaks Soomes Seinäjoki ametikoolis, et viia III kursuse füsioteraapiatundengitele läbi õppetööd. Esimesel päeval räägiti seljaajukahjustusega patsientide füsioteraapiast, teisel päeval tutvustati ratas- tooli kasutamise oskustega seonduvat ning viimasel päeval keskenduti neurorobotika tutvustamisele. Nii õpilased kui õpetajad jäid tehtuga väga rahule.

Abivahendikeskuse igapäev.

Täna on reede, 10. oktoober 2014. Töötav tulla toimekas päev. Paljud patsiendid valmistuvad haiglast koju minema ja Abivahendikeskuses on Gadoxi vastuvõtt. On tarvis ajada korda viimased paberid, vormistada ostud ja laenutamised, kohandada kaasaminevad abivahendid, üle rääkida kasutamine. Vastuvõtule ootab üle 20 inimese. Õues on kollased vahtralehed ja vihm.

Abivahendikeskuse töötaja kvaliteedispetsialist Eve on alati varem kohal. Kell pole veel kaugeltki kaheksa kui Eve arvuti taga juba askeldab ja eelmisel päeval korda saadetud numbrite keelde seab. Peagi lisandub ka teine abivahendikeskuse töötaja, Liis. Enne patsientidele ukse avamist on vaja korrastada ruumid, sättida ritta ratastoolid, seada suurusjärjekorda ortopeedilised jalanõud. Abivahendikeskuses on alati palju teha.

Kell 8.00 hommikul on ukse avatud. Peagi ongi kohal esimesed külastajad. Väike patsient, kes haiglas oleku ajaks on laenutanud kolmerattalise jalgratta, toob õhtuid toredasti sisustada aidanud sõbra tagasi. "Aitäh teile, nägemist!" Peagi lisandub nädalavahetuse hoiule ühe väikese tüdruku ratas. Esmaspäevani! Selleks ajaks on vastatud juba mitmele e-kirjale. Jagatud on omavahel eelmisel päeval täpsustamist vajavad infokillid ning kell ongi juba 10.00 Esimesed patsiendid ootavad kannatlikult ukse taga jala-laba diagnostika uuringut. Meistrid saabuvad ja lahti läheb tõeline virr-varr. Samal ajal kui kellegi labajalad saavad 3-mõotmelise kuvandi arvutiekraanil, saab keegi juba valmis tugital-lad kätte. Lisaks kindlasti saatmas õpetussõnad, kuidas kanda, pesta, mida märgata. Uude koju lähevad ka küünarkargud, 1,5 meetrit kummi-linti ja üks tasakaalupadi.

Kui Eve aktiivselt klientidega suhtleb ja müüke vormistab, taandub Liis haigla viimasele korrusele, vaikusse, et keskendumist vajavate kirjutöödega valmis saada.

Käes on lõuna. Pool tundi selleks, et varuda energiat edasisteks toimetusteks. Ühise laua taga arutatakse peagi aset leidva HNRK sügis-laadal osalemise üle kui ka otsa saanud kaubale lisa tellimuse esitamise ja selle sortimendi üle.

Päeva teine pool kulub haiglast lahkujatega üürilepingute sõlmimiseks ja müügitehinguteks. Paberimajandust on palju – tõendid, abiva-hendi kaardid, töölehed. Kõik see võtab aega ja



HNRK abivahendikeskuse raudvara: Liis ja Eve.

nõuab kannatlikust ka patsiendilt endalt. Aga hea eesmärgi nimel ja mõnusa jutujamamise kestel saab korda aetud kõik vajalik ning alata võib kodutee.

Gadoxi meistrid on kõikide vastuvõtule registreerinud inimeste jalatallad arvutisse jäädvustanud ja vahtplasti vajutanud. Aeg on asjad kokku panna ja uues vastuvõtuoja kokku leppida. Kohtumiseni 7. novembril.

Uued tellimused järgmisesse nädalasse on vastu võetud. Statistilised näitajad on sisesta-tud. Arved laiali saadetud. Paarile patsiendile on abivahendikaart tellitud, üks laste käru on kohandatud. Ka paar artiklit on Keskustelusse kirjutatud ja veidi õhku ratastoolikummidesse juurde lastud.

Oli toimekas päev, nagu ikka Abivahendikeskuses.

Head aega ja ilusat nädalavahetust!

Õues on kollased lehed ja udu. Tuleb mõnus sügisene nädalavahetus. Kohtumiseni!

HNRK külastas rahvusvahelist abivahendite messi Rehacare

Juba teist aastat külastas HNRK esindus rahvusvahelist abivahendite messi Rehacare Düsseldorfis Saksamaal 26-27 septembril. Kokku osales messil nelja päeva jooksul 51 250 külastajat, oma tooteid esitles 902 ettevõtet 36-lt maalt.

Messi eesmärgiks on pakkuda nii tootjatele, abivahendeid müüvatele ettevõtetele kui ka kasutajatele endile vahetut võimalust erinevaid inva-abivahendeid proovida ja neid lähemalt uurida. Kohtumised messil aitavad sõlmida edasiviivaid kokkuleppeid ja luua uusi kontakte. Sellel aastal hakkas silma palju uusi innovatsioone ja edasiarendusi liikumist abistavate vahendite hulgas.

Kui eelmisel aastal olime messil peamiselt eesmärgiga luua vajalike kontakte, siis sellel aastal külastasime juba häid koostööpartnereid, et saavutatud kontakte hoida, nt ettevõtteid Invacare, Schuchmann, Fleximed, McNeal. Kohtumised leidsid aset ka uute partneritega.

Osalemine messil tagab ülevaate maailmas leiduvatest erinevatest abivahenditest ja aitab neis orienteeruda, aidates teha õigeid valikuid ja soovitusi lõpptarbijale ehk abivahendi kasutajale.



Messimeeleolud.

OÜ HNRK Abivahendikeskus on 1-aastane!

SA Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskuse tütarfirma OÜ HNRK Abivahendikeskus tähistas 9-ndal oktoobril oma esimest sünnipäeva. Nagu ikka lastele esimesel eluaastal kohane, on ka abivahendikeskuses tulnud hakka-ma saada paljude arengutega esimeste iseseisvate sammude tegemiseks. Täna on need sammud juba üsna kindlad ja vajavad üha vähem vanemlikku tuge. Sammu pikkust saame ka mõõta. Siin on mõned numbrilised näitajad:

- Esimese aastaga on abivahendikeskuse külastajate arv kasvanud rohkem kui kaks korda. Seda eelkõige Läänemaa elanike endi poolest. 380 on saanud 875.

- Abivahendikeskuse käive on kasvanud 10 korda. Seda nii vahendatavate teenuste kui ka omatoodete müügi poolest. Näiteks vahendasime aasta tagasi Gadox AS-i tooteid ühes kuus 433,30 euro eest. Selle aasta septembris, aga juba 4754,00 euro eest. On hea meel, et Abivahendikeskuses on palju häid sõpru, koostööpartnereid ja kliente. Aitäh kõigile, kes te olete nii kaasa aidanud kui mõelnud abivahendikeskuse toimetustele! Aitäh pühendumise, hoole ja toe eest!

Palju õnne!



HNRK
Abivahendikeskus

Sadama 16, Haapsalu 90502
Tel. +372 47 25 434
Fax +372 47 25 401
abivahendikeskus@hnrk.ee
abivahendikeskus.hnrk.ee