

Heategevus – kas iseenesest mõisteta ja vältimatu kvaliteetse taastusravi osa?

Heategevuse tähendus Eesti ühiskonnas on viimase veerandsajandiga oluliselt muutunud. Jõukate lääne-riikide toona nõnda vajalikest abisaadetiste ajast oleme jõudnud sisukate, professionaalsete ja läbimõeldud projektideni. Samuti on selgelt tajutav eraisikute valmidus abivajajaid toetada. Heategevuslikud algatused loovad tihti lisaväärtust, mida riiklike vahenditega ei ole võimalik tagada. Samas on edukalt rakendatud heategevuse tulemused need, mis saavad orgaaniliselt integreeritud igapäevaellu, mistõttu on mõnikord keerukas taju- da, kust kulgeb piir seadusejärgse teenuse ja heategevusega loodud lisaväärtuse vahel.

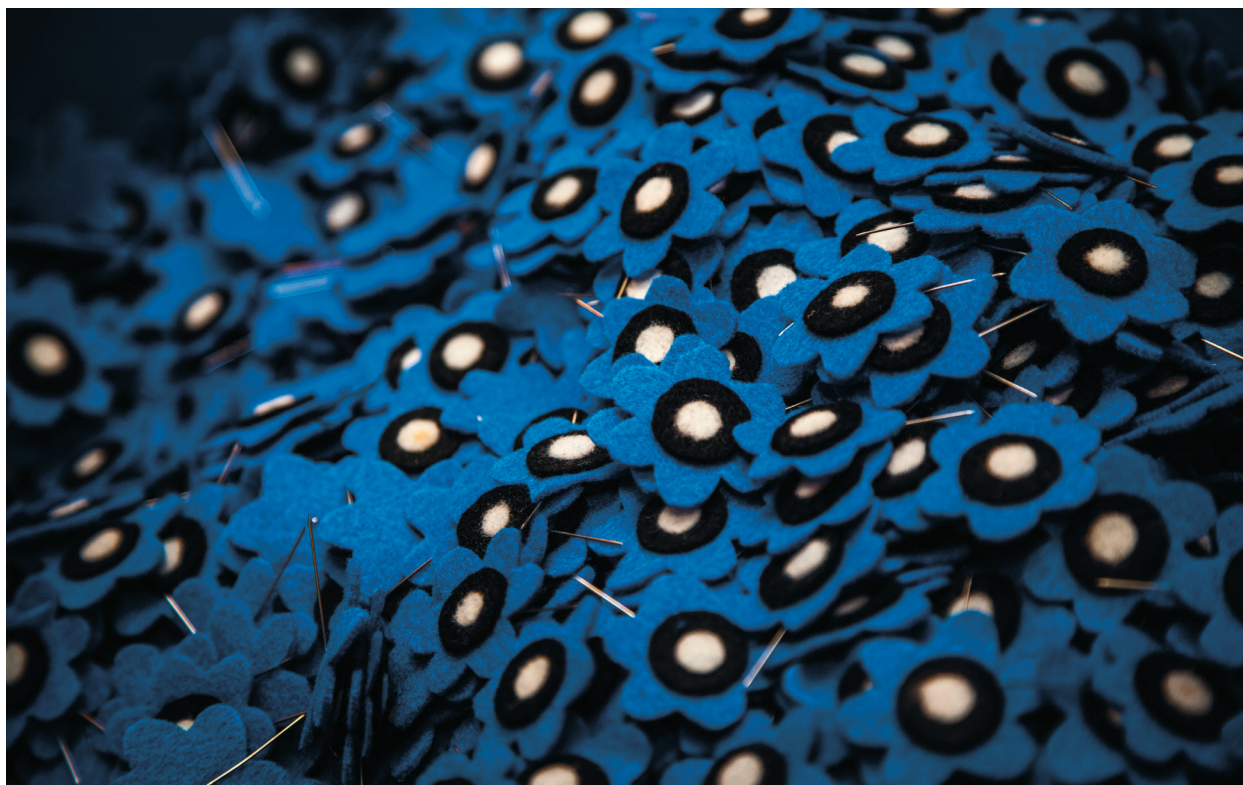
HNRK on riigi poolt asutatud sihtasutus ja valdava enamuse oma tegevuseks vajalikest vahenditest saab läbirääkimiste tulemusena Eesti Haigekassalt ja Sotsiaalkindlustusame- tilt, et osutada teenuseid eelkõige Eesti riigi kodanikele. Sageli pole olnud need vahendid piisavad, et tagada suurele hulgale kodanike- le teenuste kättesaadavus. Küll ei ole tehtud järeleandmisi ravikvaliteedi osas ja on otsi- tud alternatiivseid ja innovaatilisi lahendusi uuendusteks. Taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonna teenused on arenenud viimastel aastatel väga kiiresti – kasutusele on võetud keerulisi robotika seadmeid, täpseid diagnos- tikavahendeid jne. Kahjuks ei ole rahastajatel

alati võimalik uuendada teenuste kuluarves- tust piisavalt kiires tempos ja seetõttu pidada silmas innovaatilise ja kallihinnalise tehnoloogia kasutuselevõttu või ka uudsete teenu- se loomist. Seetõttu on arvukad heategevus- projektid olnud HNRK-le, lisaks lepingulistele vahenditele, abiks kaasaegsel tasemel taastus- ravi- ja rehabilitatsiooniteenuse osutamisel.

HNRK senised kogemused erinevate kam- paaniatega on väga positiivsed. Osad neist on olnud rahalised aga teised mitte, kuid kõigil neil on täita oma kindel roll tervik- liku pildi loomisel. Tänu arvukatele heatege- vuslikele projektidele ning sihtotstarbelistele toetustele saame täna Haapsalus pakkuda just selliseid, kohati out-of-box teenuseid, nagu me pakume. Pikas perspektiivis ei ole heategevusele lootma jäämine jätkusuutlik, kuid see on äärmiselt tänuväärseks lisares- ursiks. Seda eelkõige uuenduste elluviimi- sel. Usun, et HNRK-s loodud kaasaegne ja patsiendisõbralik ravikeskkond innustab teenuse rahastajaid senisest enam just siia panustama. Samas loodan, et hea eeskuju on nakkav ning positiivsed kogemused kandu- vad kiiresti üle Eesti.

Järjekordne „Keskustelu“, seekord ühek- sas, avab lugejatele HNRK tegemisi. Muuhul- gas saab ülevaate HNRK jaoks olulistest heategevusprojektidest, s.h. selle aasta „Anname au!“ kampaaniast, mille eesmär- giks uuendusliku exoskeleton tüüpi mobiilse kõnniroboti soetamine ja kasutusele võtmine meie haiglas.

Priit Eelmäe
juhatuse esimees



Anname Au kampaania sinililled.

Taastusravist ja rehabilitatsiooniteenusest – erinevused ja ühisosa

Taastusravi- ja rehabilitatsiooniteenuse eristamine Eestis on keerukas ning tekitab pahatihhti segadust edastatud informatsiooni mõistmisel. Selguse toomiseks on alltoodud esitatud põgus kirjeldus.

TAASTUSRABI on meditsiiniteenus, mille osutamist reguleerib Ravikindlustusseaduse alusel „Eesti Haigekassa tervishoiuteenuste loetelu“, mis kinnitatakse sotsiaalministri määruse alusel iga aasta detsembrikuus järgmiseks jooksvaks aastaks.

Vastavalt eelpool nimetatud dokumendile on meil järgmised taastusravi teenused:

- intensiivne funktsioone taastav taastusravi, raviperioodi pikkus 21 päeva, patsiendi omaosalust ei ole;
- funktsioone taastav taastusravi, raviperioodi pikkus kuni 14 päeva, patsiendi omaosalust ei ole;
- funktsioone toetav taastusravi vähemalt 19-aastastele isikutele, raviperioodi pikkus 10 päeva; patsiendi omaosalus 20% voodipäeva hinnast;
- funktsioone toetav taastusravi alla 19-aastasele isikule, raviperioodi pikkus 14 päeva, patsiendi omaosalust ei ole;
- ambulatoorne taastusravi.

Eesti Haigekassa kindlustatule finantseerib taastusravi haigekassa vastavalt tervishoiuteenuste loetelus kinnitatud hinnakirjale. Lisaks on patsiendil võimalus lisaks osta protseduure, mis määruse alusel antud teenuse liigi puhul haigekassapoolsele finantseerimisele ei kuulu.

Järjekorda taastusravile pääsemiseks peetakse vastavalt riiklikele seadustele ja HNRK järjekorrapidamise reeglitele.

Taastusravi taotlemiseks on vajalik meile edastada eriarsti või taastusarsti poolt väljastatud saatekiri.

Nagu taastusraviteenuste loetelust nähtub, on taastusravile pääsemise aluseks funktsioonihäire olemasolu. Seega on tähtis, et vastava funktsioonihäire ära märkimine ka arsti saatekirjal, et dokumendi läbivaatamisel tuvastada taastusravi vajadus ning taastusraviteenuse liik.

Kui saatekiri sisaldab vaid haigestumiste loetelu ning dokumendi alusel ei õnnestu tuvastada funktsioonihäire olemasolu ning selle ulatust,



Anamneesi kogumine ja nõustamine.

Foto: Silver Raidla

koostatakse ravitaotluse äraütlemine, mis edastatakse nii suunavale arstile kui patsiendile. Vajalike andmete lisandumisel vaadatakse saatekiri ravijuhi poolt uuesti läbi. Selleks, et määrata, millises järjekorras patsient ravile saab, on vajalikud täpsed andmed haigestumise aja ja seni saadud ravi, eriti taastusravi kohta. Nende andmete puudumisel registreeritakse saatekiri üldjärjekorda.

Seejärel teavitatakse patsienti tema ravi alustamise võimalikust kuupäevast. Selleks, et teavitamine kulgeks operatiivselt, on vajalikud saatekirjale lisada nii telefoninumber kui e-postiaadress. Nädal enne raviperioodi algust saadetakse patsiendile meeldetuletus või võetakse ühendust telefoni teel.

Selleks, et ravijärjekord tõrgeteta töötaks, ootame ka patsiendipoolset informeerimist, kui pakutud ravijärjekord ei sobi või on vahepealsel perioodil tervises seisund muutunud.

Ambulatoorsele taastusravile registreerimiseks on vajalik arsti saatekirja olemasolul registreerida end registratuuri telefonil taastusarsti vastuvõttule. Vastuvõtu käigus täpsustatakse taastusravi vajadus ning koostatakse raviplaan. Peale ravi lõpu toimub taastusarsti korduv vastuvõtt ravitulemuse hindamiseks ning vajadusel edasise raviplaan koostamiseks.

Taastusravi on multiprofessionaalne meeskonnapõhine teenus, kus kõikide professionide esindajatel on täita oluline roll lähtuvalt oma vastutusalast. Ravimeeskonna juhiks ja kogu ravitöö eest vastutajaks on taastusarst.

REHABILITATSIOONITEENUS on sotsiaalteenus, mille eesmärgiks on parandada puudega inimese toimetulekut, soodustada õppimist, töötamist või tööle asumist ja suurendada ühiskonnas osalemist.

Rehabilitatsiooniteenuse rahastamine toimub riigieelarvest Sotsiaalkindlustusameti (SKA) kaudu, rahastamise eelduseks on rehabilitatsiooniasutuse ja SKA vahelise rahastamislepingu olemasolu.

Teenuse järjekorda registreerimine toimub SKA poolt väljastatud suunamiskirja alusel, järjekorda registreeritakse kõik suunamiskirjad sihtgruppide kaupa vastavalt nende saabumise ajale. Teenuse osutamine toimub vastavalt sihtgrupi järjekorrale. Vastavalt praegustele lepingutingimustele kuulub eelisjärjekorda vaid rehabilitatsiooniplaani koostamine.

Teenuse osutamist reguleerib asutuses rehabilitatsiooniteenuse kordinaator. Kuna meditsiiniteenuseid SKA poolt ei finantseerita, siis arsti teenus rehabilitatsiooniteenuste hulka ei kuulu.

Rehabilitatsiooniteenuse sisuks saavad olla vaid teenused, mis rehabilitatsiooniplaanis on planeeritud. Teenust on võimalik osutada statsionaarselt kuni 6 päeva jooksul, sest majutust finantseeritakse SKA poolt vaid 5 öö eest, kusjuures finantseeritud on ööbimine ja üks toidukord päevas. Kahe ülejäänud toidukorra eest päevas tuleb ise tasuda.

Ambulatoorselt on teenust võimalik osutada samuti vastavalt rehabilitatsiooniplaanile. Sellisel juhul on teenust võimalik planeerida pikemaks perioodiks. Rehabilitatsiooniperioodi sisu ja pikkus sõltub paljuski konkreetseks tsüklilis püstita-



Iseseisev liikumine on tihti tegevuse peamiseks eesmärgiks.

Foto: Silver Raidla



Meeskonnatöö on oluline osa nii taastusravist kui rehabilitatsioonist.

Foto: Silver Raidla

tud eesmärkidest. Alates 2015. aasta II kvartalist osutab HNRK rehabilitatsiooniteenuseid ainult ambulatoorselt.

Taastusravi ja rehabilitatsiooniteenuse ühiseks eesmärgiks on patsiendi/kliendi toimetuleku parandamine ning seeläbi erivajadustega inimeste võimaluste avardamine. Taastusravi tegeleb enam funktsionaalse toimetuleku parandamisega, rehabilitatsiooniteenuse puhul on eesmärgiks aga kliendi aktiivsem kaasamine temale omastesse igapäevategevustesse, õppimisse, tööle naasmisse. Muu maailma kogemus ja praktika on valdavalt neid kaht valdkonda ühiselt koordineeriv. Taastusravi ja rehabilitatsiooni ei eristata.

Ülle Kruus
taastusarst, ravijuhi kt

HNRK-sse saab ravile ka riiklike võimaluste väliselt

Vastavalt meie ravitöö korraldusele toimub iga-aastaselt peale ravi rahastamise lepingute sõlmimist voodifondi kasutuse planeerimine ehk teisisõnu selgub mitu % voodifondist on kaetud erinevate lepingutega. Ülejäänud voodikohad annavad võimaluse pidada eraldi nn. tasuliste ravijuhtude järjekorda. Mõiste „tasuline ravijuht“ sisaldab endas kõiki juhtumeid, mille finantseerimiseks pole sõlmitud rahastamise lepinguid, siia kuuluvad nii kindlustusfirmade, tööandjate, kohalike omavalitsuste, erinevate fondide kui ka patsientide ning nende lähedaste poolt rahastatavad haigusjuhud.

Selleks, et taotleda isefinantseerimisel taastusravi, on vaja:

- saata registratuuri vastavasisuline kirjalik teade koos patsiendi terviseseisundit kajastava informatsiooniga. Teade võib sisaldada infot soovitud raviperioodi osas, kuid HNRK ei saa lubada, et seda on võimalik täielikult arvesse võtta. Esitatud isikuandmed, s.h. isikukood, peavad olema täpsed ja korrektsed.
- Patsiendi, samuti soovitava tema kontaktisiku kontaktandmed – täpne postiaadress, e-posti-aadress, telefoninumber, mis on tähtsad operatiivseks infovahetuseks.
- Finantseerijapoolne garantiikiri, kui finantseerijaks ei ole patsient ise.

Teie poolt saadetud dokumendid vaadatakse läbi ravijuhi poolt ning vastavalt sellele planeeritakse raviaeg. Vastavasisuline informatsioon edastatakse Teile esimesel võimalusel.

Üldreeglina suudame tasulise ravi taotlused rahuldada 1 kuu jooksul.

Ravile saabudes esitatakse Teile arve kokkulepitud ravipäevade eest. Arvel on kajastatud ainult ravipäeva baashind. Arve tasumine on vajalik esimesel ravipäeval. Ravi kestel osutatud teenuste eest koostatakse arve ravi viimasel päeval. Arve tasumine peaks toimuma samal päeval või 3 päeva jooksul peale ravi lõppu. Kui arve tasumine toimub garantiikirja alusel, edastatakse arve 7 päeva jooksul garantiikirja väljastajale.

Kui patsient on registreeritud Eesti Haigekassa poolt rahastatava raviteenuse üldjärjekorda, ei kaota ta tasulise raviteenuse kasutamisel oma järjekorra kohta. Raviteenuse kordamise vajadus otsustatakse koos raviarstiga raviperioodi lõppedes.

Ambulatoorse raviteenuse isefinantseerimise taotlemiseks on vajalik pöörduda HNRK registratuuri, kes registreerib patsiendi taastusrsti vastuvõtule. Arsti vastuvõtul lepitakse kokku vajalikud teenused ja nende maht.

Selleks et osta imikute ujutamise teenust liblikvannis, on samuti vajalik pöörduda HNRK registratuuri poole.

Käesoleval aastal on plaanis alustada ka üksikuteenuste, näiteks füsioteraapia tasulist pakumist. Loodame, et see õnnestub.

HNRK registratuuri kontaktid:

registratuur@hnrk.ee, tel. 4725404, 4725423

Ülle Kruus

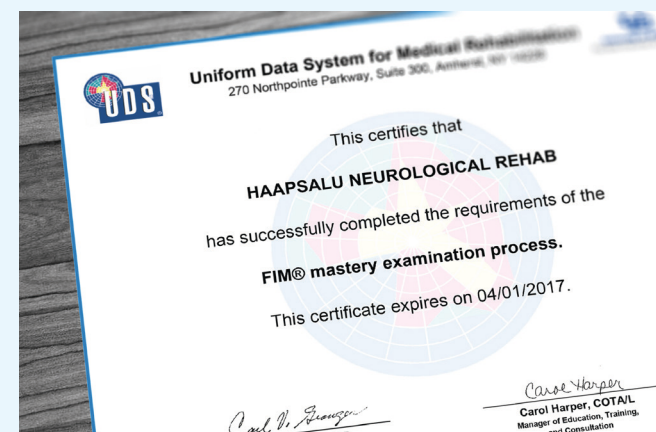
taastusrst, ravijuhi kt

Uudis

2011. aasta aprillikuus sai HNRK õiguse kasutada Funktsionaalse Sõltumuse Skaalat (FIM®). FIM® on ülemaailmselt tuntud taastusravi ja rehabilitatsiooni tulemuslikkuse hindamise vahend, mis on välja töötatud spetsiaalselt nimetatud eesmärgil. FIM®-iga hinnatakse inimese kõrvalise abivajaduse määra igapäevaste toimingu tegemisel, näiteks söömisel, riietumisel, liikumisel, arusaamisel, eneseväljendusel jne.

FIM®-i rakendamiseks on vajalik läbida iga kahe aasta tagant sertifitseerimine, et uuendada kasutuslitsentsi. Sertifitseerimisprotsessi raames peavad FIM®-i igapäevased kasutajad sooritama kontroll-eksami, et kinnitada enda säilinud oskuseid hindamisvahendi kasutamisel. 2015. aasta kevadel uuendas HNRK enda FIM®-i kasutusõigust teistkordselt. Uuesti on vajalik protsess ette võtta 2017. aasta kevadel.

HNRK-s kasutatakse FIM®-i kõigi täiskasvanud patsientide, kes on haiglas 14 ja rohkem päeva, hindamiseks.



HNRK on 2014. aastal panustanud palju aega, et teostada ravijärjekorra pidamise arendust, mis toetaks diagnoosipõhist järjekorrapidamist ning annaks selgema ja kiirema ülevaate vabadest ning täidetud kohtadest. Selle arendustöö tulemusena on valmimas erilahendusena loodud tarkvara MARS – Medical Appointment Registration System – mis pärast korrektset kasutuselevõtmist võimaldab planeerida HNRK statsionaarseid voodeid hõlpsamalt ning vähema vaevaga kui senini.

MARS võimaldab peamiselt:

- Lihtsalt näha esimest vaba aega diagnoosi- ja abivajaduse määra põhisel
- Hallata voodeid ja vabu kohti.
- Saata ravile kutseid ja keeldumisi süsteemiliselt ning konkreetselt.
- Hõlpsalt vaadata haigla täituvust puudutavat statistikat.

MARSi arendus- ja programmeerimistegevus veel käib, kuid käesoleva aasta jooksul on eesmärk nimetatud programm täielikult kasutusele võtta. Olulisim üleminek olemasolevalt süsteemilt uuele leiab aset 2015. aasta esimesel poolaastal. Sealt edasi toimub kasutajakogemuse põhine parendustegevus.

HNRK & ELIL ESITLEVAD

SPORDIPÄEV

HAAPSALUS
**08.08.
2015**

Seljaajukahjustusega inimeste spordipäev Haapsalus!

Võistluslavad: 100m ja 400m võidusõit, kuulitõuge, kettaheide, odavise, takistussõit.

Uute ägedate alade, näiteks ratastoolitennis, tutvustus!

Täpsem
registreerimis-
info peagi
HNRK
kodulehel ning
sotsiaalmeedias

Ülevaade HNRK-le suunatud heategevusprojektidest

HNRK-l on olnud võimalus olla osaline arvukates heategevuslikes projektides. Ükshaaval ei õnnestu päris kõiki siin ette lugeda, kuid ülevaade olulisematest:

MTÜ Tallinnmeeting alustas Heategevusliku teatejooksu korraldamisega 2006. aastal ning käesoleval aastal toimub jooks juba kümnendat korda. Ainuüksi möödunud aastal koguti 2500 eurot. Teatejooks on nüüdseks saanud juba tuhandete Eesti laste ja noorte jaoks ilusaks iga-aastaseks traditsiooniks, mille käigus nad annavad oma panuse oma eakaaslaste heaks, kes on liikumisvõime mõne elu keerdkäigu tõttu kaotanud. Korraldajad Gert Lee, Erich Teigamägi, Sirje Lippe ja Erik Pallase, said mõtte Teatejooksu korraldamiseks Norrast. Heategevuslikust Teatejooksust on aastatega kujunenud Eesti suurim laste- ja noortesporti üritus ning kindlasti ka suurim heategevusüritus, kus lapsed ise otseselt annavad oma panuse heategevusse, nimelt väikeste patsientide ravi toetuseks HNRK-s. Täpsem info teatejooksu kohta on leitav www.teatejooks.ee.

ETV "Jõulutunnel" kogus 2008 aastal üle 3,4 miljoni krooni. ETV heategevusprogrammi "Jõulutunnel" annetustelefonidesse laekunud televaatajate annetustena 3 miljonit 422 tuhat krooni (218 706 eurot). Kogu summa investeeriti Haapsalu Neuroloogilisele Rehabilitatsioonikeskusele kliinilise kõnni- ja liikumisanalüüsi labori seadmete soetamiseks. Keskkonna loomiseks investeeris haigla ligi sama palju veel juurde. 2008 aasta „Jõulutunnel“ tutvustas taastusravi võimalusi laiemalt ja pani tervise ohtudele mõtlema paljusid. Heategevuse sisu ja piire mõtestav "Jõulutunnel" oli eetris esimesel jõulupühal. Sõna said HNRK patsiendid ja arstid, muusikud ja teised tuntud isikud "Jõulutunnel 2008" programmi juhtisid Margit Kilumets ja Margus Saar, režissöör oli Elo Selirand.

2012.-2013. aastal viis SA TÜK Lastefond läbi kampaania, mille raames toetati kõnnipatoloogiaga lastele tehtavaid kõnnianalüüsi HNRK kõnnilaboris. Lastefond toetas kahesaja lapse kliiniliste kõnnianalüüsides läbiviimist 49 517 euroga. Projektist said otseselt kasu lapsed, kelle taastusravi fookus on tänu kõnnianalüüsile oluliselt täpsustunud ning osutatud teenused olnud seeläbi oluliselt sisukamad. Läbi viidud uuringutest ja nende põhjal tehtud otsustest oli ja on abi laste elukvaliteedi parandamiseks kogu edaspidise elu vältel. Selline sisukas ja vajalik projekt sai võimalikuks tänu TÜ Kliinikumi Lastefondile ja selle tegevjuht Küllike Saarele.

2014 aastal toimus Eesti Pandipakend OÜ ja SA Heategevusfondi Aita Lapsi koostööna kampaania, mille raames kingiti HNRK lasteosakonnale raamatukarusell, mis täideti toredate raamatute ja mängudega. Omakorda sai sellest tegevusest alguse heategevuslike teatrietenduste sari juulist detsembrini HNRK-s laste vaba aja sisustamise eesmärgil. 2014 aastal toimus samuti muinasjutufestival „Elas kord“, mille abil soetatakse laste taastusraviks vajalik elektrostimulaator. EOK ja USS on toetasid seljaaju kahjustusega patsientide spordipäeva korraldamist. Rakvere Haigla vahendas liikumisabivahendeid. 2013. aastal toimus Amservi ja OÜ Autosõit koostöös „liikumispuudega inimestele autojuhtimise võimaluse loomiseks ja lihtsustamiseks mõeldud projekt „Koos liikvele“. 2011. aastal Haapsalus toimunud „American Beauty CarShow“ piletitulu abil soetati haiglale invasoiduk, 2007-2009 aastal koguti märkimisväärne toetus DnB NORD Panga Vana-aasta jooksu ja heategevuskampaania abiga liikumisvõime kaotanud laste ravi toetuseks HNRK-s. Lisaks eelpool märgitule on HNRK-l olnud arvukalt heatahtlikke eraisikutest annetajaid.

HNRK on siiralt tänulik kõigile toetajatele. Ilma



Piip ja Tuut, kes k2isid ka HNRK lapsi rõõmustamas

Foto: T. Kadaripik

teie abita oleks taastusravi HNRK-s oma sisukuselt palju vaesem, samuti paljude väikeste ja suurte patsientide personaalsed mured oleksid leidnud hoopis teistsuguse lahenduse või jäänud sootuks lahendamata. SUUR AITÄH!

Priit Eelmäe
juhatuse esimees

Heategevuskampaania “Anname au!” toob HNRK-sse kaasaegseima mobiilse kõnniroboti



Anname au!

Foto: Kaitsevägi, www.mil.ee

Igal kevadel viib Eesti Vigastatud Võitlejate Ühing läbi heategevuskampaaniat “Anname au!”, mis kutsub üles kandma sinilille rinnamärki veteranide ning nende lähedaste toetuseks. Sinilill tähistab tänu ja tunnustust Eesti Kaitseväge ja Kaitseliidu veteranidele ning nende lähedastele. Tänapäeva veteranid on kõik need naised ja mehed, kes on tugevdanud Eesti julgeolekut rahvusvahelistel operatsioonidel või saanud vigastada Eestis kaitseväeteenistuses või Kaitseliidu sõjaväelisel väljaõppel. Veterane on meie seas pea 2700.

See on võimas jõud, kel on hindamatu kogemus ja jätkuv tahe Eesti riigile ja inimestele palju anda. Riik ja meie liitlased on Eesti Kaitseväge ja Kaitseliidu veterane alati kõrgelt hinnanud, kuid neile on oluline ka lähedaste, kolleegide, sõprade ja kogu rahva tunnustus ning tähelepanu.

Lisaks sümbolisele toetusele aitab sinilille kandmine ka praktiliselt nii viga saanud veterane kui teisi Eesti inimesi. Eelmisel kevadel tegid tuhanded inimesed sinilille ostuga annetuse Ida-Tallinna Keskhaigla taastusravikliiniku heaks. Annetuste eest soetatud uus kõnniabiseade on tänaseks aidanud kaasa juba ligi 100 inimese taastusravi-

le. Sel aastal aitab märkide müügist kogunev tulu Haapsalu Neuroloogilist Rehabilitatsioonikeskust kaasaegse mobiilse kõnniroboti soetamisel. Taastusraviseade on vajalik nii vigastatud veteranidele kui teistele taastusravihaigla patsientidele raskete selja- ja peaja kahjustuste raviks.

Iga sinilille märk on kordumatu käsitöö, mille on valmistanud SA Hea Hoog vahendusel vaimsete ja psüühiliste erivajadustega inimesed üle Eesti. Kõikjal Eestis aitavad sinilille ideed ja märke levitada ning annetusi koguda Naiskodukaitse vaba-tahtlikud.

Alates 9. aprillist kuni 3. maini saab sinilille märke osta ka kõigis Selveri ja Rahva Raamatukauplustes, SEBE bussides, Olerexi tanklaketi teenindusjaamades, R-kioskis ja Tallinna Lennujaama müügiesindustes.

Täname kõiki toetajaid ja anname au veteranidele!

Täpsem info www.annameau.ee ja www.facebook.com/annameauveteranidele

Kadri Kütt
heategevuskampaania koordinaator

HNRK koostööpartnerite tagasiside

Käesoleva aasta alguses viisime läbi tagasiside küsimustiku HNRK partneritele. Küsimustik oli elektrooniline ning sisaldas 17 küsimust, millest osad olid hinnangu küsimused 4-pallisel skaalal ning osad avatud küsimused, kus koostööpartnerid said kirjutada enda arvamusi, mõtteid ja soovitusi. Küsimustikule vastas 16 koostööpartnerit (23% küsimustiku saanutest). 69% vastanutest on teinud HNRK-ga koostööd rohkem kui 6 aastat. Uusimad koostööpartnerid on maavalitsused, kes aktiivselt toimetavad. HNRK Abivahendikeskusega.

Vastanud partnerid hindasid väga kõrgelt nii koostööd HNRK-ga (keskmine hinne 3,75), informatsiooni kättesaadavust (keskmine hinne 3,75), kui suhtlemisvõimalusi ja lävimise kvaliteeti HNRK töötajatega (keskmine hinne 3,81). Samuti hindasid koostööpartnerid kõrgelt haigla poolt pakutavaid teenuseid (keskmine hinne 3,92). HNRK-ga koostöös peetakse enda organisatsiooni

jaoks oluliseks järgmisi aspekte:

- professionaalsed spetsialistid ja lähenemine, kompetentsus
- kvaliteetne ja usaldusväärne teenus
- koostöövalmis ja avatud suhtumine, operatiivsus
- arenemine ja innovaatilisus.

Tehtud ettepanekuid ei olnud palju, kuid esitatud mõtted olid praktilised, näiteks arvati et paar korda aastas võiks toimuda HNRK-d tutvustav koolituspäev, et tudengite praktikakohtu võiks olla rohkem jne. Neid püüame oma tegevuses edaspidi arvesse võtta.

Ainsa kitsaskohana mainisid koostööpartnerid HNRK asukohta ehk liiga pikka kaugust Tallinnast ja Tartust.

Kadri Englas

arendus- ja kvaliteedijuht, füsioterapeut

Patsientide tagasiside tulemused

2014. aasta oli patsientide tagasiside osas taas kord edukas. 2570 statsionaarsel ravil viibinud patsiendist täitis küsimustiku 1002 inimest, mis teeb 38,9%. 2014. aastal täiustasime veidi rahuloluküsimustiku ankeeti. Tänu tehtud muudatustele on vastamata jäetud küsimusi vähem ning kommentaarid/ettepanekud on täpsemad. 2014. aastal esitasid patsiendid kokku 15 “kiitus-kaebus-ettepanek”-vormi, elektroonselt 7 ja paber kandjal 8. Kiitusi ja ettepanekuid sisaldavaid pöördumisi oli 12 ja rahulolematust sisaldavaid teateid 3. Nendest anonüümseid pöördumisi oli üks, millele ei olnud seetõttu võimalik anda tagasisidet. Teistele on vastatud vastavalt pöörduja soovile ja HNRK-s kehtivale korrale.

Patsientide tagasiside vastuseid analüüsitakse arendusosakonnas jooksvalt, “kiitus-kaebus-ettepanekud”-vormid vaadatakse läbi ja käsitletakse vahetult pärast saabumist. Kokkuvõtted tehakse ja esitatakse ning lahendused tehtud ettepanekutele ja/või rahulolematusele arutatakse läbi kvartaalselt. Tagasiside vastuste analüüsimisel tehakse kokkuvõtte nii patsientide antud hinnangutest kui sõnaliselt kirjutatud vastustest. Kiiret lahendust ning väiksemaid investeeringuid vajavad tegevused võetakse ette esimesel võimalusel, suuremad investeeringud planeeritakse haigla tegevuskavasse. Kokkuvõtte tehtud ettepanekustest ja märkustest ning haigla juhtkonna poolsed selgitused ja rakendatud lahendused pannakse arendusosakonna poolt kirja ning avalikustatakse haigla veebilehel www.hnrk.ee rubriigis tagasiside. Samuti viiakse vastava dokumendi väljatrükk iga palatikorru õeposti.

Täname kõik, kes aktiivselt tagasisidet annavad ja meiega kaasa mõtlevad. Teie arvamus on meile oluline! Alljärgnevalt on kirjas olulisimad patsientide ettepanekud/tagasiside ning leitud lahendused või tehtud tegevused.

2015. aastal on plaanis jätkata patsientide tagasiside kogumist samas vormis kui senini. Lisaks on plaanis sügisel ellu viia ambulatoorsete patsientide tagasiside uuring.

Maarja Lõps

kvaliteedispetsialist

Ettepaneku sisu / lahendus

Hämarad tuled

On soetatud öövalgustid, mis saabusid veebruaris 2015 ja on nüüdsest kättesaadavad II, III, IV korruse õepostides, kust neid on võimalik küsida.

Pesupesemise vajadus, kuivatustingimused puudu

Loodud pesupesemise võimalused. Kuivatuskapid on paigaldatud ning kasutusel 2015. aasta märtsikuust.

Voodid on ebamugavad, vaja välja vahetada

Uuendamist vajavate voodite vajadus on välja selgitatud ning uuendamine toimub järk-järgult vastavalt võimalustele. Esimesed uued voodi saabunud 2014. aasta lõpus, samuti 2015. aasta I kvartalis. Muuhulgas soetati 8 seisufunktsiooniga voodit.

Voodipesu välja vahetada – inetu ja kulunud

Juulikuust 2014 on kasutuses uus voodipesu.

Vajadus vahekardinate järele

Vahekardinad on palatitesse paigutatud seisuga 23.07.2014.

Madratsid ebamugavad

Puudusest ollakse teadlikud. Välja vahetamine toimub järk-järgult.

Vajatakse juurde lisapatju/ padjad välja vahetada

Padjad on välja vahetatud. Lisapatju saab küsida õepostidest.

Massaaži teenust liiga vähe

Alates septembrikuust 2014 on massaaži teenuse hulk suurenenud.

Laupäeval ja pühapäeval võiks ka ravi olla

Pühapäev jääb puhkepäevaks, sest puhkus on treeningu ning taastumise osa. Laupäevane tegevus on planeeritud vastavalt vajadusele passiivsete ja aktiivsete protseduuridega.

Kohvikus kaardimakse võimalus/ sularahaautomaat

Kohvik ei ole HNRK omand, vaid haigla pinna rentnik; ettepanek on kohviku juhatajale edastatud. Sularahaautomaadi osas on läbirääkimisi pankadega peetud mitmeid aastaid, kuid siiani tulutult.

Uudis

HNRK-d tunnustati teistkordselt Euroopa sotsiaalteenuste kvaliteedimärgiga EQUASS Assurance. Nimetatud kvaliteedisüsteem pöörab võrdselt tähelepanu nii teenuse osutamise seotud kliendi/patsiendi küsimustele, personali puudutavatele küsimustele kui organisatsiooni juhtimisele, arenemisele ja koostöösuhetele. 17-18. märtsil 2015. aastal toimus HNRK-s nimetatud kvaliteedisüsteemi audit. Kahe päeva jooksul tutvuti HNRK dokumentatsiooniga ning vesteldi töötajate, patsientide, koostööpartnerite, rahastajate ning juhtkonna esindajatega, et kontrollida haigla tegevuse vastavust EQUASS kvaliteedipõhimõtetele. Aastal 2011 läbis HNRK EQUASS Assurance kvaliteediauditi esimest korda edukalt ning käesoleval aastal võeti kordus- taotlemine uuesti ette. Sertifikaat kehtib 2 aastat.

2011. aastal tegime HNRK-st tore filmi, kus räägime haigla igapäevaelust ja meie juures olemasolevatest võimalustest ning põhitegevustest. Kuna vahepealne aeg on olnud HNRK jaoks sündmuste ning muutuste rohke võtsime sel aastal ette filmi uuendamise. Olemasoleva materjali asemel oleme planeerinud **suvel valmis saada viie lühifilmiga**, mis kiirelt ja ülevaatlikult HNRK-d tutvustaksid. Üks film käsitleb HNRK-d tervikuna, teine selgitab tänapäevaseid neuroloogilise taastusravi põhimõtteid ning kolmas, neljas ja viies on suunatud meie põhiliste sihtgruppide esindajatele – seljaajukahjustusega inimestele, peaaajukahjustusega inimestele ning lastele – et HNRK võimalused oleksid potentsiaalsetele klientidele paremini ja varem teada. Täname kõiki, eriti meie patsiente ja töötajaid, kes filmide valmimisele on kaasa aidanud!

Alates 29.01.2015 on **HNRK-l uus veebileht**, mis on eelmisest lihtsam ja selgem ning võimaldab saada sisukat ülevaadet haigla teenustest ja tegemistest. Samuti on veebilehel võimalik anda meile tagasisidet ning uurida uudiseid. Uuenduseks on veebilehele lisandunud rubriik “KKK” ehk korduma kippuvad küsimused, mis on ajas täienev ning loodud selleks, et populaarsemad küsimused saaksid hõlpsalt vastuse. Veebileht on olemas eesti, inglise ja vene keeles. Veebilehe aadress on **www.hnrk.ee**.

29. jaanuaril 2015. aastal toimus HNRK üldkoosolek, kus HNRK juhatuse esimees Priit Eelmäe andis ülevaate haigla 2014. aastast – põhitegevuse tulemustest, töötajate hulgast ja selle muutustest, peamistest saavutustest. Samuti kõneles juhataja uue aasta peamistest plaanidest ja eesmärkidest.

Ülevaade HNRK tege

RAVITÖÖ

UUED TEENUSED JA VAHENDID

Uute teenuste kasutuselevõtmise osas oli 2014. aasta edukas: avati ja võeti kasutusele innovaatiivne jõusaal, kus on suruõhul abil töötavad ratas- tooliga täielikult ligipääsetavad HUR-jõumasina. Jõusaali saavad kasutada nii patsiendid kui töötajad. Jõusaalis on toimunud kuu kohta keskmiselt 319,8 grupiteenust ning 68,25 individuaalset teenust. 2014. aastal alustati koormustestimise teenuse osutamisega EHK finantseerimisel. 2014. aastal osutati kokku 216 koormustestimise teenust ning tehti ettevalmistusi, et alustada koormustestimisega seljaajukahjustusega patsientidele. 2014. aastal toimus 206 individuaalset kogemusnõustaja teenust.

Samuti on suurenenud kõrgtehnoloogiliste vahendite LokomatPro, Erigo, Arneo, E-link jne kasutamine. Nimetatud vahendite suurema kasutamise soodustamiseks on korraldatud sisekoolitusi ning kohandatud töökorraldust. Tipp-tehnoloogia senisest veelgi efektiivsem kasutamine on eesmärgiks ka järgmisel aastal.

2014. aasta ravitöö peamiseks ettevõtmiseks oli järjekorrapidamise protsesside analüüsimine ning tarkvaraprogrammi MARS arendustegevused, et lihtsustada ja süstematiseerida diagnoosipõhist järjekorrapidamist. MARS-i kasutuselevõtmine on planeeritud 2015. aasta esimeses pooles.

RAVITÖÖ STATISTILISED NÄITAJAD

2014. aastal osutati statsionaarset teenust 2570 juhul ning ambulatoorset teenust 1496 juhul. Viimase viie aasta võrdlevad andmed on toodud el 1 A ja B. Põhitegevusega otseselt seotud teenustest moodustas 2014. aastal raviteenuste müük Eesti Haigekassale 69,9 %. Taastusravi ja rehabilitatsiooniteenuseid osutati 2014. aastal haiglas rohkem kui kunagi varem – kokku 28 644 voodipäeva. Eesti Haigekassa poolt finantseeritud voodipäevi oli 2014. aastal 23 352, mis on 81,52% kõigist haigla voodipäevadest. Akuutsed ja krooniliste haigete voodipäevade proportsioonid on toodud joonisel 2. Rehabilitatsiooniteenust osutati 479 statsionaarsel

juhul. HNRK osutab jätkuvalt teenuseid üle terve Eesti (joonis 3). Kasvas ka välispatsientide arv.

Garantiiks haigla edasisele jätkusuutlikule arengule on 2014. aasta esimeses kvartalis sõlmitud ravi rahastamise raamleping Eesti Haigekassaga. Haigla saab osutada nii statsionaarseid kui ka ambulatoorseid taastusravi teenuseid ning noorsportlaste terviseuuringuid kuni 2018. aasta kolmanda kvartalini. Patsientide nõudlus taastusravi teenuste järele HNRK-s on jätkuvalt suur. 2015. aasta 1. jaanuari seisuga ootas taastusravi teenuse järjekorras kokku 1 303 patsienti.

Jätkus diagnoosipõhine teenuseosutamine. Meeskonnatööde sisulisem läbiviimine ja dokumenteerimine ning patsientide suurem kaasatus nendesse on olnud üks aasta eesmärkidest. Sotsiaaltöötajate meeskonnatöö juhtimine ja meeskonnatööde kirjapanemise struktureerimine on aidanud püstitatud eesmärke täita. HNRK kasutab endiselt FIM®-instrumenti, et objektiviseerida täiskasvanud patsientide kõrvalabi vajadust ning selle vähenemisega seotud taastusravi tulemuslikkust. 2014. aastal viidi FIM® uuringut läbi 375 juhul. 2014. aastal algas suure visiidi läbiviimine uuendatud kujul. Suur visiit toimub üks kord nädalas kolmapäeva hommikuti ning üle vaadatakse keerukamad ja arutamist vajavad juhtumid kogu haiglas. Varem toimus visiit korruste põhisel.

PATSIENTIDE TAGASISIDE

Patsientide tagasiside küsitluse läbiviimine ja analüüsimine on toiminud vastavalt planeeritule. 2 570 patsiendist täitis tagasiside-küsitluslehe 1 002, mis on 38,9 % kõigist ravil viibinutest. Patsientide rahulolu haiglas osutatud teenustega oli väga hea. Enim kommentaare ja ettepanekuid esitatakse elamistingimuste teemadel ning väga paljud ettepanekud on leidnud positiivse lahenduse.

ORGANISATSIOONI TEGEVUS

Organisatsiooni tegutsemise ja arenemise seisukohast oli 2014. aasta tegus. Tähelepanu keskpunktis oli sisekontrolli süsteemi tõhusam rakendamine. Samuti oli plaanis taotleda uuesti EQUASS

Assurance kvaliteedisertifikaat, mille taotluse ettevalmistamisega tegeleti. Audit ise toimus 2015. aasta märtsis ja oli edukas.

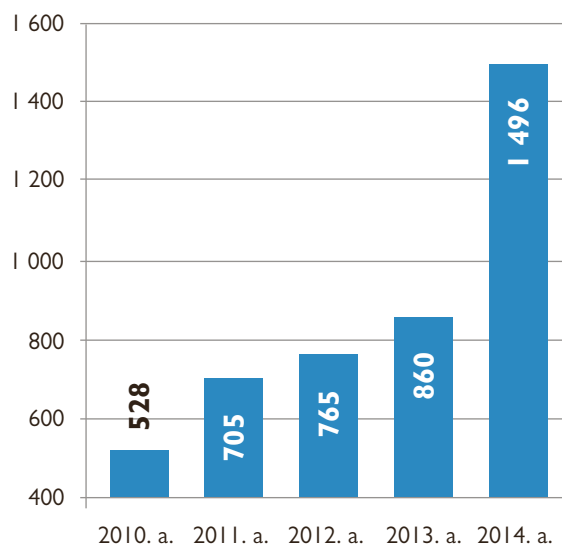
2014. aastal on koostatud HNRK IT-juhend. Palju energiat kulutati HNRK uue veebilehe ettevalmistamisele ja koostamisele. Kodulehe väljanägemine on uuem ning planeeritud lihtsamaks kui seni. Uus veebileht pandi üles jaanuaris 2015. HNRK ajaleht ilmus aprillis ja oktoobris. Meediakajastusi HNRK-st on olnud 54.

2014. aastal olid haigla tulud kokku 2,96 miljonit eurot. Võrreldes 2013. aastaga suurenesid 2014. aastal põhitegevusest saadud tulud 8,9 % ehk 2,61 miljonilt eurolt 2,95 miljoni euron (joonis 4). Haigla kulud olid 2014. aastal 2,84 miljonit eurot. Tööjõukulud suurenesid 2014. aastal 84,0 tuhande euro võrra.

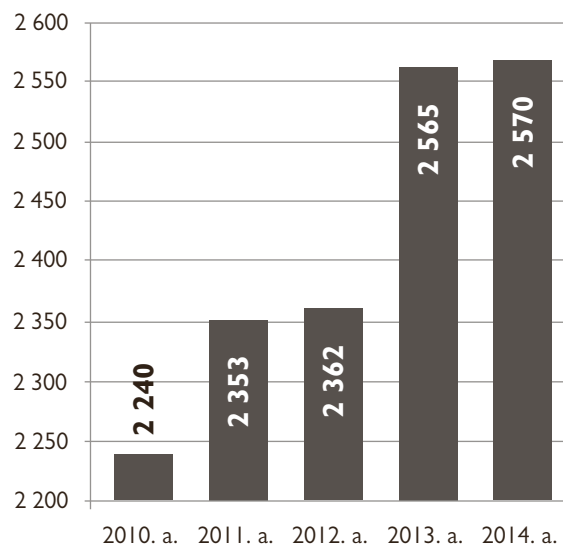
INVESTEERINGUD JA SOETUSED

Haigla investeeris 2014 aastal põhivarasse 299,2 tuhat eurot ning väikevahenditesse 32,1 tuhat eurot. Olulisimad soetused 2014. aastal olid: HUR-jõutreeningu seadmed, kehakoostise määramise seade DXA Hologic HORIZON W, 4 seisuvoodit koos madratsitega, 13 patsiendi funktsionaalset öökappi, jääkuriini mõõtmise aparaat BladderScan BVI3000, käsiergomeeter Monark Ergomedic koormustestide läbiviimiseks, 2 ergomeetrit Monark RT2 täiskasvanutele, käsiergomeeter 928E teraapiaks, veloergomeeter Lode Corival Pediatric lastele, laktaadi määramise aparaat, siibripesumasin, 2 pesuraami, jahutusseade vahekorpusesse, palatite videovalvesüsteem, 21 telerit palatitesse ning invakorter Metsa 31-7 toimetuleku treeninguks. Lisaks on HNRK kasutada alates 2014. aastast ka invabuss Ford Transit, 7 uut ratastooli, 2 patsiendi elektrilist tõstukit ning 10 uut dušitooli.

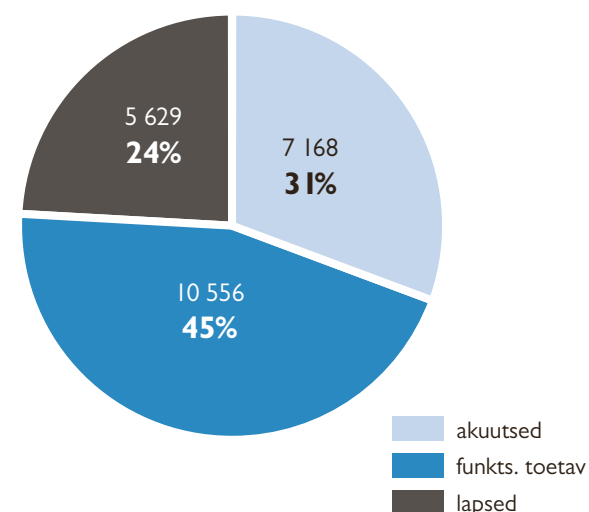
Infotehnoloogilise baasi arendamisse investeeriti 2014. aastal kokku 60,7 tuhat eurot, remonttööd teostati mahus 56 tuhat eurot. Haldustegevuses oli suurimaks väljakutseks toimiva ja reguleeritud ventilatsiooni tagamine. Selleks rajati 2014. aasta esimesel poolaastal haigla vahekorpusse jahutuse süsteem. Vahetult enne aastavahetust renoveeriti IV korruse laste palatid.



Joonis 1a. Haigusjuhtude hulk (amb).



Joonis 1b. Haigusjuhtude hulk (stat).



Joonis 2. EHK stats voodipäevade jagunemine.

evusest 2014. aastal

PERSONALITÖÖ

Personalitöö valdkonnas on olnud valdavalt edukas aasta. Aasta alguses viidi läbi arenguveestlused, mille kokkuvõtted arutati läbi haigla juhatuse tasandil. Samuti on viidud uute töötajatega läbi sissejuhatavad haiglat, selle missiooni, visiooni, põhiväärtuseid ning üldisi tegutsemisprintsippe tutvustavad koolitused ning katseaja lõpuvestlused. HNRK-s töötas 2014. aasta lõpu seisuga 133 töötajat. Lisaks töötas haiglas 35 isikut töövõtulepinguga. Töötajate arv jäi võrreldes 2013. aastaga samaks. HNRK töötajate keskmine vanus oli 2014. aastal 45,5 aastat.

Töötajatele arvestatud töötasu koos maksudega oli 2014. aastal 1,82 miljonit eurot moodustades 63,9% tegevuskuludest. Võrdlus varasemate aastatega on toodud joonisel 5. Haigla keskmine brutopalk oli 2014. aastal 792 eurot kuus. 2013. aastal oli vastav näitaja 759 eurot. Märkimisväärne palgatõus toimus 2015. aasta alguses.

TÖÖTAJATE RAHULOLU JA TUNNUSTAMINE

2014. aastal läbi viidud töötajate rahulolu-uuringust võttis osa 80,3% töötajatest. Leiti, et töötajate rahulolu on valdavalt hea või väga hea. Sellisel kujul viidi töötajate rahuolu-uuringut läbi teistkordselt. 2014. aastal kujunes rahulolu-uuringu keskmiseks hindeks 3,39 (4-palli skaalal). Haigla keskmine hinne tõusis võrreldes 2013. aastaga 3% võrra. Rahulolu-uuringu tulemused on läbi arutatud parenduskoosolekul ning tutvustatud iga osakonna koosolekul.

Töötajate tunnustamiseks toimusid erinevad üritused:

- 1) HNRK töötajatele mõeldud sportlikud üritused: (SEB maijooks, SEB sügisjooks, Läänemaa firmaliigast osavõtmine, ujumisvõimalus Haapsalu veekeskuses, sulgpallitreening, Pilatese treening ja jõusaali kasutamise võimalus HNRK-s);
- 2) korraldati pisiüllatusi suve alguse ja lõpu puhul, samuti kuumadel suvepäevadel, sõbrapäeval ja professiooni päevadel;

- 3) tähistati töötajate juubeleid ja tööjuubeleid;
- 4) HNRK suvepäev Vihula mõisas;
- 5) HNRK jõulupidu;
- 6) koos tähistati vastlapäeva, korraldati sügislaati;
- 7) korraldati neli ühist teatrikülastust jne.

KOOLITUS- JA TEADUSTEGEVUS

Aasta aastalt on HNRK panustanud järjest enam töötajate koolitamisega ja kvaliteetkoolituste toomisele HNRK-sse. 2014. aastal oli sisukas koolitusaasta. 2014. aastal olid haigla koolituskulud kokku 76,5 tuhat eurot (joonis 6), mis teeb 4,2% aasta tööjõukuludest. Haiglas korraldati 16 koolitust. Välismaised koolitused, mis korraldati:

- 1) Paediatric neuro-rehabilitation courses –Going out on a limb: 19 osalejat; Case studies and treatment strategies in gait training: 20 osalejat; Connecting dots for functional outcomes: 18 osalejat;
- 2) Wheelchair Skills Course – 10 osalejat;
- 3) Lümfiteraapia koolitus – 12 osalejat;
- 4) Wheelchair Skills Training Programme sissejuhatav koolitus 56 osalejat;
- 5) Neurodevelopmental treatment certificate course (adults with BI) –11 osalejat.

Lisaks sisekoolitustele on HNRK töötajad osalenud koolitustel väljaspool haiglat. Kokku on olnud 433 lähetuspäeva, s.h. 180 välislähetuspäeva. Toimus kaks HNRK parendusgrupi väljasõitu: esimene kevadel koos juhtimiskoolitusega ning teine sügisel külastusvisiidina Põhja-Eesti Regionaalhaiglasse, Rakvere Haiglasse ja Ida-Viru Kesonhaiglasse.

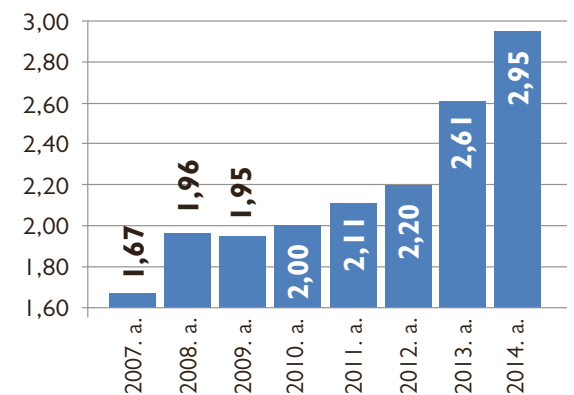
HNRK töötajad osalesid 2014. aastal viiel rahvusvahelisel (ESMAC-SIAMOC 2014, ISCoS 2014, ISPRM 2014, NVUG 2014, WCNR 2014) ning neljal Eestisesel konverentsil. Külastati kahte rahvusvahelist pädevuskeskust: Šveitsis ja Soomes.

HNRK-s sooritas praktikat 62 õppijat ning 5 töövarju. Kokku juhendati tudengeid 7 603 tundi. Lisaks on alustati Rehabilitatsioonimooduli õpetamist Tallinna Ülikooli Haapsalu Kolledži tervisejuhtidele ning jätkati Haapsalu Kutsehariduskeskuse hooldustöötajate õpetamist. 2014. alustati koostöös

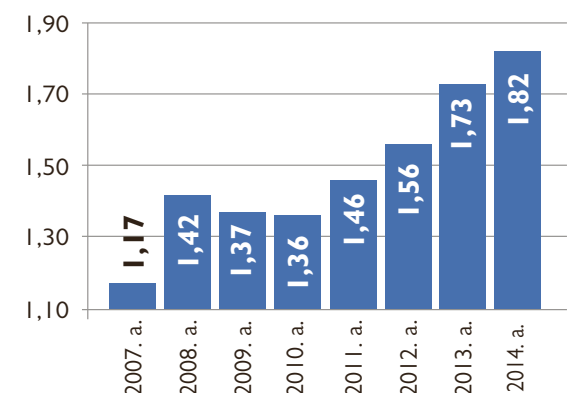
Tallinna Tervishoiu Kõrgkooliga hooldustöötajate töökohapõhise õppega. HNRK-le omistati Eesti haridusauhind Joosep kategoorias „Aasta Kutsehariduse sõber 2014“.

Jätkusid TERE KK projekti raames ellu viidavad uuringud. Haigla tegevuse baasil on esitatud avaldamiseks viis teesi (WCNR2014, ESMAC2014, WCPT2015, ISCoS2014). Ettekannetega konverentsidel esineti seitsmel korral. Kaks töötajat kaitsesid 2014. aastal magistrikaadi. Esitati neli taotlust eetikakomiteele uurimistööde alustamiseks ja läbiviimiseks HNRK-s.

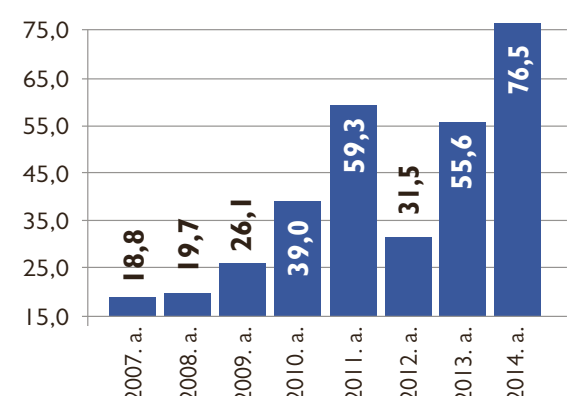
HNRK raamatukogu kasutatakse töötajate ja praktikantide poolt aktiivselt. Kolme taastusravi- ja rehabilitatsioonivaldkonna ajakirjad on töötajatele ja praktikantidele kättesaadavad, samuti on 2014. aastal täienenud raamatukogu erialase rahvusvahelise kirjandusega.



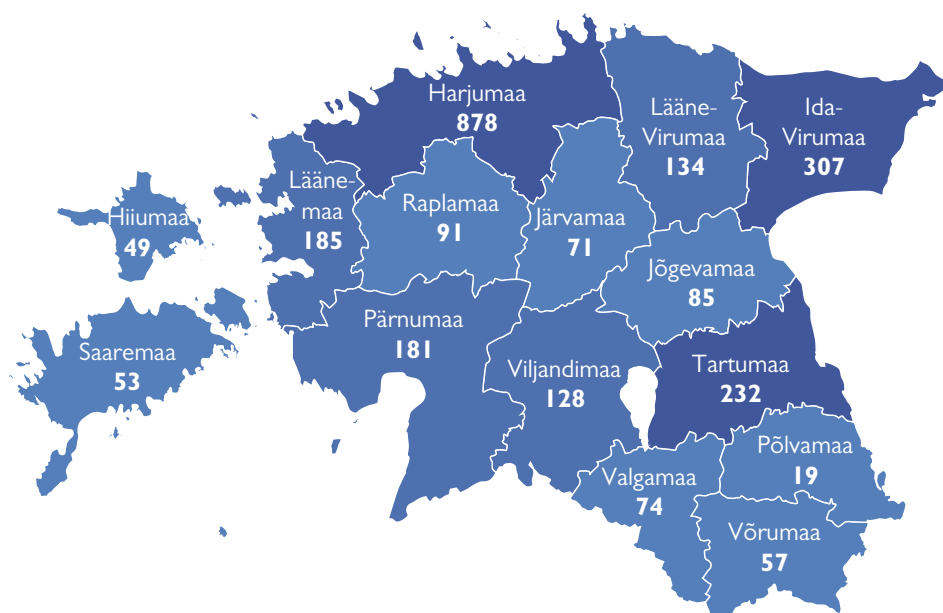
Joonis 4. Tulud põhitegevusest (milj. €).



Joonis 5. Tööjõukulud (milj. €).



Joonis 6. Koolituskulud (tuh. €).



Joonis 3. Statsionaarsed haigusjuhud maakonniti.

Aasta töötajad 2014

HNRK töötajad valivad igal aastal endi seast välja kolleegid, kes on aasta jooksul paistnud silma oma saavutuste, professionaalsuse ja koostööoskuse poolest. Traditsiooniliselt valitakse igal aastal ka HNRK aasta tegu. 2014. aastal pälvis selle tiitli HUR-seadmetega jõusaali avamine. Palusime aasta töötajatel vastata kolmele küsimusele, et teada saada, mida nad elust ja asjadest arvavad. Nende põnevad vastused leiame kahelt järgnevalt lehelt.

Aasta sotsiaaltöötaja ANDRES KUKK

HNRK-s on Andres töötanud 1,5 aastat

Omadus, mida inimestes enim hindad

Püüan üldse mitte hinnata – vähemalt teadlikult. Aga alateadlikult ilmselt kõigi mulle teadaolevate omaduste kombinatsiooni – vastasel korral võib nagu ühekülgne või kallutatud pilt jääda. Ei tundu õige öelda, et hindan teistes kõige enam... nt huumorimeelt. Hea huumorimeelega inimene kellel on väga halb iseloom ei pruugi ikkagi kuigi meeldiv olla.

Film, mida soovitaksid

Soovitan vaadata filmi „Six Shooter“ 2004 – Martin McDonagh (In Brugge; Seven Psychopaths – klassik – esimene film). Kestab ainult 27 minutit, nii et kiire meelelahutus. Saab youtube'is tasuta vaadata: <http://youtu.be/T9w9BJXeL4E>. Minu jaoks räägib sellest, et üldjuhul tasub virisemisega ettevaatlik olla – alati võib halvemaks minna. Aa ja see liri aktsent annab ka päris palju juurde.

Meeldejäävaim reis Soome

Teised temast:

Ta on märkimisväärselt eluterve maailmavaatega. Kuulab tähelepanelikult ja küsib täpselt. Temas on ettevõtlikkust võrdselt taiplikkusega ning kelmikust tarkusega. Muuhulgas jookseb ta kiiremini kui väle põder. Mees nagu muiste.



Lemmikkoht Haapsalus

Eks ikka promenaad oma ilu ja võluga. Ja Haapsalu raudteejaam on väga ilus.

Teised temast:

Kui tema legendaarselt positiivne ellusuhtumine oleks nakkav, siis peaksid muremõtted suure tõenäosusega planeeti vahetama. Tema haldjaliku malbuse krooniks on imeilus nimi. Uus, aga justkui ammu tuttav.

Aasta õde LJUBOV VÕSU

Ljubov on HNRK-s töötanud 10 aastat.

Mõttetera või tsi-taat, mida järgid või pead oluliseks
Ole salliv. Mõista, abista, naerata. Pea on instrument mille kasutamist tuleb õppida eluaeg.

Kas rannapuhkus või matkareis?
Kindlasti rannapuhkus.

Lemmikkoht Haapsalus

Promenaad. Ja üleüldse Haapsalu ongi minu lemmikkoht.

Teised temast:

Tema komplimentide arsenal on suurem kui mõne teise sõnavara. Ta toimetab nobedasti kustumatu naeratus näol. Isegi kui see nii ei ole, siis teda vaadates tundub, et töö ja vile käivad koos. Ja uskuge, see teeb terveks! Meie usin rosin.



talv. Kõigis aastaaegades midagi ilusat, positiivset, erilist.

Teised temast:

Ta vallutab uusi väljakutseid kindlas – temale sobivas – tempos. Ta on karjaloom, kellele hea sõna ja innustav pilk mõjuvad kui vitamiin. Välja arvatud juhul, kui tegu on auto või arvutiga, siis on ta asunud tegudele enne kui karjaliikmed kõrvu jõuavad liigutada. Meie sügava põhjaga vaga vesi.

Aasta logopeed LIIS VIRKÜNEN

Liis liitus HNRK meeskonnaga 2014. a. suvel.

Milline on üks täiuslik päev?

Iga päev võib olla täiuslik kui olla ise positiivne ja rõõmsameelne. Seda saavad loomulikult veel täiustada head suhted lähedastega, kordaminekud tegemistes ning mõnus seltskond ümbritsemas.

Lemmikmuusik(ud)

Kuulan tegelikult väga erinevat muusikat. Ewert and the Two Dragons, Ed Sheeran, samas mingitel hetkedel võivad peale minna ka vanad head Metallica lood.

Kas kevad, suvi, sügis või talv?

Kevadel algab kõik ilus. Esimene päike, lumi sulab, esimesed linnulaulud, pikemad päevad. Kõik läheb järjest mõnusamaks! See aga ei tähenda, et ma teisi aastaaegu ei naudiks.



Aasta hooldaja ÕNNE HÕBE

Õnne liitus HNRK meeskonnaga 2014. a. suvel.

Omadus, mida inimestes enim hindad

Kõige enam hindan inimeste juures ausust, kohusetunnet ning korrektsust.

Kas kevad, suvi, sügis või talv?

Mulle meeldib nii kevad kui ka suvi. Kevad võlub mind tarkava looduse ja iluga ning suvi oma soojusega.



Aasta administratsiooni töötaja VEIKO VÖRKLAEV

Veiko on HNRK-s töötanud 5 aastat.

Mõttetera või tsi-taat, mida järgid või pead oluliseks
Millal sa tegid viimati midagi esimest korda?

Film, mida soovitaksid

Kopps. Haigelt lihtne, naljakas, ajuvaba. Naeru tilgani.

Kas kevad, suvi, sügis või talv?

Kevad, suvi, sügis ja



Teised temast:

Ta on natuke saladuslik. Kindlasti on ta seiklushimuline, sest kuidas muidu ta Haapsallu oleks sattunud... HNRK jaoks on ta kui kauaoodatud vihmasagar, mis lõpetas logopeedipõua. Me väga loodame, et ta võluvõimed arenevad ning peagi hakkab laudade ja toolide asemel tekkima tema tuppa logopeede. Salapäraselt suurepärase.

Aasta arst MALLE PAKKANEN

HNRK-s täitub Mallel sel aastal 11 aastat.

Omadus, mida inimestes enim hindad

Hoolivust teiste vastu.

Kas kevad, suvi, sügis või talv?

Kevad, eriti varakevad oma tarkava looduse ja metsa erinevates rohelistes toonides.

Lemmikkoht
Haapsalus
Lossipark.

Teised temast:

Ta on võitmatu. Konkurentide edestamisel ei ole tal küll kilomeetrite pikkust edumaad, kuid kindel võit on justkui tema saatusesse kirjutatud. Mõnus huumorimeel, tõhus annus inimlikkust ning arstikunsti valdamine mängivad selles kindlasti olulist rolli. Meie lemmik.



Aasta füsioterapeut OTT VANEM

HNRK-s täitub Otil sel aastal 5 aastat.

Omadus, mida inimestes enim hindad?

Küllap on selleks omaduseks mõistlikkus, sõna igas mõttes. Huumorimeel on ka kindlasti abiks.

Raamat, mida soovitaksid

Viimane hea raamat, mis meelde tuleb on Tätte "Vai-kuse hää" - annab kuhjaga positiivseid mõtteid. Lihtne lugemine.



Lemmikkoht Haapsalus

Pikemat mõtlemiseta vastan - oma kodu! Mõni aeg tagasi sai lõplikult valmis ka, nüüd on hea ja hubane.

Teised temast:

Ta pea lõikab nagu koorelahutaja. Ei ole vahet, kas vaja leida toimivaid lahendusi seljaajukahjustusega inimestele, remontida kodu või valida kaaslast. Kõik tuleb välja kadestamisväärselt hästi. Ta on hirmuäratavalt asjalik ning kannab endas tõe, et lai silmaring ei ole siiani veel kellelegi kahjuks tulnud. HNRK-s ei ole kedagi, kes teda enda meeskonda ei tahaks. Meil on väga hea meel, et ta meil on.

Aasta tegevusterapeut SIIRI SIIMENSON

Siiri on HNRK-s töötanud kokku 3,5 aastat.

Milline on üks täiuslik päev?

Üks täiuslik päev peaks sisaldama vähemalt kolme komponenti: tass (veel parem mitu) kohvi, pooleliolev raamat ja jalutuskäik (suund ja siht pole tähtsad). Mõnikord, aga muudab juba üks pisike asi päeva täiuslikuks - nt esimese sinilille

leidmine, poriloigud peale äikest või jabura filmi vaatamine kinos sõbrannaga.

Raamat, mida soovitaksid

Raamat, mida ikka ja jälle loen on K.May „Winnetou“, aga soovitaksin lugeda näiteks T.Gulbranssen „Ja taamal laulavad metsad“, kuid iga hetke jaoks on oma raamat.

Meeldejäävaim reis

Meeldejäävaim reis oli rahvatantsurühmaga 2005.a sõites bussiga Bulgaariasse rahvusvahelisele folkloorifestivalile.



Teised temast:

Tal on tegevusterapeudi ihu ja hing. Loomingulisi mõtteid tekitab tal silmapilgutuse kiirusel, kõigil praktiline iva sees. Tõenäoliselt on sel nobenäpud Jõuluvanale kolm suurt soovi: topeltpikemad päevad, et jõuaks kõik mõtted ellu viia, topeltrohkem aega patsientidele, kes neist mõtteist võidaksid ning üks isiklik sekretär, kes kõik selle virisemata kirja paneks. Meile väga kallis.

Aasta tugipersonal VALENTINA VILJAMÄE

HNRK-s täitub Valentinal sel aastal 54 aastat. Tehke järgi!

Omadus, mida inimestes enim hindad
Ausus.

Meeldejäävaim reis

2014. a. suvel käisin Pihkvas, oma kunagises lapsepõlvkodus. Sõitsime sinna poja autoga. Veet-sin seal 10 päeva ja kohtusin oma õega.

Raamat, mida soovitaksid

Praegu loen väga vähe raamatuid. Loen ajalehti, et eluga kursis olla.

Teised temast:

Ta on legendaarne. Ta on populaarne. Ta on unikaalne. Ta on seda alati olnud. Tema HNRK-s töötatud aastaid on rohkem kui haigla töötajatel keskmist vanust. Tema kätes on imesid ja olemises maagiat. Üks ja ainus.



Aasta haldustöötaja RAIVO MÄGI

HNRK meeskonnaga liitus Raivo 2014. a. suvel.

Milline on üks täiuslik päev?

Kui kõik laabub sujuvalt. Või veelgi enam kui suudad leida hea lähenduse mõnele probleemikale kohale.

Kas teater või kino?

Üldiselt pooldan rohkem kino.

Lemmikkoht
Haapsalus

Hea küsimus aga ilmselt oma kodu. Hea meelega lähen ka paadiga merele.



Teised temast:

Arvatavasti on ta läbi sõitnud rohkem kilomeetreid kui me kõik kokku oleme kõndinud. Räägitakse, et ei ole olemas asja või tööd, mida ta oma kätega teha ei oskaks. Rahulik positiivsus ja kelmikas sarmikus annavad tema tulekust juba varakult märku. On tunne nagu ta oleks meil juba pikalt olnud. HNRK naispere silmarõõm.

Aasta psühholoog LIISI KUKK

HNRK-s on Liisi töötanud 1,5 aastat.

Mõttetera või tsitaat, mida järgid või pead oluliseks

Mulle meeldivad paljud Johann Wolfgang von Goethe tsitaadid. Aga praegusel hetkel meenub kohe-selt: "Otsige iseennast ja te leiate kõik".

Lemmikkirjanik(ud)

Hermann Hesse, William Somerset Maugham, John Irving

Unistuste reisisihtkoht

Päris kindlat unistuste reisisihtkohta mul polegi. Pigem on minu unistus see, et reisimine oleks pidevalt loomulik osa minu elust. Ma naudin väga uues keskkonnas viibimist. Usun, et seiklusrikas ja põnev võib olla nii reis Poola kui ka Uus-Meremaale. Pigem saab määravaks see, kui avatud meelega reisima minna. Siiski... kosmoses-se ja ookeanisügavustesse tahaks küll reisida!



Teised temast:

Temas on väga palju ilu. Tema olemistes, tema väljanägemises, tema tegemistes. Kui ta saaks, ta teeks kõik heaks. Eriti lapsed. Eriti kunstiga. Ja kui te veel näeksite tema tehtud tapeete! Ta sobib meile nagu rusikas silma-auku.

Saage tuttavaks!

HNRK meeskonna uued liikmed on:

Sirje Kloren
ettekandja

Merike-Maria Küttis
hooldaja

Anne Telõškova
hooldaja

Merily Sein
õde

Julia Tatarinova
õde

Elvi Uibopuu
puhastusteenindaja

Teele Usk
tegevusterapeut

Lelde Kalvane
tegevusterapeut

HNRK meeskonnas on tagasi:

Elke Mäemurd
tegevusterapeut

Sõbralikkus ennekoike

Sõbrapäeva tähistati HNRK-s sel aastal sõbralike maasika -ja jõhvikasmuutidega.

Uudis

Veebruaris lõppes HNRK töötajatele planeeritud viie kuu pikkune vene keele kursus, mille raames said haigla töötajad õppida ja harjutada enda töö tegemiseks vajalikku vene keele oskust. Huvilisi oli 17. Õppijate grupp oli väga mitmekesine, esindades erinevaid spetsialiste. Viimane tegi nii õppimise kui õpetamise keerulisemaks, kuid vaatamata sellele oli tagasiside koolitusele positiivne ning soovitud oskused arenesid. Kursus sai teoks vastuseks töötajate soovile vene keelt õppida ning heas koostöös Haapsalu Rahvaülikooli ja õpetaja Marika Roosiga.

Töötajate rahulolu-uuring 2014

2014. aasta oktoobrikuus viidi järjekordselt läbi HNRK töötajate rahulolu-uuring.

Sellisel kujul viidi uuring läbi teistkordselt. Töötajatel küsiti hinnangut 16-le organisatsiooni tegevust iseloomustavale väitele 4-palli skaalal. Oma arvamust avaldas 106 töötajat, mis teeb osalusprotsendiks 80,3.

2014. aastal kujunes haigla keskmiseks hindeks 3,39. Võrreldes 2013. aastaga tõusis keskmine hinne 3% võrra, mis on väga positiivne. Mitmed 2013. aasta rahulolu-uuringu käigus tehtud ettepanekud jõudsid HNRK tegevuskavasse ning said ka 2014. aasta jooksul lahendatud. Näiteks sai uuendatud öendus-hooldus personali, arstide, puhastusteenistuse ja toitlustusteenistuse tööriided, uuendati ja osteti juurde mitmeid seadmeid ja vajalikke töövahendeid ja muudeti juhtimisstruktuuri füsioterapeutide osakonna loomise näol. Lisaks panustati personali heaolus-

se pakkudes erinevaid spordivõimalusi, puuviljapäevi, teatrikülastusi ja toredaid personaliüritusi nagu HNRK meisterdamisõhtu, vastlapäeva tähistamine, HNRK sügislaad, traditsiooniline HNRK suvepäev ja suurte ja väikeste jõulupidu.

2014. aastal panustati ka juhtimise arendamis- se juhtimiskoolituse ja juhtkonna tihedama ja sisukama koostöö läbi, mis väljendub ka rahulolu-uuringu tulemustes, kus osakonna juhtide tööd puudutavad hinnad tõusid enim.

Suuremate murekohtadena tõi rahulolu-uuring välja kohatist suurt töökoormust ning osakondade vahelist infoliikumist. Kindlasti on need teemad, millega 2015. aastal tegeleda.

2015. aasta töötajate rahulolu-uuring viiakse läbi käesoleva aasta sügisel. Ootame rohket osavõttu!

Karin Karro
personalijuht

Sportlikud vabaajaüritused personalile

Sport ei ole ainult see, mida tehakse koledates liibuvates kostüümides, tatt ninast rippumas ning pulss taevastes kõrgustes trummeldamas. See on ainult üks variant.

Tegelikult on sport ka suurepärase vabaaja veetmise võimalus, mis tekitab hea enesetunde, võimaldab teistega suhelda ning uusi kogemusi omandada.

Just selle teise variandi kinnituseks viime sel aastal HNRK töötajate ühise pingutusena ellu sportlike vabaajaürituste seeria. Sarja eesmärgiks ei ole võistelda, ega isegi tõsiselt trennida - pigem veeta aega mõnuses seltskonnas ning õppida töökaaslasti paremini tundma ka pisut teistsuguses keskkonnas. Väike liigutamine on siinkohal vaid boonuseks.

Osalemise eelduseks ei ole sportlikkus, vara-

semad kokkupuuted konkreetse spordialaga ega ettekujutus selle reeglitest. Ürituse korraldajad ja teised osalejad on lahkesti nõus kõik vajalikud nipid enne igat tegevust ette näitama.

Seni kavas olnud bowlingumängule ning ujumisele, lisandub järgnevatel kuudel veel orienteerumine, noolemäng, mälumäng, diskgo- lf jne. Nimekiri ei ole lõplik, ning ootame kõigilt ettepanekuid selle täiustamiseks. Senistel kokkusaamistel on osalejaskond olnud rohkearvuline, loodame, et sarnaselt läheb ka järgmistel kordadel. Loodame, et ka need, kes seni ei ole osalemiseks mahti saanud, tulevad mõnel korral meie tegemistega tutvuma.

Andres Kukkk
sotsiaaltöötaja



Bowling • Maskiball • Mutionu pidu • Kõik on võimalik!

Foto: A. Kukkk

Elustamiskoolitused HNRK-s

Üheks oluliseks osaks kvaliteetse teenuse osutamisel on patsiendi turvalisus ravil viibimise ajal. Alates 2012. aastast toimuvad haiglas esmaabi ABC koolitused, mille oluliseks osaks on elustamine. Taolise koolituse haigla keskkonda toomisel on kaks olulist eesmärki. Esiteks, et oleks tagatud kiire ja oskuslik tegutsemine iga töötaja poolt, kui peaks ette tulema inimelu päästmise vajadus. Teiseks, et võimalikult suure hulga töötajate teadmised elustamisest ja esmaabist oleksid sarnased. 2012. aastal toimus teoreetilis-praktiline õpe Tallinna Kiirabi eestvedamisel ühel korral aastal. Koolitusel osales 80 töötajat. Alates 2013. aastast koolitus toimunud koostöös Tartu Kiirabijaama spetsialistide Andras Laugametsa ja Raul Jalastiga 3 korda aastas –kevad ja sügisel on õpe arstidele ja õdedele, detsembris kogu personalile. Arstide ja õdede koolitus ühepäevane praktiliste ülesannete lahendamisel põhinev päev, mille sisu on kohandatud HNRK vajadustele. Tegutsemist filmitakse ning analüüsitakse koos koolitajatega, et oleks selge, mis sai tehtud õigesti ning mis vajaks veel lihvimist. Kogu personalile mõeldud poolepäeva-

ne koolitus toimub 2-3 grupis, on üldisema sisuga elustamisest ja esmaabi ABC-st. Kõikide koolituste käigus arutatakse läbi, kuidas käituda ja tegutseda HNRK-s. 2013. aastal osales koolitusel 89, 2014. aastal 110 töötajat.

Võib tekkida küsimus, miks ikkagi pannakse nii suurt rõhku antud koolitusele? Vastus on lihtne: tagada professionaalne valmisoleks inimeste elu päästmiseks kuni kiirabi saabumiseni. Kui pole oskusi, teadmisi ja kogemust, siis pole ka julgust.

Tore on olnud kuulda positiivset tagasisidet sellele, et koolitus toimub oma haiglas ning piisava tihedusega selleks, et õpitu ei unune vaid kinnistub ja areneb iga korraga. Samuti annavad taolise lähemise jätkamisele toetust reaalsed kogemused, kus kiire koostegutsemine on olnud vajalik ning sujunud oodatult. Nagu ikka on ka selle projektiga seoses arendusmõtteid, millest saab kirjutada juba järgmistes lehtedes.

Kaja Mander
ülemõde

Hooldajate töökohapõhine õpe: mis on toimunud, mis on veel ees?

Sisejuhatuseks väike meenutus kaheaastase hooldajate töökohapõhise õppe algusest HNRK-s. 12. septembril möödunud aastal asusid HNRK õendus-hooldusosakonna 13 hooldajat õppima hooldajate töökohapõhises õppes. Õpe toimub koostöös Tallinna Tervishoiu Kõrgkooliga. Õppe lõpetajad saavad kutseõppe läbimist tõendava tunnistuse ning õiguse taotleda kutsetunnistust Hooldustöötaja, tase IV. Hooldustöötajate töökohapõhist õpet viiakse Eestis läbi kuuendat korda, seekord Haapsalus. Esimene aasta õppimist saab peagi seljatatud. Iga algus on raske, kuid meie hooldajad on olnud tublid ja usnad. Õpingud on katkestanud vaid üks osaleja, 12 rühivad vapralt edasi. Esimesel aastal on muuhulgas õpitud ergonoomikat, hooldustegevusi, meeskonna- ja võrgustikutööd, suhtlemise ja klienditeeninduse aluseid, sotsiaalpoliitikat ja inimõiguseid

ning palju muud huvitavat.

HNRK õendus-hooldusosakonnas töötab 28 hooldajat, kellest kolm on varasemalt lõpetanud kaheaastased kursused Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis, üks Haapsalu Kutsehariduskeskuses ja kolm hooldajat lõpetavad õppimise samas koolis sel aastal. Usun, et 2016. aasta kevadel saame õnnitleda kahteteist tublit hooldajat-koolilõpetajat.

Juba praegu on tuntav hooldajate mõtestatum tegevus, selgituste mõju patsiendile näiteks lamatise profülaktika olemusest, osalemine meeskonnatööl võrdse liikmena. Tublid ja haritud hooldajad annavad ka suure panuse hooldaja elukutse maine tõstmisesse.

Kaja Mander
ülemõde

2014. aasta oli sisukas sisekoolituste aasta ehk HNRK töötajad õpetasid üksteisele vajalikke oskuseid ja teadmisi. Sisekoolitusena toimusid näiteks arvutikoolitus töötajatele, kellele arvuti ei ole tuttav, raskest ajutraumast taastumise toetamine ja käitumuslike probleemidega toimetulemine psühholoogilt teistele spetsialistidele, kõrgtehnoloogiliste vahendite (Lokomat, Armeo, E-link) praktiline kasutamine füsio- ja tegevusterapeutidele. Aitäh kõigile entusiastlikele õpetajatele!

2014. koolitusaasta numbrites:

- HNRK-s korraldati 16 koolitust (koolitustunde kokku 270,5), sealhulgas
 - 3-osaline elustamiskoolitus
 - 2-osaline tuleohutuskoolitus.
- 14 haiglas korraldatud koolitusest 5 olid

kvaliteetkoolitused välismaiste õppejõududega

- toimus 7 sisekoolitused kolleegilt-kolleegile
- 3 koolituse tegemiseks kutsusti koolitajad HNRK-sse
- väljaspool haiglat käidi koolitustel 433 lähetuspäeval
- välismaiseid lähetuspäevi oli 180
- HNRK personal osales 5 rahvusvahelisel konverentsil
- Eestisiseseid konverentse, kus osaleti oli 3
- toimus 2 pädevuskeskuse külastust
- HNRK-s oli 62 praktikanti
- 39 (s.h. 4 välistudengit) füsioterapeuti, 9 hooldajat, 4 tegevusterapeuti, 3 arsti, 2 psühholoogi, 2 puhastusteenindajat, 1 sotsiaaltöötaja, 1 massöör ja 1 raamatupidaja.
- Praktikajuhendamise tunde oli kokku 7603
- 1 Eesti haridusauhind kutsehariduse sõbra Joosep
- õpetati 29 hooldustöötajat ja 15 tervisejuhti.

Uudis

3. – 4. aprillil külastasime Zürichi Lastekliiniku Rehabilitatsioonikeskust, mis asub Zürichist umbes 20 km kaugusel väikeses linnas nimega Affoltern am Albis. Rehabilitatsioonikeskus asub linna keskusest veidi eemal – looduskaunis kohas mäe otsas.

Keskus tegeleb nii statsionaarsete kui ka ambulatoorsete lastega. Neil on umbes 40 voodikohta, sealhulgas ka intensiivravi palatid. Kroonilist laadi probleemidega lapsed on keskuses keskmiselt 4-6 nädalat 1-2 korda aastas, akuutsed patsiendid saavad olla haiglas vastavalt vajadusele (ka üle aasta järjest). Enamasti viibivad lapsed keskuses ilma vanemateta, külastavate vanemate jaoks on kõrvalmajas olemas toad, kus on võimalik vajadusel ööbida. Keskuses on olemas ka klassiruumid, kus koolis käivad lapsed ravil viibimise ajal koolitükkidega järjepeal hoitakse. Lisaks kasvatatakse keskuse kõrval jänesid ning ka hobuseid, keda on võimalik kasutada hipoteraapia läbi viimisel. Märkimist väärib ka ronimissein, vahva õue ehitatud rajake erinevate takistustega, mänguväljak kohe keskuse kõrval ja ratastoolikiik. Keskuse juurde kuulub ka uuringutele keskendunud osakond, kus tegeletakse erinevate robotite väljatöötamisega ning viiakse läbi praktilisi uuringuid. Töötatakse nii erinevate käte funktsiooni arendavate robotitega kui ka kõnnirobotiga.

Külastuse eesmärgiks oli tutvuda nende keskuse tööga. Peamine huvikoht oli kõnnirobot ja sellega seonduv ning kogemuste vahetamine kõnnirobotiga töötamisel. Avanes võimalus jälgida sealseid füsioterapeute tavateraapias, teraapiat vesikeskkonnas ja erinevatel robotitel. Tutvusime lähemalt sealsete individuaalsete ortoosidega (mis oluliselt meie omadest ei erine, kuid on kasutaja jaoks veidi mugavamad). Teraapiate jälgimisel ja vestlusringides erinevate terapeutidega saime ka uusi ideid toredate vahendite osas. Külastusel saime kinnitust, et meie keskus on väga heal tasemel ning tegutseme õiges suunas.

Maarja-Liisa Peedimaa, Kristel Klement ja Liis Piirsoo
füsioterapeudid

Detsembrikuu teise nädala alguses toimusid HNRK-s tuleohutuse koolitus ja praktiline tule-tõrjeõppus. Teoreetiline koolitus oli kohustuslik kõigile haigla töötajatele. Praktiline õppus toimus sel aastal peaaukahjustusega patsientide korrusel. Koolitaja Orm Tammepuu tagasiside HNRK taristule ning töötajate valmisolekule ja tegutsemisele oli väga hea. Samasisulised õppused jätkuvad ka alanud aastal.

Abivahendikeskus alustas koostööd Inkotoaga

Alates käesoleva aasta veebruarist alustas HNRK Abivahendikeskus koostööd Inkotoaga. Uus partnerlussuhe võimaldab kõigile soovijail osta erinevaid inkontinentstooteid soodustingimustel. Abivahendikeskuse valikus on enam kasutust leidvad hügieenitooted ja erinevad pesu- ning hooldusvahendid. Taastusravile tulevate patisten-tide jaoks tähendab see eelkõige seda, et enam ei pea inkotooted kodunt kaasa võtma, vaid saab soetada vajaliku koha peal. Samuti ei pea muretsema selle pärast kui kaasa varutu peaks lõppema. Teenindame ka kõiki haiglaväliseid kliente.

Mis on Inkotuba?

MTÜ Inkotuba on abiks uriinipidamatusesga inimestele. Abivajajatele on pidamatuses asjus tasuta nõu jagatud ning põetushooldustooteid müüdnud juba 13 aastat – 12 linnas üle Eesti.

2001. aastal asutatud Inkotoast saab soetada vajalikke sidemeid, mähkmeid, hooldus- ja abivahendeid. Inkotuba on loodud just selleks, et inimese saaks delikaatselt nõu küsida ja oma murele leevendust. Inkotuba korraldab ka pidamatustee-malisi koolitusi ja loenguid.

Inkotoad asuvad 11 Eesti linnas: Tallinnas, Tartus, Rakveres, Pärnus, Kohtla-Järvel, Narvas, Viljandis, Kuressaares, Paldiskis, Võrus ja Haapsalus.

Kui uriinipidamatus teeb muret

Uriinipidamatus ehk inkontinentsus on tahtmatu urineerimine. See põhjustab sotsiaalseid ja hügieenilisi probleeme. Sellest rääkimine on paljudele inimestele ebamugav. Eestis on viimase kümne aastaga palju infot levitatud ning ka arstide teadlikkus on kasvanud. Kahjuks ei otsi paljud uriinipi-

damatuses all kannatavad inimesed kunagi abi ega küsi nõu. Inimesed peavad intiimsete probleemide käsitlemist tihtilugu piinlikuks, sest nad ei mõista probleemi küllalt hästi või kardavad vajalikku ravi. Uriinipidamatus raskendab nii töötamist, reisimist kui ka vaba aja veetmist. Uriinipidamatus võib viia elust kõrvale tõmbumiseni ning sellega võivad kaasneda nii masendus kui ka häbitunne.

Uriinipidamatuse põhjused võivad olla mitmesuguseid, näiteks haigus (Parkinsoni tõbi, neuroloogilised probleemid, diabeet), liikumispuue, sünnitus või kõrge iga.

Pidamatus on laialt levinud probleem ja Eestis arvatakse olevat kuni 120 000 inimest, kellele esineb suuremal või vähemal määral uriinipidamatust. Probleemi saab enamikul juhtudel ravida ja kindlasti saab spetsiaalsete abivahenditega oma elukvaliteeti parandada.

Abivahendi kaart ja igakuine soodustus

Soodustusega inktotooteid müüakse:

- lastele alates 3. eluaastast
- puuetega inimestele
- vanaduspensionäridele

Sotsiaalministri määrusele kohaselt müüakse abivahendi kaardi ja arstitõendi olemasolul soodustusega kuus 60 tk imavaid tooteid (imavusega 500 ml ja rohkem). Täishinnaga on võimalik osta kõigi maakondade elanikel kõiki tooteid.

Osta saab põetushooldusvahendeid (mähkmed, voodikaitselinad, kateetrid, uriinikogumiskotid, naha- ja haavahooldusvahendid, potitoolid, põiepõletiku kiirtestid jms).

Soodustuse saamiseks tuleb esitada arstitõend ja isikliku abivahendi kaart. Isikliku abivahendi

kaardi väljastab kohalik omavalitsus arstitõendi alusel. Arstitõendi võib välja kirjutada ka perearst. Kaasas võiks olla isikut tõendav dokument, pensionitunnistus või puuet tõendav dokument.

HNRK Abivahendikeskuse töötajad on saanud spetsiaalse ettevalmistuse, et abistada õige toote valikul. Aitame valida õige mähkme või muu abivahendi ning anname nõu, kuidas neid kasutada. Anname teavet pidamatusest ja abi saamise võimaluste kohta.

Tasuta nõustamisele on võimalik registreeruda telefonil 472 5461. Nõustamisele ei pea tingimata tulema abivajaja ise. Vajalike näpunäiteid ja tootesoovitusi saab anda ka pidamatuse all kannatava lähedastele. Oleme avatud E-R 8.00 – 16.30. Infot leiab ka Inkotoa kodulehelt www.kuivaks.ee

Liis Niinemets

kvaliteedispetsialist



Olete alati HNRK Abivahendikeskusesse lahkesti oodatud!

Foto: Kadri Englas

Abivahendikeskuse eesmärgid ja tegevussuunad 2015. aastal

HNRK Abivahendikeskuse sooviks on ka 2015-ndal aastal tagada kõikidele klientidele ja nende võimalikele tekkivatele vajadustele sobiv abivahendialane lahendus.

Maakondlike soodusmüügi mahtude kasvatamine

Soodustingimustel abivahendite müügiks teeme koostööd kõikide Eesti maakondadega. Eelarvelised vahendid klientide teenindamiseks oli meile eraldanud 2015 aastaks Läänemaa, Harjumaa, Tallinn, Ida-Virumaa, Lääne-Virumaa, Pärnumaa ja Raplamaa. Teiste maakondade osas teenindame meie kliente kooskõlastuse alusel maakonna keskusega. Esimesed kooskõlastatud tehingud on teostatud Valgamaa, Tartumaa ja Hiiumaaga.

Klientide arvu tõstmine ja laiem tootevalik

Head koostöösuhted maakondadega võimaldavad teenindada suuremat hulka kliente. Täna

seisuga külastab Abivahendikeskust rohkem kui 100 inimest kuus. Klientide soovide ja vajadustega kooskõlas oleme pidevalt suurendanud Abivahendikeskuse tootevalikut.

Teenuste arendus ja spetsialistide vastuvõttud

Vähemalt korra kuus toimub Abivahendikeskuses ortoosimeister Sander Sirpi vastuvõtt, kuhu on võimalus endale aeg broneerida ka nendel klientidel, kes parasjagu haiglas ei viibi. Individuaalsete tallatugede valmistamiseks teostatava digitaalse tallatoe uuringud leiavad aset koostöös Gadox AS-iga samuti vähemalt kord kuus.

Infot vastuvõttude kohta leiab meie koduleheküljelt abivahendikeskus.hnrk.ee

HNRK Abivahendikeskus müüb ja laenutab erinevaid abivahendeid soodustingimustel ja ootab kliente E-R 8.00 – 16.30



HNRK
Abivahendikeskus

Sadama 16, Haapsalu 90502

Tel. +372 47 25 434

Fax +372 47 25 401

abivahendikeskus@hnrk.ee

abivahendikeskus.hnrk.ee