



**Haapsalu
Neuroloogiline
Rehabilitatsioonikeskus**

KESKUSTELU

Nr. 22 / detsember 2021

Hea Keskustelu lugeja

Harjumuspäraselt markeerib aasta viimane kuu millegi lõppemist, aga samas ka algust. See on hetk, mil me vaatame ette ning mõtleme, mida soovime saavutada ja mida oleme võimelised mõjutama järgmisel aastal. See aeg on justkui sild, mis ühendab need aastad ühtseks teekonnaks jätkusuutliku arengu suunas.

Kes või mis on meie alateadvuses see kõige- kõigem hinnates kohe mööduvat ja vaadates ees seisvat aastat? Mina isiklikult arvan, et see on „meie inimene“, kes väärrib erilist tähelepanu, tunnustust ja toetust. Aasta on toonud meile ootuspärased ja üllatavad muutused ühiskonnas, olukorrad, milles oleme meie inimestena mänginud olulist rolli ning mõnes episoodis ka kindlasti peaosa. See näitab ilmekalt nii üksikisiku kui grupi tasandil meie haavatavust, aga samas ka meie mõjukust ühiskonnas, mida me üksi või ühise kollektiivse jõuna suudame saavutada. Aga mõtleme hetke, kui tugeva ja ulatusliku mõju võib põhjustada piltlikult väljendades „minu tiivalöökö“ ja sellest tulenev jõud – võime muuta maailma. Nii üllatav kui see ka ei ole, saab see vahel alguse kõige lähemalt, meist enesest, aga sageli peitub võime muuta ja tahe aidata maailma just koostegemises – midagi, mida meil vahel napib, aga mida tervishoiusektor tervikuna on tähelepanuväärselt üles näidanud. Meie, inimeste tiivalöögid ja sellest tulenev koosmõju.

HNRRK vaates on meid kandnud ja hoidnud edasi pürgimas **meie HNRRK inimesed**. See, mida me saame ühiskonnas ära teha, on pakkuda terviklikke inimkeskseid lahendusi patsiendi ja kliendi täisväärtuslikuks elus osalemise toetamiseks ja

enesega toime tulemiseks ning seda nii paljudele kui see on HNRRK võimuses. Seda väärtust, mida me loome, ei tee me üksi, vaid see sünnib koosloomena meie patsientide, nende lähedaste ja partneritega.

Siiras tänu teile kõigile märkimis- väärse töö ja pühendumuse eest.

Vaadates ette järgmist HNRRK arengukava perioodi aastatel 2022-2024, on meie ambitsioon olla jätkuvalt Põhjamaade ja Baltikumi kaasaegsaim neurorehabilitatsioonikeskus ning maailmas tunnustatud valdkondlik teadus- ja pädevuskeskus.

**On aasta kõige
kaunim aeg. Võtame
aega iseendale ning
lähedaste ja sõpradega
koos olemiseks.**

Toomas Danneberg
HNRRK juhatuse esimees

*/mu inimesed minu rahvas mu
seltskond
mu inimesed siin seal kõikjal
igalpool
mu inimesed teavad ise et
nad on
mu inimesed minu inspiratsioon
mu inimesed
üks seis siht ja suund
mu inimesed minu elu
armastus
nad on mu oma inimesed
ja kõik mis teen on
neile pühendatud/*

Jarek Kasar

TÕENDUSPÕHINE LÄHENE- MINE ENESEGA TOIME TULEMISE TOETAMISELE – VALITUD TEE EDASI

Oleme paljudes Keskusteludes kirjutanud taastusravi ja rehabilitatsiooni kesksest ideest, sisust ning HNRK missioonist ja põhiväärtustest. Tegutseme igapäevaselt selleks, et oleks olemas rohkem toimekaid ja rahulolevaid inimesi kaasaegse neurorehabilitatsiooni tulemusena. Samamoodi otsime lahendusi, kuidas teha seda inimkesksemalt ning patsientide jaoks tõhusamalt ja tulemuslikumalt. Mõõduval aastal otsustasime alustada koostööd briti sotsiaalse ettevõttega *Bridges Self-Management Limited*, mille loojaks ja eestvedajaks on Prof Fiona Jones. Professori uurimisalaks on pikki aastaid olnud insuldiga patsientide toetamine efektiivsema taastumise saavutamiseks. See töö on tänaseks laienenud ka teistele sihtgruppidele – traumaatilise peaaugakajustusega inimesed, hulgitraumadega inimesed, taastusravi vajavad lapsed jne – ning uurimistööde tulemusena* on üles ehitatud tõenduspõhine lähenemine – *Bridges self-management* (eesti keeles kasutame edaspidi mõistet *Bridges* enesega toimetuleku toetamine) –, mis aitab huvitatud taastusravi ja rehabilitatsioonimeeskondadel enda teenuste osutamise praktikaid kujundada inimkesksemateks ja seeläbi inimese jaoks efektiivsemateks. HNRK on 2021. aastal teinud Prof Jones'i ja tema meeskonnaga koostööd, et alustada *Bridges* lähenemise kasutusele võtmist ka meie taastusravikeskuses. Praeguseks on kümme spetsialisti esimese *Bridges* koolituse läbinud ning oleme planeerimas järgmisi etappe, et lähenemist kinnistada ja levitada kogu personali hulgas.

Bridges võlu on selles, et see on tõenduspõhine ehk teadusuuringutest juhitud, praktikas katsetatud ning sihtgrupi – patsientide – kogemusi arvesse võttev. Lisaks on väga tervitav *Bridges* lähenemine enda teadmiste jagamisel: alati on protsessi kaasatud inimesed, kes on elumuutvat haigust või õnnetust kogenud ning panustavad oma lugudega, et enesega toime tulemise lähenemise sisu illustreerida.

Bridges aluseks on neli lihtsat teadmist: (1) Enesega toime tulemise lähenemine, mis põhineb enesuse põhimõtetele ning on teenuse osutamisesse integreeritud, mõjutab positiivselt inimeste enesekindlust, elukvaliteeti ja funktsionaalset hakkama saamist; (2) Enesuse mõjutamine ei ole piisav, edukam taastumine saavutatakse, kui võetakse arvesse ka inimese ja tema pere individuaalseid vajadusi ning spetsiifilist konteksti (etnilist päritolu, terviseteadlikkust, tervise seisundit, kultuurilisi ja usulisi tõekspidamisi); (3) Professionaalid saavad muuta otseseid direktiivseid abistamismeetodeid nii, et inimesekeskne lähenemine on tagatud; (4) Teenust osutavad kollektiivid saavad oma tööviise ja -protsesse vastavalt enesega toime tulemise lähenemisele muuta kuluefektiivselt.

Prof Jones „Bridgesel on mitu agendat, kuid üks olulisim on see, et patsiente tuleb kuulata ja austada. Me räägime selle poolt, et kümme minutit sisukat suhtlust, mis keskendub patsiendi vajadustele ja huvidele on taastumise toetamisel olulisema positiivse mõjuga kui kuuskümmend minutit üks-suurus-sobib-kõigile-sekkumist, mis tekitab sõltuvust professionaalist ja teenusest.“

Bridges keskmes on seitse enesega toimetulemise oskust (joonis 1) ning üksteist põhimõtet, mida sellest lähenemisest juhitud spetsialist ja/või kollektiiv silmas peavad ning läbi mille püüavad leida viise abivajaja kaasamiseks ja toetamiseks.

Bridges enesega toimetuleku toetamise lähenemine õpetab spetsialiste inimkesksemaks teenuse saavutamiseks mõtlema ja oma käitumist muutma läbi pealtnäha lihtsate tõdede, näiteks juhtides tähelepanu meie kui professionaalide keelekasutusele (kuidas ja milliseid küsimusi esitada, millest ja millal patsiendiga rääkida jne), rõhutades tavaliste jutuaajamiste tähtsust ja kuulamise olulisust, soovitudes mõelda enda kui professionaali rollile inimese taastumisel – kas on tõhusam olla treener, juht, abistaja, partner vmt; suunates inimesi tundma õppima ja teada saama olulist nende seitsmest enesega toime tulemise oskusest ning palju muud. *Bridges* omandamine on suuresti eneseanalüüsil põhinev: arutatu ellu rakendamine ning kogemuse lahti mõtestamine ise ja koos teistega, protsesside analüüs ja parendustegevused.

Traumaatilise peaaugakajustusega inimene: „Uuri mu kohta väikeseid inimlikke asju, räägi minuga juttu. Ära ainult küsi seda, mida Sinul on vaja oma töö jaoks teada. Võib tunduda, et see on liiga ajakulukas, aga pikas perspektiivis see säästab aega, usu mind.“

Meie oleme hetkel kindlasti ootusärevad, et 2021. aastal alustatu järgnevatel aastatel areneks ja vilja kannaks ning HNRK'ist saaks *Bridges*-keskus, kus inimestel on senisest veelgi parem – inimlikum ja nende elu vaatest tulemuslikum – taastuda.

1. Jones, Fiona, McKeivitt, Christopher, Riazi, Afsane and Liston, Matthew (2017) How is rehabilitation with and without an integrated self-management approach perceived by UK community dwelling stroke survivors? A qualitative process evaluation to explore implementation and contextual variations. *BMJ Open*, 7(4), e014109. ISSN (online) 2044-6055
2. Kulnik, Stefan, Poestges, Heide, Brimicombe, Lucinda, Hammond, John A. and Jones, Fiona (2017) Implementing an interprofessional model of self-management support across a community workforce : a mixed-methods evaluation study. *Journal of Interprofessional Care*, 31(1), pp. 75-84. ISSN (print) 1356-1820
3. Jones, Fiona, Poestges, Heide and Brimicombe, Lucinda (2016) Building bridges between healthcare professionals, patients and families : a coproduced and integrated approach to self-management support in stroke. *NeuroRehabilitation*, 39(4), pp. 471-480. ISSN (print) 1053-8135
4. Makela, P. (2015). *Shine 2014 final report. Early integration of the Bridges self-management support package into usual care following traumatic brain injury: a feasibility study.* Retrieved from http://www.health.org.uk/sites/default/files/Kings_Bridges_Shine%202014%20final%20report_website_version.pdf.
5. Makela, P., Gawned, S. & Jones, F. (2014). Starting early: integration of self-management support into an acute stroke service. *BMJ Quality Improvement Reports*, 3. <http://dx.doi.org/doi:10.1136/bmjquality.u202037.w1759>.
6. Jones, F., Gage, H., Drummond, A., Bhalla, A., Grant, R., Lennon, S., McKeivitt, C., Riazi, A. & Liston, M. (2016). Feasibility study of an integrated stroke self-management programme: a cluster-randomised controlled trial. *BMJ Open*, 6. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2015-008900>.



Bridges on olemas selleks, et muuta akuutsete ja krooniliste seisunditega inimeste elusid, töötades tervishoiu- ja sotsiaalvaldkonna kollektiividega leidmaks ja võimaldamaks parimaid praktikaid enesega toimetuleku toetamisel.



Joonis 1: Enesega toimetulemise seitse oskust.

Kadri Englas
HNRK juhatuse liige, FT

HNRK TUGEVDAB JUHTIMIST JÄRGMISE ARENGUPERIOODI AMBITSIOONIDE REALISEERIMISEKS

Alates käesoleva aasta juulist jätkab HNRK juhatus kaheliikmelisena. HNRK suur eesmärk on olla Põhjamaade ja Baltikumi kaasaegseim rehabilitatsioonikeskus ning selle ambitsiooni realiseerimiseks on oluline tugevdada nii juhtimist kui ka meeskonda tervikuna.

Alates käesoleva aasta 1. juulist on Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse (HNRK) juhatuse liikme ametis Toomas Danneberg. Danneberg on kauaaegne Estonian Business School'i prorektor ning omab põhjalikku ja mitmekesist rahvusvahelist äriarenduse, muudatuste juhtimise ja koostingu kogemust. Lisaks, on tegelenud teenusmajanduse valdkonna arendamisega Teenusmajanduse Koja juhatuse ja nõukogu liikmena. „Teise juhatuse liikme vajadus kerkis elust enesest,“ selgitab HNRK nõukogu esimees Jaan Kõrgesaar. „HNRK ees seisvad väljakutsed kvaliteetse taastusravi pakkumisel on märkimisväärsed, hõlmates sealjuures teemasid, mis on seotud valitud juhatuse liikme pädevustega. Uue juhatuse liikme pädevused ning HNRK praeguse juhtkonna ja laiemalt haigla töötajate kogemused loovad nõukogu arvates soodsa sümbioosi edukaks edasi minemiseks,“ jätkab Kõrgesaar. „Tervishoid on mulle küll hetkel uudne, aga see-eest põnev valdkond. Arvan, et väga heal tasemel taastusravi osutamine on tänapäevase ühiskonna üks märkidest ning loodan omalt poolt ühiskonna küpsemisse just sellest vaatepunktist kaasa aidata. Isiklik areng ja väljakutsete ületamine on elus edasiviiv jõud,“ räägib Danneberg. Siiani oli HNRK juhatus üheliikmeline, 2018. aasta oktoobris valiti viieks aastaks juhatusse Kadri Englas. Alates käesoleva aasta septembrist valiti juhatuse esimeheks Toomas Danneberg ning tema vastutab HNRK üldjuhtimise ja arengu, finantside, personali ning turunduse ja kommunikatsiooni eest. Kadri Englase vastutusvaldkonnad on ravitöö ning teadus- ja arendustegevus. Raviteenuste terviklikkus ja kvaliteet ning teadus- ja arendustegevus on olulisteks arendusvaldkondadeks järgmise perioodi arengukavas. HNRK uue perioodi eesmärgi on suured, aga väljakutsed nende saavutamiseks ka märkimisväärsed. Kõige olulisemaks peab uus juhatus alternatiivset äri- ja rahastamise mudeli leidmist tänasele, et tagada HNRK jätkusuutlik areng.



Juhatusesimees Toomas Danneberg

MINE METSA!

Millal oli viimane kord kui käisid metsas, looduses, pargis...? Kui mitu tundi päevas, nädalas, kuus, aastast...?

Aasta jooksul oli meil võimalus osaleda Eesti Loodus- ja Loomateraapiakeskuse programmis „Mine metsa!“, mis koosnes seitsmest moodulist tutvustamiseks võimalusi kasutada Metsa teraapiate läbiviimise keskkonna, vahendi ja spetsialistina. Programmi eesmärgiks oli inspireerida ja julgustada spetsialiste liikuma oma tegevustega avarasse ja võimaluste rohkesse töökeskkonda – loodusesse.

Loodus on meile juba miljoneid aastaid tuttav ning inimene on üks osa sellest, kuid prognooside kohaselt elab aastaks 2050 66% maailma inimestest linnades. See soodustab loodusest kaugenemist ja iseendaga sideme kaotamist ning pidevat stimulatsiooni ja järjest vähem füsioloogilist lõdvestumist (Craig Brod – „Tehnostress“). Looduses viibides saame toetada nii füüsilist, vaimset kui sotsiaalset heaolu.

Looduse mõju inimese heaolule ja tervisele		
ÜHENDAB KÕIK KOLM TAHKU TERVILIKUS, sh KOOSKÕLASTUVAD KA MÕTTED, TUNDED, KÄITUMINE		
FÜÜSILINE	VAIMNE	SOTSIAALNE
Arendab verevõrku	Lõõgastab ja lõõgastab	Personaalne ruum
Parandab ja toetab füüsilist võime	Vähendab stressi (aktiivne õppimiskogemine, vähem võtte- ja kogemine)	Kuuluvustunne
Parandab ja toetab füüsilist jõudu ja vastupidavust	Täiendab emotsioonidega, traumaga	Surve- ja pingetunde sotsiaalsed suhted ja suhtlemine
Parandab koordinatsiooni, paindlikkust ja liikuvust	Aitab keskenduda ja tähelepanu hoida	Koostegemine ja kogemuste jagamine
Tugevdab immuunsüsteemi	Vib emale muudest ja murest, elurõõm	Tähelepanekogemused, inspiratsioon
Arendab somaatilist e-kehateadlikkust (tunnetamine jne)	Enesekontrolli arendamine	Piiratud, piiride pühendumine
Muutab teadvustamist oma keha ja kogemust	Refleksioon ja mõtlemine	Avatus, julgus
	Iseseisvus, prioriteetid, valikud lähedalt vajadustest ja väärtustest	

VIDEOTEK

Uhkusega saan öelda, et 2020. aasta kevadel käima lükatud harjutuste videoteegi projekt on värselt valmis saanud. Esimesed pääsukesed patsientidele saadetud harjutuskavade näol on edukalt lendu tõusnud. Loodetavasti on ka esimesed puusaringid- jalatõsted HNRK virtuaalse abilise eeskujul tehtud.

Videoteek ise töötab nii:

Taastusraviperioodi vältel koostab füsioterapeut patsiendi vajadustele vastava personaalse harjutuskava. Valikus on 45 lühikest videoklippi erinevate harjutustega, millega pärast ravide lõppemist kodus jätkata. Kui kava on koostatud, saadetakse see patsiendile e-postiga. Arvutis, telefonis või muus nutiseadmes lingile vajutades avaneb harjutuste loend koos juhiste ja liikuva pildiga.

Kuna ambitsiooni ja arendusmõtteid jagub, plaanime tuleval aastal videoteeki laiendada. Praegune harjutuste valik on tehtud spinaalse rehabilitatsiooni meeskonna terapeutide poolt. Laienemise eesmärk on kahtlemata sõsarosakondade patsientide spetsiifika arvesse võtta ja lisada harjutusi, mis just peaaugukahjustuse või laste taastusravis rakendust leiaksid.

Kuna tegemist on tõesti ahjusooja asjaga, tuleb patsientide tagasisidet veel mõnda aega oodata. Senised kommentaarid on olnud positiivsed ja üldine vastuvõtt igati avatud meele. Ise olen samuti optimistlik ja arvan, et aasta pärast saame videoteegi projektist rääkida kui väiksemat masti eduloost.

Aitäh Kadri Jakobile ja Andres Kukele tehnilise teostuse eest, Madara Kristine Lipšale modelliks olemise eest. Samuti tänud kõigile teistele asjaosalistele, kes kaasa mõtlesid ja hoogu andsid.

Ott Vanem

spinaalse rehabilitatsiooni osakonna juht, FT



Videoteek

Teraapiate läbiviimine looduses pakub võimaluse kasutada kõiki meeli ning pakub suurel hulgal meeldivaid aistinguid ja stiimuleid. Samuti on looduses spetsialist ja klient enam võrdsel positsioonil – kumbki ei kontrolli olukorda täielikult. Klient tunneb ennast „mugavamalt“ kuna kogu spetsialisti tähelepanu ei ole ainult temal.

Looduses teraapiate läbiviimise ressursse ning nende kombineerimise võimalusi on lõputult: erinevad metsatüübid (männik – avaram ja valgusküllasem vs segamets – seikluslikum ja füüsiliselt väljakutsuvam); rajakesed, ristteed, jõed, järved, kraavid, künnad, sammal, muda jm (uudsuse kogemine vs turvatunne vs saavutuse tunnetamine/väljakutse, gruppi kuulumise toetamine, inidividaalsete vajaduste toetamine); taeva, puude, kivide, vee ja tule kasutamine (vesi toetab emotsioone ja energia liikuvust, taevast mõtetega tegelemist, maa kehaga tegelemist, tuli hinge ja südamega tegelemist (otsustamist)). Looduskeskkondade puhul on uuringute põhjal avastatud, et positiivset mõju avaldab liigirikkus, erinevate looduslike stiimulite küllus ning vee olemasolu. Kasutada saab ka taimi, ilmastikku (päike vs pilves/sademed) ning aastaegade tulenevaid eripärasid. Oluline on usaldada looduse, enda ja kliendi koosolemist ning olukordi!

Rehabilitatsioonis on looduse kasutamise positiivset mõju just SAK patsientide puhul teadusuuringutega tõestatud. Näiteks Beringer on uurinud looduses viibimise nii positiivseid kui negatiivseid mõjusid SAK järgses taastumise protsessis. Suvel ja sügisel oleme ka HNRKs SAK patsientidega praktiseerinud teraapia läbiviimist metsas. Oleme kasutanud nii individuaalset lähenemist kui ka grupitegevusi. Senine tagasiside on patsientide poolt olnud positiivne. Nii mõnigi neist ei olnud metsa või üldse loodusesse saanud minna väga pikka aega.

Järgmine kord metsas olles proovi teha üks väikene harjutus: Mine loodusesse, just sinna kohta, kus Sa tunned end hästi. Liigu umbes 10 meetrit (ei pea otse minema) ja püüa märgata vähemalt kolme uut/huvitavat asja selle Sinu jaoks tuttavatel teel. Püüa kasutada oma meeli (nägemine – vaatlus detaile üleval/all, lähedal/kaugel, kuulmine – kuula helisid enda ümber, haistmine – tunnet erinevaid lõhnu, kompimine – tunnet

varba ja sõrmega ning märka erinevusi silmad lahti ja kinni). Mida huvitavat märkasid? Missugune märkamine tõi kõige toredamad tunded/mälestused meelde? Naudi seda head tundet, mille endale looduses olles leidsid!

Kaire Kasepõld

psühholoog

Siiri Siimenson

tegevusterapeut



Mõnusalt metsas



Siiri ja Kaire loodust maitsmas

ÜHINE EESMÄRK JA KOOSTÖÖ ON EDASIVIIV JÕUD

Koostöö Lääne-Tallinna Keskhaigla patsientide suunamisel on oluline tähtis patsiendikeskset lähenemist - kuidas üles ehitada patsientide suunamise protsess. Käesoleva aasta augustis tegi Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus (HNRK) ettepaneku Lääne-Tallinna Keskhaigla (LTKH) arutada insuldipatsientide suunamist meie juurde taastusravile neurorehabilitatsiooni osakonda otse nende neuroloogia osakonnast. Kuna HNRK on juba varasemalt oma arengukavas ette näinud võimalikult varajase taastusravialase sekkumise (nii insuldi kui ka muu peaaugukahjustusega patsientide ja teiste neuroloogiliste diagnooside puhul), siis LTKH avatus ja valmidus oli nimetatud koostööd toetav. Olles septembris paika saanud koostöö üksikasjad patsientide funktsionaalse võimekuse ja lisaabi vajaduse osas ning kui kiiresti ja millistel tingimustel patsiendid meie juurde jõuavad, otsustasime, et pilootsuunamise ametlikuks alguseks on 1. november. Praeguseks on HNRK-sse suunatud patsiente olnud juba üle 15 ning oleme suutnud pakkuda patsientidele HNRK-sse kohta vastavalt meie võimalusele ja LTKH soovile. Aasta lõpus saame teha täpsemad kokkuvõtted võimalikest tekkinud kitsaskohtadest ja täpsustustest ning juba uuel aastal loodame alustada püsiva patsientide suunamisega.

Koostöös Eesti Haigekassaga näeme seda pilootprojekti kui laiemat võimalust üles ehitada sarnane koostöö-mudel ka teiste suurhaiglatega ja mõistagi, teeme seda kõike patsiendi heaolu nimel.

Siret Russi

neurorehabilitatsiooni osakonna juhataja, FT

LIIKUMISPUUDEGA INIMESTELE ISIKLIKU ABISTAJA TEENUSE OSUTAMINE EESTI OMAVALITSUSTE NÄITEL

Kaitsesin käesoleva aasta juunis Tartu Ülikooli Pärnu kolledžis lõputöö teemal „Liikumispuudega inimestele isikliku abistaja teenuse osutamine Eesti omavalitsuste näitel“.

Antud teema leidis käsitlust seetõttu, et Eesti erinevates kohalikes omavalitsustes pakutav isikliku abistaja teenuse maht ja kvaliteet on ebahühtlane ning on põhjustanud liikumispuudega inimeste ebavõrdse kohtlemise.

Eestis on isikliku abistaja teenus kohaliku omavalitsuse korraldatav sotsiaalteenus, mille eesmärk on suurendada füüsilist kõrvalabi vajava täisealise puudega inimese iseseisvat toimetulekut ja osalemist kõigis eluvaldkondades, vähendades teenust saava inimese seadusjärgsete hooldajate hoolduskoormust. Teenuse osutamisel abistatakse teenuse saajat tegevustes, mille sooritamiseks ta vajab puude tõttu füüsilist kõrvalabi. Isiklik abistaja aitab puudega inimest tema igapäevaelu tegevustes – liikumisel, söömisel, toidu valmistamisel, riietumisel, hügieenitoimingutes, majapidamistöödes ja muudes toimingutes, milles inimene vajab kõrvalabi (Sotsiaalhoolekande seadus, 2015, § 27 (1), (2), (3) § 28 (1), (2), (3)).

Isiklik abistaja abistab klienti vaid füüsiliselt, ta ei ole juhendaja. Isikliku abistaja teenust osutades töötab isiklik abistaja konkreetse inimesega ja peab tööd tehes lähtuma vaid tema soovidest ja vajadusest (Sotsiaalkindlustusamet, 2020, lk 5).

Isikliku abistaja teenuse igapäevane kasutaja Aet ja tema isiklik abistaja Ave

Uurimistöö eesmärgiks oli analüüsida liikumispuudega inimestele pakutava isikliku abistaja teenuse kättesaadavust ja kvaliteeti Eesti erinevates kohalikes omavalitsustes ning teha ettepanekuid Eesti Linnade ja Valdade Liidule ning Sotsiaalkindlustusametile teenuse kättesaadavuse ja osutamise kvaliteedi parandamiseks.

Eesmärgist tulenevalt otsiti töös vastuseid järgmistele uurimisküsimustele: kuidas hindavad isikliku abistaja teenuse kättesaadavust ja kvaliteeti teenuse saajad ja osutajad, millised on isikliku abistaja teenuse kvaliteeti mõjutavad tegurid erinevates omavalitsustes ning milliseid täiendusi ja muudatusi on vaja teha isikliku abistaja teenuse kättesaadavuse ja kvaliteedi parandamiseks?

Töö teoreetilises osas anti ülevaade puuetest ja nendega kaasnevatest vajadustest, lähtudes puude sotsiaalsest käsitlusest ja seletati lahti, mille alusel Eestis puude raskusastet tuvastatakse ning millised võivad olla liikumispuude tekke põhjused. Samuti anti ülevaade sellest kuidas on isikliku abistaja teenuse osutamine korraldatud näiteks Skandinaavia riikides, Ühendkuningriigis, Ameerika Ühendriikides ja Eestis. Lisaks anti eelnimetatud lõputöös ülevaade isikliku abistaja teenuse kvaliteedist Eestis ja tutvustati Eesti sotsiaalteenuste kvaliteedijuhist.

Lõputöö eesmärgi saavutamiseks kasutati kvalitatiivset uurimismeetodit. Valimi kujunemisel arvestati eesmärgipärase valimi kujunemisega. Selleks, et saada paremat ülevaadet, mis mõjutab isikliku abistaja teenuse korraldust, kaasati uuringusse nii suure kui väikese omavalitsusüksuste esindajad, samuti ajaasustusega kui tiheda linnalise asustusega omavalitsused. Valimisse kuulus kümme (igast kohalikust omavalitsusest kaks) liikumispuudega inimest, kes on kasutanud isikliku abistaja teenust vähemalt ühe kalendriaasta ja kes elavad kas Haapsalus, Pärnus, Tartus, Tallinnas või Kehtna vallas. Lisaks kuulusid valimisse kolme kohaliku omavalitsuse Haapsalu, Kehtna ja Tallinna haldusüksuse (igast kohalikust omavalitsusest üks) töötajad, kes vastutavad oma haldusalas isikliku abistaja teenuse osutamise eest ning üks Sotsiaalkindlustusameti töötaja, kes tegeleb isikliku abistaja teenuse järelevalvega. Andmete kogumiseks viidi respondentide hulgas läbi poolstruktureeritud intervjuud. Intervjuu küsimuste koostamisel tugineti isikliku abistaja teenuse kvaliteedijuhistele Eestis. Andmete analüüsimiseetodina kasutati kvalitatiivset sisuanalüüsi.

Peamised uurimistulemused

Mitme Eestis elava sügava liikumispuudega inimese igapäevaelu näitel on suur abivajadus ja sõltuvus enda perekonnaliikmetest ning isikliku abistaja teenuse puudumine või ebapiisavas mahus kättesaadavus perekonna purunemise põhjuseks suure hoolduskoormuse tõttu. Näiteks võib tuua olukorra, kus sügava liikumispuudega inimese abikaasa on olude sunnil ööpäev läbi oma mehele hooldajaks ja ei saa täita abielunaise rolli (Sihver, 2013, lk 23).

Järgnevalt antakse ülevaade sellest, mida viie kohaliku omavalitsuse inimesed, kes kasutavad kohaliku omavalitsuse pakutavat isikliku abistaja teenust, arvavad selle teenuse kättesaadavusest ja kvaliteedist.

Tabelis 1 on esitatud ülevaade uuringus osalenud isikliku abistaja teenust saavate respondentide elukohast, soost ja vanusest, kui kaua on teenust kasutatud, milline on respondentide isikliku abistaja teenuse maht ühes kuus tundides ja milline on respondentide arvates teenuse tegelik hinnanguline vajadus ühes kuus.

Kood	Elukoht	Sugu	Vanus	Mitu aastat on teenust saanud	Hetkel saadava teenuse maht tundides kuus	Teenuse tegelik hinnanguline vajadus kuus
V1	Kehtna	M	33	10	130	260
V2	Kehtna	N	53	1,5	40	100
V3	Haapsalu	N	55	2	40	100
V4	Haapsalu	N	20	16	65	150
V5	Pärnu	M	43	13	70	70
V6	Pärnu	N	37	15	70	200
V7	Tallinn	N	63	8	33	40
V8	Tallinn	M	25	3	50	100
V9	Tartu	N	50	15	300	300
V10	Tartu	N	46	23	490	620

Tabel 1. Üldandmed valimi kohta

Respondentidelt uuriti, millistes tegevustes nad isiklikku abistajat enim vajavad. Selgus, et enim kasutavad respondentid teenust igapäevaste tegevuste sooritamiseks, nagu näiteks liikumine nii kodus kui ka väljaspool kodu, hügieenitoimingute tegemine, riietumine, söömine, koduste tööde tegemine, erialasel tööl tööülesannete täitmine, hobidega tegelemine.

Üks isikliku abistaja teenuse klient mainis kõige muu hulgas väga olulise tõsiasi, et isiklik abistaja aitab tal elada täisväärtuslikku elu:

„/.../ vaid minu isiklik abistaja võimaldab mul igapäevaselt täisväärtuslikku elu elada, /.../ hommikul voodist tõusta, pesta, riietuda, endale toitu valmistada, süüa, väljas käia, autoga sõita, trenni teha, vaba aega veeta, sõpradega suhelda, elu nautida, /.../ minu vanemad saavad oma elu elada. /.../ tegeliku isikliku abistaja teenuse vajaduse tagamisel, püüaksin leida lisaks /.../ teise isikliku abistaja, et ma ei peaks nii sageli ükski kodus nelja seina vahel aega veetma.“ (V6)

Teine respondent on öelnud: „/.../ isiklik abistaja on minu jalad ja käed, /.../ kui ma saan isikliku abistaja teenust vastavalt enda vajadusele, vähemalt 20 tundi ööpäevas, ei pea väga sageli abistama mind /.../ puudega abikaasa, öde ja vend.“ (V10)

Respondentide vastustest ilmnes, et isikliku abistaja teenuse osutamise maht, omaosaluse määr ja hindamisüsteem on erinevates kohalikes omavalitsustes väga erinev. Isikliku abistaja teenus on üks neist sotsiaalteenustest, mille osutamine peaks vähendama abivajajate lähedaste hoolduskoormust, aga tegelikult see nii ei ole. Uurimistulemustest selgus, et pooled uuringus osalenud respondentidest on teenuse omaosalusmääraga rahul ja pooled mitte. Näiteks Tallinnas on teenuse omaosalusmäär kliendile ühe tunni eest 0,13 eurot, Tartus 0,21 eurot ja Pärnus 0,50 eurot. Kehtna vallas ei ole isikliku abistaja teenuse saajale omaosalust kehtestatud. Haapsalus rahastatakse isikliku abistaja teenust osaliselt Sotsiaalministeeriumi kaudu Euroopa Sotsiaalfondi vahenditest ja seetõttu pole teenuse saajatele omaosalustasu määratud.

Isikliku abistaja teenust saavad kliendid kui ka uurimuses osalenud sotsiaaltöötajad tõdesid, et teenuse osutajaid on väga raske leida, sest isikliku abistaja tööd ei tasustata

piisavalt, töötajad saavad üldjuhul miinimum tunnitasu ja neil puuduvad sotsiaalsed garantiid.

Uuringus osalenud vähemalt kaheksale inimesele pole tagatud iseseisvus ega vabadus otsustada ise oma elukorralduse üle, mille tulemusena on inimesed igapäevasest normaalsest elust sunniviisiliselt eemaldunud.

Uurimusest selgus tõsisasi, et ei kohalikud omavalitsused ega ka riiklik järelevalveorgan ei teosta regulaarselt teenuse kvaliteedi hindamist.

Käesolev töö tõi välja olulise puuduse riigi sotsiaalsüsteemis. Tänapäeva ühiskonnas vajavad liikumispuudega inimesed võimalikult iseseisvaks eluks isikliku abistaja teenust.

Viidatud allikad

Sihver, T. (2013). *Puude taga on inimene. Lugusid puudega inimestelt puudeta inimestele*. OÜ Grupp Trükiagentuur

Siruli, M (2021). *Liikumispuudega inimestele isikliku abistaja teenuse osutamine Eesti omavalitsuste näitel*. <https://dspace.ut.ee/handle/10062/73080>

Sotsiaalhoolekande seadus (2015). *Riigi Teataja I*, 30.12.2015, 5; *Riigi Teataja I*, 21.04.2020, 39. <https://www.riigiteataja.ee/akt/121042020038?leiaKehtiv>

Sotsiaalkindlustusamet (2020a). *Isikliku abistaja teenus. Juhend kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöö ametnikule*. https://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/sites/default/files/content-editors/Jarelevalve/KOV_noustamisyksus/isikliku_abistaja_teenuse_juhend.pdf

Monika Siruli

spinaalse rehabilitatsiooni osakonna sotsiaaltöötaja



Ave ja Aet



Pöidlaortoos

ABIVAHENDIALASED MUUDATUSED 2022. AASTAST

2020. aastal moodustati Sotsiaalministeeriumi eestvedamisel eksperdirühm, mille ülesanne oli välja töötada kontseptsioon, kuidas paremini integreerida süsteemid, millest hüvitatakse meditsiiniseadmeid ja abivahendeid. Koostöös tervise- ja sotsiaalvaldkonna ekspertidega jõuti ühisele seisukohale, et mõlemas süsteemis kattuvad tootegrupid tuleks jagada selliselt, et kattuvaid tooteid hüvitataks edaspidi vaid ühest süsteemist. Seetõttu tuuakse seni Sotsiaalkindlustuse rahastuse süsteemist haigekassa omasse ehk meditsiiniseadmete loetellu üle:

- ortoosid, sh tallatoed (ISO koodid 06);
- uriini eritumist suunavad abivahendid (ISO kood 09.24 - kateetrid) ja uriinikogujad (ISO kood 09.27 - uriinikotid).

Meditsiiniseadmeid hakatakse hüvitama erialaseltsidega kooskõlastatud rakendustingimuste ja limiitide alusel sihtrühmadele, kellel on selleks tõenduspõhine vajadus. Hüvitamine seotakse lahti puude või töövõimelanguse olemasolust.

Isikutele, kes on teinud ostutehingu abivahendi grupi ISO-koodiga 09.24 (uriini eritumist suunavad abivahendid), luuakse digireseptikeskuses automaatselt meditsiiniseadme kaart. Isik ei pea täiendavalt pöörduma arsti poole, et kirjutataks välja meditsiiniseadme kaart. Abivahendi kasutamise vajadus on sellisel isikul eelnevalt juba tuvastatud ja sellekohane tõend abivahendi kaardi taotlemisel väljastatud. Uriinikogumiskotte hakatakse edaspidi hüvitama ka neuroloogilise, onkoloogilise, uroloogilise või günekoloogilise patoloogiaga patsiendile, kellel esineb urineerimisfunktsiooni häire, kuni 60 uriinikogumiskotti kalendripoolaastas, seega kogus ei suurene.

Individuaalsete tallatugede puhul täpsustatakse olemasoleva hüvitamistingimuse sõnastust viitega operatsiooni või trauma asukohale (lülisamm, alajäse) koos klausliga, et kaasneva peab valu nimetatud piirkonnas. Täpsustuse eesmärk on luua suurem õigusselgus. Lisaks laiendatakse tallatugede hüvitamist patsientidele, kellel esineb vaagnapiirkonna (RFK järgi s740) või alajäseme (s750) raske struktuurikahjustus või sellest tulenevad liigeste, luude või lihaste funktsioonihäired (b710-749) ja kaasuvana valu igapävasel liikumisel või haavandid ning masstoodangu tallatoed ei ole patsiendile näidustatud või on osutunud ebaefektiivseks. Sõnastuse eesmärk on tagada tallatugede väljakirjutamine haigekassa soodustusega patsientidele, kellel on tõsine terviseprobleem, mille kompenseerimiseks sobivad kõige paremini individuaalselt valmistatud tallatoed, mis võimaldavad arvestada patsiendi jalgade eripäradega. Neile patsientidele hüvitab haigekassa kaks paari tallatugesid kalendriaastas kahe kalendriaasta jooksul. Kui selle perioodi möödudes

hindab arst jätkuvalt tallatugede kasutamise vajaduse, võib arst välja kirjutada uue meditsiiniseadme. Lisanduva tingimuse sõnastuses sulgudes esitatud viited rahvusvahelisele funktsioneerimisvõime, vaeguste ja tervise klassifikatsioonile (RFK) on mõeldud toetama neid väljakirjutajaid, kes oma töös seda klassifikatsiooni juba kasutavad. RFK on inimese puudest tingitud funktsioonihäirete, tegevuspiirangute ja keskkonnas osalemise takistuste määramine ning abinõude planeerimine.

Ortooside puhul korrastatakse nimetuste rühmad. Muudatuse eesmärk on kanda meditsiiniseadmed näidustuse järgi õigesse rühma (põlveortoosid, tallatoed, kõhuortoosid, öla- ja küünarliigese ortoosid). Täpsustatakse olemasoleva hüvitamistingimuse sõnastust ning laiendatakse hüvitamist patsientidele ägeda haigestumise või raske kroonilise haigusega kaasneva funktsioonihäire kompenseerimiseks. Hüvitatavad kogused on sõltuvalt vanusest (alla või üle 19-aastased) – vastavalt ühe ortoosi (erandina jalaortooside ning selja- ja nimmepiirkonna korral kuni kahe ortoosi) eest (jäseme kohta) ühe aasta jooksul ning ühe ortoosi eest (jäseme kohta) kahe aasta jooksul. Täpsustus „jäseme kohta“ on jäsemeortooside – randme-kämblaortoosi, öla- ja küünarliigese ortoosi, põlveortoosi, jalaortoosi – hüvitamise tingimuses.

Muudatuste tulemusel hakkab haigekassa täiendavalt hüvitama ortoosse patsientidele, kellel on pikaajalised/püsivad tervisekahjustused, erinevad neuroloogilised patoloogiad, kaasasündinud väärarengud. Samuti laieneb hüvitamine patsientidele, kellel on ägeda haigestumise (nt insuldi, COVID-19, põletikulise liigeshaiguse ägenemise faasi) või



Individuaalsed tallatoed

raske kroonilise haiguse (nt tugeva liigeskulumuse ehk artroosi) tagajärjel tekkinud oluline funktsioonihäire. Sellistel patsientidel võiks ortoos samuti aidata vähendada valu või koormust, tagada liigeste stabiilsust või teljelisust või fikseerida kehaosa/liigespiirkonda või piirata liigutuste ulatust või toetada kõnnakufunktsiooni, kuid vajadus on seni olnud riigi rahastusega katmata.

Erisus alla 19-aastaste isikute limiitkogustes on tingitud asjaolust, et laste ortooside vajadus aastast sõltub kasvutempost ja tehtavatest operatsioonidest, mille tulemusel võib tekkida vajadus uue toote järele. Lapsed vajavad keskmiselt uusi ortoose iga 12 kuu järel, seljaortooside korral võib see olla ka sagedam. Mõnel juhul määrab raviarst korraga kuni kaks paari erineva ülesandega jalaortoosi – asendraviks staatilised ortoosid ööseks ja dünaamilised kõndimisortoosid päevaseks kasutamiseks. Eeltoodut arvesse võttes on suuremad hüvitatavad kogused kehtestatud jalaortoosidele (kuni kaks ortoosi jäseme kohta) ning selja- ja nimmepiirkonna ortoosidele (kuni kaks ortoosi) kalendriaastas.

Süsteemimuudatus tähendab ümberkorraldusi füsioterapeutide ja arstide töös. Kui siiani on tõendeid ortoosidele ja tallatugedele Haapsalu Neuroloogilises Rehabilitatsioonikeskuses väljastanud pigem füsioterapeudid, siis nüüd läheb see ülesanne arstide töölauale. Kindlasti teeb muudatus ortopeedilised abivahendid soodsamaks ja kättesaadavamaks tööelastele, kellel puudub puue või töövõime vähenemine ja õigus soodustusele. On nende soodusmäär nüüd ju senise 50% asemel 90%. Küll aga ei saa neid enam nii kergete diagnoosidega välja kirjutada, kui siiani. Tallatugesid vajaks küll suurem osa inimestest, aga soodustust saavad edaspidi need, kellel vaid tõsised tervislikud vajadused. Väga positiivne on ka see, et lapsed, kelle vajadus ortooside järele on suurem kui kord 2 aasta jooksul, ei pea nüüd enam nii palju erimenetlusi kirjutama.

Mõningad muudatused on järgmisest aastast lubanud ka Sotsiaalkindlustusamet, näiteks:

- tõendeid saavad väljastada ka üldarstid ja arst-residendid,
- trepironijad tulevad soodustoodete nimekirja,
- öla- ja alajäsemeproteesid lähevad hüvitamisele ilma täiendava õigustatuse aluseta.

Sellest kõigest lähemalt kevadises lehes.

Allikas: Haigekassa, Sotsiaalkindlustusamet

Liina Valdmann
HN RK Abivahendikeskuse juhataja



HARIDUSPROGRAMM „ILONI LUGU“ HNRK-S RAVIL VIIBIVATELE LASTELE

HNRK-s ravil olevad lapsed saavad alates sellest aastast kord nädalas käia Iloni Imedemaa lustimas ja õppimas. Iloni Imedemaa toredad inimesed soovisid arendada ja pakkuda hariduslikku muuseumi külastamise programmi „Iloni lugu“ erivajadustega lastele. Nad pöördusid selle plaaniga HNRK poole, et uurida vajaduse, sisuliste eripärade ja potentsiaalsete väikeste huviliste kohta. Meile mõte väga meeldis, sest teraapiate väliste tegevuste pakkumine oma patsientidele on olnud HNRK pärisosa juba tükk aega. Tegevused, mis toimuvad haiglateskonnast väljas on iseäranis toredad, sest pakuvad patsientidele vahetut võimalust oma oskuseid ja funktsionaalset võimekust proovile panna ning avardavad silmaringi. Koroonaviiruse levimise vaikselt perioodil meie koostöö algaski – kolmapäeviti läheb väike grupp HNRK-s ravil olevaid lapsi pärast teraapiate lõppu Iloni Imedemaale, et meisterdada, mõistatada, uurida Iloni pilte, kuulata lugusid, et nõnda teada saada vahva kunstniku elu ja tegemiste

kohta. Programm kestab ca üks tund ning viib osalised Iloni Imedemaa esimese korruse galeriisse, teise korruse näitustesaali ning hoovi käsitöökotta.

Iloni Imedemaa juht Maarja Kõuts ütleb koostöö kohta nõnda: „Meie jaoks on see olnud väga oluline ja häid kogemusi andev koostöö. Hea meel on pakkuda Haapsalus viibivatele peredele hariduslikku meelelahutust ja võimalust haiglaseinte vahelt välja saada. Näeme, et imedemaa armas ja soe keskkond ning Wiklandi rõõmus looming aitab lastel end hästi tunda.“ Samuti toob Maarja esile koostöö kasu Iloni Imedemaale: „Meile endile on need külaskäigud andnud võimaluse üle vaadata, kas meie ruumid on ka praktikas ligipääsetavad ja mugavad kasutada liikumispuudega inimestele. Näiteks viisime kolmandale korrusele spetsiaalselt kõrgema laua, sest nägime, et ratastoolis on meie seniste madalate lastelaudade taga ebamugav meisterdada.“ HNRK juhatuse liige Kadri Englas on algatuse üle rõõmus: „Taoline

initsiatiiv on väga südantsoojendav. Samuti mitmeti kasulik. Seega kõige parem näide sisukast ettevõtmisest. HNRK-l on suur rõõm Iloni Imedemaa poolt kokku pandud programmi meie patsientidele võimaldada.“

Siiani on laste ja vanemate tagasiside olnud väga positiivne ning uut kohtumist ootavad nii väikesed kui suured asjaosalised.

Aitäh, Iloni Imedemaa imeline kollektiiv – Maarja Kõuts, Triin Reemann, Julia Prokoptšuk, Laura Eichhorst!

Kadri Englas

HNRK juhatuse liige



Iloni Imedemaal on alati huvitav

ENAM KUI 11 000 LAST ÜLE EESTI TOETASID TEATEJOOKSUGA HNRK-D

Head traditsioonid on reeglina pikaajalised ja omavad laiemat ühiskondlikku mõju. Nii ka seekordne, juba 16. heategevuslik teatejooks, mis toimus Euroopa spordinädala raames 23. septembril. Teatejooksu korraldas MTÜ Tallinnmeeting enam kui 25 asukohas üle Eesti. Kõigis maakondades toimuva Teatejooksu eesmärgiks on propageerida laste tervislikku elustiili, muuta liikumisharjumusi ning pakkuda noortele positiivseid emotsioone liikumisest.

Heategevuslik Teatejooks ning tänavuse aasta jooksu patroon, meie edukas olümpiasportlane Rasmus Mägi kutsusid üles toetama Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse tegevusi ja väikeste patsientide ravivõimalusi. Usume, et rohkemal osavõtule, enam kui 11 000 last, aitas kaasa ka Rasmuse väga edukas esinemine 2021. aasta Tokyo suveolümpiamängudel. Rasmus Mägi on positiivse meele ja hoiakuga eeskuj, kes kannab endas liikumisrõõmu ning soovib, et seda saaks kogeda kõik, nii tavaliselt kui eriliselt liikuvad lapsed.

Haapsalus toimunud Teatejooksust võtsid osa ka HNRK-s ravil olevad vaprast lapsed, kes tundsid rõõmu võimalusest osaleda ja olla toetatud nii paljude laste poolt üle kogu Eesti. Kokku kogunes toetuseks 3000 eurot. Aitäh kõigile toetajatele.

Heategevuslik Teatejooks toimus esimest korda 2006. aastal ja üritusest on tänaseks kujunenud kõige osavõtjaterohkeim heategevusüritus, kus lapsed ise otseselt annavad oma panuse heategevusse.

Siiras tänu kõikidele lastele, kes näitasid üles oma toetust HNRK-s ravil olevate laste heaks ja osalesid Teatejooksul. Aitäh korraldusmeeskonnale ja kõigile toetajatele!

Toomas Danneberg
HNRK juhatuse esimees



Meie tublid osalejad

TÄNAME MEIE KOOSTÖÖ- PARTNERIT GABRIEL SCIENTIFIC EESTIT VAHVATE KINGITUSTE EEST LASTE OSAKONNALE

Septembris toimunud koostöökohtumisel SleepAngel toodete esindaja Aile Pilbergiga saime rõõmsa üllatuse osaliseks. Aile tõi meile kingituseks toredalt kujundatud laste une- ja asendipatjade kollektsiooni, mis meie väikestele patsientidele juba mõnda aega rõõmu on toonud. Kuigi unepadja imearmsad pildid jäävad voodis padjapüüri alla peitu, teavad lapsed siiski, kuhu piiluda, et mömmi, jänku, põdra või teiste unenäo loomadega kohtuda või neile „head ööd“ soovida. Toredat loomakeste piltidega „ussikest“ on aga lisaks asendi toetamisele mõnus ka niisama kaisus hoida.

SleepAngeli innovaatiliste toodete üle on põhjust rõõmustada ka haigla personalil, kuna nende toodete materjalid ja tehnoloogia muudavad lihtsamaks haiglahügieeni tagamise, seda eelkõige toodete kerge ja kiire puhastatavuse tõttu.

Oleme tänulikud SleepAngeli perele!

Maire Nigul
kvaliteedispetsialist



Rõõmus patsient uue SleepAngeli padjaga



Tänu HNRK personal kingituse vastu võtmaks

SIIRAS RÕÕM ETENDUSTEST

Meie pisikeste patsientide suureks rõõmuks külastasid HNRK-d ka tänavu erinevad väike- ja projektiteatrid. Sel aastal nautisime etendusi juulist detsembrini, kokku 12 korral.

Kavas oli etendusi nii eestimaistelt autoritelt kui ka maailmaklassikasse kuuluvast repertuaarist.

„Võrreldes eelmise aastaga on meile lisandunud kaks uut teatrit, kelleks on Teater Projekt ja Teater Marionett, samuti on programmis tagasi Lendav Lehm. Samas mängime jätkuvalt juba aastaid populaarseid etendusi nagu „Okasroosike“ ja „Muinasjutt kuldsest kalakesest“, mille kohta oleme lastelt ja suurtelt alati head tagasisidet saanud,“ rääkis Eesti Väike- ja Projektiteatrite Liidu juhatuse esimees Allan Kress.

Kõikidel etendusel oli siiski vaid üks tulem- lapsed olid näidendite lõppedes rõõmsameelsed ja särasilmased.

Hariva sisuga etendused toimuvad Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse fuajees ning on publikule tasuta.

Kokku on heategevusfond Aitan Lapsi sel aastal rõõmustanud 373 meie pisikest, aga vaprast patsienti.

Etendused saavad teoks tänu Eesti inimestele, kes taarat tagastades taaraautomaatidel kultuurinuppu vajutavad ning seeläbi raha lastele mõeldud heategevuseks annetavad.

Aitäh, hea annetaja, annetamast heategevusfondile Aitan Lapsi! Aitäh, Heategevusfond Aitan Lapsi ja Eesti Väike- ja Projektiteatrite Liit, pööramast pilku HNRK poole! Aitäh, hea Allan Kress, selle rõõmu meieni vahendamise eest!

Heli Paesüld
kvaliteedispetsialist



Lasteteater Sõber etendus Hiirte pidu

TÖÖTAJATE RAHULOLU-UURING 2021

Käesoleva aasta novembrikuus viidi HNRK töötajate seas taas läbi iga-aastane rahulolu-uuring. Küsitlus oli anonüümne ning selle eesmärgiks oli teada saada, kuidas töötajad on rahul oma tööga (tööülesannetega ja nende selgusega, töötingimustega ja -vahenditega, arengu- ja õppimisvõimalustega jms) ning HNRK kui organisatsiooniga, kus nad töötavad – selle üldise toimimisega.

Esmakordselt oli küsimustik üles seatud veebikeskkonnas ning selleks, et mitte ükski töötaja ei jääks kõrvale ainuüksi oma kasina arvutioskuse tõttu, sai vastuseid soovi korral kirjutada ka paberilehele ja poetada ankeet vastuste kogumise kastikesse.

Küsimustik koosnes 16 väitest, millele iga vastaja sai anda hinnangu 4-palli skaalas, seejuures 1 oli kõige madalam ja 4 kõige kõrgem hinne. Lisaks oli iga küsimuse juures võimalus kommenteerida enda antud hinnangut ja teha omapoolseid ettepanekuid erinevate teemade osas.

Küsimustiku viimases osas oli 2 lisaküsimust, selgitamaks välja, mis meie töötajaid nende töös motiveerib ning mida väärtustavad töötajad HNRK kui organisatsiooni puhul kõige enam.

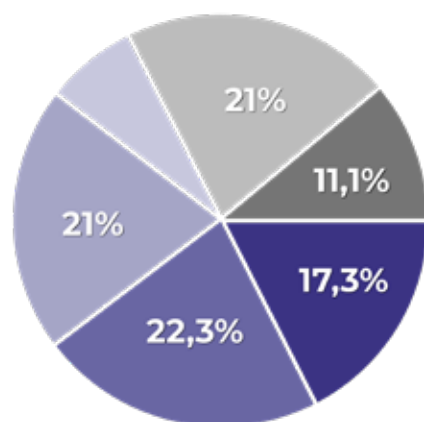
Käesoleval aastal andis tagasisidet 83 töötajat, mis on kahjuks viimaste aastate kõige tagasihoidlikum osavõtt rahulolu-uuringust, ent siiski tänuväärne hulk tööandjale järeluste tegemiseks ja muudatuste kavandamiseks.

2021. aasta rahulolu-uuringu kõikide küsimuste keskmiseks hindeks kujunes 3,38. Aasta varem oli vastav number 3,46 ning aastal 2019 3,47.

Kõrgeima keskmise hinde said 2021. aasta rahulolu-uuringus järgmised väited:

„olen teadlik HNRK missioonist, visioonist, eesmärkidest ja tulemustest“ (3,69), „tean hästi, mida minult minu töökohtal oodatakse“ (3,64), „tunnen uhkust HNRK üle ja olen rahul, et kuulun siia ettevõttesse“ (3,55) ning „usun, et HNRK on hästi juhitud“ ja „olen rahul oma positsiooniga (tööülesanded, kohustused, vastutus HNRK-s) (mõlemad 3,54).

Kesimad keskmised hinnad peegeldasid töötajate ootusi osakondade vahelise koostöö parandamisele, töötasu tõusule ning koolitusvõimaluste avarumisele. Viimase punkti osas julgen arvata, et haigla on endistviisi töötajate arengut ja koolitussoove toetav ning kui olukord viiruse rindel paraneb, saame kindlasti taas ka rohkem erinevaid koolitusi korraldada ning neil osalemist võimaldada.



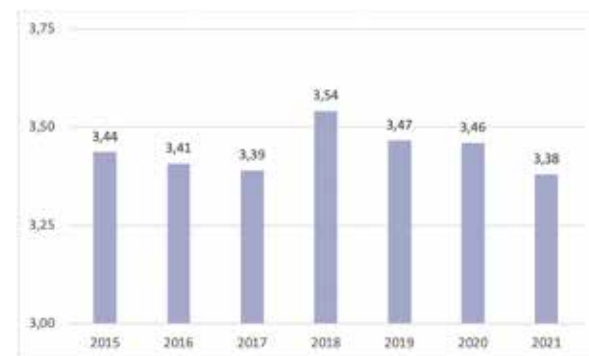
Rahulolu-uuringus osalenute jaotus osakondade kaupa

Küsimustiku viimases osas kokkuvõttena tõid töötajad välja, et kõige enam motiveerivad neid töös toredad kolleegid (seda märkis 62 vastajat), kaasaegne töökeskkond (44 vastajat), võimalus õppida ja areneda (36 vastajat), töötasu (32 vastajat), hea juhtimine (30 vastajat) ning töö tähendusrikkus (12 vastajat), veel mainiti töö sisu ja paindlikkust töö tegemisel, positiivset õhkkonda ning haigla kaunist asukohta.

HNRK kui organisatsiooni puhul väärtustavad töötajad meie inimesi - pühendunud, sõbralikke ja hoolivaid töökaaslasi ning meeldivat ja kaasaegset töökeskkonda, lisaks hindavad nad tehtava töö tähendusrikkust –töötades uuendusmeelses ja arenevas haiglas, kus on oluliseks märksõnaks patsiendikeskus, saavad nad aidata väga paljusid patsiente ning tõsta nende elukvaliteeti. Paar armsat näidet meie kolleegide sõnastuses: „HNRK annab patsientidele lootust, usku ja teadmisi, kuidas peale haigust, traumat iseseisvalt igapäevaeluga hakkama saada. See on suurim ja tähtsaim abi ning toetus, mida meie patsiendid meilt ootavad“, „Väärtustan seda, mida teeme igapäevaselt - pole suuremat rõõmu, kui rõõmustada koos patsiendiga tema edusammude üle.“ Lisaks toodi välja ka töötajaid väärtustavat ja arukat juhtimist ning HNRK-d kui stabiilset töökohta.

Minu siiras tänu Sulle, hea kolleeg, kes Sa võtsid vaevaks

- Neurorehabilitatsiooni osakond / Department of neurorehabilitation
- Spinaalse rehabilitatsiooni osakond / Department of spinal rehabilitation
- Laste taastusravi osakond / Department of pediatric rehabilitation
- Ravitoetusteenistus / Department of supportive service for rehabilitation
- Haldusteenistus / Maintenance department
- Juhatus kabinet ja Abivahendikeskus...



Rahulolu-uuringu keskmine hinne aastatel 2015-2021

rahulolu-uuringul osaledes oma arvamust avaldada - Sinu tagasiside on ääretult oluline ning annab sisendit HNRK iga-aastase tegevuskava koostamisel.

Marge Jõgisäär
personalispetsialist

Valja 60 aastat tööstaži

HNRK massöör Valentina Viljamäe tegi ajalugu – oma auväärse 80 eluaasta jooksul täitis tal HNRKs imetlusväärseid 60 töötamise aastat! Tõenäoliselt saab taolisi imeinimesi Eestis ühe käe sõrmedel üles lugeda. Oleme oma Valja üle uhked ja südamest tänulikud tema panuse eest HNRK patsientide paranemisesse. Mitte ainult ei ole ta siiani säilitanud enda head vormi ja rahulikku meelt vaid ka imelise professionaalsuse – soov tema käe all massaaži saada on väga paljude HNRK patsientide mõttes.

Aitäh, Valja! Palju õnne! On saavutusi, mida ei ole võimalik järele teha – Sinu oma on just nende killast.



Valentina Viljamäe



Dr Kruus patsiendiga

DR ÜLLE KRUUS NIMETATI KÄESOLEVA AASTA KEVADEL EESTI TAASTUSARSTIDE SELTSI AULIHKMEKS

Dr Kruusi karjäär algas 1982. aastal, mil ta Tartu ülikooli pediaatrina lõpetas. Sellele lisaks on ta omandanud bakalaureuse kraadi psühholoogias samast ülikoolist ning täiendanud end pereteraapia valdkonnas. 2001. aastal omistati talle taastusarsti kvalifikatsioon.

Dr Kruus on Eesti taastusravi raudvara. Tema pikaajane sisukas panus patsientide – eriti laste ja nende perede –

toetamise ja taastumise Haapsalu Neuroloogilises Rehabilitatsioonikeskuses on aukartust äratav. Lisaks igapäevasele tööle, mida dr Kruus teeb suure kire ja laiahaardelise kaasamõtle misega, on ta panustanud sarnastel põhimõtetel laiemalt Eesti taastusravi ja rehabilitatsiooni arengutesse. Ta on aidanud luua ja rakendada inimese kesket taastusravi ja rehabilitatsiooni käsitlust, tehes seda edukalt ka praegu. Dr Kruus on väärdamatult taastusarst selle ameti kõige paremas ja siiramas tähenduses.

Dr Kruusi terav huumorimeel, ühiskonnakriitiline mõtlemine, psühholoogiaalased teadmised ning armastus laste abistamise vastu saavad teda igal sammul. Temaga kohtumised ja jutuajamised on alati rikastavad. Kolleegid HNRK-st hindavad tema panust nii igapäevasesse töösesse kui laiemalt ühiskonda väga kõrgelt ning on uhked, et saavad teda nimetada kolleegiks.

Kadri Englas
HNRK juhatuse liige

HNRK SUVEPÄEV PRANGLI SAAREL 14.08.21

Esimene sats rahvast läks üle mere varahommikuse postipaat “Helgega” (sügavus kohati 90 meetrit!). Viskas ikka korralikult meie paadikest merel- nalja kui palju, osad leidsid ennast põrandaltki. Aga nagu ütleb minu aastatepikkune väikesaartel matkamise kogemus – alati antakse saarel hea ilm. Kelnase sadamas väike kehakinnitus tehtud, alustasime oma teekonda. Esimene peatuspaik - kohalik muuseum oli põnev koht. Muuseumimees rääkis selle koha sünniloost: aastaid tagasi hakkasid saarele vutama punased Kodu Anttila postipakid - inimesed tahtsid uut ja välismaist, vana kraam visati välja. Tema korjas aga kõik kokku ja tegi muuseumi. Õue peal asub lisaks ka loodusmuuseum. Saarel mitmel pool kohatud vabapidamisel hanede kohta rääkis muuseumimees, et need on tublid koduvalvurid - õue võõraid ei lase. Prangli olevat olnud kuulus paadiehitamise ja hülgeküttimise poolest. Jouluden söödi sealih. Notsudel oli saarel oma elamine, mida austavalt kutsuti seamajaks (muuseumiõuel üks autentne veel näha), peale jõule mindi aga üle hülgelihale. Sellega tuli aga olla ettevaatlik, nimelt oli oht süüa endale sisse lihasööjabakter! Nii mõnelgi kalamehel amputeeriti jäsemeid... Hülgeid kütiti tinakuulidega, mis koha peal valati. Naiste töö oli kuule kiviga ilusaks ümmarguseks lihvida. Kuulid olid hinnas. Muuseumimees tuletas meile meelde, kuidas vanasti metslinnuliha söödi - liha sekka sattunud tinakuulud sülitati välja, pesti puhtaks ja tagastati tänulikult jahimehele. Taaskasutus! Hülged aga on ka ise tublid kalamehed, puhastavat inimese jaoks lausa tursagi ära - lõikab tursal võrgus oma küünistega kõhu lõhki, eemaldab sisikonna, sööb ära maksa... ja kalur tõmbab merest roogitud kala välja.

Kohalikust metsast ka. Saarel võib kahe käe sõrmedel üles lugeda looduslikud kuused. Kunagi elutsesid siinses kuusikus piraadid. Et neid pahalasi kätte saada, panid rootslased metsa põlema. Kuusik kadus, piraadid aga pääsesid. Jõulupuuna toovad pranglilased koju endale hoopis männipuu.

Teise grupi, kes saabusid veidi hiljem ja praamiga, kohale jõudes söime lõunat, osad Mardi talus, teised Praaga talus. Siis ringkäik 1848.a ehitatud kirikus. Kiriku üks vaatamisväärsusi on seintel olev vana pabertapeet, mida pole tõesti harjunud kirikutes nägema. Seejärel ronisid osad autokasti, teised valisid liikumiseks omaenda kondimootori.

Matk kulges mereranda mööda. Teel kohtasime vägevat

kivilabürinti. Muistsed skandinaavlaste rajasid neid. Ka naabersaare Aksi iidse kivilabürindi taastas 1800-ndatel Rootsi ohvitser Dawid Wekman. Prangli labürindi ehitasid aga tänapäeval koolilapsed.

Vaatasime suurt rändrahn - Punast Kivi, mis päikeseloojangul muutub tänu keemilisele koostisele punakaks. Asub see kivi sealsamas mahapõletatud kuusemetsas. Tähelepanu, vallalised neiud-noorikud- kes kivi otsa ronib, saab mehele!

Seejärel viis matk meid “Eesti Ranna” laevahuku (24.08.1941) kalmistule. Selle paiga kurbus on tuntav ja tajutav veel nüüdki, 80 aastat hiljem... Siin räägiti, kuidas kohalikud andsid alati süüa ja peavarju merehädalistele ja põgenikele, seda aga ainult rahumeelsetele hädalistele.

Järgmine tore avastus oli Prangli metsas toimiv looduslik gaasipliit. Kunagi plaaniti siit maagaasi võtma hakata, aga varud polnud siiski piisavalt märkimisväärsed. Kraan keerati kinni, aga midagi immitseb ikka. Giid meenutas, et tema isa mäletab, kuidas nad lastena metsa all olevatesse lohkudesse (vanad puurimiskohad) põlevat tikku visates plahvatusi korraldasid. Hilisemal ajal keetsid naised siin seakartuleid, turistid tegid kohvi, praadisid mune jne. Metsaidüll missugune!

Õhtul vaatasime Prangli rahvamajas etendust “Mida sa ilma paadita teed?”. Kaunis muusikaline jutustus naabersaare Aksi inimeste saatusest, nemadki jäid jalgu 40-ndate aastate “uutele tuultele”, lisaks peategelase isiklik kurb saatus. Multitalent August Luusmani loominguga ja tegevuse mitteväärtustamine tema eluajal. Inimesed kaotasid oma lähedased, kohtuti alles... taevas. Etenduse lõppedes aplodeeris terve saal püsti seistes näitlejatele. Puudutas ja kohe väga. “Me ei saa valida oma sündimist, aga me saame valida selle, mis jääb sündimise ja suremise vahele”, lõpetas peategelane etenduse.

Ja siis hirmsa kapakuga sadamasse. 10 minuti pärast väljusid 1 km kaugusel asuvast sadamast meie paadid....

Iseloomuga saar ja tore koosolemine. Aitäh, HNRK, väga mõnusa suvepäeva eest!

Anu Seeman
laste taastusravi ja tugi-liikumiselundkonna taastusravi osakonna sekretär



Postipaati “Helge” ootab meid



Etendus



Külaidüll 1



„Eesti Ranna“ puhkepaik



Gaasiläte



Külaidüll 2

BEEBID JA UUED TÖÖTAJAD

Südamlikud õnnesoovid meie kolleegidele ja nende kaaslastele perelisa puhul!

14.05 sündis Remo Kivimaa
25.05 sündis Ëmi Hessant
09.10 sündis Hugo Lood
18.10 sündis Ruudi Meigas



Meie kollektiiviga on liitunud:

Toomas Danneberg	juhatuse esimees
Helery Lillema	hooldaja
Imbi Räli	valvur
Anne-Ly Gaaver	sotsiaaltöötaja
Karel Uhs	arst
Quentin Chamard	tegevusterapeut
Gretemari Metsaveer	füsioterapeut
Niklāvs Kauliņš	füsioterapeut
Sabiga Guliyeva	arst
Katrin Mulk	kokaabi
Julia Semenova	õde
Vilvi Maiste	psühholoog
Teel Puhlov	füsioterapeut



Labürint



Autentne Prangli- tüüpi paat



Saare transport

HNRK TÖÖTAJATE FOTONÄITUS

HNRK Kohviku galeriis rõõmustab selle aasta novembris ja detsembris meie personali ja patsiente 2021. aastale tagasivaatav fotonäitus, mille piltide autoriteks on esmakordselt HNRK töötajad. Näitusel saab näha imekauneid fotosid loodusest, pilte nii kodulinnast Haapsalust kui kaugematest põnevatest paikadest ning vahvaid hetki, mida on kaamerasse püüda õnnestunud suures osas peagi lõpusirgele jõudva aasta jooksul.

Näituse idee sai alguse sellest, et paljude meie galeriis toimunud huvitavate foto- ja maalinäituste taustal tuli kolleegidelt vihjeid ja küsimisi, miks ei võiks hoopiski kokku panna näitust meie oma töötajate poolt pildistatud fotodest. Kuna ei olnud ühtegi põhjendust, miks ei võiks ning mõte tundus hea ja põnev, saigi paar kuud tagasi kutsutud kõiki läbi vaatama aasta jooksul tehtud jäädvustusi, et leida üles ja jagada aparaatides peidus olevaid toredaid tabamusi ka teistega.

Selleks, et väljavalitud fotod saaksid just sellele pildile sobiva suurenduse ja teostuse, palusime meie ettevõtmises

kaasa lööma ProPrinti ja fotograafi Kauro Kuiki - oleme Kaurole tänulikud abi eest.

Näitus pakkus mitmeidki üllatusi: meie hulgas on palju ägedaid pildistajaid! Ka telefoniga saab teha kvaliteetseid ja tõeliselt mõnusaid pilte, mida suurele fotopaberile või -kapale välja trükkida! Fotokapale trükituna muutub pilt veelgi nägusamaks, kui arvatist või telefonist vaadatuna! Ligi 30 pildist koosnevat näitust on võimalik üles panna vaid kahekolme tunniga – aitäh Raivo ja Arne!

Eriti suured tänud aga fotode autoritele Martinile, Helinale, Laurale, Veikole, Siirile, Justinale, Jürile ja Anule! Näitus jääb avatuks kuni aasta lõpuni.

Näituse soe vastuvõtt kolleegidelt viib mõtted ka sellele, et taoline fotonäitus ei peaks jääma viimaseks sarnaseks ettevõtmiseks ning tulevikuski oleks tore kolleegide poolt tehtud fotodest rõõmu tunda.

Maire Nigul
kvaliteedispetzialist



Fotonäituse plakat 2021



Fotonäitus



Fotonäitus

RAHVUSVAHELISEL KONVERENTSIL OSALEMINE KODUKONTORIST

28.-29. oktoobril toimus Maailma Insuldi Organisatsiooni (World Stroke Organization) poolt korraldatud rahvusvaheline insuldialane konverents, mis sel korral oli järjekorras juba kolmeteistkümnes. Kuna viimasel kahel aastal on koroonaviiruse tõttu paljud koolitused/seminarid/konverentsid kas ära jäänud või leitud muu viis nende toimumiseks, siis ka see kokkusaamine toimus virtuaalselt läbi arvutiekraani. Kohapeal osalemine on kindlasti vahetuma emotsiooniga, kuid virtuaalse konverentsi suureks plussiks on see, et erinevaid loenguid ja seminare on võimalik kuulata omale sobival ajal ja kui muidu võib juhtuda, et kaks huvipakkuvat teemat on konverentsi kavas samal ajal, siis virtuaalselt järgi vaadates saab osaleda kõigil neil loengutel, kus soov on. Samuti ei puudunud erinevate firmade näitused ja ekspositsioonid ning oli võimalus lugeda viimaseid edasiminekuks ja uurimusi postrite näol.

Kuna insuldi läbielanud patsiendiga tegeleb väga suur meeskond, mis koosneb erineva eriala spetsialistidest, olid ka konverentsi teemad väga erinevad: medikamentöosne ravi, uuringud, taastumise erinevad aspektid, telerehabilitatsioon, tulevikusuunad insuldiravis, ennetamine ning lisaks kõigele muule ei puudunud teemadest muidugi ka insuldi ja COVID-19 erinevad seosed või nende puudumine.

Väga huvitav oli ka näiteks insuldipatsientide kogemustest rääkimine puudutav loeng, kus toodi välja, et kulutõhusaks vahendiks on nii kroonilise kui akuutse insuldipatsiendi elukvaliteedi toetamine. Lisaks on leitud, et nii mentor kui mentee saavad sellest suhtlusest positiivseid emotsioone, sellel on positiivne mõju enesearengule ja on sotsiaalsete kontaktide hea suurendamise võimalus. Kokkuvõttes toodi ka välja mõtteid, et keegi ei saa aidata igati, aga igaüks saab aidata kedagi.

Järgmine Maailma Insuldi Konverents toimub 2022. aastal oktoobri lõpus ja kui olukord lubab, siis saadakse kokku Singapuris.

Siret Russi
neurorehabilitatsiooni osakonna juhataja

NEUROKINETIC THERAPY KOOLITUS DUBLINIS

Sain suurepärase võimaluse osaleda *NeuroKinetic Therapy* (NKT) Level 1 koolitusel Dublinis, Iirimaal, legendaarse Simon Jones'i juhendamisel. Kahepäevase koolituse jooksul saime osalejatega üksteise peal õppida ja testida manuaalset lihastestimist ning NKT protokolle. Kuuldes, et õpime manuaalset lihastestimist, oli algul tunne, et mis nii teistmoodi saab olla, kui tavaliselt füsioteraapia õppekaval õpitakse. Eksisin rängalt ning nautisin kogu protsessi sajaga. Töötades HNRK-s peamiselt peaaugukahjutustega patsientidega, kartsin, et ei saa koolitusel õpitut oma teraapiates kasutada. Õnneks pöörati see kohe koolituse alguses ümber ning selgus, et NKT on suurepärase võimaluse jätkata tavapäraste teraapiatega, kombineerides neid koolitusel õpitud protokolliga. NKT protokolle saab kasutada kõikide, sh neuroloogiliste ja skeletilihassüsteemi probleemidega patsientidega.

Nüüd on hea aeg koolitusel saadud teadmisi harjutada ja rakendada päriselus. Üks asi on praktiseerida terapeute peal, kuid märksa keerulisem on kogu õpitut reaalsetel patsientidega koos teha. Esimeste õnnelike patsientidega oleme juba NKT protokolle järgi natukene tööd teinud ning

tulemused on hetkel ainult positiivsed. Jätkan harjutamist ja juba järgneval aastal loodan teha Level 1 sertifikaadi ning osaleda ka järgmisel ehk Level 2 koolitusel.

Marjetta Urva
füsioterapeut



NKT praktiline osa



Kursuslaste ühispilt



Marjetta legendaarse koolitaja Simon Jones'iga

HNRK PAKUTAVAD LISATEENUSED

KÜSI NÕU KESKKONNA RIKASTAMISEKS!	- Rikastatud keskkonna mõiste tähistab organiseeritud, stimuleerivat ümbrust ja tingimusi, mis soodustavad sensoorset, motoorset, kognitiivset ja sotsiaalset aktiivsust (Janssen, Bernhardt, Collier, Sena, McElduff, Attia, Pollack, Howells, Nilsson, Calford & Spratt 2010). - Rikastatud keskkond on tõendatult oluline mitmetele inimestele, s.h neile, kellel on insuldijärgne seisund, traumaatiline peaaajukahjustus, seljaajukahjustus, tserebraalparalüüs jne - Rikastatud keskkonnas on inimesed vähem voodis ning rohkem aktiivsed – nii füüsiliselt kui vaimset - ja sotsiaalsed. Samuti paranevad nende enesega toime tulemise oskused. - Rikastatud keskkond tähendab näiteks ühisalade olemasolu (kohvik, puhkenurk vmt), võimalusi tegutseda, näiteks liigutada, midagi mängida, lugeda jne. - Igal juhul ei ole rikastatud keskkond oluline ainult taastusravis, vaid ka igal pool mujal, kus eelnimetatud sihtgruppi kuuluvad inimesed on või käivad – tervisekeskused, eakate kodud, lasteaiad, lastekodud, haiglate õendus-hooldusosakonnad jne. Kas tahaksid rohkem teada? Sooviksid, et ka Sinu keskkond oleks Sinu patsientide või klientide jaoks toetav ja rikastatud? Võta meiega ühendust – anname nõu, koostame tegevuskava ning soovitame lahendusi. Teeme personaalse pakkumise, mis võtab arvesse küsija soove ja vajadusi.	Tagasiside HNRK rikastatud keskkonna kasutajalt: „Oleme raviperioodiga väga rahul, sest tore oli ravidest vabal ajal avastada terves majas olevat siseterviseraja mägude maailma, kus tegevusi leidub nii lapsele kui lapsevanemale.“ Anonüümne tagasiside. “Just praegusel talvisel ja pimedal ajal, kui õhtul nii palju välja ei saa, siis ongi väga hea ja vahva siin tegevust leida neile ka väljaspool treeningaegasid,” lapsevanem Soile Moorats ERR-ile.
TULE KATSETA OMA TEENUST VÕI TOODET VÕI IDEED ÜHEST VÕI TEISEST!	HNRK-s tegutseb elulabor, mille peamine eesmärk on on pakkuda avatud päriselu elementidega innovatsiooni keskkonda toote, teenuse või meetodika arenduses ja uuenduste katsetustes. Meie juures on võimalus testida tooteid, protsesse, teenuseid ja meetodikaid professionaalses, kliendikeskses ja toetavas haigla keskkonnas. Kaasame vastavalt testimise iseloomule nii kompetentseid spetsialiste kui ka laia varieeruvusega tsükliiselt haiglas ravil olevaid patsiente. Kui teil on hetkel: - liiga vähe sisendeid edukaks arenduseks ja kontseptsiooni kinnituseks; - mittepiisavalt testitud tooted, toodetega seotud protsessid ja teenused või meetodikad päriselu keskkonnas laia varieeruvusega lõppkasutajate baasil, enne nende kasutusele võttu ja turule saatmist; - vähene ja juhuslikku laadi teave toote spetsiifiliste kasutusvõimaluste ja kasutuse edukuse kohta tulenevalt eesmärgist; - teadmisi või infot lõppkasutajate ning spetsialistide vajaduste ja ootuste kohta toodete, teenuste ja meetodikate kasutusmugavuse edasiseks parendamiseks; - aeg, mil testide läbiviimine usaldusväärses ja professionaalses keskkonnas on vajalik edukaks arendustegevuseks. Võta meiega ühendust – arutame võimalusi. Teeme personaalse pakkumise, mis võtab arvesse küsija soove ja vajadusi.	Tagasiside elulabori teenuse kasutajalt: „Me testisime esimest korda kliinilises keskkonnas. Saime palju kasulikku tagasisidet, saime aru, et tegu on professionaalidega. Nad teadsid täpselt, mida nad teevad. Kõik toimis väga sujuvalt.“ Marianne Dannbom, Sanoste OY
KÜSI TAASTUSRAVI VÕI REHABILITATSIOONI-TEEMALIST KOOLITUST!	Pakume koolitusi neurorehabilitatsiooni valdkonnas, s.h. kõrgtehnoloogiliste vahendite kasutamise teemadel. HNRK korraldab täienduskoolitusi enda poolt väljapakutud koolitustena või vastavalt tellimustele. Väljapakutud koolitused, mis hetkel on huviliste ootel on - Ergonoomilised töövõtted ja hooldusvahendid erivajadusega inimese abistamisel. - Neurorehabilitatsiooni põhiprintsiibid ja taastumise toetamise võimalused õendus-hooldustegevuses. - Funktsionaalse Sõltumatus Skaala (FIM-instrument) kasutuskogemusest funktsionaalse toimetuleku hindamisel. - Inimesekeskne eesmärkide püstitamine rehabilitatsioonis. Väljapakutud koolituste täpsem sisu ja maht on näha HNRK kodulehel www.hnrk.ee/koolitused. Tellitud koolitused kujunevad koostöös tellijaga. Täiendkoolituste väljatöötamisel arvestatakse koolituse sihtgrupi vajadusi, teadaolevaid tõendusmateriale printsiipe koolituse sisu valdkonnas, seadusandlust ja teisi olulisi nõudeid. Võta meiega ühendust – arutame teie vajadusi ja meie võimalusi. Teeme personaalse pakkumise, mis võtab arvesse küsija soove ja vajadusi.	Tagasiside koolituse tellijalt: „Sain palju praktilisi nippe ja põetuvõtteid, teadmisi juurde. Meeldis koolitajate kompetentsus. Koolitajad oskasid kaasa haarata oma arutlustesse kogu auditoriumi. Meeldis lisaks õppematerjalile veel ka videomaterjal ning koolitajate kogemuste pagas, mida oma töös kasutada. Õppematerjal lihtne ja selge. Huvitav ja asjalik. Tublid koolitajad, edu Teile!“ osaleja Tartu Ülikooli Kliinikumist

Kui Sul tekkis ühe või teise võimaluse vastu huvi, palun, võta meiega ühendust: info@hnrk.ee, +372 472 5400.



Siseterviseraja 28. punkt



Lõuna-Eesti haiglate hooldajatele koolitus „Insuldihaige patsiendi aktiveerimine ravide vahelisel ajal“

PATSIENDIOHUTUSKULTUUR

HNRK osaleb koos Viljandi ja Narva haiglaga Tartu Ülikooli juhitud rahvusvahelises koostööprojekti „Patsiendiohutuse uurimiskeskuse arendamine Tartu Ülikoolis (PATSAFE: Developing the University of Tartu to a well-networked PATient SAFETY research center in Estonia), mida rahastatakse Euroopa Komisjoni Horisont 2020 programmist. Uurimistöö on kooskõlastanud Tartu Ülikooli inimuuringu eetika komitee (loa nr. 347/T-3, 16.08.2021).

Patsiendiohutuskultuur on organisatsiooni väärtuste, hoiakute, uskumuste ja käitumise kogum, mis mõjutab tervishoiutöötajate käitumist nii, et patsientide ohutus muutuks nende üheks prioriteediks. Patsiendiohutuskultuur hõlmab mitmeid elemente: juhtumitest õppimine, meeskonnatöö, avatud suhtlus, tagasiside andmine ja mitesüüdistav suhtumine.

Positiivne ohutuskultuur julgustab tervishoiutöötajaid patsiendiohutuse juhtumitest teatama ja neid analüüsima. Selle saavutamiseks on väga oluline juhtide eeskujul mitesüüdistava keskkonna loomisel ning see peab väljenduma nii sõnades kui käitumises.

Ohutuskultuuri ja organisatsiooni sisekliima hindamiseks on maailmas kasutusel mitmeid erinevaid mõõdikuid.

Käesoleva projekti tulemuseks saab olema kolm eesti keelde tõlgitud, meie konteksti adapteeritud ja valideeritud ohutuskultuuri mõõdikut, mis võimaldavad edaspidi hinnata ohutuskultuuri kõigis Eesti haiglates ning võrrelda saadud tulemusi nii omavahel kui ka teiste riikide tulemustega. Nendeks mõõdikuteks on:

- 1) maailmas enim kasutatud ja testitud, tervishoiutöötajatele suunatud haigla patsiendiohutuse kultuuri küsimustik (Patient Safety Culture Instrument - HSOPSC)
- 2) ohutusega seotud hoiakute küsimustik (Safety Attitudes Questionnaire - SAQ)
- 3) OECD poolt soovitatud patsientide mõeldud ohutusega seotud kogemuse hindamise mõõdik (Patient-Reported Incident Measures - PRIM).

Ohutuskultuuri hindamine võimaldab välja selgitada organisatsioonis esinevad kitsaskohad ning vajadusel ette võtta

tegevusi positiivse ohutuskultuuri kujundamiseks. Patsientide kogemust hindava valideeritud küsimustiku kasutamine loob edaspidi võimaluse patsientidel senisest rohkem kaasa rääkida ohutuse valdkonnas ning annab personalile teavet patsientide kogemustest ja ootustest. Seega kõigi kolme mõõdiku kasutusele võtmine aitab parandada patsiendi ohutust Eesti haiglates.

HNRK spetsialistid on osalenud küsimustike tõlgete ülevaatamises, andes omapoolsed kommentaarid ja ettepanekud. Samuti on mitmed töötajad ja patsiendid ekspertrühmana andnud tagasisidet küsimustike arusaadavuse ja sõnalise selguse kohta.

Järgmises etapis hakkame küsimustike lõplikuks valideerimiseks koguma tagasisidet juba suurelt hulgalt patsientidelt, kolme osaleva haigla peale on vaja koguda 400 venekeelset ning 600 eestikeelset ankeeti.

Aitäh kõigile, kes siiani on oma panuse andnud ning julgustanud küsimustikele vastama võimalikult ausalt, sest ainult sel viisil teenivad need oma eesmärgi!

Mari-Liis Ööpik-Loks
teenuste juht, FT

KUIDAS ON VAHEPEAL LÄINUD PATSIENTIDE AKTIIVSUSANALÜÜSI PROJEKTI TEGEVUSTE JA LOODAVA SÜSTEEMI ARENDUSEGA?

Kui eelmise aasta viimases „Keskustelu“ numbris tutvustasime põnevat uut koostööprojekti Elikoga, millega oleme loomas unikaalset patsientide liikumise ja aktiivsuse analüüsimise tehnoloogiat nii HNRK haiglasiseseks kasutamiseks kui ka haigla kõrval asuvas tegevus- ja mängupargis rakendamiseks, siis nüüdseks on arengus toimunud nii mõnedki edasised sammud ja jälle kord on põhjust projektist kirjutada.

Neile, kes 2020.a detsembrikuise „Keskustelu“ ja projekti tegemistega tuttavad ei ole, teen esmalt väikse kokkuvõtte, miks me seda arendust teeme ja milles täpsemalt aktiivsuse andmete kogumise ja analüüsimise süsteem seisneb.

Loodav süsteem võimaldab patsiendi aktiivsuse hindamist mitmel viisil: lisaks senisele meie haiglatöös kasutatud juhtimisanalüüsi tarkvarale, mis võimaldab arvestust pidada patsiendi aktiivsuse üle teraapiate kontekstis (mitmest ning mis tüüpi teraapiatest patsient päevas osa võtab), loob uus, kasutusele võetav tehnoloogia võimaluse hinnata patsiendi aktiivsuse näitajaid ja aktiivsust mitmekesisemalt ning seda ka teraapiavälisel ajal. Viimane omakorda võimaldab analüüsida patsiendi ravivälise aktiivsuse muutust raviperioodi jooksul. Ka on HNRK-poolne huvi analüüsida patsiendi üldise aktiivsuse suurenemist haigla korrusel asuvates siseterviseraja tegevuspunktidest ja teistes vabaaja veetmist võimaldavates asukohtades, samuti ka haigla juures asuval välialal pakutavate arendavate tegevuste ja nende kasutusvõimaluse kontekstis. Eliko poolt loodud liikumisaktiivsuse mõõtmise ja aktiivsuse andmete kogumise süsteem koosneb nutikellast ja unikaalsest siseruumi GPS lahendusest, mille tarbeks on

HNRK ruumidesse ja üldkasutatavatele aladele seadistatud patsientide liikumise ulatust tuvastavad ankrud ning komplektis ankruga patsiendi või tema abivahendi külge paigaldatud väikesemõõdulised, ankruga suhtlevad mobiilsed seadeldised. Seadeldisi on võimalik patsiendile kinnitada mitmel erineval lihtsal ja mugaval viisil, kasutades riide külge kinnituvaid „klõpatseid“, vöökotte või spetsiaalseid kinnitusi patsiendi abivahendi külge, vastavalt konkreetse patsiendi soovile ja eeldatavale kasutusmugavusele. Patsiendi randmele kinnitatava veekindla pulsikellaga on võimalik koguda erinevaid üldisemaid tervisega seotud andmeid, nagu päeva jooksul tehtud sammud, unetundide arv ning südame löögisagedus – seda nii erinevate teraapiate, treening- kui vabaaja tegevuste käigus. Koondatud info südame löögisageduse ja liikumise ulatuse kohta võimaldab omakorda hinnata aktiivsuse intensiivsust teraapiates ja teraapiavälisel ajal.

Käesoleva aasta jooksul on projekti tegevuste tulemusena töötatud välja spetsiaalne tarkvara liikumise tuvastamiseks võimaldavate seadeldiste ja aktiivsuskellade personaliseerimiseks ning nende seadeldiste igapäevaseks haldamiseks, loodud on tehniline võimekus andmete kogumiseks ning piloteeritud tänaseks arendatud lahendust tervikuna pea 30 patsiendiga kõikides osakondades. Samuti on analüüsitud ja täiendatud piloodi käigus kogutud andmeid ning nende täpsust. Treeningute motiveerimiseks HNRK tegevuspargi 150-meetrisel harjutustaskutega ratastoolirajal, on loodud aja mõõtmist võimaldav funktsionaalsus, mille abil saavad edaspidi nii patsient kui terapeut jälgida raja või selle lühemate lõikude läbimise edukust, samuti võrrelda

konkreetsed tulemused patsiendi erinevate varasemate või hilisemate sooritustega. Välja on töötatud ka esmased analüütika kavandid kogutavate andmete visualiseerimiseks analüüsi eesmärgil.

Kahjuks peame tõdema, et süsteemi arendus on võtnud esialgselt plaanitud rohkem aega ja seetõttu jagub tegemist veel ka järgmiste aastasse ning süsteemi igapäevatoos kasutamise ja analüüsi tulemuste kogumise ootuses peame veel aga mõnda aega kannatlikud olema. Järgmistes arenduse etappides oleme koostöös arendajaga planeerinud eelkõige taastusravi meetoodika välja töötamise, mis baseerub patsientide kehalise aktiivsuse andmete mitmekülgsele ja süsteemsele kogumisele, andmete töötlemisele ja vajadusel algandmete täpsuse parendamisele, lisaks veel andmete graafilist kuvamist ja analüüsi võimaldavate tarkvaralise lahenduse loomisele ja laialdasemal kasutusele võtmisele.

Suur tänu kõikidele oktoobris- novembris toimunud pilootprojekti ning teistes eelnevates testimistes osalenud patsientidele. Samuti aitäh kõikidele HNRK töötajatele, kes süsteemi loomisele ja katsetustele on mitmekülgset panustanud! Tegutseme lootusrikkalt edasi selle nimel, et saame patsiendi aktiivsuse ja taastusravi tulemuslikkuse suurendamise eesmärgil loodud lahenduse lõpuni arendada ja kasutusele võtta järgmise aasta jooksul.

Maire Nigul
kvaliteedispetsialist

VÄLISRIIKIDE SUURSAADIKUD HNRKS

Septembri viimasel päeval külastas HNRK-d Eesti Vabariigi välisministeeriumi delegatsioon koos 19 riigi suursaadikutega.

HNRK visiit oli üks osa paaripäevasest Läänemaa ja Muhu saare ringreisist. Külalised veetsid HNRK-s tunni, mille jooksul HNRK juhatuses Toomas Danneberg, teenuste juht Mari-Liis Ööpik-Loks ja neurorehabilitatsiooni osakonna teraapiate juht Ines Margato tutvustasid HNRK-d nii sõnas kui ka majaekskursioonil ringi vaadates. Välisministeeriumi huvi näidata suursaadikutele HNRK-d oli eelkõige ajendatud meie pikaajalisest tegutsemisest neurorehabilitatsiooni valdkonnas, kõrgtehnoloogilistest lahendustest ja meie lähenemisest taastusravis. Külalised olid positiivselt üllatunud kuuldes kui paljude välisriikide töötajaid meil on ning nähes kui professionaalselt ja pühendunult me siin tegutseme. Kuna visiit toimus pärast tavapärase tööaja lõppu, oli tööruumides vaid üksikuid töötajaid, aga näiteks Hollandi esindajal õnnestus siiski meie ortoosimeister Martiniga emakeeles tervitusi vahetada ja kätt suruda.

Suursaadikute maakondlikud visiidid on välisministeeriumi traditsioon, mille käigus tutvustatakse organisatsiooni ja ettevõtteid, mis mängivad olulist rolli piirkonna arengus ning tuntuses Eestis ja laiemalt maailmas. Lisaks on visiidid võimalus uuteks kontaktideks ja koostööks. Meil oli heameel kuulda, kuidas visiidi järgsel õhtusöögil Haapsalu Kuursaalis mitmed suursaadikud näitasid üles huvi aitamaks luua kontakte koostööks partnerorganisatsioonidega ja tippspetsialistide leidmisel.

Külastusele järgnes meeleolukas vastuvõtt Haapsalu Kuursaalis, kuhu olid palutud ka teiste Läänemaal külastatud ettevõtete ja asutuste esindajad. Vestlustest ja kuulnud muljetest lähtudes oli HNRK-s käik külaliste jaoks väga huvitav ning mõtteainet pakkuv. HNRK jaoks on oluline end võimalikult laialt tutvustada, kuid mitte vähemtähtis ei ole aidata kaasa Eesti riigi kui innovatiivse ja kõrgelt arenenud partneri kuvandi hoidmisele.

Mari-Liis Ööpik-Loks
teenuste juht, FT

Toomas Danneberg
juhatuse esimees



Suursaadikud HNRK teraapiavõimalustega tutvumas. Foto Välisministeerium



Suursaadikute visiit Läänemaale. Foto Välisministeerium

VÄLJAKUTSED ON SELLEKS, ET NEID ÜLETADA – HNRK ARENGUKAVA 2022-2024

Järjepidevus ja fookus on lahutamatud osad ühe organisatsiooni tegevuse ning arengu kavandamisest. Täna Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse tulemused näitavad, et eelnevatel aastatel on tehtud õigeid otsuseid, on hoitud fookust sellel, milles oleme kõige paremad. On loodud püsiv aluspinnas tulevikuks seatud visiooni ja eesmärkide saavutamiseks ning HNRK potentsiaali realiseerimiseks. Seda kõike vaatamata väljakutsetele, mis meie teel on olnud ja mis meid ees ootavad. Arengukava on kollektiivne ambitsioon, mis meid kõnetab ja paneb uhkust tundma selle üle, millist väärtust me loome ühiskonnas ja millise pühendumusega HNRK inimesed seda teevad.

Unistama peab suurelt ja samas jääma realistiks, et tajuda, kas neid unistusi on võimalik ellu viia. **Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse visiooniks on jätkuvalt pürgida selles suunas, et olla Põhjamaade ja Baltikumi kaasaegsaim neurorehabilitatsioonikeskus, mis pakub terviklikku ja inimkesket teenust akuutset varajast taastusravist rehabilitatsiooni teenusteni ning olla maailmas tunnustatud valdkondlik teadus- ja pädevuskeskus.**

Arengukava aastateks 2022-2024 ei muuda visiooni poole liikumiseks valitud teed. Arvestades, et eelmist kolme arengukava aastat mõjutas oluliselt koroonaviiruse pandeemia, ei tutvusta uus arengukava sisuliselt uusi eesmärke, vaid täpsustab ja kaasajastab võetud sihte.

Järgev kokkuvõtlik ülevaade arengukavast annab teadmise eesmärkidest, tegevustest ja väljakutsetest ravitöö, personali ning organisatsiooni valdkonnas järgmise kolme aasta jooksul.

Ravitöö

Järgmisel kolmel aastal on HNRK põhitegevuses kesksed märksõnad terviklikkus, patsiendi igapäevaelu toetamine ja tõendus põhised. Terviklikkusele mõtleme kahest olulisest aspektist: teenuste korraldus ja patsiendi lähikonna kaasamine.

Teenuste korralduses on eesmärgiks leida viise patsientide toetamiseks statsionaarsete raviperioodide vahepealsel ajal ning järeltoet (ing k follow-up) korraldamiseks. Samuti planeerime laiendada kodukohapõhiste teenuste pakkumist. Arendamist vajab päevaravi ja kaugteenuse vormis teenuste süsteemsem integreerimine HNRK teenuste mudelisse. Järgmisel kolmel aastal suuname tähelepanu ka sellele, kuidas planeerida, ellu viia ja jälgida patsientide lähikonna suuremat kaasamist teenuste osutamisse. Patsiendi igapäevaelu toetamisel rakendame aina rohkem enesega hakkama saamise toetamise – self-management – lähenemist, mis julgustab taastusravispetsialiste käituma viisil, mis soodustab inimeste enesekindlust, autonoomsust ja kaasatust, et liikuda nende jaoks võimalikult heade lahendusteni. Self-management lähenemise seitse kesket märksõna on enese avastamine, teadmised, tugisüsteemid, probleemide lahendamine, eesmärkide püstitamine, tegutsemine, refleksioon. Otsimise viise, kuidas õppida patsienti ja tema olukorda paremini tundma ning kuidas kogutava infoga mõistlikult ja hoolega ümber käia. Samuti, kuidas „ulatuda“ teenustega patsiendi kodukohta ja „tuua“ kodukeskkond rehabilitatsioonikeskusesse. Tõendus põhise märksõna tähistab võimalusi kirjeldada läbi viidavaid tegevusi käsitlusjuhenditena, et selgitada senisest ilmekamalt, kellele ja miks me üht või teist lähenemist kasutame.

Ravitöö suurim väljakutse on leida kirjeldatud paindlikkusele rahaline kate, sest tänased teenuste rahastamise mudelid ei soosi kujuteldavat terviklikku inimesekeskset ja tõendus põhist lähenemist. Lisaks on HNRK-le eriomane laiahaardelisus nii tugevus kui ka väljakutse: teenust osutatakse inimestele üle kogu Eesti.

Personal

Haritud ja motiveeritud personali jätkusuutlikkuse tagamine on HNRK suurim väljakutse. Konkurentsivõimelise töötasu pakkumine

ning personali värbamine olukorras, kus suurem enamus HNRK personalist ei ole tervishoiutöötajad (terapeudid, logopeedid, administratiivtöötajad ja tugiteenuste spetsialistid), muutub aasta-aastalt keerukamaks. Tervishoiutöötajate kollektiivlepingu alusel loetakse tervishoiutöötajateks arsti, õde, hooldajat ning kliinilist psühholoogi.

Järgmistel aastatel kujundatakse ja juurutatakse strateegiad arstide ja tippspetsialistide, eriti psühhosotsiaalsete erialade tippspetsialistide leidmiseks. Personalistrateegia oluliseks osaks on noorte arstide ja teiste valdkonna tippspetsialistide värbamise ning arengu ja järelkasvu mudeli ajakohastamine ja arendamine. Personalitöö osas on tähtis osalemise võimaldamine kvaliteetkoolitustel, valdkonnas oluliste teaduskonverentsidel, pädevuskeskuste ja taastusraviasutuste külastamine. Lisateenuste ellu kutsumiseks on tarvilik koostöö teiste tervishoiu- ja sotsiaalasutustega. Planeerime jätkata vabatahtlike kaasamist ning noortele/alustavatele spetsialistidele paindlike töö- ja õppimisvõimaluste pakkumist. Kuidas tagada konkurentsivõimeline palk, paindlik ja mõistliku koormusega töökorraldus, töötajate hea tervis ning rahulolu töö ja töökohaga, töötajate kaasatus (p)arendustesse on küsimused, millele otsitakse lahendusi.

Organisatsioon

Organisatsioonina on HNRK lähiaastad pühendatud jätkusuutlikkuse tagamisele, mille peamiseks väljundiks on leida alternatiivne ärimudel, et võimalikuks saaks HNRK juurdeehituse realiseerimine (vt pilt) koos toimiva ja tõhusa töökorraldusega, kõrvuti uute võimalike teenuse osutamise asukohtade loomisega. Läbi töötada alternatiivseid ja ajakohaseid rahastuse mudeleid, mis toetavad riigipoolset taastusravi ja rehabilitatsiooniteenuste rahastust ning koostöö arendamine nn. kolmandate rahastajatega (isemaksjad, kindlustused, jt), sõlmides vastavaid erikokkuleppeid. Teiseks arendustegevuseks on ravitööga seotud andmete sisukam struktureeritud kogumine ning käepärasem ja ilmekam esitus nii HNRK-siseselt kui välistele koostööpartneritele. Mõlemad nimetatud tegevused nõuavad tavapärasest IT-tegevusest suuremaid investeeringuid. Kolmas keskne ülesanne on järgmiste aastatega käivitada 2018. aasta kevadel loodud HNRK Toetusfondi tegevus nõnda, et heategevusprojektid toetaksid HNRK põhitegevuse alusprintsipi – innovaatsilisust ja tõendus põhisust. Samuti korraldada senisest süstemaatilisemalt kliinilist teadustegevust ning taastusravi- ja rehabilitatsioonialast täiendkoolitust, sh. koostöös väliste partnerite ja koostöövõrgustikega. Lisaks nimetatud arendustegevustele on plaanis panustada efektiivsemasse ja läbipaistvasse juhtimisse iseäranis kvaliteedi tagamise valdkonnas. HNRK jaoks on jätkuvalt oluline panustada Eesti taastusravi- ja rehabilitatsioonivaldkonna arengusse, toetades liikumist terviklikumate inimesekesksete teenuse osutamise mudelite poole, eesmärgiga pakkuda parimat patsiendi/kliendikogemust taastusravi- ja rehabilitatsioonivaldkonnas.

Meie töötajate, patsientide ja partnerite usk sellesse, kuidas areng toetab erinevaid sidusrühmasid ja tervikuna Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse arengut, sõltub paljuski sellest, kas me oleme kaasatud, kas me tahame olla kaasatud ja kas me oleme valmis seda väärtust ka kollektiivse jõuna ellu rakendama. HNRK 2022-2024 arengukava on ühise koosloome tulemus, millesse oleme kaasanud meie töötajad, partnerid ja patsiendid.

Väljakutsed on selleks, et neid ületada ning ületada saame neid läbi ühise kollektiivse ambitsiooni ja pühendumuse.

Toomas Danneberg
HNRK juhatuse esimees

Kadri Englas
HNRK juhatuse liige

Ravitöö 2024

Eesmärk

HNRK osutab tõendus põhist taastusravi- ja rehabilitatsiooniteenust, mida iseloomustavad terviklikud inimkesksed lahendused patsiendi/kliendi täisväärtuslikuks elus osalemise toetamiseks ja enesega toime tulemiseks.

Arendustegevused:

- Teenuste terviklikkus ja patsiendikeskus
 - Patsientide toetamine raviperioodide vahel ja järel
 - Patsientide igapäevaelu toetamine self-management lähenemise kaudu
 - Patsiendi lähikonna kaasamine
- Taastusravi teenuste kättesaadavus
 - Päevaravi ja kaugteenuste vormis teenuste süsteemse integreerimine HNRK mudelisse
 - Kodukohapõhised teenused
 - Tasuliste teenuste kasv
- Koostöö suurhaiglatega
 - Patsientide suunamise jätkusuutlik mudel
 - Eriarsti konsultatsioon

Väljakutsed:

- Terviklik raviteenuse pakkumine
 - Tippspetsialistide värbamine ja järelkasv
- Teenuste kättesaadavus ja kasv
 - Taristu arendused
- Koostöölepped haiglatega
- Finantseerimine
 - Täna teenuste rahastamise mudel ei soosi terviklikku patsiendikesket lähenemist ja kaavat vajadust teenuse kättesaadavusele

Personalitöö 2024

Eesmärk

HNRK-s töötavad motiveeritud ja kaasaegselt haritud professionaalid, kes väärtustavad kõrgelt HNRK töökeskkonda ja töötajakesket organisatsioonikultuuri, mis soosib töötajate arengut ja järelkasvu.

Arendustegevused:

- Personalistrateegia
 - Tippspetsialistide, eelkõige psühhosotsiaalsete tippspetsialistide värbamine
 - Tippspetsialistide arengu ja järelkasvu mudel
- Arstide järelkasv
 - Koostöö mudel residentide aastaringseks kaasamiseks
 - Residentide arvu kasv ja HNRKs töötamise pikem periood
- Personali Learning & Development strateegia
 - Täiendõpe ja oskuste arendamine
 - Teadus- ja arendustegevus

Väljakutsed:

- Haritud ja motiveeritud personali jätkusuutlikkuse tagamine
 - Piiratud tööjõuressurs ja järelkasv
 - Paindlik tööaeg ja kompensatsioon
- Arstide järelkasv
 - Taastusravi ja teiste HNRK-le oluliste eriarstide residentuur suurhaiglate keskne
- Tippspetsialistidel ja arstidel piiratud ajaressurs
 - Enesetäienduseks
 - Teadus- ja arendustegevuseks
- Ideaalne asukoht piiratud tingimustes
 - Transport ja elamispiinad

Organisatsioon 2024

Eesmärk

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

Arendustegevused:

- Alternatiivse ärimudeli väljatöötamine
 - Juurdeehitus ja taristu kaasajastamine
 - Teenuste kättesaadavuse kasvatamine
- Pädevuskeskuse kujundamine
 - Süstemaatiline kliiniline T&A tegevus
 - Taastusravi- ja rehabilitatsiooni täiendkoolitused
 - Koostööprojektid
- Juhtimiskvaliteet ja protsessid
 - Kootsimise rakendamine juhtimises
 - Andmepõhisus, Lean-tööriistad
- Teotusfondi püsiannetusprogramm ja -projektid

Väljakutsed:

- Finantseerimine
 - Alternatiivid teenusepõhisele rahastusmudelile
 - Lisafinantseeringu kaasamine juurdeehituseks- ja kaasajastamiseks
- T&A tegevus
 - Põhitöö ning teadus- ja arendustegevuse lõimimine ja sobiva tasakaalu leidmine
- Eesti taastusravi- ja rehabilitatsioonivaldkonna jätkusuutliku arengu toetamine
 - Valdkonna arengukava, osapoolte rollid ja ülesanded, koostöö



Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse kavandatava juurdeehituse eskiisprojekt.