



Viisteist aastat tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustikku Eestis



Tervise Arengu Instituut

**Viisteist aastat
tervist edendavate haiglate ja
terviseteenuste võrgustikku Eestis**

Tallinn 2014

Käesolev trükis on valminud Tervise Arengu Instituudi tellimisel aastal 2014.

Materjali reprodutseerimine ja levitamine ei ole lubatud ilma Tervise Arengu Instituudi nõusolekuta.

Koostaja: Tiiu Härm, MD

Toimetajad: Tiiu Härm, Lagle Suurorg ja Tiina Freimann

Koostaja tänab kõiki häid abilisid, kes aitasid kaasa materjali valmimisele:

Prof Hanne Tonnesen (The International HPH Secretariat, WHO-CC for Evidence-Based Health Promotion in Hospitals & Health Services, Copenhagen, Denmark); Prof Jürgen M. Pelikan (Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research, WHO-CC Health Promotion in Hospitals and Health Care, Vienna, Austria); Tiina Freimann (Tartu Ülikooli Kliinikum SA); Aleksei Gaidajenko (Põhja-Eesti Regionaalhaigla SA); Lagle Suurorg (Tallinna Lastehaigla SA); Ülle Rohi (Ida-Tallinna Keskhaigla AS); Aivi Kabur (Lääne-Tallinna Keskhaigla AS); Alevtina Uustalu (Ida-Viru Keskhaigla SA); Ilmi Leesmann (Pärnu Haigla SA); Kersti Lea (Kaitseministeerium); Anastassia Org (Valga Haigla AS); Jana Trolla (Lõuna-Eesti Haigla AS); Aili Tilgre ja Margit Rikka (Põlva Haigla AS); Marika Meos (Jõgeva Haigla SA); Triinu Rõigas (Viljandi Haigla SA); Mari Põld (Rapla Maakonnahaigla SA); Sirje Kiisküla (Rakvere Haigla AS); Jelena Zelenjuk (Narva Haigla SA); Kai Tennisberg (Läänemaa Haigla SA); Riina Tamm (Hiiumaa Haigla SA); Helgi Tammur (Kuressaare Haigla SA); Mare Allak (Fertilitas AS); Miia-Kersti Sultsmann (Räpina Haigla AS); Katrin Rebane (Elva Haigla TM SA); Asta Paju ja Viktoria Morozova (Mustvee Tervisekeskus SA); Madis Veskimägi (Tõstamaa Tervisekeskus OÜ).

Samuti avaldab koostaja erilist tänu hea praktika näiteid esitanud koostööpartneritele ning spetsialistidele, kes nõustusid jagama häid kogemusi tervise edendamise alal haiglates ja terviseteenuste osutamisel.

Kaanepilt: Eesti tervist edendavate haiglate delegatsioon rahvusvahelisel TEH konverentsil Palangas Leedus 2006. aastal. Keskel, valges kitlis, tollane Palanga Rehabilitatsioonihaiгла ravijuht Romualdas Mikelskas

ISBN

978-9949-461-44-8 (trükis)

978-9949-461-45-5 (pdf)

Kujundanud: Atlex AS

Trükkinud: Atlex AS

Tasuta jagamiseks

Sisukord

- 5** Congratulations to Estonia with 15 successful years of HPH
- 6** Õnnitlused Eestile eduka tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustiku 15. aastapäeva puhul!

- 8** The Evolving Concept of Health Literate Health Care and Health Literate Hospitals
- 11** Terviseharituse arenev mõiste tervishoius ja haiglates

- 14** Tervise Arengu Instituut

- 18** Pildigalerii

- 25** 15 aastat Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustikku

Tervist edendavad haiglad Eestis:

- 32** SA Tartu Ülikooli Kliinikum
- 39** SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla
- 42** SA Tallinna Lastehaigla
- 51** AS Ida-Tallinna Keskhaigla
- 58** AS Lääne-Tallinna Keskhaigla
- 62** SA Ida-Viru Keskhaigla
- 66** SA Pärnu Haigla
- 70** Eesti Kaitseväge meditsiiniteenistus
- 74** AS Valga Haigla
- 77** AS Lõuna-Eesti Haigla
- 80** AS Põlva Haigla
- 84** SA Jõgeva Haigla
- 86** SA Viljandi Haigla
- 89** SA Rapla Maakonna haigla
- 91** AS Rakvere Haigla
- 95** SA Narva Haigla
- 98** SA Läänemaa Haigla
- 102** SA Hiiumaa Haigla

- 105** SA Kuressaare Haigla
- 107** AS Fertilitas
- 110** AS Röpina Haigla
- 113** SA Elva Haigla TM
- 116** SA Mustvee Tervis
- 118** OÜ Tõstamaa Tervisekeskus



Congratulations to Estonia with 15 successful years of HPH!

The National HPH Network of Estonia has long been a beacon of inspiration in the international HPH Network on many fronts. This in mind, it is my distinct pleasure to see the publication of this book on 15 year's work and development in the area.

Since its very early days, the International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services (HPH) has worked to support its member organizations to integrate concepts, values, strategies, standards and indicators for health promotion into the very structure and culture of what they do – always with the overarching goal of better health gain for patients, staff and communities.

And as is a well-established fact: the need for this is more pressing than ever. Non-communicable diseases continue to be a major challenge for most countries - and so, in many cases, are the prospects associated with increasingly aging populations. To really turn around and face the challenges head on, health care organizations not only should, but also need to, scale up their health promoting work and fulfill their full potential related to not just curing diseases but also supporting people to become healthier, take charge of their health and sustain the positive improvements.

And hospitals and health services can really do so much in this regard – something which the Estonian HPH Network has also, in many ways, shown. It is clear from the evidence that health promotion added to the patient pathway will, in everything from surgery to psychiatry, improve treatment, results and prognoses. And this is of course not only beneficial on short term and inside the hospitals themselves, but also in the long run we see that what we do to help patients live healthier can contribute significantly to reduction of chronic diseases on a larger societal scale.

With this present publication on 15 years of HPH work in Estonia, we have an important and essential milestone of a truly remarkable national HPH Network – a chance and an opportunity to stop and reflect upon the successes achieved and on the meaning this work has had for actual organizations and people. The book will be tremendously inspirational for others in their work to implement clinical health promotion – of whichever kind, and wherever they may be.

As a final note, I also wish to thank especially some of the key people from HPH in Estonia. Many of the successes of the past 15 years are direct results of their hard work and dedication: Tiiu Härm, National Coordinator of the Estonian HPH Network; Lagle Suurorg, HPH Coordinator of Tallinn Children's Hospital; Margit Rikka, HPH Coordinator of Põlva Hospital; Tiina Freimann, HPH Coordinator of Tartu University Hospital; Alevtina Uustalu, HPH Coordinator of East-Viru Central Hospital; and Ülle Rohi, HPH Coordinator of East-Tallinn Central Hospital.



Prof. Hanne Tønnesen, MD, DMSc, Surgeon
CEO of the International HPH Secretariat
WHO Collaborating Centre for Evidence-Based
Health Promotion in Hospitals & Health Services
Bispebjerg and Frederiksberg Hospital, Copenhagen University Hospital

Õnnitlused Eestile eduka tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustiku 15. aastapäeva puhul!

Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustik on kaua olnud inspiratsiooniallikaks rahvusvahelises TEH-võrgustikus mitmel rindel. Sellega seoses on mul väga hea meel näha selle 15 aasta tööl ja arengul põhineva raamatu väljaandmist.

Alates algusaegadest on rahvusvaheline tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustik (TEH) teinud tööd, toetades oma liikmesorganisatsioone nende ideede, väärtuste, strateegiate, standardite ja tervisedenduse näitajate lõimimisel struktuuri ja kultuuriga – seda alati suurema eesmärgiga parandada patsientide, töötajate ja paikkonna tervist.

Samuti on teada-tuntud fakt, et vajadus selle järele on suurem kui kunagi varem. Nakkushaigused on enamikule riikidele endiselt suureks väljakutseks, nagu ka kasvavalt vananeva rahvastikuga seotud väljavaated. Tervishoiuorganisatsioonidel tuleks väljakutsetega tegelemiseks tõhustada oma tööd tervise edendamisel ning täita oma täielikku potentsiaali, mis ei ole seotud vaid haiguste ravimisega, vaid ka inimeste toetamisega tervise parandamisel, oma tervise eest vastutamisel ning positiivsete tulemuste säilitamisel.

Haiglad ning terviseteenused saavad sellesse väga palju panustada – seda on Eesti TEH-võrgustik ka mitmel moel näidanud. Tulemused selgitavad, et patsiendi teekonda põimitud tervisedendus parandab ravi, tulemusi ning prognoose kõikides

valdkondades, kirurgiast psühhiaatriani. See ei ole tulus mitte üksnes lühikeses perspektiivis ning haiglates endis, vaid ka pikemas perspektiivis. Me näeme, et aidates patsientidel elada tervislikumalt, anname olulise panuse ka krooniliste haiguste vähendamiseks suuremal ühiskondlikul tasandil.

Käesolev publikatsioon TEH-töö kohta Eestis viimase 15 aasta jooksul on tõeliselt märkimisväärse TEH-võrgustiku oluline ja vajalik teetähis – see on võimalus hetkeks peatuda ja tagasi vaadata saavutatule ning mõelda, kuidas see töö on mõjutanud organisatsioone ja inimesi. Käesolev raamat on suureks inspiratsiooniks ka teistele, et oma töös tervisedendust rakendada, olenemata selle vormist ja kohast.

Viimaks tahaksin tänada Eesti TEH-võrgustiku võtmefiguure nende raske töö ja pühendumuse eest. Paljud viimase 15 aasta kordaminekud on just nende inimeste suurepärase töö ja pühendumuse otsene tulemus: Tiiu Härm, Eesti TEH-võrgustiku rahvuslik koordinaator; Lagle Suurorg, Tallinna Lastehaigla TEH-võrgustiku koordinaator; Margit Rikka, Põlva Haigla TEH-võrgustiku koordinaator; Tiina Freimann, Tartu Ülikooli Kliinikumi TEH-võrgustiku-koordinaator; Alevtina Uustalu, Ida-Viru Keskhaigla TEH-võrgustiku koordinaator ja Ülle Rohi, Ida-Tallinna Keskhaigla TEH-võrgustiku koordinaator.



Prof Hanne Tønnesen, MD, DMSc, Kirurg
Rahvusvahelise TEH-sekretariaadi tegevjuht
Maailma Terviseorganisatsiooni koostöökeskus tõenduspõhiseks
tervise edendamiseks haiglates ja terviseteenustes
Bispebjergi ja Frederiksbergi haiglad, Kopenhaageni ülikooli haigla

The Evolving Concept of Health Literate Health Care and Health Literate Hospitals



Jürgen M. Pelikan (Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research, WHO-CC-Health Promotion in Hospitals and Health Care, Vienna, Austria)

Health literacy (HL), a term coined in 1974 (Simonds, 1974), has been an implicit concept of health promotion (HP) since the launch of WHO's Ottawa Charter in 1986. HL relates to the notion of improving control over one's health which is part of the charter's definition of HP. Specifically, it supports the charter's principles of enabling and advocating and the development of personal skills, one of the explicit action areas of the charter (WHO, 1986). WHO's HP glossary defined HL as „the cognitive and social skills which determine the motivation and ability of individuals to gain access to, understand and use information in ways which promote and maintain good health” (WHO, 1998). The concept was taken up in a number of global WHO conferences, and a 2013 publication by WHO-Euro is titled „Health literacy: the solid facts” (Kickbusch et al. 2013).

Health literacy has been an „evolving concept” as noted by Nutbeam (2008). Quite a number of definitions and models of HL have been published by researchers and health relevant institutions. These have been collected, analyzed and integrated into a more complex model and definition by Sörensen et al (2012): „Health literacy is linked to literacy and entails people's knowledge, motivation and competences to access, understand, appraise and apply health information in order to make judgments and take decisions in everyday life concerning health-care, disease prevention and health promotion to maintain or improve quality of life during the life course”.

Content and scope of the concept and definition of HL have been expanded at least concerning four dimensions in the last decades: (1) from focusing on HL within the patients' *role* in professional health care to other everyday roles like sick role, consumer, worker, citizen, (2) from a narrow disease oriented, clinical understanding of *health* in HL to a broader understanding of public health, including positive health; (3) from a narrow definition of *literacy* focusing on „understanding” of written texts or oral communication to a wider one (including numeracy) and „finding”, „appraisal” as well as „application” of information; and last but not least (4) a shift in emphasis from HL residing in the skills and capabilities of individuals to focusing as well on situational demands as to be measured and to be intervened barriers or facilitators for adequate HL (Parker & Hernandez 2012).

This shift to focusing on how health care situations and systems determine the HL of their users has mainly happened in the USA. For example, prompted by the 2004 report from the Institute of Medicine, a Joint Commission White Pa-

per linked HL to patient safety and urged attention to systemic characteristics of hospitals and health centers that impede patient navigation and access to information (Joint Commission, 2007). A widely disseminated introductory tool for examining the health literacy environment of hospitals and health centers was introduced as a self-measure (Rudd and Anderson, 2006) and a possible foundation for an environmental audit. This tool was piloted and implemented in the US, Europe, and Australia (for example, Groene & Rudd, 2011) and modified to fit with other settings such as clinical practices (DeWalt et al., 2011) Pharmacy (Callahan et al., 2013), and dental clinics (Horowitz et al., 2014).

Part of this development culminated in the IOM concept of the Health Literate (Health Care) Organization (HLO) (Brach et al. 2012) and the more general concept of Health Literate Settings (Kickbusch et al. 2013).

The IOM concept has been formulated as ten attributes of a HLO (see table 1), and many existing interventions to increase HL in health care organizations and hospitals have been already integrated into the concept.

Table 1: 10 attributes of health-literate healthcare organizations (Brach et al. 2012)

Attribute	A health literate healthcare organization ...
Attribute 1	Has leadership that makes HL integral to its mission, structure, and operations.
Attribute 2	Integrates HL into planning, evaluation measures, patient safety, and quality improvement.
Attribute 3	Prepares the workforce to be health literate and monitors progress.
Attribute 4	Includes populations served in the design, implementation, and evaluation of health information and services.
Attribute 5	Meets the needs of populations with a range of HL skills while avoiding stigmatization.
Attribute 6	Uses HL strategies in interpersonal communications and confirms understanding at all points of contact.
Attribute 7	Provides easy access to health information and services and navigation assistance.
Attribute 8	Designs and distributes print, audiovisual, and social media content that is easy to understand and act on.
Attribute 9	Addresses HL in high-risk situations, including care transitions and communications about medicines.
Attribute 10	Communicates clearly what health plans cover and what individuals will have to pay for services.

But the IOM concept has also a number of areas for improvements, it mainly concentrates on patients and does not include adequately staff and community population, it mainly focuses on outcomes of health care and does not explicitly pick up disease prevention and health promotion as important themes for improving the contribution of health care to public health, and

Therefore the Vienna WHO CC on Health Promotion in Hospitals and Health Services is defining an expanded Vienna concept of health literate health care organizations and hospitals which integrates HLO with the broader Strategies and Standards of Health Promoting Hospitals, more explicitly relates the concept to quality philosophy and management and offers standards and indicators for monitoring the concept.

References

1. Brach C, Keller D, Hernandez L M, Baur C, Parker R, Dreyer B, Schyve P, Lemerise A J, Schilling D (2012): Ten Attributes of Health Literate Health Care Organizations. New York: Institute of Medicine.
2. Callahan, LF, Hawk, V, Rudd, RE, et al. (2013). Adaptation of the health literacy universal precautions toolkit for rheumatology and cardiology—Applications for pharmacy professionals to improve self-management and outcomes in patients with chronic disease. *Research in Social and Administrative Pharmacy* 9.5: 597-608.
3. DeWalt DA, Callahan LF, Hawk V, Broucksou KA, Hink A, Rudd, RE, Brach C. (2011) Health Literacy Universal Precautions Toolkit. North Carolina Network Consortium and the Cecil G. Sheps Center for Health Services Research. Chapel Hill, NC: University of North Carolina at Chapel Hill.
4. Groene O, Rudd RE. (2011). Results of a feasibility study to assess the health literacy environment: Navigation, written and oral communication in ten hospitals in Catalonia, Spain. *Journal of Communication in Healthcare*, 4(4):227-237.
5. Horowitz, AM, Maybury C, Kleinman, DV, Radice, SD, Wang, MQ, Child, Q, Rudd RE (2014). Health literacy environmental scans of community-based dental clinics in Maryland. *American Journal of Public Health*. Doi: 10.2105 Published online ahead of print June 12, 2014.
6. Joint Commission (2007). What did the doctor say? Improving health literacy to protect patient safety. White Paper. Joint Commission Public Policy Initiative. Oakbush Terrace, Ill.
7. Kickbusch I, Pelikan J M, Apfel F, Tsouros A D (Eds.) (2013): Health literacy. The solid facts. Copenhagen: Copenhagen: World Health Organization – Regional Office for Europe.
8. Nutbeam D. (2008): The evolving concept of health literacy. In: *Social Science and Medicine* 67, 2072–2078.
9. Parker R, Hernandez LM (2012): What makes an organization health literate? In: *Journal of Health Communication* 17, 624-627.
10. Rudd R., Anderson JE (2006): The Health Literacy Environment of Hospitals and Health Centers. Boston: National Center for the Study of Adult Learning and Literacy and Health and Adult Literacy and Learning Initiative, Harvard School of Public Health.

11. Simonds SK (1974): Health education as social policy. In: Health Education Monograph 2, 1-25.
12. Sørensen K, Van den Broucke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z, Brand H and (HLS-EU) Consortium Health Literacy Project European (2012): Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. In: BMC Public Health 12 (80), doi:10.1186/1471-2458-12-80.

Terviseharituse arenev mõiste tervishoius ja haiglates

Jürgen M. Pelikan (Ludwig Boltzmanni Instituudi tervisedenduse teadusuuringud, Maailma Terviseorganisatsiooni koostöökeskus tervise edendamiseks haiglates ja tervise teenustes, Viin, Austria)

Terviseharitus (ingl *health literacy*) on mõiste, mis võeti kasutusele 1974. aastal (Simonds, 1974) ning on kaudselt olnud tervisedenduse (ingl *health promotion*) mõiste all kuni Maailma Terviseorganisatsiooni Ottawa harta vastuvõtmiseni 1986. aastal. Terviseharitus on seotud inimese enda tervise üle parema kontrolli saavutamise, mis on osa hartas toodud tervisedenduse definitsioonist. Eriti toetab see harta isiklike oskuste arengu julgustamist ja toetamist, mis on harta üks tegevusvaldkondadest (WHO, 1986). WHO tervisedenduse sõnaseletuste loend defineeris mõiste terviseharitus kui „kognitiivsed ja sotsiaalsed oskused, mis määravad isikute motivatsiooni ja võimekuse saada ligipääs, mõista ning kasutada teavet viisil, mis edendavad ja säilitavad head tervist” (WHO, 1998). Seda teemat puudutati mitmetel ülemaailmsel WHO konverentsidel ning 2013. aastal ka WHO-Euro välja antud publikatsioonis terviseharituse kohta, „Health literacy: the solid facts” (Kickbusch *et al.* 2013).

Nutbeam (2008) toob välja, et terviseharitus on olnud „arenev mõiste”. Terviseharitusele on üsna mitmeid definitsioone pakkunud teadusuurijad ning terviseiga seotud institutsioonid. Need definitsioonid on Sørensen *et al.* (2012) kokku kogunud, analüüsinud ning lõiminud keerukamaks mudeliks ja definitsiooniks: „Terviseharitus on seotud haritusega ning hõlmab inimeste teadmisi, motivatsiooni ja oskusi saada ligipääs tervise teabele ning seda mõistes, hinnates ja rakendades vastu võtta tervishoiuga, haiguste ennetamise ja tervisedendusega seotud otsuseid igapäevaelus eesmärgiga säilitada või parandada elukvaliteeti eluaja jooksul.”

Terviseharituse sisu ja kohaldamisala on viimastel kümnenditel laiendatud vähemalt neljas mõttes: 1) terviseharitusele keskendumisest patsiendi *rollis* professionaalse tervishoiu igapäevaste rollideni välja, nagu haige, tarbija, töötaja ja kodanik; 2) kitsamast haigusorienteeritud ning kliinilisest *tervise* mõistest terviseharituses laiema rahvatervise, sealhulgas ka positiivse tervise mõisteni; 3) kitsa-

mast *harituse* mõistest, keskendudes kirjutatud tekstidest „arusaamisele” ja suulisele väljendusoskusele, laiema mõisteni (mis hõlmab haritust), keskendudes ka teabe „leidmisele”, „hindamisele” ning „rakendamisele”; 4) rõhuasetuse muutumisest terviseharituselt kui isikute oskustelt ja võimetelt olukorrapõhiste nõudmiste hindamisele ja takistuste või toetajatega tegelemisele adekvaatse terviseharituse saavutamiseks (Parker ja Hernandez, 2012).

Rõhuasetuse muutumine ning tervishoiu olukordade ja süsteemide rollile keskendumine terviseharituse määramisel on peamiselt toimunud Ameerika Ühendriikides. Näiteks meditsiiniinstituudi 2004. aasta raportist lähtudes seostati ühiskomisjoni valges raamatus terviseharitust patsiendi ohutusega ning juhiti tähelepanu haiglate ja tervisekeskuste süsteemsetele omadustele, mis takistavad patsientide ligipääsu ja teekonda informatsioonile (ühiskomisjon, 2007). Haiglate ja tervisekeskuste terviseharituse keskkonna uurimiseks loodud palju-uuritud sissejuhatav meede võeti kasutusele enesehindamise meetmena (Rudd ja Anderson, 2006) ning võimaliku alusena keskkonnaauditile. Seda meetet katsetati ja rakendati Ameerika Ühendriikides, Euroopas ja Austraalias (näiteks Groene ja Rudd, 2011) ning kohandati vastavalt teiste platvormidega, nagu näiteks kliinikutega (DeWalt *et al.*, 2011), farmaatsiaga (Callahan *et al.*, 2013) ja hambaravikliinikutega.

Osa sellest arenguprotsessist kulmineerus IOM terviseharitud (tervise)organisatsiooni mõistes (Brach *et al.*, 2012) ja terviseharitud keskkondade üldisemas mõistes (Kickbusch *et al.* 2013).

IOMi mõiste väljendub kümnes terviseharitud organisatsiooni omaduses (vt tabel 1) ning käesolevasse mõistesse on lõimitud paljud olemasolevad terviseharitust suurendavad meetmed tervishoiuorganisatsioonides ja haiglates.

Samas on IOMi mõistel ka arenguruumi mitmes valdkonnas, kuna peamiselt keskendub see patsientidele, jättes nii välja personali ja paikkonna elanikkonna, see keskendub tervishoiu tulemustele, jättes välja haiguste ennetamise ja tervisedenduse, mis on olulised tegurid tervishoiu panustamisel rahvatervisesse.

Seetõttu defineerib Viini Maailma Terviseorganisatsiooni koostöökeskus tervise edendamiseks haiglates ja terviseteenustes laiendatud Viini mõistet terviseharitud terviseorganisatsioonidest ja haiglatest, mis seob terviseharitud organisatsiooni mõiste tervist edendavate haiglate strateegiate ja standarditega ja seob mõiste selgemalt kvaliteedifilosoofia ja juhtimisega, nähes mõiste jälgimiseks ette standardeid ja näitajaid.

Tabel 1: Terviseharitud tervishoiuorganisatsiooni 10 omadust (Brach et al., 2012)

Omadus	Terviseharitud organisatsioon...
1.	Omab juhirolli, muutes terviseharituse oluliseks osaks oma missioonist, struktuurist ja tegevustest.
2.	Lõimib terviseharituse planeerimise, hindamismeetmete, patsiendihutuse ja kvaliteedi parandamisega.
3.	Valmistab töökoha ette terviseharituseks ning jälgib arengut.
4.	Kaasab rahvastiku tervise teabe tervise teenuste projekteerimisse, rakendamisse ja hindamisse.
5.	Vastab eri terviseharituse tasemega rahvastiku vajadustele, vältides samal ajal häbimärgistamist.
6.	Kasutab terviseharituse strateegiaid omavahelises suhtluses ning kinnitab igal sammul teineteisest arusaamist.
7.	Tagab hea ligipääsu tervise teabele ja teenustele ning abi teabe otsimisel.
8.	Projekteerib ning jagab paberkandjal, audiovisuaalsel teel ning sotsiaalmeedia kaudu sisu, millest on lihtne aru saada ning mille põhjal on lihtne tegutseda.
9.	Viitab terviseharitusele kõrge riskiga olukordades, kaasa arvatud ravi üleminekul teise kohta ning ravimite teemadel suhtlemisel.
10.	Väljendab selgelt, mida kujutavad endast tervisekavad ning mida peavad isikud maksma teenuste kasutamise eest.

Viidatud allikad ingliskeelses artiklis „The Evolving Concept of Health Literate Health Care and Health Literate Hospitals“.



Tervise Arengu Instituut

Tiiu Härm

Tel: + 372 659 3981

E-post: tiiu.harm@tai.ee

Töökoht ja amet:

MD, V kategooria tervisedendaja

2007– Tervise Arengu Instituut
Mittentakkushaiguste ennetamise osakond
ekspert tubakatarvitamisest loobumise alal,
Eesti TEH-võrgustiku rahvuslik koordinaator,
Eesti tubakavabade tervishoiuteenuste võrgustiku rahvuslik
koordinaator,
Rahvusvahelise HPH-võrgustiku juhtkomitee liige 2012–2014,
ENSH-Global nõukogu liige alates 2011

Haridustee:

1958–1964 Tartu Ülikooli arstiteaduskond, arst

Haridustee tervisedenduse valdkonnas:

2014 National/Regional HPH Coordinators' Summer School, Barcelona
2013 HPH Autumn School in Estonia, Tallinn
1999– Rahvusvahelise tervist edendavate haiglate ja terviseteeenuste
võrgustiku (TEH) programmi omandamine, osalemine arengutes
ja rakendamises
2005– Globaalse tubakavabade tervishoiuteenuste võrgustiku (ENSH-
Global) programmi omandamine, osalemine arengutes ja raken-
damises
2005 Euroopa tervist edendavate töökohtade (ENWHP) programm
2001 Nordic School of Public Health „What about Hospitals?“, Göte-
borg, Sweden
1998–1999 Masterclass of Public Health „Health Care Systems in Transforma-
tion – An International Perspective“ 1998, University of Utrecht,
Department of Public Health, Netherlands and 1999, University
of Brno, Department of Public Health, Czeck

1994 Family Medicine and Community, Tampa University, College of Public Health, USA

Töökäik arstina:

2007– Tervise Arengu Instituut
2005– Eesti tubakavaba tervishoiuteenuse võrgustiku rahvuslik koordinaator
2000– Eesti TEH-võrgustiku rahvuslik koordinaator
2003–2006 Ida-Tallinna Keskhaigla projektijuht ja koolitaja
1997–2002 Eesti Tervisekasvatuse Keskus, projektijuht ja siseaudiitor
1990–1997 Nõmme Haigla, Tallinn, peaarsti asetäitja ravi alal
1980–1990 Magdaleena Haigla, Tallinn, sisehaiguste arst
1972–1980 Nõmme Haigla, Tallinn, peaarsti asetäitja ravi alal
1969–1972 Tõnismäe Haigla, polikliiniku siseosakonna juhataja
1964–1969 Tõnismäe Haigla, Tallinn, sisehaiguste arst

Ühiskondlik aktiivsus ja tunnustused:

2011 Aasta tervisedendaja 2011
2008– Tallinna Tervisekoalitsiooni liige
1997– Eesti Tervisedenduse Ühingu auliige, kuldmärgi omanik
1993– Eesti Arstide Liidu liige

Publikatsioonid

1. Härm, T. Patient education and counseling. ELSEVIER, 36 (1999) 97-98.
2. Härm, T., Mäeltsemees H. Developing the Estonian network of health promoting hospitals, IUHPE 50, 2001, Paris. Abstract book pg.188.
3. Härm, T. The development of patient education in Eastern Europe: the Estonian experience. 18th International Diabetes Federation (IDF) Congress, August 2003, Paris. Abstract book pg.50
4. Põlluste, K., Alop, J., Merisalu, E., Suurorg, L., Härm, T. Tervise edendamise ja kvaliteedi tagamine Eesti haiglates. Eesti Arst 2006; 1:2-8.
5. Härm, T. The role of HPH in geriatric and nursing care for elderly. 1st International Care Congress „Tender Hands and Happy Faces...“, May, 2005, Istanbul, Turkey. Abstract Book.
6. Põlluste, K., Alop, J., Groene, O., Härm, T., Merisalu, E., Suurorg, L. : Health- promoting hospitals: what are they doing differently? Health Promotion International, 2007 doi:10.1093/heapro/dam032 (12 pg).
7. Härm, T. Joining forces for health: the Estonian network of health promoting hospitals and health services. 20th IUHPE World Conference on Health Promotion, Switzerland, 2010. Abstract Book.

8. Härm, T., Mäeltsemees, H. The increasing relevance of health promotion in hospitals. 9th International HPH Conference „Health Promoting Hospitals in a National Health Policy Perspective – Evidence in Health Promotion“, 2001, Copengagen, Denmark. Abstract Book pg.74.
9. Härm, T. New directions in patient oriented approach in Estonian HP hospitals. 11th HPH Conference „Re-orienting hospitals for better health: new governance, patient orientation and cultural diversity in hospitals“, May, 2003, Florenze, Italy. Abstract Book.
10. Härm, T. Estonian HPH uniting as a common front against tobacco. 13th International HPH Conference „Empowering for Health: Practicing the Principles“, May 2005, Dublin, Ireland. Abstract Book.
11. Härm, T. HPH and ENSH collaboration: East Tallinn Central Hospital's experience. 15th International HPH Conference „Contributions of HPH to improvement of Quality of Care, Quality of Life and Quality of Health Systems“, Vienna, Austria 2007. Abstract Book pg 20.
12. Härm, T., Suurorg, L. Self-assessment monitoring and outcomes in Health Promoting Hospitals in Estonia. 16th International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services “Hospitals and health services in the health society: Quo vadis, HPH?”, May 14-16, 2008, Berlin, Germany Conference Abstract Book, page 62.
13. Merisalu, E., Pöld, M., Pölluste, K., Suurorg, L., Härm, T. External evaluation of self-assessment process in Estonian Health Promoting Hospitals. 16th HPH Conference Berlin, May 2008, Abstract Book pg 65.
14. Härm, T., Suurorg, L. The collaboration between Estonian Health Promoting Hospitals network and Estonian defence forces in tobacco control. 17th International Conference on Health promoting Hospitals & Health Services „Hospitals without walls: New services, new partnerships, new challenges for health promotion, 6-8 May 2009, Crete, Greece. Abstract Book, p176-177.
15. Härm, T., Suurorg, L. Smoking prevalence among the staff of Estonian Health Promoting Hospitals. 18th International Conference on Health Promoting Hospitals & Health services: „Tackling causes and consequences of inequalities in health: Contributions of Health Services and the HPH Network“, Manchester, UK 14-16 Apr 2010, Abstract Book p 139.
16. Härm, T., Suurorg, L. Smoking Prevalence Among Estonian Defence Forces Officers in 2008-2010, 19th International Conference on HPH „Improving Health Gain Orientation in all Services: Better Cooperation for Continuity in Care“, Turku, Finland, 2011. Abstract Book pg 175.
17. Härm, T. Tobacco or Health in Estonia. 20th International Conference on HPH „Health promoting health care in a changing world: Innovation in service provision, healthcare management and health system design“, Taiwan, 2012. Abstract Book, Pg.90.
18. Pölluste, K., Merisalu, E., Pöld, M., Suurorg, L., Härm, T. Implementation of HPH standards: the results of external evaluation in Estonia. 21st International Conference on Health Promoting Hospitals & Health Services „Body and Mind“. May 22-24, 2013: 77. Gothenburg, Sweden. Abstract Book p.77.
19. Härm, T. HPH Autumn School in Estonia. 22nd International HPH Conference „Changing hospital and health service culture to better promote health“, 2014, Barcelona, Spain Abstract Book, P1.16.

Joining Forces for Health

Estonian Network of Health Promoting Hospitals and Health Services (HPH)

2011 - 2014

Tiiu Härm, MD, National Coordinator of Estonian HPH Network,
National Institute for Health Development



INTERNATIONAL HPH NETWORK



National Health Plan 2009-2020
Smoking cessation counselling clinics (14)



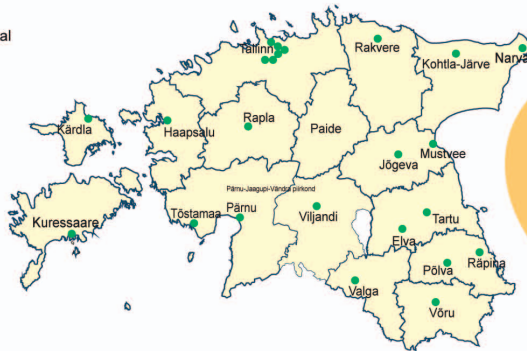
ESTONIAN HPH NETWORK

Estonian HPH Network was established in 2000.
The network comprises 24 hospitals

Finnish International Health Care Staff Exchange Program



● HP hospital



Community institutions and key persons:
local government and health councils, patients' unions, media

Cooperation with relevant institutions and organisations:
National Institute for Health Development, WHO Country Office in Estonia, Estonian Ministry of Social Affairs, Estonian Health Insurance Fund, Public Health Department of Tartu University, Estonian Hospitals' Association, Estonian Medical Association, Estonian Nurses Union, medical schools etc

ENSH - Global Network for Tobacco Free Health Care Services



E.SCCAN Project European Smoking Cessation Clinic assessment and networking



European Network of Workplace Health Promotion ENWHP

Estonian Network of Workplace Health Promotion



Task Force: Health Promotion for Children and Adolescents in and by Hospitals HPH-CA



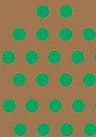
HPH Data Project



WHO HPH Recognition Project



PITOC Public Information Tobacco Control



PRICES-HPH Project (Projection Retrospective Internationally Comparative Evaluation Study on HPH)



WHO HPH/ ENSH Programme working documents, translated in the Estonian language:

- PRICES-HPH Hospital Questionnaire 2009
- Implementing health promotion in hospitals: Manual and self-assessment forms, 2007
- European Network Smoke Free Hospitals: Policy, Standards, Code, Process and Self-audit Questionnaire, 2006
- The Role of Health Professionals in Tobacco Control, 2006
- Standards for Health Promotion in Hospitals, 2005
- 18 Core Strategies for Health Promoting Hospitals, 2005

Other health care service providers and social networks on national level:
general physicians, social workers, HP schools, HP kindergartens, Healthy cities, patients' unions etc.

Pildigalerii



Imikute ujumistund
basseinis Pärnu
Haiglas



Räpina haiglatöötajate
rattatuurist osavõtjad
enne starti



Räpina Haigla
tervisetelk

Taastusravi patsient
treeningul Fertilitase
Erahaiglas



Rasedate pallivõimlemine
ja registreerimine perekooli
Lääne-Tallinna Keskhaiglas



ÜHISELT ABIKS!

Kaitseväge ajateenijad
tubakast loobumise
nõustamise koolitusel





Eesti kaitseväge tervise seminari korraldajad (paremalt Mare Normak, Oleg Novikov ja Tiiu Härm)



Klounid Tallinna Lastehaiglas



Lõuna-Eesti haigla tuli hingeline tervisedendaja Veevi Hõrak tervisedenduse konverentsil 2014

Koduälgimise süsteemi kasutamise õpetamine patsiendile, DREAMINGu projekt, Ida-Tallinna Keskhaigla



Ida-Tallinna Keskhaigla õed Airi Moor ja Angeelika Plaaser abistamas noort ema kanguruhooldusel



HPH-konverentsist osavõtjad Eestist Dublinis Iirimaal, 2005





Eesti tervisedendajad Taipei haiglat külastamas (esireas paremalt Liidia Kiisk, Sally Maripuu, Ülle Rohi ja Tiiu Härm, tagareas Enno Kase, Liis-Mail Moora, Mari Pöld, Eve Palotu), HPH-konverentsil Taiwanis, 2012



Diskussioon Eesti TEH sügiskoolis 2013 on jõudnud haripunkti



Soome TEH-võrgustiku koordinaator Virpi Honkala koos abikaasa Mattiga HPH-konverentsil Turkus Soomes, 2011

Tubakaekspertid vasakult Ann O'Riordan (Iirimaa), Ülle Ani (Eesti), Christa Rustler (Saksamaa), Tiiu Härm (Eesti) ja Sibylle Fleitmann (Saksamaa) konverentsil „Tubakas või tervis Eestis“, 2011



Lagle Suurorg stendiettekannet esitlemas HPH-konverentsil Dublinis, 2005



WHO HPH tunnustamise projekti juht Jeff Svane selgitusi jagamas Ida-Viru Keskhaiglas, 2014





Sally Maripuu ja Tiina Freimann jälgivad huviga HPH-konverentsi ettekandeid Soomes, 2011



Rahvusvahelise HPH-võrgustiku juhtkomitee koosolek Kopenhagenis, 2013

ParemalT Tiiu Härm, Hanne Tonnesen, Heli Hätonen, Jürgen Pelikan, Shu-Ti Chiou, Manel Santina ja Sally Fawkes



Liidia Kiisk HPH-konverentsi plakati ees Kreetal Kreekas, 2009

15 aastat Eesti tervist edendavate haiglate ja tervise teenuste (TEH) võrgustikku

Tervisedenduse lõimumine kliinilisse praktikasse

Üheksakümnendate aastate algusest alates on Maailma Terviseorganisatsioon (WHO) pööranud tähelepanu eri võrgustikele tervisesüsteemis, sh tervist edendavatele haiglatele. 2014. aastaks kuuluvad Rahvusvahelisse tervist edendavate haiglate ja tervise teenuste võrgustikku (**The International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, International HPH Network**) 42 riiki ja ligi tuhat tervist edendavat haiglat. Tervist edendavad haiglad on jõudnud Euroopa riikidest teistesse riikidesse Aasia, Aafrika, Austraalia ja Ameerika mandril.

On läbitud pikk arengutee, et saavutada püstitatud eesmärgid – tõsta tervishoiuteenuse kvaliteeti, integreerida tervise teenus (sh ennetus ja edendus) selgemalt raviteenuse juurde tervishoiuasutuste igapäevatoos ja kvaliteedijuhtimise süsteemis, parandada patsiendi, tema lähedaste ja haiglapersonali tervist ning rahulolu ja kujundada koostöös paikkonna institutsioonidega tervist soodustav keskkond elanikkonnale.

Eestis on tervist edendavate haiglate võrgustik tegutsenud juba 15 aastat, mis on piisav aeg, et teha kokkuvõtteid ja arutada tulevikuplaane. Selle aja jooksul on jõuliselt arenetanud, valmistatud juhiseid ja neid rakendatud ning hinnatud tegevuse edukust.

Olulisteks arengusuundadeks hinnatakse keskendumist patsiendile (sh turvaline haiglakeskkond, kliiniliselt tõendus põhine tervisedendus, kultuurilise tausta arvestamine jt), personalile (psühhosotsiaalsed terviseõjurid ja stressiennetus, vananeva tervishoiukaadri oskuslik rakendamine tervishoiuasutustes, turvaline töökeskkond jt) ning paikkonnale ja rahvatervisele laiemalt. Tervist edendavate haiglate erinevuseks ongi just nende suurem rõhuasetus patsiendi, tema lähedaste ja personali terviseharitusele ning organisatsiooni tasandil tervist toetava keskkonna kujundamisele, parandades seeläbi indiviidi ja paikkonna tervist.

Eesmärkide saavutamiseks on WHO HPH välja töötanud 5 standardit (juhtimise poliitika, patsiendi hindamine ja spetsiifilised tervisedenduslikud vahelesekkumised, patsiendi informeerimine, tervisliku töökooha edendamine, järjepidevus ja koostöö), 18 põhistrateegiat ja vastavad indikaatorid tervisedenduse rakendamiseks haiglates ning enesehindamise küsimustik tulemuste hindamiseks, vt „Tervise edendamise rakendamine haiglates: käsiraamat ja enesehindamise vormid“ („Implementing health promotion in hospitals: Manual and self-assessment questionnaire“), WHO 2006: https://intra.tai.ee/images/prints/documents/130311422638_Tervise_edendamise_rakendamine_haiglates_kasiraamat_ja_ensehindamise_vormid_est.pdf.

Tänapäeval mõtleme tervise edendamise all tervishoiuasutustes rohkem **kliinilist tervise edendamist (clinical health promotion), mis on integreerunud raviprogrammidesse ja haiglate igapäevatöösse ning mille tõttu on ravitulemused paranenud**. Kliiniline tervisedendus seab tähelepanu alla järgmised olulised tervisemõjurid:

suitsetamine/tubakatarvitamine, alkoholi liigtarvitamine, vähene füüsiline aktiivsus, ebatervislik toitumine, ülekaal/alakaal, pingeline ja stressirohke töö jt. Tänapäeval, kui rahvastik pidevalt vananeb ja krooniliste haiguste osakaal kasvab, on tähtis parendada elukvaliteeti ning säilitada funktsionaalne sõltumatus, et toime tulla igapäevaeluga ja sotsiaalse keskkonnaga. Enamik patsiente, kes kannatavad krooniliste haiguste all, nagu südame-veresoonkonnahaigused, kopsuhai- gused ja diabeet jt, vajavad täielikumaid rehabilitatsiooniprogramme. WHO HPH soovitabki juurutada selliseid programme, mis sisaldavad ka tubakast loobumise nõustamist, tervislikuma toitumise ja alkoholi-alaseid sekkumisi lisaks füüsilise aktiivsuse tõstmisele ja stressi ennetamisele. Oluline on tervishoiutöötajate kompetentsuse tõstmine kliinilise tervisedenduse valdkonnas.

Globaalne HPH strateegia 2013–2015 „Parem tervis patsiendile, personalile ja paikkonnale“ püstitab lähiprioriteetid: 1) WHO HPH standardite ja indikaatorite pidev rakendamine haiglatöös ja integreerimine kvaliteedijuhtimise süsteemis; 2) haiglapersonali koolitamine ja pädevuse tõstmine tervisedenduse valdkonnas ning personali võimestamine tervisedenduslikeks tegevusteks tervishoiuasutuses; 3) tervisedenduslike tegevuste ja tervise teenuste osutamise toetamine haiglates, andes neile võimalusi areneda ja kasvada; 4) kliinilisel tõendusel põhinevate tervisedendusala- laste uuringute arendamine ja tõhustamine, et rakendada neid praktikas ja teavitada tulemustest poliitikuid.

Idee Eesti haiglate liitumisest Rahvusvahelise tervist edendavate haiglate võrgustikuga tekkis 1998. aastal, kui töötasin Eesti Tervisekasvatuse Keskuses projekti- juhina **dr Anu Kasmeli** juhendamisel. Ideed toetas ja aitas arendada **dr Katrin Saluvere**, tollane Sotsiaalministeeriumi asekan- tler. Kuna töötasin sel ajal põhi- kohaga Tallinnas Järve haiglas, oli peaarst **dr Helle Mäeltsemees** innukaks kaasalööjaks ja piloteerimise algatajaks tervise edendamise rakendamisel Järve haigla baasil. Eelmainitud kolleegide osatähtsus on märkimisväärne ja väär- ib võrgustiku loomisel tänu.

Selleks et liituda rahvusvahelise HPH-võrgustikuga, oli vaja teadmisi koguda ja oskusi arendada. Võimalus oli käepärast võtta – sõitsime koos H. Mäeltsemehega Swansea'sse Walesis, kus toimus vastavasisuline 7. rahvusvaheline konverents „Health Promotion and Quality“. Päev enne konverentsi olime kutsutud rahvus- like koordinaatorite suurele assambleele, mida juhatasid **dr Mila-Garcia Bar- bero** ja **dr Oliver Groene** (WHO Regional Office for Europe, Integrated Health Care Services, Barcelona, Spain) ning **prof Jürgen M. Pelikan** ja **dr Christina Dietscher** (WHO Collaborating Centre for Health Promotion in Hospitals and Health Care, the Ludwig Boltzmann Institute for the Sociology of Health and

Medicine, Vienna, Austria). Istusime ümarlauas Taani ja Soome esindajate vahel. Kohe alguses pärast Taani esindajat anti sõna Eestile (tähestikuline järjestus: Denmark – Estonia – Finland). Ja selle auväärse auditooriumi ees tuli minul ette kanda Eesti haiglate visioon, eesmärgid ja ootused, et põhjendada liitumist rahvusvahelise võrgustikuga. Eksprompt ingliskeelne ja teemasse pürgiv ettekanne oli minule tõeliseks katsumuseks, mille kohta ütles H. Mäeltsemees, et tulin suurepäraselt toime! Samal assambleel tutvustasid end meile Leedu ja Soome rahvuslikud koordinaatorid **prof Irena Miseviciene** ja **pr Maria Hallmann-Keiskoski**. Palju kogemusi ja häid praktikaid saime just eelmainitud võrgustikelt, et juurutada tervist edendavaid strateegiaid ja praktikaid Eesti haiglates. Kindlasti tuleks siia juurde lisada hilisemad Soome TEH-võrgustiku rahvuslikud koordinaatorid **dr Virpi Honkala** ja **pr Heli Hätonen**, kellega tihe koostöö on kestnud senini – 16 aastat!

Pärast rahvusvahelist konverentsi alustasime kohe pilootprojektiga „Järve haigla – tervist edendav haigla“ ja juba 1999. aastal pidasime esimese samateemalise konverentsi, kus osalesid haiglate esindajad, tervisedendajad, tervishoiutöötajad, tervishoiujuhid jt.

90. aastate lõpul oli käivitunud Euroopas **WHO ja UNESCO ühisprojekt „Kunstid haiglas“** („Arts in Hospital“). Olime H. Mäeltsemehega selles projektis tulihingelised kaasalööjad ning võrdväärised partnerid UNESCO Eesti Rahvuskomitee eesotsas peasekretäri poetess **pr Doris Karevaga**. Projekti kroonis meie ühistööna korraldatud rahvusvaheline konverents „Kultuur ja tervis – elukvaliteet muutuv maailmas“ („Culture and Health – Quality of Life in a Changing World“) Tallinnas Sakala keskuses 1999. aastal. Konverentsil osalesid ja esinesid ettekannetega kunstiteraapia viljelejad paljude riikide tervishoiuasutustest. Olen alati imetlenud noorte kunstiinimeste leidlikkust, entusiasmi ja pühendumist kunstiteraapiate juurutamisel haavatavate gruppide ja krooniliselt haigete inimeste seas. Näiteks klounid lastehaiglas või maalingud haiglaseintel põhimõttel, et kui inimene ei pääse kunsti juurde, siis tuleb kunst tuua inimese juurde. Tänapäevaks õpetatakse kunstiteraapiaid Tallinna Ülikoolis ning koostöös **prof Eha Rüütliga** saavad tudengid viljeleda kunstiteraapiaid Eesti haiglates.

Eesti tervist edendavate haiglate ja tervisteenuste võrgustik, lühendatult Eesti TEH-võrgustik (Estonian Network of Health Promoting Hospitals and Health Services – Estonian HPH Network) **asutati 2000. aastal. Asutajaliikmeteks olid 8 haiglat: tollane Tallinna Järve haigla (alates 2002. aastast Ida-Tallinna Keskhaigla AS), Tartu Ülikooli Kliinikum SA, Rapla Maakonna haigla SA, Kuressaare Haigla SA, Elva Haigla SA, Valga Haigla AS, Põlva Haigla AS, Lõuna-Eesti Haigla AS.** Samal aastal liitusime rahvusvahelise HPH-võrgustikuga.

Projekti rahastas aastatel 2000–2006 Eesti Haigekassa. Eesti TEH-võrgustik arenes jõudsalt ning suurendas oma liikmeskonda: **2002. aastal liitusid Tallinna Lastehaigla SA, Erahaiigla Fertilitas AS, Läänemaa Haigla SA,**

Räpina Haigla AS; 2003. aastal – Põhja-Eesti Regionaalhaigla SA, Viljandi Haigla SA, Hiiumaa Haigla SA; 2004. aastal – Ida-Viru Keskhaigla SA, Jõgeva Haigla SA, Mustvee Tervis SA; 2005. aastal – Pärnu Haigla SA, Narva Haigla SA; 2006. aastal – Rakvere Haigla AS; 2009. aastal – Tõstamaa Tervisekeskus OÜ; 2011. aastal – Eesti Kaitseväe meditsiiniteenistus; 2012. aastal – Lääne-Tallinna Keskhaigla AS.

Nüüdseks kuuluvad Eesti TEH-võrgustikku kokku 24 haiglat: 3 regionaalhaiglat, 4 keskhaiglat, 11 maakonnahaiglat, kaitseväe meditsiiniteenistus, 1 erahaigla, 2 kohalikku haiglat ja 2 tervisekeskust. 19 võrgustiku haiglatest kuuluvad Eesti Haiglate Liidu koosseisu. Oleme saanud märkimisväärset toetust Eesti Haiglate Liidult eesotsas juhataja **dr Urmas Sulega**. Eesti Haiglate Liit on sisse toonud „Tubakapoliitika rohelisse raamatusse“ tubakavaba haiglakeskkonna kujundamise poliitika, mis on tervist edendavate haiglate üheks oluliseks eesmärgiks.

Eesti TEH-võrgustiku haiglasest tervise edendamist koordineerib kvalifitseeritud kaader: ravijuhid, kvaliteedijuhid, õendusjuhid jt tublid tervisedendajad-tervishoiutöötajad. Kindlasti tuleks siin märkida parimatest parimad: **dr Lagle Suurorg** (Tallinna Lastehaigla SA, kvaliteediteenistuse juhataja), **pr Tiina Freimann** (Tartu Ülikooli Kliinikumi SA, ülemõde), **pr Jana Trolla** (Lõuna-Eesti Haigla AS, õendusjuht), **dr Margit Rikka** (Põlva Haigla AS, ülemarst), **pr Aili Tilgre** (Põlva Haigla AS, õendusjuht), **pr Alevtina Uustalu** (Ida-Viru Keskhaigla SA, õendusjuht), **pr Ülle Rohi** (Ida-Tallinna Keskhaigla AS, õendusjuht), **pr Sally Maripuu** (Ida-Tallinna Keskhaigla, töökeskkonnateenistuse juht), **dr Mari Pöld** (Rapla Maakonnahaigla sisearst), **dr Enno Kase** (Viljandi Haigla SA, juhatuse liige), **dr Kersti Lea** (Eesti kaitseväe endine peaarst, nüüdne Kaitseministeeriumi ekspert), **dr Kai Tennisberg** (Läänemaa Haigla SA, ravijuht), **dr Kersti-Miia Sultsmann** (Räpina Haigla AS, juhatuse esimees) jt.

Miks ei kuulu kõik Eesti haiglad tervist edendavate haiglate võrgustikku? Kõik Eesti TEH-võrgustikuga liitunud haiglad kuuluvad reeglina rahvusvahelisse HPH-võrgustikku, millele tuleb maksta liikmemaksu. Eesti võrgustik ei kogu haiglatelt liikmemaksu. Arvestades, et väiksematel haiglatel on finantsilised võimalused enam piiratud, on neil kõigil võimalik osa võtta Eesti TEH-võrgustiku tegevustest ja neid on informeeritud ka ettevõtmistest rahvusvahelisel tasandil. Haiglad rahastavad tervisedenduslikke tegevusi ise oma vahenditest võimaluse piires, jälgides tegevuse eesmärgipärasust, saavutatud tulemuste efektiivsust ja ressursside sihtotstarbelist kasutamist. Tervisedendus on aktsepteeritud haigla juhtkonna poolt ja kirjutatud arengukavasse ravitöö kõrvale.

Eesti TEH-võrgustiku koordineerivaks keskuseks on **Tervise Arengu Instituut (TAI)**, mida juhib direktor **dr Maris Jesse**. Alates 2007. aastast finantseerib TEH-võrgustiku tegevusi TAI. Tervise edendamist haiglates edendab ja toetab TAI mittenakkushaiguste ennetamise osakonna juhataja **pr Anneli Sammel**. Eesti TEH-võrgustiku rahvuslikuks koordinaatoriks on **dr Tiiu Härm**. Aastatel 2012–

2014 oli Härm valitud rahvusvahelise HPH-võrgustiku juhtkomiteesse, mille eesistujaks oli **prof Shu-Ti Chiou** (Taiwani TEH-võrgustiku koordinaator, Tervise ja Heaolu Ministerium, Taiwan). Sisutihe koostöö on aastaid arenenud WHO Eesti esindusega – **dr Jarno Habichtiga** ja tänaseks **pr Marge Reinapiga**.

Rahvusvahelisel HPH-võrgustikul on kaks koordineerivat keskust: **International HPH Secretariat, WHO-CC** (WHO Collaborating Centre for Evidence-Based Health Promotion in Hospitals and Health Services, Clinical Unit for Health Promotion, Bispebjerg University Hospital, Copenhagen, Denmark), direktor **prof Hanne Tonnesen**, tehnilised ametnikud **Jeff Kirk Svane** ja **Thor Bern Jensen**, www.hphnet.org ja **International HPH Conference Secretariat, WHO-CC** (WHO Collaborating Centre for Health Promotion in Hospitals & Healthcare, Ludwig Boltzmann Institute, Health Promotion Research, Vienna, Austria), direktor **prof Jürgen M. Pelikan** ja vanemteadur **Dr Christina Dietscher**, www.hph-hc.cc, www.hphconferences.org.

Eesti tervist edendavad haiglad osalevad aktiivselt WHO-HPH programmides ning HPH rakke- ja töörühmades. Nii liitus Eesti TEH-võrgustik 2005. aastal Euroopa suitsuvabade haiglate võrgustikuga (European Network for Smoke-Free Hospitals). 5 Eesti haiglat – Lõuna-Eesti Haigla AS, Põlva Haigla AS, Tartu Ülikooli Kliinikum SA, Rapla Maakonna Haigla SA, Ida-Tallinna Keskhaigla AS – kuuluvad **ENSH-Global (Global Network for Tobacco Free Health Care Services) võrgustikku**, direktor **prof Esteve Fernandez**, www.ensh.eu. Vastavalt enesehindamise tulemustele (ENSH Self-Audit Questionnaire) on kõik viis eelnimetatud haiglat saavutanud rahvusvahelises liikumises tubakavaba haiglakeskkonna hõbetasandi. **Dr Ülle Ani** (Tartu Ülikooli Kliinikumi pulmonoloog) kuulub ENSH GOLD FORUM PROCESS'i hindamise žüriisse, hinnates kuldtasandile pürgivate haiglate vastavust tubakavaba haiglapoliitika vastavale tasandile. Tihe koostöö on arenenud Eesti võrgustikul tunnustatud tubakaekspertidega **pr Christa Rustleriga** ja **pr Sibylle Fleitmanniga** Saksamaalt, **pr Ann O'Riordaniga** Iirimaaalt, **pr Reetta-Maija Luhtaga** Soomest, **prof Esteve Fernandezega** Hispaaniast jt.

Tervishoiuasutuste baasil on **välja arendatud suitsetamisest/tubakast loobumise nõustamise (TLN) teenuse osutamine**. Teenust osutavad kõik tervist edendavad haiglad maakondades, mistarvis on välja koolitatud ligi viiesajane tervishoiutöötajate kaader. Meditsiinilist intensiivset nõustamisteenust osutatakse 16 tervishoiuasutuse baasil. Positiivsena võib märkida, et järjest enam osutatakse TLN-teenust esmatasandimeditiinis ja Eesti kaitseväge TLN-teenuse osutamise pilootprojektist on saanud toimiv järjepidev tegevus.

HPH laste ja noorukite tervise edendamise programmis haiglatele (Health Promotion for Children and Adolescents in and by Hospitals) on aktiivselt tegev Tallinna Lastehaigla SA. **WHO-HPH tunnustamisprojekti (WHO-HPH Recognition Project)** on kaastatud 2 haiglat – Ida-Viru Keskhaigla SA ja Põlva Haigla AS. Sellele eelnenud **HPH DATA Projektis** osalesid Tallinna Lastehaigla

SA, Ida-Tallinna Keskhaigla AS ja Tartu Ülikooli Kliinikum SA. HPH DATA projekti poolt töötati välja tervise determinantide mudel, mille komponente (tubakas, alkohol, üle- ja alatoitumine, füüsiline inaktiivsus, stress jt) tuleb hinnata, neisse tuleb vajadusel sekkuda ning neid tuleb haiguslugudesse dokumenteerida.

Kolm haiglat – Ida-Tallinna Keskhaigla AS, Jõgeva Haigla SA ja Viljandi Haigla SA – kuuluvad Eesti tervist edendavate töökohtade (TET) võrgustikku ja seeläbi **Euroopa tervislike töökohtade võrgustikku (ENWHP)**. Kõik Eesti TEH-võrgustiku haiglad osalesid **PRICE-HPH projektis** (Project on Retrospective Internationally Comparative Evaluation Study on HPH) ja rahvusvahelises **PITOC-projektis** (Public Information Tobacco Control Project).

Eesti TEH-võrgustiku liikmed hindavad tervise edendamise rakendamise tulemusi oma haiglates iga kahe aasta möödudes vastavate WHO HPH enesehindamise küsimustike põhjal. Välishindamine sõltumatute ekspertide **dr Kaja Põlluste** (TÜ sisehaiguste kliiniku vanemteadur) ja **dr Eda Merisalu** (TÜ tervishoiu instituudi töötervishoiu dotsent) poolt toimub iga nelja aasta järel. Tulemusi on ette kantud nii rahvuslikul kui ka rahvusvahelistel HPH konverentsidel (2009, 2012).

Asjalik koostöö on arenenud Palanga rehabilitatsioonihaihlaga Leedus, eesotsas **direktori hr Virginijus Biskysega** ja TEH koordinaatori **dr Vilma Levingeriga**.

Parimaks enesetäiendamise vormiks on **osavõtmine rahvusvahelistest HPH konverentsidest**. 15 aasta jooksul on Eesti võrgustik olnud HPH konverentsidel alati esindatud, alates 8. rahvusvahelisest konverentsist 2000. aastal Ateenas kuni praeguse ajani, 22. rahvusvahelise konverentsini Barcelonas, kokku 15 konverentsil. Igal HPH konverentsil on Eesti haiglate poolt esitatud 5–8 ettekannet. Kogemuste vahetamise eesmärgil oleme külastanud tervist edendavaid haiglaid eri maades, kokku 32 haiglat. Kuigi tervisedenduse standardid ja rakendamise strateegiad on HPH-võrgustiku liikmetele ühesugused, võivad haiglad leida nende elluviimiseks eri väljundeid.

Parimaks koostöönäiteks võiks tuua **TEH sügiskooli Eestis** (HPH Autumn School in Estonia), mis toimus 30.09.–01.10.2013 Tallinnas ja mille korraldajateks olid Eesti ja Taiwani TEH-võrgustikud. Siinkohal kirjutatan tänusõnad International HPH Network'i Governance Boardi juhile **dr Shu-Ti Chiou'le**. HPH sügiskoolis täiendasid kliinilist tervisedenduse-alast haritust haiglate esindajad Eestist, Taiwanist, Soomest, Leedust ja Saksamaalt, kokku 80 tervisedenduse professionaali. Osavõtjate aktiivsus esitlustes ja diskussioonides oli märkimisväärne. Peamisteks teemadeks olid haiglate tervise edendamise ja rahvatervise vahelise koostöö võimestamine, tervise edendamine eakate-sõbralikes haiglates, tervise edendamine vaimse tervise võrgustikes, tubakavaba tervisetenuse osutamine operatsioonieelses perioodis patsientidele komplikatsioonide vähendamise eesmärgil jt.

TEH sügiskooli ettekandeid saab lugeda aadressil: <http://www.terviseinfo.ee/et/sundmused/details/665-rahvusvaheline-tervist-edendavate-haiglate-teh-sugiskool>.

Uued soovituslikud töösuunad Eesti tervist edendavate haiglate arengus:

- Eakatesõbralikud haiglad ja terviseteenused
- Tervise edendamine vaimse tervise võrgustikes
- Tubakavaba tervishoiuteenus kirurgias
- Terviseharituse mõju tervisedendusele ja haiglakultuurile

Kogemuste ja heade praktikate vahetamine interaktiivses diskussioonis on küpse võrgustiku oluliseks tunnuseks. Kontaktide rohkus, pingevaba ja loov suhtlemine, initsiatiivi ja uuenduste toetamine – **koostöö** nii rahvuslikul kui ka rahvusvahelisel tasandil – on iseloomulikud tervishoiuasutuste võrgustumisele tervisedenduse valdkonnas.

Veelkord sooviksin tänada eelpoolmainitud koostööpartnereid märkimisväärse panuse eest Eesti TEH-võrgustiku arengusse. Läbi TEH-võrgustiku on mõjutatud oluliselt paikkondade elanike tervist kogu vabariigis.

Lugupidavalt

Tiiu Härm,

Eesti TEH-võrgustiku koordinaator



SA Tartu Ülikooli Kliinikum

Tiina Freimann

Tel: + 372 731 8110

E-post: tiina.freimann@kliinikum.ee

Töökoht ja amet

- 1999– Tartu Ülikooli Kliinikum, ülemõde
- 2006–2009 Tartu Ülikool, arstiteaduskond, õendusteaduse osakond, õendusteaduse assistent
- 1994–1999 Tartu Ülikooli Kliinikum Maarjamõisa Haigla, ülemõde
- 1991–1994 Tartu Kliiniline Haigla kardiokirurgia osakond, vanemõde
- 1990–1991 Helsingi Ülikooli Kesksaigla III kirurgiakliinik, südameintensiivravi osakond, õde
- 1988–1990 Tartu Kliiniline Haigla intrakardiaalsete uuringute röntgenangiograafia laboratoorium, operatsiooniõde
- 1982–1988 Tartu Kliiniline Haigla kardiokirurgia osakond, vanemõde
- 1976–1982 Tartu Vabariiklik Kliiniline Haigla, kardiokirurgia osakond, õde
- 1973–1976 Tartu Vabariiklik Kliiniline Haigla, siseosakond, õde

Haridustee

- 2010– Tartu Ülikool, arstiteaduskond, tervishoiu instituut, rahvatervise doktorant
- 2002–2004 Tartu Ülikool, arstiteaduskond, õendusteaduse osakond, tervise-teaduste magistrikraad (õendusteadus)
- 1996–2002 Tartu Ülikool, arstiteaduskond, õendusteaduse osakond, diplom õendusteaduse erialal
- 1973–1975 Tartu Meditsiinikool, diplom meditsiiniõe erialal

Teadustöö põhisuunad

Terviseuuringud, töökeskkonna terviseriskid, õendus

Tunnustused

2013	Eesti Õdede Liidu tänukiri
2009	Tervise Arengu Instituudi tänukiri
2003	Eesti Punase Risti III klassi teenetemärk
2003	Eesti Õdede Liidu tänukiri
2002	Eesti Õdede Ühingu tänukiri
1998	Eesti Õdede Ühingu tänukiri

SA Tartu Ülikooli Kliinikum

L. Puusepa 1a, 50406 Tartu
Tel: +372 731 9401
Faks: +372 731 9402
E-post: kliinikum@kliinikum.ee
<http://www.kliinikum.ee>

Tartu Ülikooli Kliinikum (kliinikum) osaleb Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustikus alates selle asutamisest 2000. aastal. Tervishoiuasutusena ning tervishoiu õppeasutuste õppe- ja teadustöö baasina on kliinikumi missioon tagada Eesti meditsiini kestmine ja areng läbi kõrgetasemelise integreeritud ravi-, õppe- ja teadustöö. Kliinikumi koosseisus on 17 kliinikut 971 voodikohaga ning 9 meditsiinilist ja 11 mittemeditsiinilist teenistust. Haiglas töötab 3930 inimest.

Tervise edendamisega seotud tegevusi kavandab ja viib ellu kliinikumi ülemõdede nõukogu. Tervisedenduslike eesmärkide saavutamiseks tehakse koostööd spetsialistide, struktuuriüksuste ja tervishoiuasutustega.

Eesti TEH-võrgustiku liikmena on kliinikum liitunud rahvusvaheliste võrgustikega:

- 2000 – rahvusvaheline tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustik (*International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, HPH*);
- 2006 – Euroopa suitsuvabade haiglate võrgustik (*Global Network for Tobacco Free Health Care Services, ENSH-Global*).

Tervist edendavad tegevused

TEH siseriikliku ja rahvusvahelise võrgustiku liikmena on kliinikumi eesmärk oma töötajate, patsientide ja elanikkonna tervist väärtustava ja soodustava käitumise ja elulaadi kujundamine ning tervist toetava elukeskkonna sihipärane arendamine. Selleks on kliinikum osalenud arvukates TEH-võrgustiku tegevustes: korraldanud konverentse ja seminare, osalenud suve- ja sügiskooli üritustel, pidanud tervise

edendamiseks seotud ettekandeid rahvusvahelistel ja riigisisestel konverentsidel ning avaldanud artikleid. Kliinikum vastutab koostöös Põlva haiglaga arstiteaduskonna üliõpilastele seminaride sarja „Tervist edendavad haiglad“ läbiviimise eest.

Võrgustikuga liitumisel 2000. aastal alustas kliinikum patsiendiinfo arendamist. Praeguseks ajaks on kliinikumi kodulehel patsiendiinfo rubriik (<http://www.kliinikum.ee/patsiendile>) mahuka infobaasiga, sh tervisedendusliku teabega. Kokku on kliinikumis koostatud 204 eestikeelset ja 107 venekeelset patsiendiinfo materjali, mis on patsientidele kättesaadavad paber kandjal ja elektrooniliselt. Õdede ja ämmaemandate ambulatoorse vastuvõtu arendamine kliinikumis on samuti seotud patsientide tervise edendamisega, kuna nende vastuvõttude käigus on võimalik parandada patsientide terviseteadlikkust ja kujundada tervist soodustavat käitumist. Kliinikum astus suure sammu edasi patsiendihutuse tagamiseks, pannes tööle patsientide kahju- ja ohujuhtumite infosüsteemi. Sama süsteemi abil registreeritakse ka personali vastu suunatud vägivaldajuhtumid, et oleks võimalik sellistest juhtumitest õppida.

Võrgustikuga liitumisest alates on kliinikumis läbi viidud riigisiseseid ja rahvusvahelisi uuringuid, nagu „Evaluation of a Health Promotion Patient Documentation Model; Cultural and Psychochosomal Influences on Disability“; „Töoga seotud psühhosotsiaalsete terviseriskide uuring“, „Lülisamba kaela- ja nimmepiirkonna funktsionaalse seisundi näitajad õdedel enne ja pärast treeningteraapiat“. Kliinikumis on toimunud kolm enesehindamist HPH standardite kohaselt (*Implementing health promotion in hospitals, self-audit*). Tervisliku töökeskkonna kujundamise eesmärgil on valmimas üks doktoritöö ja kaitstud kaks magistritööd.

Vaimset tervist edendavad tegevused

Kliinikumi psühhiaatriakliinik viib ajavahemikus 2013–2015 ellu kahte projekti, mille eesmärk on luua laste ja noorte vaimse tervise keskused Lõuna-Eesti ja Ida-Virumaa piirkonnas. Projektide üldeesmärk on parandada laste ja noorte vaimse tervise teenuste kättesaadavust ning märgata ja ennetada laste ja noorte vaimse tervise probleeme õigeaegselt. Projektide oluliseks osaks on tegelemine psüühikahäirete ennetamisega. Ennetustegevustena on planeeritud lastele ja noorukitele ning nende vanematele ja tugivõrgustikule (sh lastega tegelevatele spetsialistidele) suunatud koolituste läbiviimine, psühhohariduslike artiklite publikitseerimine ning häirepõhiste juhendmaterjalide koostamine.

Personali vaimse tervise toetamiseks ja läbipõlemise vältimiseks alustati kliinikumis 2012. aastal supervisiooni pakkumist oma töötajatele, eelkõige psühhiaatriakliinikus. Kasutusel on nii grupisupervisioon kui ka vajadusel individuaalne supervisioon.

Tubakavaba haiglakeskkonna kujundamine

ENSH-Global liikmena on kliinikumi eesmärk muuta haiglakeskkond tubakavabaks ja vähendada tubakatarvitamise levikut nii personali kui ka patsientide ja nende lähedaste hulgas. Sellel eesmärgil loodi 2010. aastal tubakavaba haiglakeskkonna töörühm, kelle ülesandeks sai välja selgitada tubakatarvitamise ulatus kliinikumi töötajate hulgas ja välja töötada meetmed tubakavaba haiglakeskkonna kujundamiseks. 2011. aasta suitsetamislevimuse uuringust selgus, et suitsetas 21% hoolduspersonalist, 17% õendustöötajatest, 14% tugipersonalist ja 7% arstidest/residentidest. Võrreldes 2006. aasta uuringu tulemustega oli suitsetajate osakaal oluliselt vähenenud. Suitsetamisest loobumise toetamiseks otsustati suitsetajatele kompenseerida nikotiinasendusravi kulud ja seda võimalust kasutasid paljud kliinikumi töötajad.

Kliinikumis osutatakse tubakast loobumise nõustamise teenust kopsukliinikus ja südamekliiniku ambulatoorses osakonnas.

Ajavahemikus 2006–2011 viidi kliinikumis läbi mitu rahvusvahelist ja riigisisest tubaka tarvitamisega seotud uuringut, sh „European health workers tobacco use“ ja kaks enesehindamist ENSH standardite järgi. Kliinikumi eesmarke ENSH-Global liikmena tutvustati Postimehes ja Kliinikumi Lehes. 2012. aastal sai kliinikum Euroopa tubakavabade tervishoiuteenuste võrgustiku hõbetasandi sertifikaadi.

Rootsi kolleegide eeskujul alustati 2013. aastal tubakat tarvitavate patsientide suunamist veresoonte kirurgi ambulatoorselt vastuvõtult suitsetamisest loobumise nõustamise kabinetti. Eesmärk on hoida patsiendid suitsuvabad kuus nädalat enne ja vähemalt kuus nädalat pärast operatsiooni. Patsientidele koostati infoleht „Suitsetamisest loobumine“.

Beebisõbraliku haiglakeskkonna kujundamine

Kliinikumi naistekliinik alustas beebisõbraliku haiglakeskkonna loomist alates 2012. aastast. Ligi 60% naistekliiniku ja lastekliiniku neonatoloogia osakonna õendus- ja hooldustöötajatest on läbinud UNICEFi imetamise koolituse. Üks imetamisnõustaja on saanud rahvusvahelise imetamisnõustaja *International Board Certified Lactation Consultant (IBCLC)* sertifikaadi. Imetamisnõustamine toimub nii statsionaarsetes osakondades kui ka ambulatoorsetel vastuvõttudel. Imetamisnõustamise kättesaadavuse parandamiseks loodi veebipõhine nõustamine aadressil: <http://www.kliinikum.ee/naistekliinik/imetamisnoustamine>. Imetamise edendamiseks võeti kasutusele keisrilõikeaegne ema-vastsündinu nahk-naha kontakti meetod ning enneaegsete vastsündinute hoolduseks kasutab lastekliinik nn känguru-meetodit. Rakendatud on ka vastsündinute individuaalse hoolduse ja arengu hindamise programm (*New-born Individualized Developmental Care and Assessment Program (NIDCAP)*).

Imetamisega seotud tegevuste paremaks korraldamiseks koostati naistekliiniku eestvedamisel „Rinnaga toitumise strateegia 2013–2018“. Alates 2013. aastast viib kliinikumi imetamisnõustajate töörühm läbi üleriigilisi UNICEFi imetamise koolitusi.

Tervisliku toitumise kujundamine patsientide ja personali hulgas

Kliinikumi toitlustusteenistus on rakendanud mitmeid uuendusi patsientide toitlustamise valdkonnas, mida on tutvustatud rahvusvahelistel ja riigisisestel konverentsidel. Olulisi muudatusi on tehtud patsientide toitlustamise organiseerimises, dieetide süsteemis ning kroonilise neeruhaigusega patsientide toitlustamises. Välja on töötatud neeruasendusravi saavate patsientide dieetravi põhimõtted.

Kliinikumis toimub toitlustamisega seotud teabe liikumine elektroonselt. 2009. aastal võeti paljudes osakondades kasutusele termokärude süsteem, mis tagab toidu kvaliteedi ja ohutuse. Toidukandikud komplekteeritakse iga patsiendi jaoks eraldi. Toiduohutuse tagamiseks võeti kasutusele tänapäevane toiduvalmistamise tehnoloogia.

Meditiinipersonalil on võimalik tutvuda patsiendimenüüde ja toitude toiteväärtusega kliinikumi sisevõrgus.

Erivajadustega patsientide jaoks on välja töötatud dieetravijuhised, mis koostatakse patsiendi kliinilis-laboratoorsete analüüside, kehakoostise andmete ja toitumisharjumuste küsimustiku analüüsimise alusel. Statsionaarsel ravil viibivatele patsientidele on võimaldatud individuaalseid dieete, mille määrab dieetarst koos raviarstiga pärast patsiendi küsitlemist ja laboratoorsete-kliiniliste näitajatega tutvumist.

Olulisi muudatusi on tehtud ka personali toitlustamises. Eelkõige on rikastatud toiduainete valikut ja parandatud toitlustamise tingimusi. Olulist rõhku on pööratud tervislikele toiduvaliku võimalustele. Toidud valmistatakse kohapeal värskelt toorainest.

Tervise edendamisega seotud publikatsioonid

1. Freimann, T., Coggon, D., Merisalu, E., Animägi, L., Pääsuke, M. Risk factors for musculoskeletal pain amongst nurses in Estonia: cross-sectional study. *BMC Musculoskeletal disorders*. 2013;14:334.
2. Freimann, T., Merisalu, E., Pääsuke, M. Personal and work-related risk factors for multi-site musculoskeletal pain amongst nurses. In: *Abstract Book: Clinical Health Promotion: 20th International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services: Health promoting healthcare in a changing world: Innovation in service provision, healthcare management and health system design*. Taipei, Taiwan. 2012;2:232.

3. Freimann, T., Merisalu, E. Musculoskeletal disorders and associated risk factors in hospital nurses. In: Abstract Book: Clinical Health Promotion: 19th International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services: Improving Health Gain Orientation in all Services: Better Cooperation for Continuity in Care. Turku, Finland. 2011;1:170.
4. Freimann, T. Educational needs of adult patients and meeting of these needs in Tartu University Hospital. In: Abstract Book: 14th International Conference on Health Promoting Hospitals: Integrating health promotion, prevention, treatment and care for chronic diseases across the health system. Palanga, Lithuania. 2006;177.
5. Kiisk, L., Ots-Rosenberg, M. The healthy nutritional vision by dietician, and treatments for night workers staff in Tartu University Hospital. In: Abstract Book: Clinical Health Promotion: 22nd International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services: Changing hospital & health service culture to better promote health. Barcelona, Spain. 2014;4:308.
6. Kiisk, L., Rosenberg, M. The socio-economic determinants of health based on food-frequency questionnaire analysis in kidney transplant patients. In: Abstract Book: Clinical Health Promotion: 20th International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services: Health promoting healthcare in a changing world: Innovation in service provision, healthcare management and health system design. Taipei, Taiwan. 2012;2:186.
7. Kiisk, L., Ots-Rosenberg, M. Organisation of Nutrition Support at Tartu University Hospital. In: Abstract Book: Clinical Health Promotion: 19th International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services: Improving Health Gain Orientation in all Services: Better Co-operation for Continuity in Care. Turku, Finland. 2011;1:135.
8. Kiisk, L., Rosenberg, M. Integrated strategy in the management of chronic kidney disease patients. In: Abstract Book: Clinical Health Promotion: 17th International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services, Hospitals without Walls: new services, new partnerships, new challenges for health promotion. Hersonissos, Creta. 2009;136.
9. Kiisk, L., Pechter, Ü., Ots, M. Complex rehabilitation strategies in patients with chronic renal failure (CRF). In: Abstract Book: 13th International Conference on Health Promoting Hospitals: Empowering for Health: Practicing the principles. Dublin, Ireland. 2005;84.
10. Kiisk, L., Lintsi, M., Mesikepp, S., Seppet, E., Pikkmaa, M., Ots, M. Anthropometrical monitoring in patients with chronic renal failure. In: Abstract Book: 13th International Conference on Health Promoting Hospitals: Empowering for Health: Practicing the principles. Dublin, Ireland. 2005;85.
11. Kiisk, L. Organisation of dietary nutrition, nomenclature of diets, indications, nutritional recommendations, energy and nutrients intake. In: Conference Handbook: 12th International Conference on Health Promoting Hospitals. Investing in health for the future: positioning health promotion in health care provision and supporting effective implementation. Developing aspects of the hospital setting. Moscow, Russian Federation. 2004;170.
12. Pechter, Ü., Ots, M., Kiisk, L. Rehabilitation and nutrition in chronic kidney disease patients. In: Abstract Book: 16th International Conference on Health Promoting

Hospitals and Health Services: Hospitals and Health Services in the health society: „Quo vadis HPH?”. Berlin, Germany. 2008;77.

13. Põlluste, K., Müller, R., Kallikorm, R., Lember, M. Physical activity in Estonian patients with early rheumatoid arthritis. In: Abstract Book: Clinical Health Promotion: The 22nd International Conference on Health Promoting Hospitals and Health services. Barcelona, Spain. 2014;4:57-58.
14. Ani, Ü., Mändla, T., Ringmets, I., Pärna, K. Depression and anxiety as risk factors for failure in smoking cessation attempt among personnel of Tartu University Hospital 2010-2012, HPH Autumn School in Estonia, 2013.
15. Mändla, T., Ani, Ü., Ringmets, I., Pärna, K. Suitsetamisest loobumise nõustamine TÜ Kliinikumi kopsukliinikus 2006–2010, Eesti Arst 2013; 92(1):12–20.



SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla

Aleksei Gaidajenko, RN, MA

Tel: +372 617 2244

E-post: aleksei.gaidajenko@regionaalhaigla.ee

Töökäik

- 2012– Tallinna Ülikool, psühholoogia instituut, lepinguline õppejõud
- 2001– SA Põhja-Eesti regionaalhaigla õendusdirektor
- 1999–2004 Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli õppejõud ja osakonna juhataja
- 1994–1999 Tartu Ülikooli Kliinikum, intensiivraviõde

Õppekäik

- 2009–2012 Tallinna Ülikool, psühholoogia instituut, organisatsioonikäitumise magistriõppe spetsialiseerumisega tervishoiuasutuse juhtimisele
Magistritöö: „Psühhosotsiaalsed faktorid õdede ja laborantide töös Põhja-Eesti regionaalhaiglas“. Juhendaja: prof Mare Teichmann.
Tunnustus: parim personaliarengu töö 2012
- 1994–1999 Tartu Ülikool, arstiteaduskond, õendusteaduse osakond
- 1989–1992 Tallinna Meditsiinikool, õe põhiõpe

Teadustöö põhisuunad

Tööpsühholoogia, õendus

Tunnustused

- 2009 Tervise Arengu Instituudi tunnustus

Ühiskondlik tegevus

- 2014 Tallinna Ülikooli psühholoogia instituudi nõukogu liige
- 2009 ENDA (European Association Director of Nursing) liige

Põhja-Eesti Regionaalhaigla SA

J. Sütiste tee 19, Tallinn 13419

Tel: +372 617 1995

Faks: +372 617 1200

E-post: info@regionaalhaigla.ee

<http://www.regionaalhaigla.ee>

Põhja-Eesti regionaalhaigla (PERH) osaleb tervist edendavate haiglate võrgustiku töös alates 2001. aastast. Regionaalhaigla on ülikooli haiglale omase tegevusprofiiliga, osutades eriarstiabi peaaegu kõikidel arstlikel erialadel ning omab Eestis kehtiva regulatsiooni kohaselt kõrgeimat pädevust, olles piirkondlik haigla.

- 7 kliinikut, anestezioloogia-, diagnostika-, kirurgia-, onkoloogia-hematoloogia, psühhiaatria, sisehaiguste ning järelravi kliinik;
- kõrgeim *case-mix*i indeks Eestis (1,65);
- üle 500 arsti, 1300 õde, kokku üle 3800 töötaja;
- 1200 voodikohta;
- 36 000 statsionaarset haiget, ligi 380 000 ambulatoorset visiiti, üle 2,5 miljoni laboriuuringu ning üle 310 000 radioloogilise protseduuri ja uuringu aastas;
- viimase seitsme aasta jooksul investeeritud üle 240 miljoni euro.

Haiglas omandavad iga-aastaselt kvalifikatsiooni residendid Tartu Ülikoolist ning teostavad praktikat õendusala üliõpilased Tallinna ja Tartu Tervishoiu Kõrgkoolist. Haigla arstid ja õed on aktiivsed tervishoiualase teadustöö viljelejad nii ülikoolide kui ka ühiste arenduskeskuste juures.

Põhja-Eesti Regionaalhaigla missiooniks on Eesti elanike ja tervishoiusüsteemi arstliku turvalisuse tagamine paljuprofilse akuutravihaiglana ning õppe-, teadus- ja arendustöö eestvedamine meditsiinis ja tervishoius.

Meie põhiväärtused on: patsiendi- ja perekesksus, professionaalsus, uuendusmeelsus ja meeskonnatöö.

Aktiivravi kõrval tegeletakse haiglas mitmete TEH-alaste projektidega. Tervis- edenduslike eesmärkide saavutamiseks tehakse koostööd spetsialistide, struktuuriüksuste ja tervishoiuasutustega.

Tervist edendavad tegevused

- haigla töötajaskonnale ja patsientidele osutatakse tubakast loobumise nõustamisteenust (2 õde ja 1 arst);

- töötakse välja patsiendiõppe materjale, kõikide materjalidega on võimalik tutvuda haigla kodulehel;
- erialaühingud korraldavad loenguid ja teabepäevi patsientidele koostöös patsiendiühingutega;
- tegeletakse aktiivselt kogukonna õpetamisega: töötab südameretvise kabinet, Eesti väikesaarte kogukonnale alustati esmaabialaste, sh elustamisvõtete koolituste läbiviimist;
- haiglas on teostatud mitmeid uuringuid: töötajate rahulolu, psühhosotsiaalsed faktored õdede töös; uuringute tulemusi on kasutatud mitmes magistritöös;
- haiglas on oma töötervishoiuosakond ning kõik haigla töötajad käivad töötervishoiuarsti juures iga kahe aasta tagant ning vajadusel sagedamini;
- haiglas on moodustatud ergonoomika instruktorite meeskond, kes koolitab kõiki töötajaid kasutama oma töös ergonoomilisi töövõtteid;
- pidevalt uuendatakse ja kaasajastatakse töötajate töötingimusi ning panustatakse ergonoomilisse töökeskkonda;
- haiglas on aktiivselt tegutsev spordiklubi ja hästi varustatud sportimissaal koos vajaliku varustusega. Toimuvad individuaal- ja rühmatreeningud;
- 2014. aastal avatakse uus keskköök. Baasdieediga patsientidele pakutakse valikmenüüd lõunaks – patsiendil on võimalus valida näidismenüü vahel, mida ta soovib süüa. Töötajate menüü koostamisel arvestatakse tervisliku toitumise põhimõtetega.



SA Tallinna Lastehaigla

Lagle Suurorg

Tel: +372 697 7303

E-post: lagle.suurorg@lastehaigla.ee

Haridus:

- 1960–1966 Tartu Ülikool, arstiteaduskond, arst, MD
1969–1971 I Meditsiini Instituut, Leningrad, kliiniline sihtordinatuur, laste kardioloog
1980 NL Meditsiiniteaduste Akadeemia, Moskva Pediaatria Instituut, meditsiinikandidaadi kraad (PhD)

Töökoht ja amet :

- 2001– SA Tallinna Lastehaigla kvaliteediteenistuse juhataja
1998–2001 Tallinna Nõmme Lastehaigla, peaarsti asetäitja
1982–1998 Tallinna Nõmme Lastehaigla (end Tallinna I Lastehaigla), peaarst
1971–1981 Tallinna I Lastehaigla, kardioreumatoloog
1969–1971 Leningradi I Meditsiini Instituut, kliiniline sihtordinatuur
1966–1969 Tallinna II Lastehaigla, jaoskonna pediaater
1984–2006 Eesti Kardioloogia Instituudi laste profülaktilise kardioloogia osakonna juhataja (asutuse likvideerimiseni)

Teadustöö põhisuunad ja kogemused regioonis:

- 2006– Tallinna traumanõukogu liige
2005– Tallinna tervisenõukogu ja liige
2005 "Laste ja noorukite tervis 2005"
1997–2001 Koolitervishoid
1984–2007 kliiniline pedიაatria, epidemioloogia ja rahvatervis, tervisedendus, ravikvaliteet WHO CINDI lasteprogramm

Tunnustused:

- 2013 Eesti Tervisedenduse Ühingu auliige, kuldmärk
2013 Tallinna linna teenetemärk
1996 Eesti riiklik preemia meditsiiniteaduste alal

Publikatsioonid tervisedenduse teemal

Artiklid

1. Tonnesen, H., Christensen, M. E., Groene, O., O` Riordan, A., Simonelli, F., Suurorg, L., Morris, D., Vibe, P., Himel, S., Hansen, P. E. An evaluation of a model for the systematic documentation of hospital-based health promotion activities: results from a multi-centre study. BMC Health Research 2007;7:145 doi: 10.1186/1472-6963-7-145 Article URL <http://www.Biomedicalcentral.com/1472-6963/7/145>.
2. Põlluste, K., Alop, J., Groene, O., Härm, T., Merisalu, E., Suurorg, L.: Health-promoting hospitals: what are they doing differently? Health Promotion International, 2007 doi:10.1093/heapro/dam032 (12 lk)
3. Suurorg, L. Toimiv krooniliste haiguste ravimudel. Lege Artis 2010; 4(94): 12-17.
4. Tur, I., Suurorg, L. Tallinna 9. klassi õpilaste tervis ja käitumine: Maailma Terviseorganisatsiooni laste CINDI programm 1996-2007. Eesti Arst 2010; 89 (Lisa1): 32.
5. Suurorg, L., Gents, Ü. Haiglaravi vajanud laste vigastused, vanemate järelevalve ja ennetusteabe allikad 2010.a. Eesti Arst 2011; 90(11): 503-509.
6. Tønnesen, H., Svane, J. K., Lenzi, L., Kopecky, J., Suurorg, L., Rashida, I., Bukholm, K., Hsu, S-T, Hübner, M., Krogerus, S., Kellner-Rechberger, S., Masiello, M. G. and the HPH Network in Tuscany, Italy; Spain; Ontario, Canada and Germany. Handling Clinical Health Promotion in the HPH DATA Model: Basic Documentation of Health Determinants in Medical Records of tobacco, malnutrition, overweight, physical inactivity & alcohol. CLINICAL HEALTH PROMOTION April | 2012; Volume 2 | Issue 1: 5-8; www.clinhp.org.
7. Suurorg, L. Laste ja noorukite südamerwise edendamine ning riskide preventioon. Perearst, November 2013: 45-53.

Juhised

1. Suurorg, L. Hüpertensioon lastel. Juhis. Lege Artis (lisaväljaanne) mai 2005, lk 33-39.
2. Viigimaa, M., Eha, J., Hedman, A., Kampus, P., Liiver, A., Maaroos, J., Marandi, T., Mesikepp, A., Muda, P., Ristimäe, T., Roose, M., Suurorg, L., Teesalu, R., Tiik, M., Tupits, H., Vokk, R., Zemtsovski, M. Eesti südame- ja veresoone-konnahaiguste preventsiiooni juhend. Eesti Arst 2006; 3: 183-216.
3. Suurorg, L. „Ülekaalulisuse ja adipoosuse kliinilise hindamise ja vahelesekumise juhend lastele vanuses 2-18 aastat“ (Tur, I., Põldmaa E. -nõustajad), Tallinn 2012, 25 lk.

Monograafiad

1. Suurorg, L. Mittenakkuslike haiguste riskitegurite esinemine kooliõpilastel 1997/98 õppeaastal. Riikliku programmi „laste ja n noorukite tervishoid“ Tallinn, 1999, 252 lk.
2. Tur, I., Suurorg, L., Tomberg, E., Kasuri, K. Tallinna 9.klassi kooliõpilaste tervise ja käitumise uuring. Tallinn 2004. 30. lk.
3. Suurorg, L., Tur, I. TALLINNA 9. KLASSI KOOLIÕPILASTE TERVISE JA KÄITUMISE UURING Eesti laste CINDI programm Tallinn, 2008, 70 lk. <http://tervis.tallinn.ee/est/g21/s278>.

4. Sammel, A., Pottisepp, S., Vaask, S., Lusmägi, P., Kambek, L., Härm, T., Suurorg, L., Lepp, K., Matsalu, M. Review of physical activity surveillance data sources in European Union Member States. WHO/EC Project on monitoring progress on improving nutrition and physical activity and preventing obesity in the European Union Report no. 6 EUR/10/EUDHP1003693/ 8.1/6, 68 lk.

SA Tallinna Lastehaigla

Tervise 28, Tallinn 13419

Tel: +372 697 7111

E-post: lastehaigla@lastehaigla.ee

<http://www.lastehaigla.ee>

Tallinna Lastehaigla missioon on anda parimat perekeskset ja laste õigusi järgivat abi, olla partnerluse kaudu pidevas kliinilises arengus, osaleda teadustöös ning valmistada ette järgmist laste tervishoiutöötajate – arstide ja õdede generatsiooni.

Tallinna Lastehaigla visioon on olla Euroopa standarditele vastav lastemeditsiini keskus ning kaitsta ja parandada Eesti laste tervist.

Lastehaigla põhiväärtused on professionaalsus ja koostöö, hoolivus ja avatus.

Põhikirjalised eesmärgid ja ülesanded

SA Tallinna Lastehaigla on piirkondlik haigla alates 2003. aastast. Haigla põhiülesandeks on osutada kvaliteetset ja perekeskset piirkondliku haigla nõuetele vastavat (III etapi) akuutset eriarstiabi Põhja-Eesti ja osaliselt ka Lõuna-Eesti lastele 28 erialal. Haiglas on 161 voodikohta ja 750 töötajat, nendest 125 arsti ja 290 õendustöötajat. Peamiseks ambulatoorse teenuse sihtrühmadeks on kujunenud kroonilisi haigusi põdevad lapsed ja noorukid.

Lastehaigla on õppebaasiks arstidele, meditsiiniõdedele ja teistele laste tervise kaitsel osalevatele spetsialistidele (psühholoogid, sotsiaaltöötajad jt) Tartu ja Tallinna Ülikoolidest ning Tallinna ja Tartu Tervishoiu Kõrgkoolist. Toimub diplomielne ja diplomijärgne väljaõpe ja täiendõpe ning teadustöö. Lastehaigla kuulub 2002. aastast Eesti tervist edendavat haiglate võrgustikku ja selle kaudu vastavasse WHO HPH organisatsiooni ja töörühmadesse.

Tervisedenduslike tegevuste laiem ulatus on seotud teenuse kvaliteedi hindamise ja parandamisega. Tallinna Lastehaigla oli esimene vabariigis, kus moodustati eraldiseisev kvaliteediteenistus eesmärgiga arendada ja hinnata haiglaravi protsessi ja tulemusi. 2000. aastate alguses puudus Eesti tervishoiusüsteemis ühtne arusaam ja sihipärane kvaliteedialane tegevus. Mitmes mõttes tuli haiglal olla eestvedajaks pediatrilise kliinilise TE ja kvaliteedijuhtimise arendamises, lähtudes WHO põhimõtetest „integreerida tervisedendus ja patsiendi õpetus, haiguste

ärahoidmine ja rehabilitatsioon raviprotsessi“ (www.Euro.who.int/healthpromohosp.2003). Hindamatut abi on saanud koostööst ja kogemuste vahetamisest nii Eesti kui ka rahvusvahelise TEH-võrgustikuga. Tervisedendusest on saanud tervishoiuprotsessi lahutamatu osa ning see on seotud nii kliiniliste, hariduslike, käitumuslike kui ka organisatsiooniliste küsimustega (Groene O *et al.*, 2005).

TEH-is osalemine tähendab võrgustiku kokkulepitud eesmärkide ja tegevuste järgimist. WHO on töötanud välja 18 võtmestrategieid TEHi jaoks (Health promotion in hospitals: Evidence and quality management, 2005). Strateegia elluviimist hinnatakse Euroopa kvaliteedijuhtimise täiuslikkuse mudeli (EFQM) abil.

TEHi standardite täitmise hindamine toimub kvaliteediuringutega – kliinilised auditid patsiendi raviprotsessi ja ravitulemuste hindamiseks, regulaarsed lastevanemate rahulolu ja vajaduste uuringud, töötajatele ja paikkonnale suunatud tervisedenduslikud (TE) tegevused, samuti enesehindamiste kaudu TE rakendamise haiglas („Tervise edendamise rakendamine haiglates. Käsiraamat ja enesehindamise vormid“, TAI 2007).

Haigla jaoks on olnud oluline, et haigla töötajad ja patsiendid ning koostööpartnerid oleksid teadlikud TEH-standarditest ja nende kriteeriumide täitmisest asutuses, millega otseselt seondub ravikvaliteet. Tallinna Lastehaigla TE standardite täitmisest ja laste ravitulemustest on tehtud ülevaateid kodu- ja välismaistel konverentsidel, avaldatud artikleid erialastes ajakirjades ja haigla ajalehes ning kodulehel.

Ülevaade TEH standardite täitmisest ja kvaliteedihindamisest haiglas

Standard nr 1, juhtimise poliitika. Selle ülevaatamisel on leitud, et haigla arengukavades on kajastatud tervisedendus (TE), juhtkond kinnitab igal aastal soovi jätkata osalemist WHO TEH projektis. Osaletakse WHO TEH tööühmas „Laste ja noorukite tervise edendamiseks haiglas ja haigla algatusel“. On olemas TE juhtrühm, haigla kõikide tasemete juhid kohustuvad järgima tegevuskava, milles on tervisedenduslikud tegevused laste ja nende vanematega; olulisteks sihtrühmadeks on krooniliste haigustega lapsed. TE läbiviijateks haigetele ja nende peredele on peamiselt iseseisvaid vastuvõtte tegevad õed. TE on integreeritud igapäevasesse kliinilisse töösse. On välja töötatud kroonilise haige hindamise süsteem digitaalses haigusloos ja teostatakse TE tegevuse analüüsi. Igal aastal vaadeldakse patsiendi TE-teemaliste teabematerjalide valmimist ja trükkimist, koolituste läbiviimist asutusesiselt ja -väliselt. Üldises haigla tegevusplaanis on eraldatud ressursid TE-ks.

Standard nr 2, patsiendi hindamine. Standardi täitmise hindamisel arvestatakse haiglas läbiviidud üleminekuga digitaalsele haiguslugude (e-haiguslugu) süsteemile alates 2007. aastast, mis kergendas oluliselt saadavat informatsiooni TE dokumenteerimise kohta: üldiste ja spetsiifiliste riskifaktorite ja TE vajaduste

hindamist haigla piires erinevates ravietappides ja -kohtades. Haige hindamisel dokumenteeritakse esinevad krooniliste haiguste üldiseid riskifaktorid (vastavalt Eesti südame- ja veresoonkonna haiguste preventsiiooni juhendile, Eesti Arst 2006), haigusega seotud spetsiifilised riskifaktorid (erialajuhendite järgi), dokumenteeritakse digitaalses haigusloos.

Patsiendi hindamise dokumenteerimist analüüsitakse kvaliteediteenistuse kliiniliste audititega ja õendustöötajate poolt ning vajadusel töötatakse välja plaanid parenduste tegemiseks. Näitena parendustest võib tuua vajaduse haigusloo edasiarendamiseks, et tagada muude erialaspetsialistide (psühholoog, logopeed, sotsiaaltöötaja, füsioterapeut) andmete olemasolu e-haigusloo epikriisis, samuti on edasi arendatud õendusloos e-osa. Lapsevanema/hooldaja rahulolu raviprotsessiga uuritakse iga-aastaselt ühesuguse ankeediga ning aastate jooksul on rahulolu ja lojaalsus haiglale ületanud 95% piiri.

Standard nr 3, patsientide informeerimine ja sekkumised. Patsiendi informeerimist tema haigusest, raviplaanidest haiglas ja haigla järgselt, ravimitest ja nende ohutusest dokumenteeritakse, samuti seda, kas on antud lisaks kirjalikku teabematerjali või juhendatud patsienti teabematerjali leidmisel. Rahulolu informatsiooni saadakse regulaarsete küsitluste kaudu kvaliteediteenistuse poolt.

Dokumenteeritakse kõik meditsiiniliste ja mittemeditsiiniliste erialade nõustamised ja vajadusel sekkumised (laste õiguste järgimine ja sotsiaalsed teemad), mida kirjeldatakse valikuliselt haigusloos.

Juhendamist lapse/enda haigusega toimetulekuks saanud lastevanemate/noorukite arv on olnud kõrge (> 95%), kuid auditeerimistel on leitud, et muutmist vajab ravimite kasutamise järgivus mõnede krooniliste haiguste puhul, samuti eneseravi tõhusus krooniliste haiguste riskifaktorite mõjutamiseks. Selle eesmärgi saavutamiseks viiakse läbi täiendõpet spetsialistidele ja koolitusüritusi lastele ja vanematele.

Standard nr 4, tervisliku töökoha edendamine. Haiglas on olemas töötervishoiu nõukogu, töökeskkonnaspetsialist ja töötervishoiuarst, kelle töö kajastab tervisliku töökoha arendamist (uute töötajate sissejuhatavat koolitust töökeskkonnaspetsialisti poolt, mis sisaldab ka võimaluste tutvustamist TE-ks: toitumist haiglas, võimalust basseini ja jõusaali kasutamiseks, ühisüritustel osalemist, regulaarsete riskianalüüside läbiviimist, suitsetamisest loobumise nõustamisteenuse osutamist jm). Regulaarsed töötervishoiuarsti tervisekontrollid ja vajaduse tekkimisel erakorralised visiidid sisearsti juurde töökohal. Loodud on töökohal personali ohutuse tagamise juhend (osana patsiendi ohutusjuhendist), tagatakse tasuta gripivastane immuniseerimine ja olemas on ka juhend tegevusteks nakkusohu tekkimise korral. Töötajate haigestumise kohta tehakse iga-aastaseid kokkuvõtteid ja tööga seotud õnnetuste käsitlemine toimub vastavalt EV seadustele. Tööõnnetuste sagedus on 1–2 juhtu aastas (0,3% töötajatest).

Haigla füüsiline keskkond on hea, muutused on vajalikud psühholoogilises heaolus (psühholoogiliselt koormav tegevus ägedate haigetega, kes moodustavad umbes kaks kolmandikku haiglas ravitud lastest, infektsioonioht, koostöö eri töötajate vahel).

Järgitakse öesöbraliku haigla põhimõtteid: ohutu ja nõuetele vastav füüsiline ja psühhosotsiaalne töökeskkond, tervise edendamine ja tööga rahulolu suurendamine, et soodustada püsiva kaadri olemasolu ja muuta haigla noortele õdedele ihaldusväärseks töökohaks. Õed moodustavad haiglas töötajatest 48%.

Personali individuaalse professionaalse arengu võimalused on tagatud (internet, kirjandus, koolitussüsteem ja pidevalt täiustuv täienduskoolituse rahastamine). Regulaarselt viiakse läbi töötajate rahuloluuringuid, milles on 82% vastanutest nimetanud Tallinna Lastehaiglat heaks töökohaks.

Standard nr 5, jätkusuutlikkus ja koostöö. Tallinna Lastehaigla on alates 2012. aastast Tartu Ülikooli Kliinikumi partnerhaigla, millega tagatakse noorte spetsialistide diplomieelne ja -järgne väljaõpe, samuti on haiglal tihe koostöö õenduseriala koolitava Tallinna ja Tartu Tervishoiu Kõrgkooliga. Koostöö toimib ka kõikide Tallinna täiskasvanute haiglatega – kasutatakse nende haiglate uuringubaase ja töötatakse koos kitsa eriala spetsialistidega.

Haigla jätkusuutlikkuse seisukohalt on väga tähtis koostöö välismaiste haiglatega: Helsingi Ülikooli Lastekliinik, Turu Ülikooli Kesksaigla, Berliini Humboldti Ülikooli Charite Kliinik, Põhjamaade Hemato-onkoloogia Selts (NOPHO) ja Societe Internationale D'onkologie Pediatrique (SIOP).

Lastehaiglal on tihe koostöö Sotsiaalministeeriumiga (erialanõunikena osalevad lastehaigla töötajad eriarstiabi kvaliteedi ja -korralduse edendamisel), Terviseametiga, Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuametiga ning teiste tervishoiualaste organisatsioonidega Eestis. Lastehaigla on Eesti Haiglate Liidu liige, koostööd tehakse ka Tallinna Arstide Liidu ja Eesti Õdede Liiduga.

Tihedat koostööd toimub Eesti Haigekassaga, haigla omaniku, Tallinna Linnavalitsusega ja linnaosavalitsuste tervisedenduse spetsialistidega. Lastehaigla õed osalevad igal aastal piirkondlikel igakuistel tervisepäevadel lastele ja nende vanematele. Liikmelisuse kaudu Tallinna tervise- ja traumanõukogus mõjutab haigla paikkonna laste ja elanike tervist.

Sotsiaalministeeriumi kaasabil on Norra riigi toetusel valmimas uus laste vaimse tervise keskus, mis on kompetentsikeskuseks Põhja-Eesti piirkonnas ning parandab laste ja noorukite erialast teenindamist.

Haigete kohta teabe edastamine perearstidele ja muudele spetsialistidele on tagatud läbi tervise infosüsteemi (e-tervise). Dokumenteerimise kvaliteeti kontrollivad regulaarselt osakondade juhatajad ja kvaliteediteenistus. Konfidentsiaalsus on haiglas tagatud dokumentatsiooni säilitamisel ja teabe vahetamisel teiste lapsele vajalike tervishoiutöötajatega.

Noorukite kaasamine tervisedendusse ja ravisse

Viimase paarikümne aasta jooksul on arendatud mitmeid rahvusvahelisi dokumente laste ja noorukite tervise kohta, kuid 2014. aastal tõdeti, et sageli ei ole plaanid realselt teostunud (WHO Health for the world's adolescents, 2014).

Ravikvaliteedi parendamise eesmärgil viiakse läbi patsientide rahulolu-uuringuid, et selgitada lõhet soovitud ja tegeliku teenuse osutamise vahel. Lastehaiglates on tavaline, et küsitletakse vanemate rahulolu ja seda sõltumata haige lapse vanusest. Laste küsitlusi on suhteliselt vähe, kuid on leitud, et vanemad hindavad lapsele tehtud ravi kõrgemalt, kui seda teevad lapsed ja noorukid ise

Lähtuvalt tervist edendavate haiglate (TEH) laste ja noorukite tervisedenduse (TE) tööühma ideoloogiast on Tallinna Lastehaiglas (TLH) kaasatud haiglaravi protsessi ja tulemuste hindamisse ka lapsi ja noorukeid. Nii on osaletud rahvusvahelises võrdlevas uuringus haiglaravil viibivate laste õiguste järgimise kohta (2009–2010), samuti Euroopa Nõukogu 21 maad hõlmavas ühisuuringus, milles selgitati alla 18 aasta vanuste laste arvamust lapsesõbralikust tervishoiust (2012). Uuringud andsid ülevaate laste soovidest muutuste tegemiseks tervishoiusüsteemis.

2011. aastal teostati krooniliste haigustega noorukite küsitlus nende valmisolekust üleminekuks pediatrilisest teenindusest täiskasvanute tervishoiusüsteemi, kasutades muutuste staadiumi hindamist kahes valdkonnas: eneseravi juhtimises ja iseseisvalt raviotsuste tegemises ning enese eest hoolitsemisel (Sawicki GS, 2011). Küsimustik oli abiks pediatritele saamaks teada, mis teemadel oleks veel vajalik noorukit õpetada ja juhendada, et ta saavutaks iseseisvuse enne üleminekut täiskasvanute süsteemi.

Viimastel aastatel on Eesti Vabariigi prioriteediks tõusnud vaimse tervise häiretega laste ja noorukite tervise edendamine ja ravi. Antud ettekanne annab lühikärgelise eelnevatest uuringutest ning keskendub 2013. aastal alustatud tööle, mille **eesmärk** oli selgitada noorukite arusaamist raviprotsessist. Kasutati individuaalse intervjuu läbiviimist instrumendiga, mis mõõtis laste arusaamist ravist (Lindeke L., 2009). **Uuritavad** jaotati kahte gruppi: 12 aasta vanused patsiendid, kes viibisid ravil psühhiaatria osakonnas (1. grupp) ja võrdluseks valiti need haiged, kes olid ravil pediatrilises või kirurgilises osakonnas (2. grupp).

Tulemuste võrdluses leiti grupivahelised erinevused raviprotsessist arusaamisel. Pediatrilised ja kirurgilised haiged hindasid kõrgemalt personaliga suhtlemist, hoolitsust ja turvalisust osakonnas, raviplaani tutvustamist, haigla soovitamist sõpradele kui head asutust ning vanemate kaasamist raviprotsessi.

Järeldus: lapsed ja noorukid saavad osaleda haiglaravi kvaliteedi parendamisel. Noorukite arusaamine täiendab vanematepoolset hinnangut raviprotsessile ja aitab kaasa vajalike muutuste tegemisele haiglaravis.

SA Tallinna Lastehaigla Laste Vaimse Tervise Keskuse projekt

Projektijuht: dr Anne Kleinber, psühhiaatrikliiniku juhataja

Eesmärk: pakkuda kvaliteetseid psühhiaatrilise ravi teenuseid patsientidele ja koolitusvõimalusi spetsialistidele nende pädevuse tõstmiseks.

Tegevused selle raames:

- vaimse tervise keskuse ehitamine;
- vaimse tervise keskuse kontseptsiooni loomine, sh teadmiste vahetamine Norra partneritega integreeritud teenustesüsteemi väljaarendamiseks;
- laste väärkohtlemise diagnostilise süsteemi arendamine;
- „mobiilse“ (*out-reach*) meeskonna koolitamine;
- personali koolitamine tööks vaimse tervise keskuses;
- võrgustikusüsteemi väljaarendamine koostöös teiste sektoritega vaimse tervise teenuste edendamiseks ja probleemide varajaseks märkamiseks;
- regionaalsete vaimse tervise keskuste arendamise koordineerimine;
- uurimuse läbiviimine tegevuste tulemuslikkuse hindamiseks.

Viis käivitatud meeskonda:

- lastepsühhiaatria polikliinik
- psühhiaatriaosakond
- väikelastepsühhiaatria osakond
- söömishäirete ravi meeskond
- mobiilne kriisimeeskond

Teenused

Ambulatoorne abi 0–18aastastele lastele:

- sh psühhoterapiagrupid
- individuaalne psühhoterapia
- pereterapia
- vanemate nõustamisgrupid
- *out-reach*-teenus

Statsionaarne abi

- psühhiaatriaosakond sõltuvus- ja käitumishäiretega lastele ja noorukitele: 6 voodikohta
- lastepsühhiaatriaosakond: 10 voodikohta
- söömishäirete osakond: 5 voodikohta

Konsultatsioonid

- sh supervisioonigrupid
- telefoni- ja internetinõustamine (vaimnetervis@lastehaigla.ee)

Laste väärkohtlemise diagnostikasüsteem

- diagnostika
- sekkumised





AS Ida-Tallinna Keskhaigla

Ülle Rohi

Tel: +372 620 7959

E-post: ulle.rohi@itk.ee

Töökäik

- 2001– Ida-Tallinna Keskhaigla AS, õendusjuht, juhatuse liige
- 2000–2001 Mustamäe Haigla, ülemõe asetäitja kvaliteedi alal
- 1998–2000 Mustamäe Haigla, koolitusosakonna juhataja
- 1996–1998 Mustamäe Haigla, koolitaja
- 1991–1996 Tartu Ülikooli Kliinikum, kardiokirurgia osakonna intensiivraviõde

Haridustee

- 2012–2013 Tallinna Tehnikaülikool ja Eesti Kvaliteediühing, kvaliteedijuhi pädevuskoolitus
- 2007–2011 Tallinna Ülikool, psühholoogia instituut, organisatsioonikäitumise eriala magistriõpe
- 2006–2007 Tartu Tervishoiu Kõrgkool, õdede erialane koolitus, terviseõenduse eriala
- 2005–2006 Tartu Ülikool, majandusteaduskond, ärijuhtimise intensiivkursus
- 1999–2000 Tallinna Pedagoogikaülikool, sotsiaalteaduskond, sotsiaaltöö bakalaureuseõpe
- 1993–1996 Tartu Ülikool, arstiteaduskonna õendusteaduse osakond, õendusteaduse diplomiõpe
- 1988–1991 Tartu Meditsiinikool, meditsiiniõe eriala

Ida-Tallinna Keskhaigla AS

Ravi 18, 10138 Tallinn

Tel: +372 620 7000

Faks: +372 620 7002

E-post: info@itk.ee

<http://www.itk.ee>

Ida-Tallinna Keskhaigla on inimesekeskne uuendusmeelne haigla, mis pakub patsientidele parimat ravi ja mõjutab positiivselt Eesti elanikkonna tervist. Meie tegevus aitab kaasa sotsiaalse kindlustunde suurendamisele ühiskonnas. Missiooni toetavad töötajate professionaalsus ja praegusaegne tõenduspõhine tervishoiuteenus, mille lahutamatuks osaks on nii tervisedendus, haigla 230aastane ajalugu kui ka koostöövõrgustik.

Ida-Tallinna Keskhaigla on elukaare haigla, kus toimub igal aastal üle poole miljoni ambulatoorse vastuvõtu, saab statsionaarset ravi üle 30 000 patsiendi, võetakse vastu ligi 4000 sünnitust ning nende tulemuste saavutamiseks töötab pea 2400 inimest.

Haigla on liitunud järgmiste tervisedendusele suunatud võrgustikega:

- 1999 (2002) rahvusvaheline tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustik
- 2009 Euroopa suitsuvabade haiglate võrgustik
- 2005 tervist edendavate töökohtade võrgustik
- 2008 beebisõbralik haigla

Eesti tervist edendavate haiglate (TEH) võrgustikuga liitumise algusaastatel olid tervisedenduslikud tegevused pigem projektipõhised, praeguseks ajaks on aga tervist edendavate haiglate standardid tihedalt põimunud haigla igapäevastes tegevustes ning on suunatud nii patsiendile, töötajale kui ka koostööpartnerile. TEH-tegevuste eestvedajad on sõltuvalt valdkonnast kas kliinilise või tugiteenistuste esindajad, kuid pigem on levinud valdkondade ja struktuuriüksuste ülesed võrgustikud ja nõukogud (nt suitsuvaba haigla põhimõtete rakendamise initsiatiivgrupp, töökeskkonna valdkonna võrgustik, infektsioonikontrolli võrgustik jt).

TEH-standarditega seonduvad haigla juhtimisel tegevused, osalemine tervist edendavates võrgustikes, ressursside eraldamine haigla keskkonna pidevaks kaasajastamiseks, kvaliteedialane tegevus; lähtuvalt patsientide tervisevajadusest ning uutest ravivõimalustest toimub uute tervishoiuteenuste arendamine ja teenuste järjepidevuse arendamine. TEH-standarditega seonduvad samuti tegevused, millega tagatakse info kättesaadavus patsientidele, töötajatele ja koostööpartneritele. Väärtuslikku infot arenguvajadustest ja haigla tegevuste planeerimisel

saadakse regulaarsetest patsiendi rahulolu-uuringute tulemustest, koostööpartneritelt, samamoodi üldistest tendidest rahvastiku demograafilises struktuuris ja tervisealastest näitajatest.

Patsiendile suunatud tegevused

Professionaalse tervishoiuteenuse hulka kuuluvad **patsiendikeskselt** kujundatud võimalused teenusele registreerimisel. Haigla eesmärk on pakkuda patsiendile eri registreerimisvõimalusi, selgemat logistikat, visuaalset selgust haiglas liikudes ning ülevaadet tervishoiuteenuste valikust. Patsiendil on võimalik valida endale sobivaim vastuvõtuaaja broneerimise kanal (telefoniteenindus, otsekontaktiteenindus, personaliseeritud internetiteenindus (e-teenindus)). Lisaks oli aastast 2006 kasutusel elektrooniline iseteenindus (iPatsiendi teenus), mis on hetkel edasiarenduses. Patsiendikesksema teenuse tagamiseks loodi 2004. aastal ühtne telefoniteeninduskeskus. Kasutusel on ühtne lühinumber, mille kaudu on võimalik broneerida aeg vastuvõtule, lisaks saada informatsiooni lähedaste ning tervishoiuteenuste kohta. Tänapäeval kasutatakse info saamiseks palju elektroonilist keskkonda, seega on oluline, et haigla koduleht oleks patsiendile arusaadav ja kergesti hoomatav ning see on olnud kodulehekülje arendamise lähtekohaks.

Patsiendikeskse haigusjuhu käsitlust haiglas on toetanud eri kutseala esindajate kaasamine ja **multiprofessionaalne lähenemine**, sealhulgas õe ja ämmaemanda rakendamine tervist säilitavas ennetustegevuses. Tervisenäitajate ja riskitegurite hindamine ning edasiste terviseteenuste soovitamine võimaldavad meie patsientidele terviseküsimumstes kindlustunde (nt nakkushaiguste immuno-profülaktika, tromboosi profülaktika, noorte reproduktiivtervis), aitavad ennetada või varakult avastada haiguseelseid seisundeid (nt rinna- ja emakakaelavähi söeluureringud, osteoporoosi varajase avastamise projekt) ning ära hoida krooniliste haiguste ägenemisi (erialased vastuvõttud, nt diabeedi, südamepuudulikkuse vm haiguspuhust toimetulekut toetav õe vastuvõtt). Tervishoiuteenuste arendamisel hoiame fookuses **perekeskset** lähenemist, püüdes tagada võimalused patsiendi lähedaste kaasamiseks (nt naistekliiniku teenused, tervisekäitumise muutmisele suunatud vastuvõttud jne).

Patsientide ja nende lähedaste informeerimiseks on haigla töötajate poolt alates 2006. aastast süsteemselt välja töötatud **patsiendiõpetuse** infomaterjale, mis on elektrooniliselt kättesaadavad kõikidele huvilistele. Patsiendiõpetuse arendamisel ja rakendamisel on töötajatele toeks 2008. aastast haigla koolituskeskuse järjepidevalt korraldatavad patsiendiõpetuse baaskoolitused, 2009. aastast viime läbi jätkukoolitusi spetsiifiliste erialade kaupa.

Patsiendi **kaasatus** oma tervise ja heaolu kindlustamiseks on põhjendanud nn kaugteenuse – telefonikonsultatsiooni, et kodus keskkonnas saada vajadusel asjatundjalt tervisenõu või emotsionaalset toetust. Alates 2009. aastast oleme kaasatud üleriiklikku luu- ja liigesehaigete nõuandetelefoni teenuse osutamisse

(2009 osteoporoosi infoliin, 2012 reumaliin). Professionaalse toetuse ja kvaliteetse raviteenusega toetame Eesti elanike tervise edendamist, muuhulgas on loodud **terviseloengute sari elanikkonnale**. Tervisekooli tegevust võib pidada edukaks – iga-aastaselt on kasvanud nii käsitletavate teemade kui ka osavõtjate arv. Tervist edendava haiglana osaleme rahvusvahelistes kampaaniates, mille fookuses on tervisele pühendatud teavitus ning tervisenäitajate hindamine, nt üle-euroopaline melanoomipäev, ülemaailmne osteoporoosipäev, traditsiooniline südamenädal, eakate festival jms.

Ida-Tallinna Keskhaigla naistekliinik omab ÜRO lastefondi UNICEFi välja antud **beebisõbraliku haigla** tunnistust aastast 2008, mis tähendab, et lihtsad ja inimlikud väärtused nagu ema ja lapse lähedus, rinnapiima vajalikkus ning eelduste loomine edaspidiseks edukaks rinnaga toitmiseks on tööpõhimõtetena au sees. Nende tegevuste toetamiseks juhindub naistekliinik kirjalikust imetamisstrateegiast ning järgitakse rahvusvahelist rinnapiimaasendajate turustamise koodeksit, mis taunib igasuguse piimasegude ja lutipudelite reklaami tervishoiutöötajate poolt. Kliiniku juures tegutseb ambulatoorne imetamise nõustamise kabinet ja nõuandetelefon ning emadele pakutakse igakülgset toetust rinnaga toitmise perioodi vältel.

Enneaegsed beebid, kelle emadel veel rinnapiima napib, saavad abi neonatoloogia osakonna juures asuvast **emapiimapangast**. Baltikumi ainuke emapiimapank alustas tööd 2010. aastal. Vastsündinute intensiivravis on kasutusel igapäevase ravi ja hoolduse osana kanguruhooldus ning *Newborn Individualized Developmental Care and Assessment Program* (NIDCAP), mis aitavad enneaegsetel beebidel kergemini toime tulla stressirohke eluperioodiga ning võimaldavad enneaegse lapse vanematel olla igakülgset kaasatud oma lapse hoolduses sõltumata tipp tehnoloogilisest aparatuurist, vastsündinu vanusest ja sünnikaalust ning tunda rohkelt teineteise lähedust.

Töötajatele suunatud tegevused

Töökeskkonnapoliitika väljendab haigla eesmärged ja kavatsusi töökeskkonna riskide ennetamiseks ja vähendamiseks ning tööõnnetuste ja kutsehaiguste vältimiseks, samuti töötervishoiu, tööohutuse ja tuleohutuse nõuete täitmiseks ning töötingimuste parendamiseks. Välja on arendatud töötajakeskne **riskide hindamise ja ennetusabinõude rakendamise süsteem**, mis hõlmab struktuuriüksuste riskihindamist, töötaja töökoha riskihindamist ja töötaja personaalsete ohutegu-rite hindamist. Riskihindamist koordineerib haiglas töökeskkonnateenistus, kaasates nii haigla töötajaid ja nende esindajaid, töötervishoiukeskust kui vajadusel ka teisi asjatundjaid väljastpoolt.

Haigla on osalenud kahel korral Euroopa kampaaniates „European Good Practice Awards in Safety and Health at Work“, mille raames toimub ka kaheastmeline **heataava konkurs**. Esitasime 2007. aastal luu-lihaskonna vaevustele pühendatud

kampaania „Kergenda kandamit“ konkursile töö „Õendus-hoolduspersonali luu-lihasvaevuste ennetamine – patsiendi turvaline abistamine ja käsitsi teisaldamine“. Eelnimetatud projekt tõi riigisiselt I koha, Euroopa tasandil sertifikaadi – tunnustatud töö. 2008. aasta riskihindamise kampaania konkursile esitasime töö „Kogu haiglat hõlmav riskide hindamise ja ennetusabinõude rakendamise süsteem – töötaja isikliku ohutegurikaardi rakendamine“, mis jõudis riigisiselt kahe esimese hulka ning Euroopas avaldati töö parimate praktikate raamatus. 2010. aastal avaldati mõlemad Euroopas tunnustust saanud tööd kui hea praktika näited rahvusvahelises TEH-võrgustiku projektis „International Project Inventory – Healthy Workplaces“.

Ida-Tallinna Keskhaigla on pälvinud kaks aastat järjest (2012 ja 2013) tiitli „Tallinna tervisesõbralik töökoht“. **Tervisesõbralik töökoht** on töökoht, kus arendatakse tervist toetavat keskkonda ning väärtustatakse tervislikku elustiili. Konkursi eesmärgiks oli tunnustada tervisedenduslike ettevõtete tervisepoliitika ja paikondliku tervisedenduslike tegevuste arendamist ning sotsiaalse vastutuse jagamist. Töötajate initsiatiivil on 2012. aastal loodud haigla spordiklubi. Kahe aasta jooksul on toimunud ühised rabamatkad, kaks kanuumatka ja mitu rahvaspordiüritust.

Eesmärgiga aidata kaasa haigla töötajate ja patsientide tervisele ja heaolule ning kaitsta ja parendada meie haigla välis- ja sisekeskkonda, võtsime haiglas vastu otsuse **suitsuvaba haigla** suunas liikumiseks. Aluseks võtsime Euroopa suitsuvabade haiglate koodeksi ja strateegia, mille eeskujul sai moodustatud eri valdkondade spetsialistidest koosnev tööühm. Koostasime rakendusplaani, mis hõlmas järgmisi tegevusi: avalikkuse ja töötajate teavituskampaania, koolituste ja nõustamisteenuste pakkumine, abivahendid loobumise toetamiseks, infomaterjalide levitamine, vastava märgistuse paigaldamine hoonetele ja territooriumile, tubakavaba haigla põhimõtete integreerimine eri dokumentidesse jms. Suitsuvaba haigla staatuse kohaselt on 2011. aasta septembrist haigla sise- ja välis-territooriumil keelatud tubakatoodete (k.a närimis- ja huuletubakas) kasutamine. Uus kord kehtib nii patsientidele, rentnikele kui ka haigla töötajatele. Oktoobris 2012 tunnustas ENSH-Global Network for Tobacco Free Health Care Services meie suitsuvaba haiglat hõbetasandi sertifikaadiga.

Koostöö

Lisaks aktiivsele **siseriiklikule koostööle** õppe- ja teiste tervishoiuasutustega ning osalemisele eri võrgustikes on haigla aktiivne mitmes **rahvusvahelises projektis**. Näiteks seitsme Euroopa riigi 4-aastasest ühisprojektis DREAMING (Ei-DeRly-friEndly Alarm handling and MonitorING) rakendati ja hinnati uusi tehnoloogiad eakate tervisenäitajate kodujälgimissüsteemis, et leida uusi majanduslikult jätkusuutlikke terviseteenuseid eesmärgiga pikendada eakate kodus elamise ja hakkamasaamise aega. Projekti lõppedes käivitus 2012. aastal uus, sisuliselt

eelneva jätkuprojekt SmartCare, mille eesmärgiks sai välja töötada ja juurutada krooniliste haigustega eakate universaalne veebipõhine kodujälgimissüsteem, mis võimaldaks kombineerida nii sotsiaal- kui ka tervishoiuteenust. Haigla koolituskesksusel on oluline roll Eesti tervishoiutöötajatele **täiendkoolituse pakkujana** nii esmatasandil, eriarstiabitasandil kui ka statsionaarse õendusabi osutajatele.

DREAMING projekt

Kai Sukles, MD, Ida-Tallinna Keskhaigla sisekliiniku juhataja

Rahvastiku vananemine on pikaajaline suundumus, mis algas aastakümnete eest Euroopa Liidus. Eurostati 2011. aasta andmete kohaselt moodustavad üle 65aastased inimesed 17,5% ELi rahvastikust. Ligikaudu 80% vanemaealistest täiskasvanutest põevad ühte kroonilist haigust ning 50% põevad vähemalt kahte.

Kuidas saame aidata inimestel elada pikka ja produktiivset elu ning nautida head elukvaliteeti?

Kas pidev krooniliste haiguste jälgimine aitaks ära hoida haiguse ägenemise ja eakate haiglasse paigutamise? Kas kroonilist haigust põdeva patsiendi elukvaliteeti mõjutab positiivselt fakt, et ta on teadlik asjaolust, et tema tervise parameetreid jälgitakse pidevalt?

DREAMING (*eDeRly-friEndly Alarm handling and MonitorING* – eakate vajadusi arvestav häire käsitlemine ja jälgimine) projekti esitles avalikkusele Euroopa Komisjon 2007. aastal. Projekti eesmärk oli kontrollida kroonilisi haigusi põdevate patsientide kodujälgimise mõju patsiendi elukvaliteedile ning samuti selle majanduslikke aspekte. DREAMINGu eesmärk oli tõestada, et pidev haiguse jälgimine ning pidev kontakt tervisespetsialistiga tagab patsiendile kliinilise kasu ja samuti majandusliku kasu meditsiinasutusele. Sooviti testida ka hüpoteesi, mille kohaselt vähendab pidev jälgimine patsientide haiglasse paigutamise vajadust ning lühendab haiglas viibimise aega.

Nimetatud kliinilises katses osales 6 riiki Euroopa eri regioonidest (Rootsi, Taani, Eesti, Saksamaa, Itaalia, Hispaania).

Kliinilise katse tulemused näitasid, et katserühma patsiendid tajusid oma (QoL) elukvaliteeti kõrgemana võrreldes kontrollrühma patsientidega. Juhuvalliku käigus ei esinenud erinevusi küsimustikes SF 36.

Seoses depressiooniga sellist selget paremust katserühma hulgas ei täheldatud.

Millise kogemuse oleme me saanud?

DREAMINGu teenust peaks käsitlema võimalusena optimeerida ennetusmeetmeid krooniliselt haigete kodanike ravis.

Kokkuvõttes tuleks telemonitooringu kasutuselevõttu koduhoolduses vaadelda uue võimalusena integreeritud hoolduse suurendamisel, püüdes saavutada kasu patsiendile (rohkem tervist, heaolu) ja organisatsioonile (sobivam ressursside kasutus, esmased inimressursid).

Ettekanded rahvusvahelistel TEH- ja patsiendiõpetuse konverentsidel

1. Karik, L., Traumann, K., Tammaru, M. „Improving the working conditions in the call centre in the East Tallinn Central Hospital“ 22nd International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services, Barcelona, Spain, April 23-25, 2014.
2. Maripuu, S. “Personal approach to occupational risk assessment in the East Tallinn Central Hospital, Estonia” 22nd International HPH Conference, Barcelona, Spain, April 23-25, 2014
3. Palotu, E., Tammaru, M. A new measure for the assessment of Estonian nurses’ illness related risk of absenteeism East Tallinn Central Hospital, Estonia. 20th International HPH Conference. Taipei, Taiwan. April 11-13, 2012.
4. Karik, L., Traumann, K., Tammaru, M. On-line registration: a new channel for registration in the East-Tallinn Central Hospital, EACH2012 - International Conference On Communication In Healthcare (ICCH), St Andrews University, Scotland, UK. September 3–7, 2012.
5. Kõrve, K. Experience of patients attending international conferences: A qualitative study. EACH2012-International Conference on Communication in Healthcare, St Andrews University, Scotland, UK. September 3–7, 2012.
6. Sukles, K., Rohi, Ü., Talving, S. Elderly-friendly alarm handling and monitoring – international cooperation project”. 18th International HPH Conference, United Kingdom. April 14-16, 2010.
7. Rohi, Ü., Talving, S. „iPatient – the hospital comes to the patient“ 17th International HPH Conference, Crete, Greece. May 6-8, 2009.
8. Palotu, E. „The Work ability of an ageing workforce“ 17th International HPH Conference, Greece. May 6-8, 2009.
9. Pae, A., Koel, J. „The burnout syndrome is preventable – succession of project“ 17th International HPH Conference, Crete, Greece. May 6-8, 2009.
10. Admiralova, J., Vakulina, A. „Pain management as feeling of comfort and one of the most important parts in therapy for patients in surgical department“ 17th International HPH Conference, Crete, Greece. May 6-8, 2009.
11. Palotu, E., Shamarina, G., Poksi, A. „Improving patient orientation: Safety in Nuclear medicine“. 16th International HPH Conference, Berlin, Germany. May 14-16, 2008.
12. Luht, L., Raadik, R., Mitt, A. „Newborn hearing screening programm in Estonia 2004-2008“, 16th International HPH Conference, Berlin, Germany. May 14-16, 2008.
13. Koel, J., Peeterson, R., Karpova, I. „The Burnout Syndrome is preventable“, 16th International HPH Conference, Berlin, Germany. May 14-16, 2008.



AS Lääne-Tallinna Keskhaigla

Aivi Kabur

Tel: + 372 505 8373

E-post: aivi.kabur@keskhaigla.ee

Töökogemus

- 2008– AS Lääne-Tallinna Keskhaigla, juhatuse liige, õendusjuht
- 2006–2008 SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla, operatsioonikeskuse juhtiv vanemõde
- 1986–2006 AS Lääne-Tallinna Keskhaigla naistekliinik (endine Tallinna Pelgulinna Haigla Sünnitusmaja), operatsiooniõde

Haridus

- 2008–2010 Tallinna Ülikool, organisatsioonikäitumine (spetsialiseerumisega tervishoiuorganisatsioonidele), sotsiaalteaduste magistrikraad
- 2002–2004 Tallinna Meditsiinikool (rakenduslik kõrgharidus), üldõde
- 1983–1986 Tartu Meditsiinikool, ämmaemandus
- 1970–1981 Tallinna 32. Keskkool

AS Lääne-Tallinna Keskhaigla

Paldiski mnt 68, 10617 Tallinn

Tel: +372 650 7371

Faks: +372 650 7362

E-post: keskhaigla@keskhaigla.ee

<http://www.keskhaigla.ee>

AS Lääne-Tallinna Keskhaigla (LTKH) liitus TEH-võrgustikuga 2012. aasta juunis. Haigla missiooniks on asjatundlik ja tänapäevane ravi patsiendisõbralikus haiglas. LTKHs on 10 kliinikut, lisaks abiteenistused. Voodikohti on umbes 500. Haiglas töötab pisut üle 1700 inimese.

Vaatamata sellele, et haigla ühines tervist edendavate haiglate võrgustikuga (TEH) mõni aasta tagasi, on tervisedendusega tegeldud haiglas ka varasematel aastatel.

Tervise edendamiseks seotud tegevusi planeerivad ja viivad ellu asutuse juhid koos kliiniku ja osakondade juhtidega, personaliosakonnaga ning haigla kvaliteediosakonnaga.

Eesti TEH-võrgustiku liikmena on LTKH liitunud rahvusvaheliste võrgustikega: 2012. aastal rahvusvahelise tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustikuga (*International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, HPH*). 2015. aastal plaanime liituda Euroopa tubakavaba tervishoiuteenuse võrgustikuga (*Global Network for Tobacco Free Health Care Services, ENSH-Global*).

Meie eesmärk on elanikkonna, sh patsientide ja nende lähedaste ning meie haigla töötajate terviseteadlikkuse tõstmine ja tervist soodustavate käitumiste kujundamine.

Tegevused

Haigla on osalenud TEH-võrgustiku korraldatud tubakast loobumise nõustajate koolitustel. Kahe aasta jooksul on koolituse läbinud 4 öde ja 1 arst. Oleme osa võtnud TEH-võrgustiku aastakonverentsidest ja infopäevadest.

Koostatud on infomaterjale patsientidele jagamiseks nii osakondades kui ka ambulatoorsetel vastuvõttudel.

Üha rohkem on avatud ödede ja ämmaemandate iseseisvaid ambulatoorseid vastuvõtte, mille käigus on võimalik parandada patsientide terviseteadlikkust ja kujundada tervist soodustavat käitumist.

Aastal 2013 ja 2014 on kaks korda aastas korraldatud elanikkonnale loenguid terviseedenduslikel teemadel ja selle käigus mõõdetud eri tervisenäitajaid. Esmakordselt võtame osa ka Tallinna Ettevõtlusameti korraldatud üritusest „Kopli suvelõpufestival“, kus inimesed saavad tervisetelgis mõõta peamisi tervisenäitajaid (vererõhk, veresuhkur, kolesterool).

Noorte nõustamiskabinet naistekliinikus viib regulaarselt läbi terviseõpetuse loenguid koolidele. Samuti toimuvad perekoolis tulevastele emadele ja isadele eri loengusarjad, mis aitavad naist nii sünnituseks ette valmistada kui ka edaspidi lapsega kodus paremini hakkama saada. Samuti on võimalik kasutada palju eri lisateenuseid nagu vastsündinute/imikute ujutamine, võimlemine, muusikatunnid ja palju muud, mis kõik toovad lisaväärtust inimese varasesse kujunemisprotsessi.

Meie organisatsiooni eesmärk on muuta haiglakeskkond 2015. aastast tubakavabaks, seega vähendada tubaka tarbimise levikut nii personali kui ka patsientide ja nende lähedaste hulgas. Selle eesmärgi saavutamiseks on peamisteks tegevusteks aktiivse teavitustöö läbiviimine ja seda nii personali kui ka patsientide hulgas. Hetkel on haiglal kaks tubakast loobumise nõustamise kabinetti (TLN), millest üks avati 2014. aasta aprillis.

LTKHs viiakse regulaarselt läbi patsiendi ja personali rahulolu-uuringuid, et saada patsientidelt tagasisidet haiglas pakutavate teenuste ja nende kvaliteedi kohta. 2013. aastal viidi läbi statsionaarsete ning 2014. aastal ambulatoorsete patsientide rahulolu-uuring.

Vaimse tervise edendamine

Personali vaimse tervise toetamiseks ja läbipõlemise vältimiseks on haigla koolitusprogrammis 16-tunnine loengusari „Stress ja sellega toimetulek“, mis toimub nii eesti kui ka vene keeles.

2013. aasta aprillist on naistekliinikus algatatud supervisiooni pakkumist oma töötajatele. Kasutusel on nii grupi- kui ka individuaalne supervisioon ja seda vastavalt töötajate soovile ja vajadusele. 2014. aastal on seda võimalust laiendatud veel neljale kliinikule – kõigile, kes seda on soovinud.

Naistekliinikusse on tööle asunud raseduskriisi nõustajad, kes pakuvad naistele, meestele ja peredele psühholoogilist abi ja teavet paremaks toimetulekuks lapse planeerimisel, lapse ootusel ning sünnijärgsel perioodil.

Beebisõbraliku haiglakeskkonna kujundamine

Naistekliinik alustas 1992. aastal beebisõbraliku haiglakeskkonna loomist ja seda esimesena Eestis. Tol ajal tähendas see, et isad said olla sünnituse juures ja peredel oli oma sünnitustuba. 1993. aastal loodi esimesed perepalatid, mis olid ka esimesed vabariigis. Seda aega saab lugeda beebisõbraliku haigla kujunemise protsessi alguseks ja meie eesmärk on saavutada beebisõbraliku haigla tiitel aastaks 2015.

Alates 2004. aastast toimub järjepidev koolitus „Imetamise nõustamine tervishoiutöötajatele“.

2011. aastast toimub imetamisnõustamine nii statsionaari osakondades kui ka ambulatoorselt.

2013. aasta detsembrist alustati keisrilõikeaegse ema-vastsündinu nahk-naha kontakti juurutamist, kus beebi jääb operatsiooni ajaks ema rinnale. See on väga vajalik edasise imetamise edendamiseks ja samas soodustab see ka ema paranemist.

2014. aasta kevadest osaleb naistekliinik UNICEFi imetamise koolitustel. Koolituste eesmärk on saada 2015. aastaks imetamisnõustajale rahvusvaheline sertifikaat (*International Board Certified Lactation Consultant (IBCLC)*) ja seejärel avada imetamisnõustaja ametikoht.

Enneaegsete vastsündinute hoolduseks kasutab lasteosakond kanguru-meetodit ja peresid ei lahutata ka perinataalosakonnas.

Beebisõbraliku haigla sertifikaadi saamiseks naistekliinikule on olemas ajakava ja kindlad tegevused.

Kliiniku juurde kuulub perekeskus, mis on Eestis ja Põhjamaades ainulaadne ning mõeldud lapseootel ja väikelastega peredele.

Naistekliinikus paikneb ka reproduktiivmeditsiini keskus, kus saavad abi paarid, kes vajavad kunstlikku viljastamist, samas tegeleb keskus ka lastetuse põhjuste uuringutega nii naistel kui ka meestel ning lastetusraviga.

Tervisliku toitumise kujundamine haiglas

Naistekliinikus on tööl toitumisnõustaja, kes suudab ja oskab eri toitumisega seonduvaid probleeme lahendada ja neid ka ennetada.

Lisaks tavapärasele dieetidele on kõigil Lääne-Tallinna Keskhaigla patsientidel (juhul kui raviarst on selle heaks kiitnud) ja ka personalil võimalik toitu tellida erimenüüst, kuhu kuulub neli erinevat menüüd koos kolme toidukorraga.



SA Ida-Viru Keskhaigla

Alevtina Uustalu

Tel: +372 331 1146

E-post: alevtina.uustalu@ivkh.ee

Töökoht ja amet

- 2003– SA Ida-Viru Keskhaigla, õendusjuht
- 1999–2003 SA Ahtme Haigla, ülemõde
- 1980–1999 Kohtla-Järve Haigla, psühhoneuroloogia, õde
- 1968–1979 Kohtla-Järve Haigla, õde

Haridustee

- 2002 Kohtla-Järve Meditsiinikool, üldõenduse diplom
- 1968 Kohtla-Järve Meditsiinikool, õde

Organisatsiooniline ja administratiivne tegevus

- 2013– „Ida-Virumaa Vaimse Tervise Keskuse loomine lastele ja noorukitele“, SM, TÜK, PERH ja Norra projekti meekonnaliige
- 2006 – Ida-Viru maakonna tervisenõukogu liige
- 2010 – Ida-Viru maakonna traumanõukogu liige
- 2005 – tervist edendavate haiglate tegevuse koordinaator haiglas
- 2003–2006 EÕL volikogu liige
- 1996–2003 EÕÜ juhatuse liige

Ida-Viru Keskhaigla AS

Tervise 1, Kohtla-Järve, 31025, Estonia

Tel: +372 33 1103

E-post: info@ivkh.ee

Faks: +372 33 1107

<http://www.ivkh.ee>

Sihtasutus Ida-Viru Keskhaigla (edaspidi lühend SA IVKH) liitus Eesti tervist edendavate haiglate võrgustiku ja Maailma Tervishoiu Organisatsiooni projektiga „Tervist edendavad haiglad“ 2004. aasta novembris.

SA Ida-Viru Keskhaigla moodustati 2003. aastal Kohtla-Järve ja Jõhvi linnades aktiivravi osutavate haiglate tegevust ühendades. Haigla teenindab ligi 175 000 elanikuga piirkonda ning annab tööd enam kui tuhandele töötajale. Haigla nõukogus on võrdselt esindatud Kohtla-Järve linn ja Tartu Ülikooli Kliinikum. SA IVKH eesmärk on anda Ida-Virumaal kõrgetasemelist arstiabi ning teha meditsiini- ja tervishoiualast arendustööd. Meie missioon on tänapäevast ning kvaliteetset patsiendikeskset tervishoiuteenust pakkudes parandada inimeste elukvaliteeti.

Haigla koosseisu kuulub 4 kliinikut, 9 meditsiinilist teenistust ja 4 mittemeditsiinilist teenistust. Haiglaväline eriarstiabi pakub teenuseid kogu maakonnas. Oleme õppe- ja praktikabaasiks Tartu Ülikooli arstiteaduskonna üliõpilastele ning Tallinna ja Tartu Tervishoiu Kõrgkool üliõpilastele.

Tervise edendus ja (kroonilise haigusega) patsiendi toimetuleku valdkond on integreeritud haigla arengukavasse. Arengukava koostamise meeskonda olid kaasatud kliinikute, teenistuste ja osakondade juhatajad ja õendusjuhid.

Haigla põhiülesannete hulka kuuluvad lisaks otseselt raviteenuse osutamisega seotud tegevustele ka patsiendi nõustamine ja koolitamine, haiglapersonali pidev suhtlusalane koolitamine ning sotsiaaltöö individualiseerimine. Eesmärk on muuta haigla kohaks, kus patsient ja tema lähedased saavad murettekitavatele terviseprobleemidele spetsialistidelt asjatundlikku nõu. Väga oluline on ravi vältel patsiendi tervisekäitumise muutmise motiveerimine tervislikkuse suunas. Patsientide nõustamine eri spetsialistide poolt (õdede ja ämmaemandate iseseisvad vastuvõttud) on olulise tähtsusega medikamentoosse ravi kõrval.

Oluline on rõhutada, et haigla ei saa tervisedendust delegerida konkreetselt kellegi otseseks vastutuseks, haiglas on see igapäevane vastutus, millesse patsiendid ja kõik haiglatöötajad saavad oma panuse anda.

TE tegevuste kvaliteedihindamine on integreeritud haigla kvaliteedijuhtimise süsteemi.

Info ja õppematerjalid on kättesaadavad patsientidele, haiglatöötajatele ja külastajatele haigla kodulehel.

Küsimuste ja vastuste rubriik veebilehel väga populaarne, sest pakub võimalust esitada küsimusi haigla teenuste, nende kättesaadavuse ja oma terviseprobleemide kohta. Haigla annab välja igakuist haiglalehte töötajatele ja elanikkonnale. Üks kord aastas ilmub haigla leht perearstidele. Meditsiinilise personali koolitused, seminarid ning konverentsid haiglas ja väljaspool haiglat toimuvad vastavalt koolitusplaanidele. Parimate töötajate tunnustamine toimub haigla aastapäeval ja erialaseltside tähtpäevadel (preemiad, kingitused, tänukirjad, lilled). Korraldatakse haigla suve- ja talvapäevi. Samuti toimuvad erialaühingute suvekoolid.

Haigla aastaaruanded, riskianalüüsi ning patsientide ja personali rahuloluuuringute tulemused ja muud kvaliteedi hindamise kokkuvõtted asuvad haigla siseveebis ja on kättesaadavad personalile.

Tervisliku töökoha edendamine

Personalile korraldatakse regulaarset tervisekontrolli. Samuti toimuvad tööohutusejuhendite ning töösise-eeskirjade tutvustamised personalile. Uute töötajate tööle asumisel tutvustatakse neile tööeeskirju personaliosakonnas töökeskonnaspetsialisti ja infektsioonikontrolli teenistuses.

Aktiivne tervisedenduslik koostöö väljaspool haiglat

SA Ida-Viru Keskhaigla esindaja võtab osa Ida-Viru maakonna Tervisenõukogu ja Traumanõukogu tööst, kooliõed viivad läbi tööd õpetajate ja kooliõpilastega, arendatakse koostööd linna- ja maavalitsusega tervisepäevade organiseerimisel jne.

Osalemine tervise edendamise projektides:

Projekt „Kodu- ja vabaajavigastuste vältimine Ida-Viru maakonnas 2011. aastal”

Läbiviija: Eesti Tervisedenduse Ühing. Rahastaja: Eesti Haigekassa. Missioon: inimeste koolitamise, teavitamise ja nõustamise kaudu tõsta elanikkonna teadlikkust ning hoolivust, et vähendada vigastuste arvu Ida-Virumaal. Sidusrühmad: perearstid ja -õed, õed, perekoolide lektorid – 60; noorsootöötajad ja koolide õpetajad – 50; lasteaia õpetajad – 50 (osalevad min 75% lasteaedadest); lapsed (lasteaedade turvalisuse kuu üritustel) – 500; riskipered – 20; sotsiaal- ja lastekaitsetöötajad, hooldustöötajad – 40; projekti meeskond – 12. Projekti juhtis projekti nõukogu, kuhu kuulusid Ida-Viru Maavalitsuse, Päästeameti, Maanteeameti, Politsei- ja Piirivalveameti, Narva Linnavalitsuse, Kohtla-Järve Linnavalitsuse, SA Ida-Virumaa Keskhaigla, lasteaedade ja koolide, noorsookeskuse esindajad.

Rahvusvahelised projektid:

Ohtlike meditsiiniliste jäätmete keskkonnasõbralik utiliseerimine piiriüleses regioonis

2013. aasta juunikuus allkirjastati Euroopa naabus- ja partnerlusinstrumendi raames rakendatava Eesti-Läti-Venemaa piiriülese koostööprogrammi ühise korraldusasutuse poolt toetuslepingu projekti „Eco-friendly disposal of hazardous medical waste in the cross border region“ („Ohtlike meditsiiniliste jäätmete keskkonnasõbralik utiliseerimine piiriüleses regioonis“) elluviimiseks. Projekt kestab 20 kuud. Projekti raames luuakse majanduslikult efektiivsed meditsiiniliste jäätmete kahjutustamiskeskused kahes piiriüleses regioonis paiknevas haiglas.

Ida-Virumaa vaimse tervise keskuse loomine lastele ja noorukitele on Tartu Ülikooli Kliinikumi psühhiaatriakliiniku poolt läbiviidav projekt. Programmi operaatorid on Sotsiaalministeeriumi rahvatervise osakond ja finants- ja varahalduse osakond ning programmi partner on Norra Rahvatervise Instituut (Norwegian Institute of Public Health). Projekti toetuse ulatus on 500 000 eurot, millest Tartu Ülikooli Kliinikumi, Ida-Viru Keskhaigla ja Põhja-Eesti Regionaalhaigla poolne omafinantseering on kokku 15%.

WHO-HPH Recognition Project

WHO-HPH Tunnustamisprotsessi mõju – mitmekeskuseline juhuslikustatud kliiniline uuring. Põhiuurija professor Hanne Tonnesen, WHO-CC Kopenhaagen ja doktorant Jeff Kirk Svane. Osalevad kliinilised haiglaosakonnad eri riikidest: Taiwan, Norra, Tšehhi Vabariik, Kanada, Austraalia, Itaalia, Šveits, Sloveenia, Eesti. Selle uurimisprojekti eesmärgiks on hinnata, kas tunnustamisprotsess (mis toetab haiglates tervise edendamise alaste tegevuste juurutamist) toob kaasa suurema kasu patsientide ja personali tegevuse seisukohast.

Kokkuvõte

Ida-Viru Keskhaigla on tänapäevane aktiivravikeskus oma vajaduste ja nõudmistega. Üha suurem osa patsientidest saab ravi Ida-Virumaal. Selle tasemele jõudmine ja selle säilitamine on võimalik ainult tänu töötajate pidevale arengule ja enesearendamisele.



SA Pärnu Haigla

Ilmi Leesman

Tel: +372 447 3150

E- post: ilmi.leesman@ph.ee

Töökogemus

- 2011– SA Pärnu Haigla, kvaliteediteenistuse juhataja
- 2010–2011 SA Pärnu Haigla, audiitor-spetsialist
- 2008–2010 AS Taastusravikeskus Estonia, meditsiiniteenistuse juht/peaõde
- 1998–2008 AS Taastusravikeskus Estonia, peaõde
- 1985–1997 AS Taastusravikeskus Estonia, õde

Haridus

- 2002–2005 Tallinna Ülikool, sotsiaalteaduse magistrikraad rakenduslikus sotsiaaltöös
- 1998–2002 Tallinna Meditsiinikool, õe kutsekõrghariduse diplom
- 1983–1985 Tartu Meditsiinikool, meditsiiniõe eriala diplom

Ametialane täiendõpe

- 2011–2012 Kvaliteedijuhi pädevuskoolitus

SA Pärnu Haigla

Ristiku 1, Pärnu 80010

Tel. (+372) 447 3101

Faks (+372) 447 3102

E-post: ph@ph.ee

<http://www.ph.ee>

SA Pärnu Haigla on Pärnumaa ning naabermaakondade lähivaldade elanikke teenindav keskhaigla, mis osutab ööpäevaringset ambulatoorset ja statsionaarset eriarstiabi ning kiirabiteenust. Pärnu haigla statsionaarides on 419 litsentseeritud profiilset voodit, aastas ravitakse kuni 16 000 haiget. Arstlikke erialasid on

üle 30 ja ambulatoorseid visiite tehakse aastas ligi 190 000. Pärnu haigla on oma eesmärgiks seadnud inimeste tervise ning elukvaliteedi toetamise. Pärnu haigla visioon on olla usaldusväärne, uuendusmeelne ja hooliv arsti- ning õendusabi keskus Eesti tervishoiuvõrgustikus. Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustiku töös osaleb Pärnu haigla alates 2005. aastast.

Pärnu haigla eesmärk on seostuda patsiendikesksusega, kõrge ravikvaliteedi ja töötajate kvalifikatsiooniga, usaldusväarsuse ning uuendusmeelsusega. Organisaatsiooni töökorralduse ja juhtimise kvaliteedi tagamiseks kasutatakse organisaatsiooni põhilist kvaliteedijuhtimise süsteemi, mis tervishoiuteenuste kvaliteedijuhtimissüsteemi raames hõlmab patsientide rahulolu hindamist, teenuse osutamisel kaasneva riski juhtimist, professionaalse teeninduskvaliteedi tagamist ning organisatsiooni töökorralduse ja juhtimise kvaliteedi tagamist. Tulemusjuhtimisel põhinev kvaliteedijuhtimissüsteem võimaldab arengukavaliseid strateegilisi eesmärgid sõnastada tulemuskaartide ning tööplaanide alusülesanneteks. 2013. aastal realiseeris Pärnu haigla viimase viie aasta mahukaima arengukavalise eesmärgi – kahe terviselinnaku projekti. Projekti käigus valmis 2012. aastal uuenenud õendus-hoolduskeskus ning 2013. aasta suvel alustas Ristiku tänava ravikompleksis tööd taastusravi- ja heaolukeskus ning psühhiaatriakliinik. Koos laiendusega tehti uuendusi ka haigla olemasolevates ruumides. Operatsiooniploki loodi angiograafiaseadmega varustatud operatsioonituba ja soetati MRT-seade. Apteeki soetati lahustamiskeskus, kus alustati steriilsete süstelahuste valmistamist ning loodi valmisolek keemiaraviks vajalike tsütostaatikumide lahustamiseks. Projekti realiseerumisega on Pärnumaa ja naabermaakondade elanikele loodud võimalused kasutada elukohajärgselt tänapäevaseid ravi- ja diagnostikavõimalusi ning tervist edendavaid teenuseid.

Pärnu haigla uus taastusravi- ja heaolukeskus ning psühhiaatriakliinik moodustavad kompleksse terviku, kus taastusravi, rehabilitatsioon, spordimeditsiin ja üldisemalt tervisliku heaoluga seotud teenused on omavahel tihedalt põimunud. Taastusravi- ja heaolukeskuses on lisaks tavapärastele haigekassa poolt rahastatavatele taastusraviteenustele ja protseduuridele võimalus kasutada veelgi enam tervist edendavaid ning heaoluga seotud teenuseid. Nii patsientide kui ka personali seas on teenuste pakkumisega alustamisest alates tähelepanu pälvinud ja populaarseks osunud liikumistreeningud ning oma tervisest hoolival patsiendil on võimalus leida just endale sobivaim treening või protseduur. Uue hoonekompleksi valmimisega avanesid võimalused ka perekooli teenuste laiendamiseks, uuendamiseks ning parendamiseks. Lisandusid mitmed uued teenused: vesivõimlemise treeningud rasedus- ja sünnitusjärgseks perioodiks, rasedate jooga, võimlemine emadele koos beebidega ning beebide ujumise võimalused vannis ja basseinis ning massaaž. Piirkonna elanikkonna teavitamise ja informatsiooni jagamise eesmärgil toimusid käesoleva aasta augustis taastusravi- ja heaolukeskuses avatud uste päevad, kus soovijatel oli võimalus lasta ürituse raames hinnata oma tervisenäitajaid ning osaleda näidistreeningutes. Pärnu haigla õed osalevad elanikkonna terviseteadlikkuse tõstmise eesmärgil nii Pärnu linna kui ka maakonna

spordiüritustel, teemapäevadel ja ettevõtete tervisepäevadel, kus nad kontrollivad tervisenäitajaid ning annavad vajadusel esmased tegevusjuhised tervisekäitumise muutmiseks. Patsientide informeerimiseks koostatakse ja uuendatakse pidevalt kliinikute ning meditsiiniteenistuste erialaspetsialistide poolt patsiendi infomaterjale, mis on patsientidele kättesaadavad nii paber kandjal kui ka elektrooniliselt. Patsientide terviseteadlikkuse tõstmiseks annavad raviprotsessis lisaks raviarstidele oma panuse ka iseseisvaid vastuvõtte läbiviivad õed, nõustades patsiente nii haigustega toimetuleku kui ka tervislike valikute osas, ning ämmaemandad, kes annavad nõu imetamise ja rasedusvastaste vahendite kasutamisega seoses. Lisaks eelnimetatud teavitamistele on haiglas alates 2005. aastast avatud suitsetamisest loobumise nõustamise kabinet; projekti rahastatakse Euroopa Sotsiaalfondi programmi „Tervislikke valikuid toetavad meetmed 2010–2013“ vahenditest, millest tulenevalt on visiit patsiendile tasuta.

Pööramaks tähelepanu elanikkonna tervisele nii füüsilisel, vaimsel kui ka sotsiaalsel tasandil, on Pärnu haigla seotud mitmete rahvusvaheliselt tunnustatud projektidega.

2012. aasta märtsist kuni 2013. aasta novembrini osales Pärnu haigla EQUASSi (Euroopa Kvaliteedimärk Sotsiaalteenustes) kvaliteedisüsteemi rakendamise projektis, et tervishoiuteenuste kõrval pöörata tähelepanu ka sotsiaalteenustele ning muuta sotsiaalvaldkonna teenuste (rehabilitatsiooniteenus, igapäevaelu toetamise teenus, töötamise toetamise teenus ja tugiisikuteenus) osutamine efektiivsemaks ja tulemuslikumaks. EQUASSi rakendamise protsessi olid kaasatud rehabilitatsiooni ja erihoolekandeteenuste osutamise ja projekti rakendamisega seotud töötajad, kliendid ning koostööpartnerid ja projekti eduka rakendumise tulemusel omistati Pärnu haigla EQUASS Assurance'i sertifikaat.

Vaimse tervise edendamiseks alustas 2014. aasta jaanuaris tööd Pärnumaa laste ja noorte vaimse tervise keskus. Keskus koordineerib laste vaimse tervisega seotud tegevusi ning osutab ambulatoorseid psühhiaatrilisi teenuseid eri vanuses lastele ja noorukitele. Keskuse eesmärk on arendada Pärnumaa laste ning noorte ambulatoorseid vaimse tervise teenuseid, suurendada nende kättesaadavust ja tõsta teenuste kvaliteeti. Lisaks lastele ja noortele ning nende peredele vaimse tervise teenuste osutamisele on keskuse oluliseks ülesandeks ka haridus- ning sotsiaalvaldkonna jt sidusvaldkondade spetsialistide (lastekaitsetöötajad, politsei, õpetajad, psühholoogid) koolitamine ning võrgustikutöö toetamine.

Pärnu haigla naiste- ja lastekliinikus alustati 2012. aastal beebisõbraliku haigla (*Baby Friendly Hospital*) keskkonna loomisega. Tervishoiuteenuse kvaliteedi tõstmiseks läbis personal koolitused, koostatud on tööjuhendeid ning infomaterjale. Naiste- ja lastekliinikus viidi läbi kliinikusisene seire, intervjuueriti patsiente, et saada teavet ämmaemandate beebisõbralikust käitumisest. Beebisõbraliku haigla projekti raames läbis haigla ülemämmaemand 2013. aastal hindajate koolituse ja omandas vastava sertifikaadi.

Pärnu haigla töötajaid on tervist edendavate tegevuste eest tunnustatud nii Pärnu linna kui ka maakonna tasandil. Hiljutistest tunnustustest võib nimetada 2013. aastal omistatud Pärnu maakonna tervisedendaja tiitlit Pärnu haigla õendustöötajale seoses pikaajase panusega „Südametelgi“ töösse ning 2014. aastal tunnustati Pärnu haigla arsti Pärnu linna teenetemärgiga kauaaegse tegevuse eest tervisevaldkonna arendamisel ja tervist edendava töö koordineerimisel.



Eesti Kaitseväe meditsiiniteenistus

Kersti Lea

Tel: + 372 71 7104

E-post: kersti.lea@kaitseministeerium.ee

Töökoht ja amet

- 2014– Kaitseministeerium, ekspert
- 2000–2014 Kaitseväe peastaap, kaitseväe peaarst / meditsiiniteenistuse ülem
- 2006–2009 Kaitseministeerium, kaitseväeteenistuse osakonna meditsiininõunik
- 2001–2006 Kaitseväe peastaap, meditsiiniteenistuse ravi- ja väljaõppe jaoskonna ülem
- 1994–2001 Kaitseväe Lahingukool, arst-ülem
- 1990–1993 Võrumaa Haigla, kiirabi osakonna juhataja
- 1986–1993 Võru Rajooni Keskhaigla, kiirabi osakonna juhataja
- 1985–1986 Võru Rajooni Keskhaigla, sisehaiguste osakonna arst

Haridustee

- 2003–2005 Tartu Ülikool, töötervishoiuarsti residentuur
- 1984–1985 Tartu Riiklik Ülikool, sisehaiguste arsti internatuur
- 1978–1984 Tartu Riiklik Ülikool, arstiteaduskond, arsti diplom

Tunnustused

- 2014 Ida-Tallinna Keskhaigla tänukiri
- 2012 Tervise Arengu Instituudi tänukiri
- 2012 Kaitseväe teenetemärk
- 2012 Eesti Reservohvitseride Kogu hõberist
- 2010 Kaitseministeeriumi teenetemärk
- 2006 Eeskujuliku teenistuse rist
- 2006 1. jalaväebrigaadi teenetemärk
- 2006 Siseministeeriumi tänukiri
- 2004 Mälestusmedal „10 aastat taastatud kaitseväge“
- 2003 Kaitseväe Lahingukooli teenetemärk
- 2002 Paldiski linnavalikogu ja linnavalitsuse tänukiri
- 2001 Kaitseväe Lahingukooli tänukiri

Kaitseväe meditsiiniteenistus

Juhkentali 58, Tallinn

Tel: +327 71 7453

E-post: meditsiin@mil.ee

<http://www.mil.ee>

Kaitseväe (KV) meditsiiniteenistus osaleb Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustikus alates 2012. aastast. KV meditsiiniteenistuse ülesandeks on tagada kaitseväelastele tervishoiuteenuste osutamine kaitseväe meditsiinikeskuste poolt väeosa territooriumil, väliõppustel ja rahvusvahelistel sõjalistel operatsioonidel ning korraldada KV isikkoosseisule sõja- ja katastroofi-meditsiinialane väljaõpe.

Kaitseväe meditsiiniteenistuse isikkoosseisu kuulub 137 tegevteenustajat ja töötajat. Meditsiiniteenistuse heade koostööpartneritena on kaitseväes tööl 5 psühholoog, 5 sotsiaaltöötajat ja 12 kaplanit.

Tervise edendamisega seotud tegevusi planeerib ja koordineerib kaitseväe peastaabi meditsiiniteenistus, kes teeb koostööd kaitseväe spetsialistidega ja väeüksustega ning Eesti ja partnerriikide asutuste ja organisatsioonidega. Väga efektiivne ja tulemusrikas koostöö on toimunud Tervise Arengu Instituudi (TAI) ja USA Kaitseministeeriumiga. Rahvusvaheline koostöö on eriti oluline, sest Eestis toimub palju rahvusvahelisi sõjalisi õppusi ja kaitsevägi osaleb rahvusvahelistel sõjalistel missioonidel maailma eri piirkondades.

KV meditsiiniteenistuse esindajad on osalenud TEH-võrgustiku korraldatud tegevustes: konverentsidel ja seminaridel, suve- ja sügiskooli üritustel ning teinud ettekandeid siseriiklikel ja rahvusvahelistel konverentsidel.

Terviseedenduse valdkonnas on eesmärgiks seatud tõsta kaitseväelaste teadlikkust terviseriskidest, aidata kaasa kõigi kaitseväelaste tervist väärtustava ja soodustava käitumise ja elustiili kujundamisele ning tervist toetava ja säilitava teenistuskeskonna arendamisele.

Kaitseväe meditsiiniteenistuse ja TAI koostöös on läbi viidud ülevabariigilisi kaitseväelastele suunatud terviseedenduse seminare alates 2010. aastast. Osalema on oodatud kaitseväe arste, õdesid, parameedikuid, kaplaneid, psühholooge, sotsiaaltöötajaid, spordiinstruktoreid ja teisi tervise valdkonnast huvitatud spetsialiste. Seminaridel käsitletud teemadest on olulisemad olnud tubakas, toitumine, narkootikumid ja alkohol, seksuaaltervis, liikumine, psühhosotsiaalne toetus vigastatud kaitseväelastele. Seminaridest on osa saanud igal aastal kuni 80 kaitseväe erialaspetsialisti. Seminaridel on vahetatud häid praktikaid ja jagatud kogemusi, kuidas meditsiiniteenistus saaks igapäevatoos ettetulevate probleemide lahendamisel tugineda meeskonnatööle eri valdkondade spetsialistidega nii kaitseväe siseselt kui ka teiste organisatsioonide ja asutustega.

Heaks meeskonnatöö näiteks on 2. jalaväebrigaadis tegutsev tervisenõukogu, kus toimuvad regulaarselt töökohtumised valdkondade spetsialistide ja Kuperjanovi jalaväepataljoni esindajate vahel. Arutletavatele probleemidele, sh terviseprobleemidele, püütakse leida ka koos lahendusi, mille eelduseks on adekvaatne infovahetus ja eri spetsialistide koordineeritud ühistegutsemine.

Tubakas on tervist mõjutavaks väga oluliseks riskiteguriks ja seetõttu on kaitseväes läbi viidud mitu olulist tubakaga seotud uuringut.

Eesmärgiks on vähendada tubaka tarbimist kaitseväelaste hulgas, tõstes nende terviseteadlikkust tubaka kahjulikest mõjudest ja vähendada suitsetamist läbi suitsetamisest loobumise nõustamise. Kaitseväelaste hulgas läbi viidud suitsetamislevimuse uuringud 1996.–1999. aastani näitasid probleemi tõsistust, sest suitsetamise sagedus oli siis 66,5%. 2008. aastal läbi viidud uuringu tulemused näitasid, et tubaka tarbimine uuritavate seas oli vähenenud (48,8%). Samas tõdeti, et suitsetamisalast nõustamist KVs ei ole piisavalt arendatud.

Kaitseväe tervishoiutöötajad ja muud erialaspetsialistid on osalenud TAI korraldatud suitsetamisest loobumise meditsiinilise nõustamise ja lühinõustamise koolitustel ning kasutavad saadud teadmisi igapäevatoos. Meditsiinikeskustes on saadaval teabematerjal ja ajateenijatele on läbi viidud tubakalaseid koolitusi. 2011. aastal avati suitsemisest loobumise nõustamise kabinet kaitseväe tervisekeskuses, koostööd tehakse ka tervishoiuasutuste juures asuvate SLN-kabinettidega.

Seksuaaltervise valdkonnas on viidud läbi uuringuid, koolitatud ajateenijaid ja KV tervishoiutöötajaid USA DHAPP (Department of Defence HIV/AIDS Prevention Program) projekti raames.

KVs on läbi viidud mitu uuringut, et selgitada, kuidas konkreetsele (ajateenijate) sihtgrupile pakkuda huvitavat ja asjakohast koolitust, mis köidaks noori mehi kuulama, arutlema ja aitaks kaasa seksuaaltervise riskikäitumise ja haigestumise vähenemisele/vältimisele.

Uuringutest selgus, et eelistatakse koolituse läbiviimist väikestes gruppides, et oleks võimalus ise kaasa rääkida, ja pädevalt lektorilt oodatakse pildimaterjali kasutamist koos praktiliste harjutustega. Lisaks HIV/AIDSile tunti huvi sugulisel teel levivate haiguste (STLH), mehe tervise ja noore isa rolli kohta ning oodati infot usaldusväärsete internetiallikate kohta.

2011.–2013. aastal on DHAPP-projekti raames koolitatud üle 3000 ajateenija. Ajateenijate tagasiside koolitustele on olnud tunnustav ja positiivne.

2001.–2013. aastal on DHAPP-projekti raames koolitatud KV tervishoiutöötajaid HIV/AIDSi, sugulisel teel levivate infektsioonide, troopiliste haiguste ja missioonidega seotud spetsiifiliste terviseetemade valdkonnas. Koolitustest on osa saanud ka tervishoiutöötajad väljastpoolt kaitseväge. Lektorid Lõuna-Carolina Ülikoolist ja USA Kaitseministeeriumist on jaganud oma rikkalikke teadmisi ja kogemusi nii Tallinnas kui ka Tartus.

Kahel kaitseväe arsti on olnud võimalus osaleda tööalasel nakkushaiguste koolitusel Lõuna-Carolina Ülikooli haiglas ning korduvalt on osaletud USA Kaitseministeeriumi korraldatud HIV/AIDSi rahvusvahelistel konverentsidel.

Vigastatud kaitseväelastele suunatud tegevused

Kaitsevälase teenistuskonnas tuleb täita spetsiifilisi teenistusülesandeid, mis on kõrge riskiga nii tervisele kui ka elule.

TEH riigisese ja rahvusvahelise võrgustiku liikmena on KV meditsiiniteenistuse eesmärk kõigi, sh rahvusvahelistel sõjalistel missioonidel raskelt vigastada saanud kaitseväelaste, tervist väärtustava käitumise ja elustiili kujundamine ning tervist toetava ja säilitava teenistuskonna arendamine. Seetõttu on KV meditsiiniteenistuse erilise tähelepanu all kaitseväeteenistuses vigastada saanud kaitseväelased, kellele on vajalik korraldada õigeaegselt ja vajaduspõhiselt tervishoiuteenuseid, sh taastusravi ja rehabilitatsiooniteenuseid, ning pakkuda sotsiaalset ja psühholoogilist toetust.

Kuna Eestis on teatud probleeme sõjavigastuste spetsiifilise raviprotsessi korraldamisel, siis on KV meditsiiniteenistus arendanud pikaajalist koostööd partnerriikide sõjaväe kompetentsikeskustega Suurbritannias ja Ameerika Ühendriikides. Meie peamiseks koostööpartneriteks on Headley Courti Rehabilitation Centre Suurbritannias ja Walter Readi Army Medical Centre USA-s. KV koostöö Ida-Tallinna Keskhaigla taastusravikliinikuga ja koostööpartneritega on aidanud kaasa sõjavigastatute taasturavisüsteemi aengule Eestis, mille parimaks näiteks on 2014. aasta juunis avatud Ida-Tallinna Keskhaiglas amputatsioonijärgse taastusravi keskus. Keskuse töösse rakendumise järgselt on spetsiifilisi ja meeskonnatööle baseeruvaid taastusravi- ja rehabilitatsiooniteenuseid ning jäsemeproteese võimalik pakkuda kõigile Eesti elanikele, sh kaitseväelastele.

Raskelt vigastada saanud kaitseväelased vajavad vigastustest taastumise perioodil nii spetsialistide kui ka pereliikmete ja lähedaste pikaajalist toetust. KV tugikeskuse ülesandeks on pakkuda vigastatud kaitseväelastele vajaduspõhist toetust, et soodustada pikaajalise raviprotsessi võimalikult efektiivset toimimist ja aidata kaasa kohanemisele uute tingimuste ja piirangutega. Olulist tähelepanu pööratakse tervisespordile ja vaba aja tegevustele ning edendatakse rahvusvahelist suhtlemist vigastatud sõjameeste ühingute ja muude organisatsioonidega.



AS Valga Haigla

Anastassia Org

Tel: +372 766 5206

E-post: anastassia.org@valgahaigla.ee

Töökoht ja amet

- 2011– Valga Haigla AS, ülemõde
- 2011– Põhja-Eesti Regionaalhaigla, õde
- 2006–2011 UAB Nestle Baltics, meditsiiniline esindaja
- 2002–2008 Põhja-Eesti Regionaalhaigla, õde

Haridustee

- 2013– Tartu Ülikooli arstiteaduskond, õendusteaduse osakond, õendusjuhtimise magistriõpe
- 2007–2013 Tartu Ülikool majandusteaduskond, ettevõtetemajandus (lõpetamata)
- 1997–2002 Tallinna Meditsiinikool, üldõe diplom

AS Valga Haigla

Peetri 2, Valga

Tel: +372 766 5200

Faks: +372 766 5210

E-post: info@valgahaigla.ee

<http://www.valgahaigla.ee>

Valga Haigla osaleb Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustikus alates 2005. aastast. Meie eesmärk on tagada kohalikule elanikkonnale tänapäevased ja kvalifitseeritud tervishoiu- ja sotsiaalteenused.

Valga Haigla raviosakondades on 130 voodikohta ning hoolekande osakonnas 110 kohta. Töötajaid on üle 300.

Tervise edendamiseks seotud tegevusi kavandab ja viib ellu haigla juhtkond kõikide töötajate toel. Tervisedenduslike eesmärkide saavutamiseks tehakse koostööd eri spetsialistide ja asutustega (nt linnavalitsus, maavalitsus jt).

Valga Haigla on rahvusvahelise tervist edendavate haiglate ja tervisteenuste võrgustiku (International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, HPH) liige läbi Eesti TEH-võrgustiku.

Tervist edendavad tegevused

Valga Haiglas on tervisedendus olulisel kohal ravitöö kõrval. Patsiendi, personali ja paikkonna tervise edendamiseks ning elukvaliteedi tõstmiseks on meie meeskond valinud usaldusväärsed infomaterjalid patsientidele, korraldanud teabepäevi elanikkonnale ning osalenud teiste asutuste korraldatud infopäevadel, samuti on toimunud üritused personalile. Tegevuse tulemuste hindamiseks toimuvad iga-aastased patsientide rahulolu-uuringud ning hiljuti toimus ka personali rahulolu-uuring, mida saab edukalt kasutada töökeskkonna parendamiseks. Isikud, kes vastutavad turvalise haigla- ja töökeskkonna eest otseselt, võtavad osa TEH-üritustest.

Üheks oluliseks valdkonnaks on õdede ambulatoorse vastuvõtu arendamine, kuna õdedel on rohkem aega patsientidega suhtlemiseks ja usaldusväärse suhte loomiseks, mis aitab tõsta patsientide ja vajadusel nende pereliikmete terviseteadlikkust, kujundada tervist soodustavat käitumist ning toetada patsienti tervislike harjumuste kujundamisel.

Meie haiglas toimub ämmaemandate iseseisev vastuvõtt, mida patsiendid hindavad väga. Toimuvad nii tulevaste emade teabepäevad, kuhu saab tulla koos partneri või tugiisikuga, kui ka sünnitusjärgsed vastuvõttud, kus saab esitada küsimusi, saada individuaalset imetamisnõustamist ning vajadusel kontrollida ka tervist. Kõik ämmaemandad on võtnud osa UNICEFi imetamise koolitusest.

Kindlasti saab olla tervislike harjumuste kujundamisel toeks see õde, kes ise tunneb ennast tervena. Töötajate initsiatiivil ja juhtkonna toel moodustati kaks võimlemisrühma tugi-liikumisaparaadi häiretega inimestele, kes võimlesid kogunud füsioterapeudi juhendamisel sügis-talvisel perioodil. Asutuse poolt oli lubatud kasutada tasuta ruume ja võimlemisvahendeid.

Õendus- ja toitlustustöötajatele korraldatakse toitlustamise koolitusi, mille käigus tutvustatakse tervisliku toitumise põhimõtteid, tänapäevase haiglamenüü koostamise põhimõtteid, erivajadustega (neeru-, südame-, soolehaigused jne) patsientide näidismenüüsid ning arutatakse enteraalseid valmistoite.

Vaimse tervise edendamine

Valga Haigla osaleb laste ja noorte vaimse tervise keskuste loomise projektis, mille algatajaks on TÜK ning mille tulemusena luuakse vaimse tervise keskuseid Lõuna-Eesti ja Ida-Virumaa piirkonnas. Projektide üldeesmärk on parandada laste ja noorte vaimse tervise teenuste kättesaadavust ning saavutada laste ja noorte

vaimse tervise probleemide õigeaegne märkamine ja ennetamine piirkondades. Projektide oluliseks osaks on tegelemine psüühikahäirete ennetamisega. Ennetustegevustena on planeeritud lastele ja noorukitele ning nende vanematele ja tugivõrgustikule (sh lastega tegelevatele spetsialistidele) suunatud koolituste läbiviimine, psühhohariduslike artiklite publitseerimine ning häirepõhiste juhendmaterjalide koostamine.

Personali vaimse tervise toetamiseks ja läbipõlemise vältimiseks on meil läbi viidud koolitus tööstressi juhtimiseks, millest võttis osa 50 inimest.





AS Lõuna-Eesti Haigla

Jana Trolla

Tel: +372 786 8503, +372 521 5254

E-post: jana.trolla@leh.ee

Töökoht ja amet

- 2005– Lõuna-Eesti Haigla AS õendusjuht
- 2012– Tartu Ülikool, arstiteaduskond, õendusteaduse osakond, assistent
- 2011–2012 Tartu Tervishoiu Kõrgkool, õppejõud
- 2001–2005 Lõuna-Eesti Haigla AS, kirurgia-anestesioloogiakliiniku õendusjuht
- 1994–2001 Lõuna-Eesti Haigla AS, intensiivraviõde
- 1984–1994 Võru Rajooni Keskhaigla / Võrumaa Haigla, kirurgia osakonna õde

Haridustee

- 2008–2011 Tartu Ülikool arstiteaduskond, õendusteaduse osakond, tervise-
teaduse magistrikraad (õendusteadus)
- 2001–2003 Tartu Tervishoiu Kõrgkool, kutsekõrgharidus õe erialal
- 1981–1984 Tartu Meditsinikool, õe eriala

Teadustöö põhisuunad

Õendus, inimressursside optimaalne kasutamine

Tunnustused

- 2013 Eesti Õdede Liidu tänukiri
- 2008 Tervise Arengu Instituudi tänukiri

Publikatsioonid

1. Posterettekanne "Environmental health impact of the hospital" 2007; 15th International Conference on HPH; Vienna, Austria.
2. Konverentsi tees: Trolla, J.; Laks, K.; Hinno, S. (2011). Õdede töökoormuse mõõtmise meetodid täiskasvanute kirurgia- ja sisehaiguste osakondades. Eesti Arst 2011; 90(Lisa1):37.

Lõuna-Eesti Haigla AS

Tel: +372 786 8500

Faks: +372 786 8507

E-post: haigla@leh.ee

<http://www.leh.ee>

Lõuna-Eesti Haigla on Eesti tervist edendavate haiglate (TEH) võrgustiku liige alates 2000. aastast. Haigla missioon on osutada klientidele parimat võimalikku eriarstiabi ja teisi meditsiini- ning sotsiaalhoolekande teenuseid. Lõuna-Eesti Haigla on arenev tervishoiuasutus, millel on Eesti haiglavõrgu arengukava kohaselt kindel tulevik ja senisest märksa suurem vastutusala. Peame äärmiselt tähtsaks koostööd kõigi Kagu-Eestis praktiseerivate perearstidega, kellele soovime olla esmaseks koostööpartneriks, pakkudes eriarstiabi ning teisi meditsiini- ja õendus-hooldusteenuseid. Oleme koostööpartner nii Tartu Ülikooli Kliinikumile kui ka teistele eriarstiabi pakkuvatele tervishoiuasutustele. Alates 2014. aasta veebruarist kuulume Tartu Ülikooli Kliinikumi kontserni. Haiglas on 117 aktiivravi voodikohta, 60 statsionaarse õendusabi ja 24 üldhooldekodu voodikohta. Haiglas töötab 398 töötajat. Oleme praktika- ja residentuuribaasiks Tartu Ülikoolile ning praktikabaasiks Tartu ja Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolidele.

Eesti TEH (International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, HPH) liikmena on Lõuna-Eesti Haigla liitunud 2005. aastal ka Euroopa suit-suvabade haiglate võrgustikuga (Global Network for Tobacco Free Health Care Services, ENSH-Global).

Tervist edendavad tegevused

TEH riikliku ja rahvusvahelise koostöövõrgustiku liikmena on haigla eesmärk väärtustada töökeskkonda, töötajate tervist ja patsientide heaolu. Tervist edendava tegevuse korraldamisel ja läbiviimisel on oluline roll tervisedenduse meeskonnal, mis moodustati 2007. aastal. Diabeediõde Veevi Hõrak on aktiivselt tegele-nud tervisliku toitumise kujundamisega juba võrgustikutöö algusaastatest alates. Oluline on pakkuda ka patsientidele igapäevaselt tervislikku toitu ja selles osas on tihe koostöö dieetõe ja diabeediõe vahel. Töötajatel on võimalus kasutada haiglas asuvat "Metsakohvikut", kus pakutav toit on mitmekesine ja alati koos värskete salatitega.

Väärtustame tervist edendava haiglana ka turvalist töökeskkonda. Selle raames sai renoveeritud haigla pesumaja 2007.–2008. aastal. Et tagada pesu puhtus ja vältida puhta pesu saastumise võimalusi, valiti barjäärpesumaja mudel. Sellisel puhul on eraldatud pesumajas nn puhas pool mustast poolest ja töötajatele on tehtud väljaõpe infektsioonide levikuteedest ja nende vältimisest.

Patsientide turvalisus ja kliendikesksus on muutunud üha olulisemaks haigla tegevuses. Patsientidele ja nende lähedastele on loodud n-ö istumisnurkasid, kuhu on pandud lugemiseks tervisedenduslikku infomaterjali. Samuti on olemas emalapse tuba, kus noor ema saab segamatult ja privaatset last imetada ja mähkida. Haiglasolevate patsientide turvalisuse suurendamiseks on alates 2011. aastast registreeritud kukkumisi ja analüüsitud põhjusi. 2014. aasta suvest on kasutusel kukkumise riski hindamise instrumendina Morse kukkumise skaala.

Tubakavaba haiglakeskkond

ENSH-Global liikmeks sai Lõuna-Eesti Haigla 2005. aastat lõpus. Sellest ajast alates on olnud aktiivne ja teadlik tegevus suitsetamise levimuse vähendamiseks igapäevane tegevus. Haigla ja tema territoorium on suitsuvaba, uusi töötajaid teavitatakse tööle asumisel suitsuvabast poliitikast haiglas. Suitsetamisest loobumise nõustamine on kättesaadav haigla töötajatele ja nõustamise võimalust tutvustatakse maakonna koolides ja noortekeskustes ning Eesti kaitseväes.

Vaimse tervise edendamine

Norra finantsmehhanismi 2009.–2014. aasta programmi “Rahvatervis. Regionaalsete laste vaimse tervise keskuste väljaarendamine” raames on 2014. aasta 2. septembrist avatud Lõuna-Eesti Haiglas laste ja noorte vaimse tervise kabinet. Projekti “Lõuna-Eesti laste ja noorukite vaimse tervise keskuse loomine” projektipartnerid on Tartu Ülikooli Kliinikum ja Sotsiaalministeerium, projekti rahastab Norra riik. Nüüd on võimalik ka Võru maakonna lastel ja noortel saada oma elukoha lähedal abi, kui nooruk ise tunneb muret või lähedased märkavad probleeme vaimse tervise valdkonnas. Piirkondlikus meeskonnas töötavad vaimse tervise õde, sotsiaaltöötaja, psühholoog ja psühhiaater.

Töötajate vaimse tervise probleemide väljaselgitamiseks viidi 2013. aastal koostöös Tartu Tervishoiu Kõrgkooliga läbi uurimus „Psühhosotsiaalsed ohutegurid kui tööstressi põhjustajad“. Uurimusest selgus, et kõige vähem esineb psühhosotsiaalseid ohutegureid seoses rolliga, kõige rohkem esineb aga kontrolli valdkonnas.

Plaanid tulevikus

Jätkeb süvendatud tegevus patsientide kukkumiste ennetamiseks. See haakub eakasõbraliku haigla (*age friendly hospital*) idee juurutamise plaaniga. Koostöös Tartu Ülikooli Kliinikumiga on plaanis lähiajal liituda eakasõbralike haiglate võrgustikuga ja selle projekti paremaks elluviimiseks on moodustatud meeskond, mida juhib õendusabikeskuse juhataja. Sellest saab lähemate aastate suurem ettevõtmine. Aga unarusse ei jää ka kõik teised tervisedenduslikud tegevused, millega juba 2000. aastast on toimetatud.



AS Põlva Haigla

Aili Tilgre

Tel: +372 799 9103

E-post: aili.tilgre@polvahgl.ee

Töökoht ja amet

- 2004– Põlva Haigla AS, õendusjuht
- 2001–2004 Põlva Haigla AS, vastutav vanemõde
- 1997–2004 Põlva Haigla AS sünnitus-günekoloogia osakond, vanemõde
- 1995–1997 Põlva Haigla AS kiirabi, velsker
- 1982–1995 Põlva Rajooni Kesksaigla kiirabi, velsker
- 1980–1980 Tartu Linna Kliiniline Nakkushaigla, sanitar

Haridustee

- 2000–2001 Tartu Meditsiinikool, diplom õe erialal, kutsekõrgharidus
- 1979–1982 Tartu Meditsiinikool, diplom velskri erialal

Tunnustused

- 2011 Põlva Linnavalitsuse tänukiri
- 2009 Tervise Arengu Instituudi tänukiri
- 2008 Põlva Maavalitsuse aukiri
- 2004 Eesti Õdede Liidu tänukiri

AS Põlva Haigla

Uus 2, 63308 Põlva

Tel: +372 799 9101

Faks: +372 799 9105

E-post: polvahaigla@polvahgl.ee

<http://www.polvahgl.ee>

AS Põlva Haigla liitus Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustikuga 2000. aastal. Haigla on 115 voodikoha ja 250 töötajaga üldhaigla, mis osutab Põlva maakonnas eriarstiabi-, õendusabi- ja rehabilitatsiooniteenuseid.

AS Põlva Haigla missiooniks on tagada patsientidele/klientidele parimal võimalikul tasemel tervishoiu, tervisedenduse ja rehabilitatsiooniteenused.

Tervist edendavat tegevust juhib haiglas projektinõukogu, kuhu kuuluvad haigla õendusjuht – projektinõukogu esimees, ülemarst ja osakondade õendusjuhid.

Eesti TEH-võrgustiku liikmena on haigla liitunud rahvusvaheliste võrgustikega:

- 2000. aastal rahvusvahelise tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustikuga (International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, HPH);
- 2006. aastal Euroopa suitsuvabade haiglate võrgustikuga (Global Network for Tobacco Free Health Care Services, ENSH-global).

Tervist edendavad tegevused

Tervist edendavad tegevused on haigla igapäevatöö püsiv osa. Haigla eesmärk on elanike teadvustamine ja patsientide/klientide kaasamine tegevustesse, et toetada, säilitada ja arendada nende vaimset, füüsilist ja sotsiaalset tervist. Patsientide/klientide nõustamiseks töötavad nõustamiskabinetid: tervisetuba (sh suitsemisest loobumise nõustamine, südame- ja veresoonkonnahaiguste ennetamine ja nõustamine, naiste rinnavähi ennetus, tervislik toitumine), noorte nõustamiskabinet Amor (seksuaaltervise- ja pereplaneerimise-alane nõustamine). Lisaks pakutakse ka diabeedialast nõustamist. Vähihaigetele pakutakse kodust toetusravi ning haigete ja perede nõustamist. Aastaid on läbi viidud jätkuprojekti „Põlva Perekool“ rasedatele ja noortele peredele, sh rasedate võimlemine ja ujumine.

Osaleme haigekassa rahastatud ja kogu vabariiki hõlmavates haiguste ennetusprojektides (sh naiste emakakaelavähi ennetamine ja noorte seksuaalnõustamise projektid).

Toimub patsientide rahulolu-uuring koos muutuste monitooringuga.

Toimuvad personalile suunatud tervisepäevad, haigla töötajatele ja peredele võimaldame tasuta ujumist Põlva Tervisekeskuses, alates 2012. aastast kompenseeritakse osaliselt haigla töötajatele hambaravi kulusid. Erilist tähelepanu pööratakse töötervishoiu edendamisele ja kutsehaiguste ennetamisele. Personali krooniliste haiguste puhul läheneme taastusravile terviklik. Regulaarselt viime läbi personali rahulolu-uuringut majasisese mikrokliima parandamiseks.

Teeme koostööd perearstide, teiste haiglate ja omavalitsustega. Osaleme maakonna traumaprojektis. Koostöös Tartu Ülikooli Kliinikumiga osaleme arstiteaduskonna üliõpilaste seminaride läbiviimisel teemal „Tervist edendavad haiglad“.

Tubakavaba haiglakeskkonna kujundamine

ENSH-Globali liikmena on haigla eesmärk muuta haiglakeskkond tubakavabaks ning vähendada tubaka tarvitamise levikut personali ja patsientide hulgas.

Suitsuvaba töökeskkonna soodustamiseks toetatakse rahaliselt suitsuvabasid osakondi oma osakonna töötajate tervisepäeva korraldamisel. Mittesuitsetavale töötajale antakse üks täiendav puhkepäev. Suitsetamisest loobuda soovivatele töötajatele kompenseeritakse nõustamiskabinetti pöördumisel suitsetamisest loobumise ravikuur.

2010–2013. aastal on suitsetajate osakaal personali hulgas püsinud 11%, 2006. aastal oli see 14 %.

Kindlasti mõjutab statistikat see, et töötajate vahetumisega on tööle tulnud rohkem suitsetajaid, kui sel ajavahemikul on olnud loobujaid.

2007. aastal anti Põlva Haiglale Euroopa tubakavabade tervishoiuteenuste võrgustiku hõbetasandi sertifikaat.

WHO tervist edendavate haiglate (TEH) tunnustamise projekt

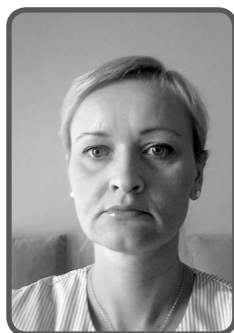
2014. aasta kevadest osaleme WHO tervist edendavate haiglate (TEH) tunnustamise projektis (WHO HPH Recognition Project). Selle uurimisprojekti eesmärgiks on hinnata, kas tunnustamisprotsess (mis toetab haiglates tervise edendamise alaste tegevuste juurutamist) toob endaga kaasa suurema kasu patsientide ja personali tervisele. Kliiniline tervise edendamine on patsiendikeskne lähenemine tervishoiuteenuste osutamisel, mille puhul integreeruvad tervise edendamise alased tegevused traditsioonilisse kliinilisse tegevusse, mis läbi paranevad ravitulemused ja kasvab patsiendi ohutus.

EQUASS

Haigla juurutab alates 2014. aastast taastusravi- ja rehabilitatsiooniteenuse kvaliteedisüsteemi EQUASS, mis on Euroopa kvalifikatsiooniraamistiku järelevalvesüsteem sotsiaalhoolekandeteenustele. Süsteem võimaldab sotsiaalteenuseid osutavatel organisatsioonidel osa võtta sertifitseerimise protsessist Euroopa tasandil, tagades sellega teenuse kasutajatele/klientidele ja teistele huvirühmadele oma teenuste hea kvaliteedi. EQUASS Assurance'i kvaliteedi põhimõtted kattuvad Euroopa Liidu sotsiaalteenuste kvaliteedi raamistiku (Common Quality Framework for Social Services of General Interest) põhimõtetega, mis on vabatahtlik raamistik liikmesriikidele sotsiaalteenuste osutamise kvaliteedi tagamiseks. Kümme põhimõtet, mille juurutamisele suurimat tähelepanu pööratakse, on juhtimine, personal, õigused (nii klientide kui ka töötajate õigused), eetika, koostöösuhted, kaasatus (nii klientide jõustamise kui ka avaliku sektori ja koostööpartnerite osas), isikukeskus, laiahaardelisus, tulemustele orienteeritus ning kestev areng.

Vaimse tervise keskuste loomine Lõuna-Eesti ja Ida-Virumaa piirkonda

Osaleme Tartu Ülikooli psühhiaatrikliiniku projektis „Vaimse tervise keskuste loomine Lõuna-Eesti ja Ida-Virumaa piirkonda“, mille eesmärk on luua laste ja noorte vaimse tervise kabinet Põlvasse. Projekti üldeesmärk on parandada laste ja noorte vaimse tervise teenuste kättesaadavust ning märgata ja ennetada laste ja noorte vaimse tervise probleeme õigeaegselt. Projekti oluline osa on psüühikahäirete ennetamine.



SA Jõgeva Haigla

Marika Meos

Tel: +372 776 6228

E-post: marika.meos@jogevahaigla.ee

Töökoht ja amet

- 2011– SA Jõgeva Haigla, vanemõde
- 2010–2011 SA Jõgeva Haigla, õde
- 2002–2004 SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla, intensiivraviõde
- 2000–2002 SA Tallinna Lastehaigla, abiõde

Haridustee

- 1999–2002 Tallinna Tervishoiu Kõrgkool, õde
- 1998–1999 Tartu Tervishoiu Kõrgkool, õde

SA Jõgeva Haigla

Piiri 2, Jõgeva 48307

Tel: 372 776 6200

Faks: 372 776 6201

E-post: haigla@jogevahaigla.ee

<http://www.jogevahaigla.ee>

SA Jõgeva Haigla on olnud tervist edendavate haiglate võrgustikus juba 2004. aastast alates. Jõgeva haigla on 120 voodikohaga kohalik haigla. Voodikohad on jaotatud kahe siseosakonna vahel, kusjuures II osakonna koosseisus on 50 hoolde- ja järelravi kohta. Lisaks statsionaarsele arsti- ja õendusabiteenusele osutab Jõgeva Haigla ka ambulatoorset eriarstiabi 10 erialaga ja töötavad ka uuringukabinetid (röntgen, laboratoorium, ultraheli, endoskoopia, EHHO ja EKG). Jõgeva Haiglas on ka diabeediõde nõustamise kabinet, kuhu suunatakse patsiendid nii ambulatoorselt ravilt endokrinoloogi poolt kui ka statsionaarsed haiged. Haigla pakub tööd ligi 114 inimesele.

Tervist edendavad tegevused

Sa Jõgeva Haigla on viinud läbi patsiendi ja haigla personali rahulolu-uuringu ankeetküsitluse kaudu, esimene küsitlus viidi läbi 2004. aasta novembris ja küsimustikud valmisid koostöös Tartu Ülikooli Tervishoiu Instituudiga, mille eesmärk oli parandada töötajate töökeskkonda ja patsiendile pakutavat teenust. Teine SA Jõgeva Haigla patsientide rahulolu-uuring viidi läbi 2011. aasta märtsis. Patsientide rahulolu-uuringu eesmärgiks oli selgitada patsientide rahulolu raviteenuste ning haiglaravi eri valdkondadega (olme, puhtus, toitlustamine, delikaatsus, teabe edastamine jne) SA Jõgeva Haiglas.

SA Jõgeva Haigla osutab koolitervishoiuteenust, koduõendusteenust ning haiglas töötab rehabilitatsioonimeeskond ja taastusravi. Samuti tegutseb igapäevaselt päevakeskus vaimupuudega inimestele.

SA Jõgeva Haigla osutab koolitervishoiuteenust Jõgeva Põhikoolis, Jõgevamaa Gümnaasiumis, Siimusti Lasteaed-Algkoolis ja Kiigemetsa Koolis (üldhariduskool hariduslike erivajadustega lastele). Kokku töötab meil 3 kooliõde, kes teostavad vaktsineerimisi vastavalt riikliku immuniseerimiskava alusel ning hindavad õpilaste terviseseisundit ja toimetulekut. Oma igapäevast tööd teevad kooliõed vastavalt koolitervishoiuteenuse juhendile. Lisaks levitavad nad tõendus põhised tervisealast teabematerjali, jagavad esmaabi praktilist õpetust ning aitavad kooli menüüde koostamisel.

Jõgeva haigla osutab koduõenduse teenust alates 2003. aastast Jõgeva ja Põltsamaa piirkonnas. Oleme lühikest aega osutanud teenust ka Laiuse piirkonnas. Nüüdsest on meil koduõe koolituse läbinud ka üldhooldusosakonnas töötav õde, kes võib seal teenust osutada. Selles valdkonnas teeme tihedat tööd perearstide ja eriarstidega.

Viimase aasta jooksul on rohkem pööratud tähelepanu töökeskkonna parendamisele: haigla inventari uuendamisele ja naistenõuandlas on kohe lõppemas renoveerimine. Käesoleva aasta alguses avati Jõgeva Haiglas vastrenoveeritud õendusabiosakond, mille valmimist kaasrahastas Euroopa Liidu Euroopa Regioonalarengu Fond.



SA Viljandi Haigla

Triinu Rõigas

Tel: +372 552 6061

E-post: triinu.roigas@vmh.ee

Töökoht ja amet

- 2010– SA Viljandi Haigla, õendusjuht
- 2008–2010 SA Viljandi Haigla, hooldusravi- ja sotsiaalhoolekande osakonna tasulise hoolduse üksus, vanemõde
- 2006–2008 SA Viljandi Haigla, sisekliinik, siseosakond, õde-intensiivraviõde
- 2005–2006 SA Elva Haigla TM, statsionaarne osakond, vanemõde
- 2004–2005 SA Elva Haigla TM, siseosakond, vanemõde
- 2003–2004 SA Elva Haigla TM, siseosakond, õde
- 2001–2003 SA Elva Haigla TM, lasteosakond, õde

Haridustee

- 2007–2008 Tartu Tervishoiu Kõrgkool, kliinilise õenduse õde-spetsialist
- 1999–2003 Tartu Meditsiinikool, õpeteadus

SA Viljandi Haigla

Pärna tee 3, Jämejala küla, Viljandi vald. 71024 Viljandimaa

Tel: 435 2022

E-post: vmh@vmh.ee

<http://www.vmh.ee>

SA Viljandi Haigla visioon on olla kõrge mainega üldhaigla, pakkudes patsientidele parimat ravi. Missioon on pakkuda patsiendikeskset kvaliteetset ravi, tervise maksimaalset taastamist ja oskusi haigusega toimetulekuks.

Viljandi Haigla on oma 476 voodikohaga Eesti suurim üldhaigla, mille koosseisu kuulub neli kliinikut (ambulatoorse ravi ja diagnostika, sise-, kirurgia- ning psühhiaatriakliinik) ning kaks keskust (õendus-hooldus- ning sõltuvushaigete ravi- ja rehabilitatsioonikeskus). Töötajaid on 750, mis teeb haiglast Viljandi maakonna suurima tööandja.

Lisaks üldhaigla tavatööle (aktiivravi, diagnostika jms) tegeleb Viljandi Haigla regionaalhaigla mahus psühhiaatriliste teenuste osutamisega. Suur osakaal on ka hooldus-, erihooldus- ja rehabilitatsiooniteenustel.

Viljandi Haigla rehabilitatsiooniteenusele on sotsiaalteenuste kvaliteedijuhtimise süsteemi European Quality in Social Services (EQUASS) Eesti esindus andnud EQUASS Assurance'i sertifikaadi. EQUASS Assurance on sertifitseerimissüsteem, mis tagab kvaliteedi ja kvaliteedikontrolli teenustes.

Ainsana Eestis ostutatakse Viljandi haiglas riikliku tellimuse alusel sõltuvushaigete ravi- ja rehabilitatsiooniteenust nii meestele kui ka naistele. Lisaks on haigla välja töötanud jätkuteenuse, mille pöhirõhk on aidata teenuse läbinul tagasi tavaellu integreeruda.

Eesti tervist edendavate haiglate (TEH) võrgustikku kuulub Viljandi haigla alates 2003. aastast ning 2006. aastast ka tervist edendavate töökohtade (TET) võrgustikku. Haigla esindajad osalevad info-, suve- ja talvapäevadel, rahvusvahelistel konverentsidel ning teistes ühistes ettevõtmistes.

Kuulumisega võrgustikesse on võtnud haigla teatud kohustuse ja vastutuse maakonna ning oma asutuse tervisedenduses. Pöörame rohkem tähelepanu haiguste ennetusele, patsientide, nende lähedaste ja personali terviseharidusele, turvalise töökeskkonna saavutamisele, organisatsiooni kui tervist toetava keskkonna kujundamisele ning koostööle paikkonna teiste tervisedendajatega. Maakondlikult teeb haigla peamiselt koostööd Viljandi maavalitsuse tervisetoaga.

Tervisedenduse valdkonda koordineerib Viljandi haiglas õendusjuht, kes kaasab tegevustesse teisi töötajaid.

Tervist edendava haiglana korraldab Viljandi haigla linna ja maakonna inimestele temaatilisi loengid (nt rahvusvahelisel diabeedi- ja südamepäeval jms) ning beebidega ja lapseotel perede teabepäevi. Haigla spetsialistid (erialaastid ning spetsialiseerunud õed) esinevad ettekannetega eri haigusi põdevate inimeste liitude korraldatavatel infopäevadel ning maakonna tervisedenduslikel ettevõtmistel (nt Mehiste meeste rada, südamenädal jms).

2007. aastast kuulub haigla Viljandi maakonna vigastuste ennetamise töörühma ning osaleb ühistes tegevustes – ohukohtade kaardistamine, tervisedendajate koolitamine jne.

Tervist edendava haiglana pööratakse suurt tähelepanu sellele, et patsient oleks kursis oma tervisliku seisundiga, ning patsientide ettevalmistamisele haiglast lahkumiseks – haigusega toimetulekut õpetatakse ka lähedastele.

Aktiivselt tegeletakse ennetustööga – haiglas toimib noortenõustamine nii neidudele kui ka noormeestele, osaletakse emakakaela- ja rinnavähi uuringute ning HPV vastu vaktsineerimise projektides.

Haiglas töötab perekool, mis valmistab noori peresid 4-nädalaste loengutsüklitega ette perelisa saabumiseks.

Aastaid on Viljandi Haigla osalenud suitsetamisest loobumise nõustamise projektis, toetades pahest loobumisel nii haigla töötajaid, patsiente kui ka soovijaid väljastpoolt.

Koostöös Pärnu Haiglaga arendatakse laste ja noorte vaimse tervise teenuste kättesaadavust ning tugivõrgustike loomist.

Tervist edendava töökohana pööratakse suurt tähelepanu töötajate tervislikule toitumisele. Haiglas töötab oma söökla, kus on töötajatel igapäevaselt võimalus saada taskukohase hinnaga sooja ja tervislikku toitu. Suurt rõhku pööratakse köögiviljatoitude ja salatite rohkusele menüüs ning töötajatel on võimalus ise soovikohastest komponentidest taldrikutäis kokku panna.

Edendatakse töötajate huvi liikumise vastu. Tegutseb Viljandi Haigla Spordiklubi, korraldatakse sammulugemise võistlusi, ühiseid retki ümber Viljandi järve jms.

Pidevalt toetab haigla tervisedenduslike teemade kajastamist kohalikus meedias (peamiselt ajalehes Sakala), andes näpunäited eri olukordadega toimetulekuks (ebatavaline kuumus, putukahammustused, viirusteperiood jms).



SA Rapla Maakonna Haigla

Mari Pöld

Tel: +372 489 0746

E-post: mari.pold@mail.ee

Haridustee

- 1963–1969 Leningradi Meditsiini Instituut, arsti diplom
1958–1960 Tallinna Meditsiinikool, meditsiiniõe diplom

Töökoht ja amet

- 2004– Rapla Maakonna Haigla, infektsionist
1994– Rapla Maakonna Haigla, sisearst
1983–1994 Rapla Maakonna Haigla, infektsionist
1983–2004 Rapla Maakonna Haigla, peaarsti asetäitja ravi alal
1969–1982 Rapla Rajooni Sanitaar-Epidemioloogia Jaam, epidemioloog
1963–1969 Leningradi Meditsiini Instituut, arst
1962–1963 Tuberkuloosihaigla Hiiul ja Kosel, laborant
1962–1963 Tallinna Stomatoloogia Polikliinik, medõde
1960–1962 Kullamaa Jaoskonna Haigla Läänemaal, medõde

Tervise edendamise seotud publikatsioonid

1. Pöld, M. The Health promotion in Rapla County Hospital: In Abstract Book 11-th International HPH Conference 2003 Firenze Italy.
2. Pöld, M. The family School in Rapla County Hospital . In Handbook 12-th International HPH Conference 2004 Moscow Russian Federation.
3. Pöld, M., Moora, L.-M., Laasner, A. Introduction for CVD promotion in Rapla County Hospital – in Abstract Book 14 International Conference HPH 2006 Palanga Lithuania.
4. Pöld, M. Moora, L.-M., Korolkova, T., Laasner, A. Rapla County Hospital is shifting towards a smoke free hospital. In Abstract Book . 16 International Conference HPH 2008 Berlin Germany.
5. Pöld, M., Moora, L.-M. Tobacco Cessation Clinic in Rapla County Hospital in Abstract Book 20 International Conference on HPH 2012 in Taipei Taiwan.

SA Rapla Maakonna Haigla

Alu tee 1, Rapla 79515
haigla@raplahaigla.ee
Tel: +372 48 90 702
<http://www.raplahaigla.ee>

SA Rapla Maakonna Haigla osaleb Eesti tervist edendavate haiglate ja tervisetee-
nuste (TEH) võrgustikus alates 2000. aastast. Haiglas on 110 voodikohta ja üle
200 töötaja. Haigla juurde kuulub polikliinik. Tervise edendamiseks on seotud
kogu meditsiinipersonali igapäevane tegevus. Siia alla kuuluvad töötajate ja pat-
sientide tervist väärtustava ja soodustava käitumise kujundamine ja tervist toe-
tava elu- ja töökeskkonna sihipärane kujundamine. On valmistatud ette ja loodud
nõustamiskabinette krooniliste haigete nõustamiseks, suitsetamisest/tubakatar-
vitamisest loobumise nõustamiseks. Paranenud on töökeskkond.

2005. aastal ühines SA Rapla Maakonna Haigla Euroopa suitsuvabade haiglate
võrgustikuga, nüüdseks ENSH-Globaalse tubakavaba tervishoiuteenuse võrgus-
tikuga. Haigla esitab igal aastal tubakavaba tervishoiuteenuse enesehindamise
tulemused rahvusvahelisele ENSH-võrgustikule ning Rapla Maakonna Haigla tule-
musi on hinnatud hõbetasandi vääriliseks.

2002. aastal alustati haiglas suitsetamisest loobumise nõustamisega. Selleks on
koolitatud 3 arsti ja 4 õde. Seminare on peetud ka perearstidele ja haigla õen-
duspersonalile. Praegu tegelevad nõustamisega 2 sisearsti ja ämmaemand. Lisaks
kord nädalas toimuvale vastuvõtule polikliinikus nõustab ämmaemand arvelole-
vaid rasedaid ja sisearstid statsionaarseid patsiente integreeritult igapäevatöö
sees. 12 aasta jooksul on nõustatud ca. 3000 suitsetajat. Neist 23% on püsinud
aasta jooksul tubakavabad. Ka haigla personali hulgas on suitsetajate arv vähene-
nud. Kui 2003. aastal suitsetas ligi 33% küsitletuist, siis 2009. aastal oli see
vähenenud 17%-le ja 2011. aastal 14,7%-le. Plaanis on laiendada suitsetamisest
loobumise nõustamise teenust ka kõigile operatsioonieelsetele ja -järgsetele pat-
sientidele operatsioonijärgsete tüsistuste vähendamiseks.

Haigla hügieeni osas on nii patsiendile kui ka personalile korraldatud mitmeid
koolitusi. Vähenenud on hospitaalinfektsioonide arv.

Aktiivselt on osa võetud nii rahvusvahelistest TEH-konverentsidest, kus on
esinetud posterettekannetega, kui ka Eestis toimuvatest TEH-seminaridest ja
konverentsidest



AS Rakvere Haigla

Sirje Kiisküla

Tel: +372 322 9021

E-post: sirje@rh.ee

Töökoht ja amet

AS Rakvere Haigla peaarst
Eriala: anestezioloog

Teenistuskäik

- 2002– Rakvere Haigla, peaarst
- 1997–2002 Rakvere Haigla, ülemarst
- 1995–1997 Rakvere Haigla, peaarsti asetäitja
- 1991–1997 Rakvere Haigla, operatsiooniosakonna juhataja
- 1981– Rakvere Haigla, anestezioloog ja intensiivravi arst

Haridus

- 1981– läbinud anestezioloogia ja intensiivravi, haigla nakkustõrje, sterilisatsioonisüsteemide ja juhtimisalaseid koolitusi, stažeerinud Soome Vabariigis Kuopio Ülikooli Kliinikus anestezioloogina, Sakamaal ning Rootsis anesteesia ja intensiivravi alal
- 2009–2010 Meta-Profit, neurolingvistilise programmeerimise põhikursus
- 1979–1981 Tartu Ülikooli Kliiniku kirurgia ja anestezioloogia intern, spetsialiseerumine anesteesia ja intensiivravi arstiks
- 1973–1979 Riiklik Tartu Ülikool, arstiteaduskond, ravi eriala üliõpilane

Tunnustused

- 2012 Lääne-Viru vapimärk
- 2011 Virumaa Teataja pressisõber
- 2010 Lääne-Viru maavanema tänukiri
- 2009 Rakvere Linnavalitsuse tänukiri
- 2008 Rakvere Linna teenetemärk
- 2007 Lääne-Viru Omavalitsuste Liidu tänukiri

Ühiskondlikud ja erialased tegevused

2001	Lääne- Viru traumanõukogu liige
2014	Lääne-Viru tervisenõukogu liige
1992	Eesti Anestesioloogide Seltsi liige
1993	Eesti Vereteenistuse Arstide Seltsi liige

Rakvere Haigla AS

Tel: +372 322 9010
Faks: +372 322 9009
E-post: haigla@rh.ee
<http://www.rh.ee/>

Rakvere Haigla on Eesti tervist edendavate haiglate (TEH) võrgustiku liige alates 2006. aastast. Haigla missioon on osutada meditsiinilist abi parimal võimalikul viisil, eesmärgiga parandada koostöös patsientidega nende tervist ja elukvaliteeti. Rakvere Haigla on arenev tervishoiuasutus, millel on Eesti haiglavõrgu arengukava kohaselt kindel tulevik. Peame äärmiselt tähtsaks koostööd Lääne-Virumaa ja meie maakonnaga piirnevate pere- ja eriarstidega, kellele soovime olla esmaseks koostööpartneriks, pakkudes meditsiini- ja õendusteenuseid. Oleme koostööpartner Põhja-Eesti Regionaalhaiglale, Tallinna Lastehaiglale, Ida-Tallinna Keskhaiglale ja ka teistele eriarstiabi pakkuvatele tervishoiuasutustele. Rakvere Haiglas on 142 aktiivravi ja 48 statsionaarse õendusabi voodikohta. Haiglas töötab 462 töötajat. Oleme praktika- ja residentuuribaasiks Tartu Ülikoolile ning praktikabaasiks Tartu ja Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolidele. Haigla omanikeks on 15 kohalikku omavalitsust Lääne-Virumaalt, haigla juhatus on üheliikmeline.

Koostöö Lääne-Virumaa traumanõukoguga

Rakvere haigla on osalenud juba kümme aastat Lääne-Virumaa traumanõukogu töös, mis hõlmab turvalisusega tegelevate spetsialistide koostööd ja kaasab paljusid inimesi. Visiooniks on järjepideva teadlikkuse tõstmisega kujundada oma ja teiste elu väärtustava ning õnnestustevaba ühiskonda loov maailmakodanik. Lääne-Virumaa on turvalisim maakond Eestis ning maakonnas on 100 000 elaniku kohta kõige vähem traumasid ja õnnetusi. Soov on, et maakonna inimesed tunneksid, et neist hoolitakse ja et Virumaa on parim paik maailmas.

Traumanõukogusse kuuluvad veel Päästeameti Ida päästkeskuse, Politsei- ja Piirivalveameti Ida prefektuuri, Lääne-Viru Omavalitsuste Liidu, Maanteeameti Ida regiooni, Tamrex Ohutuse OÜ ja Rakvere põhikooli esindajad. Meie eesmärk on olnud elanikkonna teavitamine meid ümbritsevatest ohtudest nii kodus, koolis, tööl, tänaval kui ka looduses. Samuti on eesmärgiks ohtude ennetamine, ohuolukorda sattunu abistamine ja abi kutsumine. Oleme osalenud koostööprojekti „Kaitse end ja aita teist“ õppeaasta jooksul läbiviidavas teoreetilises ohutusalas

õppes, mis on ennekõike suunatud VI klasside õpilastele. Koostöös eelnimetatud koostööpartneritega peab see kevadel kokkuvõtva ohutuslase laagriga, kus õpitu vormistatakse praktiliseks tegevuseks.

Alates 2011. aastast oleme analüüsinud Rakvere Haigla EMO-andmete alusel laste traumatismi juulikuu jooksul ning leidnud, et traumajuhtumite arv on vähenenud igal aastal ligi 2% võrra. Analüüsist on selgunud, et muutunud on ka traumatismi struktuur. Usume, et üheks paremuse põhjuseks võib olla kogukonna-keskne ennetustöö.

Rakvere Haigla on osalenud igal kevadel juba üheksa aastat järjest Rakvere Põhja-keskuses korraldataval ohutuslase perepäeval, kus on viibinud keskeltläbi 8000 külastajat. Ohutuslased perepäevad on ennekõike suunatud elukeskkonna ohutusele. Rakvere Haigla esindajad on eri aastatel õpetanud inimestele elustamist, küll on mõõdetud veresuhkru- ning kolesteroolitaset, reklaamitud töökeskkonna ohutumaks muutmist ning tutvustatud kiirabiautode sisseseadet ja meedikute tööd.

Rahaline ressurss ohutuslase ürituste läbiviimiseks on saadud koostööpartneritelt ja Eesti Haigekassalt ennetusele suunatud rahalistest vahenditest.

Patsiendi turvalisus

Teadaolevalt on haigla nakkustõrje süsteemi efektiivsuse näitaja MRSA-leviku tõkestamise võime haiglas. Alates 2009. aastast skriinime riskigruppide patsiente MRSA-kandluse suhtes, olenemata sellest, millise haigusega patsient haiglasse satub. Oleme grupid ise määratlenud, tuginedes tänapäevastele teadmistele ja kogemustele. MRSA-kandlusega patsiendid isoleerime teistest haigetest kuni tervenemiseni samadel tingimustel kui MRSAst endast põhjustatud haigusega haiged. Näiteks saabus riskigruppi kuuluv patsient songa pitsumisega, kohe võetakse ninaneelu külv. Patsienti opereeritakse pitsunud songa tõttu, ent operatsioonijärgselt paraneb kandlusega patsient isolatsioonis olles.

Oleme 5 aasta jooksul skriininud MRSA-kandlust alljärgnevalt: 2009. aastal skriinisime 66 patsienti, 2010. aastal 60 patsienti, 2011. aastal 142 patsienti, 2012. aastal 146 patsienti ja 2013. aastal 181 patsienti. MRSA-kandlusega ja infektsiooniga patsiente on diagnoositud loetletud aastatel vastavalt; 24, 26, 11, 5 ja 11 patsienti. MRSA positiivsete patsientide arv haiglas on oluliselt langenud, kuigi ravime jätkuvalt statsionaarsetes osakondades 6000 patsienti aastas. Kogu selle töö tulemuse taga on kõikide osakondade hooldajad, õed ja arstid tihedas koostöös mikrobioloogia laboriga. Tahame loota, et MRSA juhtude arvu vähenemine on seotud efektiivse skriininguga ning infektsiooni leviku tõkestamisega

Ajakohane toitlustamine Rakvere Haiglas

Rakvere Haiglas renoveeriti toitlustusosakond 2003. aastal, eesmärk oli saada kontrolli alla toiduainete kasutamine haigla köögis, optimeerida toiduportsjoni

hind ja kvaliteet, saada täpne ülevaade patsientidele väljajagatavatest toiduportsjonitest, tagada toidukorra soojana jõudmine patsientideni, toitlustada oma töötajaid mitmekülgset ja tervislikult ning korraldada toidunõude pesemist tsentraalselt kõrge temperatuuri juures.

Nii köögi tööruumid kui ka töötajate kohvik on ümber projekteeritud ja ehitatud vastavalt nõuetele. Saime 2004. aastal aasta tegija tiitli Rakvere linnas. Esimese poole tegevusaasta jooksul 2004.–2005. aastal vähenes toitlustamiskulu 8% voodipäeva kohta, samas paranes patsiendini jõudva toidu kvaliteet.

Patsiendile tuuakse toidukord termoskandikus, kus see püsib soojana 2 tunni jooksul pärast köögist väljastamist, mis on väga oluline, kuna haige ei saa tihti süüa just toidukorra ajal.

Haigla töötajad saavad valida mitmete värskest valmistatud roogade hulgast oma maitse- ja taskukohase prae, supi, magustoidu. Toorsalateid saab igaüks ise prae juurde doseerida temale sobivas hulgas. Tasuda on võimalik läbipääsukaardiga, mis toimib krediitkaardina kuni palgapäevani, samuti on võimalus maksata sularahas või pangakaardiga. Haigla kohvik on avatud nii patsientidele, küllastajatele kui ka linnakodanikele. Koostöös haigla toitlustusosakonnaga õnnestuvad hästi nii haiglasisesed kui ka -välised üritused.

Kogu toiduainete ladu, toiduretsepte ning portsjonite liikumist hallatakse elektroonses süsteemis CC3000.

Kitsaskohtigi jätkub. Patsientidele kandikuid ostes hoidsime raha kokku ning kandikusse ei mahu noad, kahvlid, lusikad ja jooginõu. Niisiis tulebki neid toidunõusid eraldi pakkida ja vedada. Kandikute kaaned on küllaltki jäigad ning kandik avaneb raskesti.

Patsientidele rahuloluküsitlusi tehes tõdeme ikkagi, et meie toiduga ei ole üldse rahul sünnitus- ja günekoloogiaosakonnas 6,3 % ning pigem ei ole rahul 8,1 % küsitlusele vastanud patsientidest, ülejäänud 85,6 % selle osakonna vastanud ravi-alustest on siiski rahul või pigem rahul.

Samasugune probleem on lasteosakonnas, kus pigem ei olnud toiduga rahul 14,9 % küsitletutest.

Siit järeldus, et ühesuguse menüüga ei ole võimalik täit rahulolu saada, inimeste toitumisharjumused on väga erinevad ning rahulolu on võimalik saavutada, kui tekitame patsientide menüüsse valikuvõimalused.

Haigla kaebustesüsteemi pöördumistest on 3/4 kiitused ning enamikus oli ära mainitud hea toit ja palutud tänada toiduvalmistajaid. Oma töötajad ihkavad puhkuselt või koolituselt tööle tagasi, et saaks ennast mõnusa haiglalõunaga premeerida.

Kokkuvõtteks saame öelda, et oleme saanud paljude patsientide, küllastajate ja oma töötajate rahuloluallikaks, pakkudes kvaliteetset, tervislikku ja maitsvat toitu.



SA Narva Haigla

Jelena Zelenjuk

Tel: +372 5692 6565

E-post: jelena.zelenjuk@narvahaigla.ee

Töökoht ja amet

- 2011– SA Narva Haigla, ülemõde
- 2004–2011 SA Narva Haigla, erakorralise meditsiini kliinik, vanemõde
- 1987–2004 Narva Linna Keskhaigla, anestezioloogia- ja intensiivravi osakond, vanemõde
- 1985–1987 Narva Linna Keskhaigla, reanimatsiooni osakond, õde
- 1980–1985 Tartu Kliiniline Sünnitusmaja, II günekoloogia osakond, õde
- 1977–1980 Tartu Kliiniline Haigla, neurokirurgia osakond, hingamiskeskus, õde
- 1976–1977 Tartu Kliiniline Haigla, siseosakond, õde

Haridus

- 2002–2004 Tartu Meditsiinikool, rakenduskõrgharidusõpe õe erialal
- 1975–1977 Tartu Meditsiinikool, diplom meditsiiniõe erialal

SA Narva Haigla

Haigla, 7, 20104, Narva

Tel: + 372 357 1800

Faks: + 372 357 1801

E-post: haigla@narvahaigla.ee

<http://www.narvahaigla.ee>

SA Narva Haigla (NH) on multiprofilne ambulatoorne ja statsionaarne raviasutus, mis teenindab ligikaudu 73 000 elanikku (Narva linn, Narva-Jõesuu linn, Vaivara vald ja osa Sillamäe linnast). NHs on 309 voodikohta. NH koosseisus on 4 kliinikut (erakorralise meditsiini kliinik, kirurgiakliinik, sisehaigustekliinik ja naistekliinik), 3 diagnostikaosakonda, polikliinik ja kiirabiosakond (erakorralise meditsiini kliiniku koosseisus). Haiglal on 3 ravikorpust ja 5 abihoonet. 2013. aasta novembris alustas tööd 85 patsiendile mõeldud iseseisva õendusabi korpus.

NH visiooniks on olla konkurentsivõimeline haigla, mis osutab patsiendikeskselt kvalifitseeritud abi, kasutades tänapäevaseid tehnoloogilisi vahendeid ja seadmeid. Tervishoiuasutusena on SA Narva Haigla missioon olla alati lähedal ning hoolida inimesest ja tema tervisest.

SA Narva Haigla liitus 2005. aastal Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustikuga ning Eesti TEH-võrgustiku liikmena on NH liitunud rahvusvahelise tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustikuga (International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, HPH). Tervisedendavat tegevust viib ellu NH juhtkond ja juhtivõdede nõukogu. Tervisedenduslike eesmärkide saavutamiseks tehakse koostööd eri spetsialistide, struktuuriüksuste ja tervishoiuasutustega.

SA Narva Haigla osaleb TEHi korraldatud konverentsidel, seminaridel, suve- ja sügiskooli üritustel ning mitmesugustel ümarlaudadel.

NHs on patsiendiinfo arendamise raames koostatud esialgu ainult paberkandjal kättesaadavad eestikeelsed ja venekeelsed infolehed patsientide ja nende lähedaste jaoks. Plaanis on ka patsiendiinfo loomine NH koduleheküljel. Kasutatakse ka TAI koostatud voldikuid jm.

Ennetusprojektidena viiakse läbi noorte sportlaste terviseuuringuid, vastsündinute kuulmisskriininguid ning emakakaela- ja rinnavähi skriininguid võimalike terviseprobleemide ennetamiseks ja nende varajaseks avastamiseks.

NH osaleb lastele ja noorukitele ning nende vanematele ja tugivõrgustikule mõeldud Norra-Eesti projektis „Ida-Virumaa vaimse tervise keskuse loomine lastele ja noorukitele“, mille raames hakkas 2014. aasta septembris tööle noorukite nõustamiskabinet. Nõustamiskabineti eesmärk on laste ja noorte vaimse tervise taset ja selle nõustamisteenuse kättesaadavust parandada ning teha nii, et laste ja noorte vaimse tervise probleeme õigeaegselt märgataks ja ennetataks.

Alates 2006. aastast tegutseb NHs suitsetamisest loobumise nõustamiskabinet (SLN) ning viimase nelja aasta jooksul on suitsetamisest loobuda kavatsevate inimeste arv neljakordistunud (sh ka esmakordsed).

NHs on olemas HIVi anonüümse testimise kabinet, tuberkuloosi OKR-sotsiaal-nõustamiskabinet ning HIVi nakatunute ja nende lähedaste nõustamis- ja ravi-kabinet, kus viiakse koostöös nakkushaiguste spetsialisti, sotsiaaltöötaja ja juhtumiskorraldusõega läbi patsientide nõustamist.

Õdede ja ämmaemandate ambulatoorne iseseisev vastuvõtt on seotud patsientide terviseabi edendamisega, kuna selle käigus võib patsientide teadlikkust tõsta ning tervist soodustavat käitumist kujundada. NH polikliinikus töötab diabeetilise jala kabinet, kus õpetatakse patsientidele õigeid käitumisharjumusi ning aidatakse suhkurtõvest tingitud jalgade probleemidega hakkama saada. 2014. aasta sügisel on plaanis avada ka tromboosikabinet.

NH polikliiniku koolimeditiini osakonnas tehakse tööd mitmes eri suunas: õpilaste tervises seisundi jälgimine, haiguste ennetamine ja tervise edendamine. Õpilaste nõustamise ja nendega vestlemise käigus kujundatakse tervilikku eluviisi, mis soodustab õiget käitumist, toitumist ja kahjulike harjumuste vältimist. Gümnaasiumi juhtkonna algatusel viib NH läbi gümnaasistidele mõeldud esmaabikoolitusi ja haiglat tutvustavaid ekskursioone.

Lapseootel naistele ja nende pereliikmetele tegutseb NHs perekool, kus tulevane ema saab teadmisi raseda tervise ja toitumise, sünnituse perioodide ja vastsündinu hooldamise kohta. Propageeritakse ka peresünnitust ja rinnaga toitmise kasulikkust. Kõik ämmaemandad läbisid 2014. aasta mais UNICEFi koolituse.

NHs viib töötervishoiuarst läbi ka riskianalüüse ning hindab töökeskkonda ja töötingimusi. Pidevalt arvutit kasutavatele töötajatele võimaldatakse silmahooldusvahendeid (tilgad, vitamiinid jm), mis ennetab ja vähendab võimalike nägemishäirete riske.



SA Läänemaa Haigla

Kai Tennisberg

Tel: +372 472 5803

E-post: kai.tennisberg@salmh.ee

Töö

- 2012– Promedi, Vaasa, osalise tööajaga naistearst
2000– SA Läänemaa Haigla ravijuht, naistearst, noortenõustaja
1981–2000 Haapsalu Rajooni Keskhaigla / SA Läänemaa Haigla, naistearst

Haridus

Pidevad iga-aastased täienduskoolitused ja erialased konverentsid
Muuhulgas stažeerimine Rootsi Kuningriigi Mälari Haigla Naistekliinikus

- 1981 Internatuur Tartu Ülikoolis sünnitusabi ja günekoloogia alal
1980 Tartu Ülikooli arstiteaduskonna ravi osakond

SA Läänemaa Haigla

Vaba 6, 90505 Haapsalu

Tel: +372 472 5801

Faks: +372 472 5810

E-post: haigla@salmh.ee

<http://www.salmh.ee>

SA Läänemaa Haigla on üldhaigla, mis kuulub Eesti haiglavõrgu arengukava haiglate hulka, on Eesti Haiglate Liidu liige ja alates 2000. aastast kuulub ka tervist edendavate haiglate hulka.

Haiglas on 103 voodikohta. Nendest 53 on mõeldud aktiivraviteenuse osutamiseks ja 50 kohal osutatakse iseseisvat statsionaarset õenduasbi.

Aktiivravi saab haigekassaga sõlmitud lepingu kohaselt sisehaiguste, kirurgia ja günekoloogia erialal. Pediaatrilisi, neuroloogilisi, psühhiaatrilisi ja muude haigustega patsiente ravitakse sisehaiguste lepingu raames.

On olemas 5 voodiga intensiivraviosakond, kus on võimalik ravida I–III astme intensiivravi vajavaid patsiente.

Aastas ravitakse statsionaaris ca. 2700 patsienti. Ambulatoorsed eriarstide vastuvõttud toimuvad 19 erialal.

Kõik Haapsalu koolide kooliõed on Läänemaa Haigla töötajad.

Tagame ka koduõendusteenuse Haapsalu linnas, lähemates valdades ja Vormsi saarel.

Haigla juurde kuulub veel 37kohaline hooldekodu, mis asub ajaloolises De la Gardie mõisahoones.

Lisaks paikneb haigla ruumides kolm perearstipraksist.

Haigla ruume kasutavad ka kaks Põhja-Eesti regionaalhaigla kiirabibrigaadi ja dialüüsifirma Fresenius Medical Care.

Tervisedendus Läänemaa haiglas

Käsitleme tervisedendust oma igapäevatöö lahutamatu osana, mistõttu mõnigi kord tundub raske eraldi tegevusi välja tuua. Siiski võiks kõnelda töö teatud suundadest ja rõhuasetustest, mis enam tähelepanu on pälvinud.

Umbes 15 aastat töötab Läänemaa haiglas noorte nõustamiskabinet. Kabinetis töötavad naistearst, ämmaemand ja õde. Vastu võetakse ilma visiidimaksuta nii tütarlapsi kui ka noormehi vanuses kuni 25 eluaastat.

Kuigi tegevuse põhirõhk on pereplaneerimise nõustamisel, sugulisel teel levivate haiguste ennetamisel ja seksuaalsuhete nõustamisel, tegutsetakse põhimõttel „küside võib kõike“. Kui nõustaja ei oska ise noore küsimustele vastata, leiab ta inimese, kes suudab aidata. Nii oleme konsulteerinud kabinetti ka psühholoogiliste, sotsiaalsete ja juriidiliste probleemidega pöördunud noori.

Alates 2005. aastast on noortekabineti töösse lisandunud tubakast loobumise nõustamine.

Noortekabineti töötajad peavad maakonna koolides regulaarselt oma tegevust tutvustavaid loenguid. Vastavalt õpilaste huvile ja hetkevajadusele tellivad koolid tihti ka mõnele kitsale teemale pühendatud loenguid. Viimasel ajal on küsitud näiteks tervisliku toitumise, arvuti/internetisõltuvuse ja e-sigarettide kohta.

Täiskasvanute tervisenõustamine on enam erialakeskne.

Töötavad eriettevalmistusega õed, kellel on omal alal iseseisvad vastuvõttud. Õdede vastuvõttud on ilma visiidimaksuta.

Hetkel on võimalik nõu saada diabeedikabinetis, inkotoas ja kopsuhaiguste õe vastuvõttul.

Ortopeediliste probleemide, ortooside ja muude abivahendite suhtes nõustab eriõppe saanud kirurgiaõde.

Diabeedikabineti töö hõlmab muuhulgas ka toitumisalast nõustamist.

Kopsuhaiguste õde on saanud väljaõppe tubakast loobumise toetamiseks.

Kiirabi ja EMO-õed õpetavad regulaarselt maakonna ettevõtetes esmaabivõtteid.

Rasedatega tegelev ämmaemand korraldab perekooli ja aitab tubakasõltlastest rasedaid sõltuvusest loobuda.

Kooliõdede töö on sisuliselt kogu mahus haigusennetus- ja tervisedendus.

Koduõdede töö suur osa on patsientide lähedaste võimestamine, õpetamine, kuidas patsienti aidata oma probleemiga hakkama saada.

Käesoleval aastal on lisandunud täiesti uus tööloik.

Koostöös Swedbankiga pakutakse pangas elukindlustust omavatele patsientidele eri tervisepakette, mille raames selgitatakse välja, kas patsiendil võiks olla terviseriske, ning sõltuvalt nende olemasolust teostatakse suurema või väiksema ulatusega terviseuuringuid ja muidugi nõustatakse riskide mõju vähendamise võimaluste suhtes.

Vajadusel suunatakse inimene täiendavatele uuringutele või ka ravile.

Nimetatud tervisepakettide raames on võimalik saada ka näiteks füsioterapeudi nõuandeid või massaaži. Tegevustega seotud kulud katab Swedbank.

Eesmärgiga oma tegevust parandada ja ajakohasemaks muuta viiakse igal aastal läbi patsientide rahuloluküsitlusi. Samuti on tehtud personali rahulolu-uuringuid. Uuringute läbiviimisel on olnud suur abi Tallinna Ülikooli Haapsalu kolledži tervisedenduse üliõpilastest, kes on mitmel aastal meie haiglat praktikabaasina kasutades kirjutanud oma kursuse- või diplomitöid. Haigla kasu on arvestada üliõpilaste uurimistööde tulemusi igapäevatöös.

Palju on arenguruumi personali nii füüsilise kui ka vaimse tervise edendamisel. Praegu korraldatakse haigla ruumides oma töötajatele Pilatese treeninguid. Osaliselt on tasuta ujulas käimise kulusid. Igal aastal toimuvad Läänemaa Arstide Ühenduse initsiatiivil suvised väljasõidud Eestimaa huvitavatesse kohtadesse ja haigla eestvedamisel nn suvelõpupeod või ühised teatrikülastused.

Väljaspoole haiglat suunatud tegevustest väärib märkimist hea koostöö linna sotsiaalmajaga, politseiga ning kriisi- ja ohvriabi organisatsioonidega.

SA Läänemaa Haigla on Lääne maavalitsuse juurde loodud turvalisuse teemakoja liige.

Tulevikus

Haigla näeb oma tulevikku eri tervishoiuasutuste koostöös ja võrgustumises. Ees seisab Läänemaa Haigla ja Põhja-Eesti regionaalhaigla juba toimivate suhete juuriidiline vormistamine. Koostöö peaks tagama raviteenuse stabiilsuse ja ühtlase kvaliteedi.

Teine suur väljakutse on jätkata juba alustatud protsessi – kujundada haigla ümber hästi toimivaks tervisekeskuseks, milles lisaks haiglale ja kiirabile oleks ruumi pere- ja hambaarstidele, apteegile ja rohpoodidele, füsioterapeutidele, võimlemisringidele ja tervisesportlastele.

Tegemist on põhimõtteliselt filosoofilise muutusega: saada haigusekesksest asutusest tervisekeskseks.



SA Hiiumaa Haigla

Riina Tamm

Tel: + 372 462 2780

E-post: riina.tamm@haigla.hiiumaa.ee

Töökoht ja amet

1998– SA Hiiumaa Haigla, ülemõde, ämmaemand

1990–1998 Hiiumaa Maakonna Haigla, ämmaemand

Haridustee

2005–2007 Tallinna Tervishoiu Kõrgkool, tasemeõpe

1987–1990 Tallinna Meditsiinikool, ämmaemandate õpe

Tunnustused

2009 Tervise Arengu Instituudi tänukiri

2005 Sihtasutus Tuuru tänukiri

2001 Junior Achievement Eesti tänukiri

SA Hiiumaa Haigla

Rahu tn 2, 92414 Kärkla

Tel: +372 462 2783

E-post: haigla@hiiumaa.ee

<http://www.haigla.hiiumaa.ee>

SA Hiiumaa Haigla osaleb Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuse võrgustikus alates 2003. aastat. SA Hiiumaa Haigla põhiline eesmärk on kvaliteetse eriarstiabi osutamine Hiiu maakonnas, seda nii ambulatoorselt kui ka statsionaarselt. Alates 2013. aasta lõpust osutab kiirabi teenust saarel SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla.

SA Hiiumaa Haiglat juhib neljaliikmeline nõukogu ja üheliikmeline juhatus. Haiglas töötab 66 töötajat. Saare ainsa haigla põhitegevuseks on eriarstiabi osutamine üldhaiglana. 2013. aastast on haiglas avatud 19 aktiivravi voodikohta ja 18 hooldus-

ravi voodikohta. Hiiumaa Haiglas osutatakse arstiabi kirurgia, sisehaiguste, lastehaiguste ning sünnitus- ja günekoloogia erialal. Haiglas on hooldusraviosakond.

Haigla on varustatud tänapäevase diagnostika-aparatuuriga: kompuutertomograaf, ultraheliuuringu ja laboratooriumi aparaadid. Haiglas on endoskoopia- ja funktsionaaldiagnostikakabinet. Avaras operatsioonitoas on moodne aparatuur, intensiivravi on sisustatud kõige vajalikuga haige jälgimiseks ja raviks. Sünnitus- toas saab vaevusi leevendada mullivannis. Vajadusel suunatakse haige kõrgemasse ravietappi auto või helikopteri transpordiga.

Tervisedenduslike eesmärkide saavutamiseks tehakse head ühistööd eri spetsialistidega ja tervishoiuasutustega. Pikaajaline koostöö on välja kujunenud tervist edendava Palanga Rehabilitatsioonihaihlaga Leedus, mida juhib Eesti aukonsul Leedus hr Virginijus Biskys. Hea koostöö on meie haiglal samuti Ameerika Ühendriikide suursaatkonnaga Eestis, kelle rahastuse toel renoveeriti 2009. aastal kirurgiaosakond.

Tervist edendavad tegevused

SA Hiiumaa Haigla eesmärk on suunatud oma personali ja haiglat ümbritseva paikkonna inimeste tervise ja heaolu potentsiaali väljaarendamisele ning nende tervisekäitumise positiivsele mõjutamisele. Töö on suunatud nii personali heaolu kui ka igapäevase kutsetöö produktiivsuse tõstmiseks. Läbi on viidud SA Hiiumaa Haigla töötajate rahulolu-uuring. Personali vaimse tervise toetamiseks toimus koolitus, mida viis läbi tunnustatud psühholoog Viigi Viil. Koolituse eesmärk: mõista ennast ja teist inimest, vältida isiklikku läbipõlemist, säilitada tähelepanuvõime ning koostöövalmidus

- **Tervislik ja patsiendisõbralik keskkond**

Hiiumaa haiglasse sisenedes on I korruse fuajees eksponeeritud kunstinäitused. Palatid on heledad, valgusküllased ja tänapäevased. Osakondades on palju rohelist ja lilli. Osakondades saavad patsiendid lugeda raamatuid, mille on tänulikud patsiendid meie haiglale kinkinud. Lasteosakonnas asub Raamatukarusell, mis on kingitus heategevusfondilt Aitan Lapsi, kes tegi Eesti Lastekirjanduse Keskuse idee teostamiseks koostööd Plaat Detaili, Tomra ja Eesti Pandipakendiga.

Osakondades töötab oskuslik, töökas, sõbralik ja hooliv personal.

- **Tubakavaba keskkond**

Haigla juhtkond on aastaid toetanud suitsetamisest loobumist. Täna ei suitseta 81% haigla töötajatest. Kõigil patsientidel on võimalik haiglas saada tubakast loobumise nõustamist.

- **Tervisliku toitumise kujundamine**

Toitlustamisel kasutatakse võimalikult palju kodumaist (Hiiumaist) toorainet. Toiduohutuse tagamiseks on kasutusel tänapäevane tehnoloogia. Toidukandidud komplekteeritakse igale patsiendile eraldi. Erivajadustega patsientidele on väljatöötatud dieetravijuhised.

- **Vaktsineerimine**

Kahjaks viimasel ajal ei soovi inimesed enam vaktsineerida. Haigla personal on soovinud olla eeskujuks saare rahvale vaktsineerimise vallas. Positiivseks võib lugeda, et 98% haigla personalist on vaktsineeritud. Personal on kaasanud vaktsineerimise aktsioonile ka oma lähedasi, sõpru ja pereliikmeid.

- **Liikumine**

Haigla töötajad on paljudele eeskujuks oma tervislike eluviisidega. 64% personalist tegeleb regulaarselt sportliku tegevusega. Populaarne on ujumine, vesivõimlemine, jalgrattasõit, aeroobika, orienteerumine, kepikõnd, käimine, bodypump ja jõusaal.

- **Ennetustöö**

Alates 2009. aastast töötab Hiiumaa Haigla koosseisus noorte nõustamiskabinet. Kabinet asub HUPSi (HIIDLANE UURI, PINGUTA JA SÕUA!) esimesel korrusel. Noortekabinet on avatud igal esmaspäeval kell 14.30–17.00. Kabineti töötajad on eelkõige meditsiinilise taustaga: ämmaemandad ning naistearst. Alates 2009. aastast on kokku tegeletud ligi 600 juhtumiga, esmakülastajaid on kabinetis olnud ligi 400. Enamik külastajaid on vanuses 15–19 eluaastat, kuid on ka vanemaid. Põhikooli nooremad õpilased on suuresti osalenud seksuaalhariduslikes loengutes, mis on täienduseks kooli inimeseõpetuse tundidele. Kokku on toimunud üle 100 loengu, millest on osa saanud ligi 1300 noort.

Ämmaemandad tegelevad aktiivselt ka teiste Haigekassa rahastatud ennetustöödega: emakakaelavähi uuring, rinnavähi uuring, vastsündinute ainevahetushaiguste sõeltestimine ja vastsündinute otoakustiliste emissioonide uuring (kuulmisuuring).



SA Kuressaare Haigla

Helgi Tammur

Tel: +372 452 0089

E-post: helgi0016@gmail.com

Töökoht ja amet

- 2014– Kuressaare Haigla SA, ämmaemand
- 1974–2014 Kuressaare Haigla SA, vastutav ämmaemand
- 1971– Kuressaare Haigla SA, ämmaemand
- 1969–1971 Tallinna Vabariiklik Keskhaigla, õde

Haridustee

- 1968–1971 Tallinna Meditsiinikool, diplom akušööri erialal

Tunnustused

- 2014 Saare Maakonna aasta ema
- 2012 EÄÜ aasta ämmaemand
- 2001 Saare Maakonna teenete plaat

SA Kuressaare Haigla

Aia 25, 93815 Kuressaare
Telefon: +372 452 0001
Faks: +372 452 0005
E-post: haigla@saarehaigla.ee
<http://www.saarehaigla.ee>

TEH-võrgustiku liikmena on eesmärk patsientide ja haigla töötajate tervist väärtustava ning tervist toetava elukeskkonna arendamine.

Ambulatoorse eriarstiabi töö tõhustamine

Alates 1. jaanuarist 2014 asub ambulatoorne eriarstiabi ja naistenõuandla uutes, avarates ja renoveeritud ruumides. Kogu töökorraldust muudeti patsientidele mugavamaks ja kättesaadavamaks. On alustatud ämmaemandate iseseisvate vastuvõttudega, mis aitab patsientide probleemidele kiireid lahendusi leida. Pat-

sientidel on võimalik pääseda ämmaemanda vastuvõtule ka õhtusel ajal (pärast 16.00). See aeg on eelkõige mõeldud nõustamiseks, perede koolituseks ja sünnituseks ettevalmistamiseks.

Töövõime hindamise küsimustik ehk enesehindamise ankeet personalile

Kuressaare Haigla Sihtasutus osutab tegevusloa alusel tervishoiuteenust. Teenust osutava arstiga koostöös võeti pilootprojektina kasutusele uuenduslik enesehindamise ankeet. Esiolgu testitakse ankeeti haigla töötajate töövõime väljaselgitamiseks ja heade tulemuste korral pakutakse seda kõikidele teenuse ostjatele. Ankeet on kaks A4-lehekülge, kus palutakse anda hinnang oma töövõimele ning märkida tööd takistavad tegurid, mis võivad mõjutada negatiivselt töövõimet. Punktide alusel on võimalik saada teavet töötaja töövõimest eri valdkondades. Tervishoiuarst koostöös tööandjaga leiavad parimad lahendused töötaja jaoks.

Patsientide rahulolu-uuringud

2014. aasta aprillikuu jooksul viidi läbi teenuste kvaliteedi hindamiseks rahulolu-uuring ambulatoorsel vastuvõtul käinute hulgas ja hooldekodu klientide hulgas. Selgitati välja klientide soovid, ootused ja kitsaskohad teenuse osutamisel.

Haiglat tutvustavate artiklite seeria

Ajavahemikus märts-juuni 2014 avaldati elanikkonnale Kuressaare linnalehes Kuressaare Sõnumid kokku kaheksa tervise- ja meditsiinivaldkonda ning Kuressaare Haiglat tutvustavat artiklit.



AS Fertilitas

Mare Allak

Tel: +372 605 9666

E-post: m.arrak@fertilitas.ee

Töökoht ja amet

- 2008–2014 AS Fertilitas, ambulatooriumi vastutav õde
- 2004–2008 Tallinna Meditsiinikool, tasemekoolitus, projektijuht
- 2001–2004 Eesti Kosmeetikute ja Juuksurite Erakool, õpetaja, direktor
- 1996–2001 Tallinna Meditsiinikool, I osakonna juhataja
- 1994–1996 Tallinna Lastehaigla, neuroloogia osakonna vanemõde
- 1991–1994 Tallinna Meditsiinikool, õpetaja
- 1987–1991 Tallinna Lastehaigla, füsioteraapia osakonna õde
- 1983–1987 Tallinna 35. Lastepäevakodu, vanemõde

Haridustee

- 1994–1998 Tallinna Pedagoogikaülikool, kasvatusteaduskond, diplom sotsiaalpedagoogika erialal
- 1982–1984 Tallinna Meditsiinikool, meditsiiniõe eriala

Ühiskondlikud tegevused

- 2005–2011 Teraapia ja taastusravi, õppekavade ekspert
- 2003–2005 Kvaliteediauhinna projekt, assessor
- 1996–1997 Ämmaemandate kutsestandardi tööühm, koordinaator
Ämmaemanduse õppekava tööühm, koordinaator

AS Fertilitas

Kaluri tee 5A, Viimsi vald, Harjumaa

Tel: +372 605 9603

Faks: +372 605 9699

E-post: fertilitas@fertilitas.ee

<http://www.fertilitas.ee>

AS Fertilitas osaleb Eesti tervist edendavate haiglate (TEH) võrgustikus 2002. aastast. 1993. aastal asutatud AS Fertilitas on Eesti suurim erahaigla. Haiglal on polikliinik 2 filiaaliga Tallinnas ja 70 voodikohaga palatikorpus Viimsis. Haiglal on 6 operatsioonisaaliga operatsiooniplokk koos intensiivravikeskusega. Pakume eriarstiabi enam kui 20 erialal. Meie prioriteetideks on tervise väärtustamine ja kõrge kvaliteediga terviseteenuste osutamine. Strateegilisteks erialadeks on taastusravi, kardioloogia, günekoloogia ja nina-kõrva-kurguhaigused. Päevakirurgilisi teenuseid teostatakse üldkirurgia, uroloogia ja ortopeedia erialadel. Pakume raseduse jälgimist lapseootel emadele, sünnitusjärgset nõustamist ja lastearsti vastuvõtte. Taastusravi protsessis osalevad lisaks taastusraviarstidele, füsio- ja tegevusterapeutid, psühholoogid, logopeedid jt spetsialistid, võimaldades teenust pakkuda süsteemselt ning parimal võimalikul moel. Taastusravil on tihe sünergiline seos rehabilitatsiooniteenusega, mille eesmärk on toetada inimeste iseseisvat toimetulekut. AS Fertilitase haiglas töötab 160 inimest.

Tervise edendamiseks seotud tegevusi kavandab ja viib ellu haigla vastutavate töötajate nõukogu. Tervisedenduslike eesmärkide saavutamiseks tehakse koostööd eri spetsialistide, struktuuriüksuste ja tervishoiuasutustega.

Eesti TEH-võrgustiku liikmena on AS Fertilitas liitunud rahvusvaheliste võrgustikega:

- 2002. aastal rahvusvahelise tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste võrgustikuga (International Network of Health Promoting Hospitals and Health Services, HPH).

Tervist edendavad tegevused

AS Fertilitas on TEH riigisisese ja rahvusvahelise võrgustiku liikmena võtnud eesmärgiks oma töötajate, patsientide ja elanikkonna tervist väärtustava käitumise ja elulaadi kujundamise ning sihipärase arendamise. AS Fertilitas taotles ja omandas 2000. aastal beebisõbraliku haigla staatuse. Kõik sünnitusosakonna töötajad on läbinud UNICEFi imetamiskoolituse. Eelmisest aastast tegelevad imetamisnõustamisega ambulatoorselt meie pediatrid ja ämmaemandad.

AS Fertilitas on pidevalt tegelenud patsiendiinfo arendusega haigla kodulehel. Koostatud on mitmeid patsiendiinfo materjale, mis on patsientidele kättesaadavad nii paber kandjal kui ka veebi vahendusel. AS Fertilitas on aktiivselt tegelenud

õdede ja ämmaemandate ambulatoorse iseseisva vastuvõtu arendamisega, mis on otseses seoses patsientide terviseteadlikkuse tõstmisega ja tervist soodustava käitumise kujundamisega.

2012. aastal avasime toitumisharjumuste kujundamiseks vastuvõtu tervisliku toitumise ja tervist säästvate toitumisharjumuste kujundamiseks.

Haigla toitlustusteenistus on valitud lähtuvalt tervislikust toitumisviisist. Patsientide toitlustamisel lähtutakse sobilikust dieedist. Kõigis osakondades on kasutusel termokärud, et tagada toidu kvaliteet ja ohutus.

Piirkondlikult on loodud rehabilitatsioonikeskus ja koostöös omavalitsusega lasteaed ning kool, kus pakutakse rehabilitatsiooniteenuseid mängu- ja õpikeskkonnas, parendades sellega erivajadustega laste ja noorte toimetulekut.

AS Fertilitas pakub piirkondlikult kooliõendusteenust, mis on otseses seoses õpilaste terviseteadlikkuse tõstmisega. Aastaringelt viivad kooliõed läbi teabepäevi tervise teemadel.

Personali tervise säästmiseks viiakse igal aastal läbi töökeskkonna vaimse ja füüsilise tervise säästmise küsitlus/hindamine, mille põhjal parendatakse töötingimusi ja hinnatakse koormust.

AS Fertilitase haiglakeskkond on tubakavaba aastast 2008.



AS Röpina Haigla

Miia-Kersti Sultsmann

Tel: +372 372 799 9237

E-post: miia@rapinahaigla.ee

Töökoht ja amet

- 2001– AS Röpina Haigla, juhatuse esimees
- 1996–2001 Põhja-Eesti Verekeskus, direktor
- 1988–1996 Maarjamõisa haigla, laborijuhataja
- 1978–1988 Maarjamõisa haigla, arst
- 1968–1978 Tartu Riiklik Ülikool, üldkirurgia kateeder, vanemlaborant
- 1967–1968 Kiidjärve Tuberkuloosihaigla, arst

Haridustee

- 1961–1967 Tartu Riiklik Ülikool, ravi eriala

Projektitöö

1. Organisatsiooni juhtimise käsiraamatu/kvaliteedikäsiraamatu koostamine ja rakendamise tervishoiuteenuse osutamisel. Soovitused käsiraamatu koostamiseks. Sotsiaalministeerium, 2003, töögrupi liige.
2. Maakondlike hooldusravivõrgu arengukavade koostamine. Sotsiaalministeerium, 2004, projektijuht.
3. Hooldusravi tegevusjuhend. Õendushoolduse osutamise nõuded. Eesti Haigekassa, 2006, projektijuht.
4. Hooldusvajadusega isikute esmase hindamise juhend. Sotsiaalministeerium, 2008.
5. Tervist edendavate haiglate (TEH) enesehindamise meetoodika tööühm. Tervise Arengu Instituut, 2008, tööühma liige.
6. Right Time Place Care (RTPC-Improving health service for European citizens with dementia, EU, 7th Ramework Programme, cont. Nr 242153) 2010 -2013. Eesti ekspertgupp.
7. Pilotprojekti "Eaka inimese vajadustele ja ootustele vastava kaasaegse õendushoolduskodu käivitamine Mäetagusel (projekt nr. EU 30473) 2010, ekspert.
8. Hospitisteenuse kirjelduse koostamine. Eesti vähistrateegia/Tervise arengu Instituut, 2010, töögrupi liige.

9. InterRAI tarkvara kasutuselevõtmise võimaluste analüüsi koostamine. TÜ Sotsiaalteaduslike Rakendusuuringute Keskus (RAKE)/Sotsiaalministeerium 2010.-2011, analüütik-ekspert.

AS Räpina Haigla

Võru mnt 1, 64504 Räpina

Tel: +372 799 9237

E-post: miia@rapinahaigla.ee

<http://www.rapinahaigla.ee>

AS Räpina Haigla on Põlva maakonnas Räpina linnas asuv tervist edendav väikehaigla, kus osutatakse kvaliteetset tervishoiu- ja hooldusteenust pädevuse ja võimaluste piires. Haigla pakub ambulatoorset eriarstiabi, statsionaarset õendusabi, ööpäevaringset hooldust, ööpäevaringset erihooldust, koduõendus- ja koduhooldusteenust, diagnostika võimalusi, hambaravi ning füsioterapeudi teenust.

Liitusime tervist edendavate haiglate võrgustikuga 2002. aastal. Haigla TE-juhtrühma kuulub 5 liiget: haigla juhataja, majandusjuhataja, kvaliteedijuht, õendusjuht ja vanemõde. Haiglasiseselt toimub igal aastal kvartaalselt tervisedenduse teemade käsitlemine.

Haigla lähtub eesmärkide seadmisel tervist edendavate haiglate (TEH) põhiväärtustest:

- patsiendikeskse ja kvaliteetse tervishoiuteenuse osutamisest,
- tervisedenduse integreerimisest ravi- ja õendustegevusse,
- patsientide ja kogukonna tervisekäitumise ja elustiili suunamisest, igaühe teadlikkuse tõstmisest oma vastutusest tervise hoidmisel,
- psühhosotsiaalse, füüsilise ja looduskeskkonna tervisesõbralikuna hoidmisest.

Tervist edendavad tegevused

Haigla kvaliteedijuhtimine lähtub TE-standarditest ning tegevused on rakendunud haigla igapäevatoösse. Tulenevalt haigla spetsiifikast (eakad ja krooniliste terviseprobleemidega patsiendid) on patsiendi raviga seotud tegevustel oluliselt väiksem roll kui aktiivravi haiglas ning suur osa tööst seotud sellega, kuidas saavutada patsiendi ja tema lähedaste toimetulek igapäevaeluga. Enesehinnangu tulemuste analüüsis (2012) kajastub tervise edendamise seonduv kõigis haigla tegevustes.

Tervisedendus paikkonnas

AS Räpina Haiglal on juhtiv roll valla tervisekomisjoni töös. Haigla kasutab oma tegevuses näitlikku ekspositsiooni, selgitusi, tervisekontrolli koos nõustamisega

ning positiivsete vaba aja veetmise vormide propageerimist. Teeme koostööd kohalike omavalitsuste, ettevõtete, koolide ja lasteaedadega. Paikkonnas toimuvad terviseüritused plaani alusel aastaringselt, kaasates eri vanusegrupe. Regulaarselt toimuvad: orienteerumine, kepikõnd, rattatuur, suverull, rannapäev, küladepäev ja lastekaitsepäev. Viime läbi tervisenäitajate hindamisi ja mõõtmisi, tervisealaseid nõustamisi, loenguid ja konsultatsioone valla asutustes.

Tervisliku toitumise kujundamine patsientide ja personali hulgas

Osaleme ja aitame kaasa tervislike toitumisalaste kampaaniate korraldamisel. Haiglas pakutava toidu menüü koostamisel lähtume patsientide erivajadustest ja tervisliku toitumise soovitudest. Nädala menüü on nähtav patsientidele ja personalile. Pakume teenusena tervislikku lõunat haigla personalile ja kohalikele ettevõtetele.

Tubakavaba haiglakeskkonna kujundamine

Haigla on kuulutatud suitsuvabaks personalile, kuid patsientide osas ei saa seda nõuet 100% rakendada. Tulenevalt haigla spetsiifikast on patsiendid eakad ja nende hulgas on pika staažiga suitsetajaid. Nõustame patsiente suitsetamise kahjulikkuses ja anname soovitusi suitsetamisest loobumiseks.

Kuulumine TEH-võrgustikku on mõjutanud

- mõtlemist tervise edendamisesest kui ühtsest tervikust haigla igapäevastes tegevustes
- patsiendiõpetust ja patsientide tervise edendamist ning teadlikkust
- personali hulgas tööga seotud terviseriskide ennetamist ja tervise edendamist
- koostööd teiste asutuste ja omavalitsustega



SA Elva Haigla TM

Katrin Rebane

Tel: + 372 737 0332

E-post: katrin@ehaigla.ee

Töökoht ja amet

- 2014– Elva Haigla, ambulatoorse osakonna juhataja, õendusjuht
- 1987–2014 Elva Haigla, õendusjuht
- 1986–1987 Elva Haigla, lasteosakonna vanemõde
- 1982–1986 Tartu Kiirabi, velsker

Haridustee

- 1979–1982 Tartu Meditsiinkool, diplom velskri erialal

Täiendused

- Tervisedenduse baaskoolitus Tervise Arengu Instituudis
- Tervisedenduse ja turvalisuse tagamine Tartu Maakonnas – Tartumaa tervisenõukogu koolitus
- Strateegilise planeerimine ja finantside juhtimise treening – Soome Aalto Ülikooli kursus
- Personalijuhtimine õenduses – Tartu Ülikooli arstiteaduskonna õendusteaduste osakonnas
- Kursus õendusjuhtidele – Tartu Ülikooli Kliinikumis
- Õendushoolduse juhtimine – Annely Sootsi Tervisekoolis
- Keskastme juhi koolitus „Muutuste juhtimine kvaliteedi parendamiseks“ – Hopeprojekt
- Geriaatrilise seisundi hindamine – Tartu Avatud Ülikooli baasil
- Praktikajuhendaja spetsialiseerumiskursus – Tartu Meditsiinkoolis
- Juhtide koolitus – Tampere Ülikooli, Eesti Haiglate Liidu ja rahvatervise ja Sotsiaalkoolituskeskuse korraldatud koolitus

Projektide juhtimised

- 1998– Elva Haiglas toimuvate tervisedenduslike projektide juht
- 1994–1996 Tervishoiu arendamise Kesk-Soome ja Tartu maakonna vaheline koostöö projekt, projekti koordinaator

Tunnustused

1990	Eesti Meditsiiniõdede seltsi tänukiri
1998	Eesti Õdede Ühingu tänukiri
2002	Eesti Õdede Ühingu tänukiri
2003	Eesti Õdede Liidu tänukiri
2009	Tervise Arengu Instituudi tänukiri

SA Elva Haigla TM

Supelranna 21, 61505 Elva, Tartumaa
Tel: +372 737 0300
Faks: +372 737 0338
E-post: elvahaigla@ehaigla.ee
<http://www.ehaigla.ee>

SA Elva Haigla TM osaleb Eesti tervist edendavate haiglate ja terviseteenuste (TEH) võrgustikus alates selle asutamisest 2000. aastal.

Tervist edendavat tegevust juhib projektinõukogu:

Katrin Rebane – projektinõukogu juht, ambulatoorse osakonna juhataja
Liivi Einstein – projektinõukogu liige, tegevjuht, finantsnõunik
Peeter Laasik – projektinõukogu liige, ravijuht, haigla nõukogu esimees
Kadri Kiuru – projektinõukogu liige, statsionaarse osakonna juhataja õendusjuht

Meie missiooniks on tagada Lääne-Tartumaal ja Elvat ümbritsevates valdades oma tegevusloa piires elanikkonnale tervisedendus-, ennetus- ja raviteenuste osutamine.

SA Elva Haigla TM teenindab ligikaudu 22 000 elanikku Elva linnast, selle lähikümbrusest ja Tartu maakonnast.

Elva Haiglas töötab keskmiselt 120 töötajat.

Oleme praktikabaasiks tulevastele arstidele, õdedele, füsioterapeutidele, hooldajatele jne. Teeme koostööd Tartu Ülikooliga ja Tartu Tervishoiu Kõrgkooliga.

Elva Haigla on kohalik haigla, osutame nii ambulatoorset kui ka statsionaarset arsti- ja õendusabi teenust.

Ambulatoorne osakond:

- eriarstid
- uuringukabinetid (röntgen, laboratoorium, endoskoopia, holteruuringud)

- taastusravi
- koduõendus

Statsionaarne osakond:

- järelraviosakond
- õendusabiosakond
- rehabilitatsiooniosakond
- hooldekodu osakond

Alates 2000. aastast viime läbi tervist edendavaid projekte:

- imikute võimlemine ja ujutamine
- eakate võimlemine
- tervisepäev

Teostame iga-aastaseid rahulolu-uuringuid:

- „Patsiendi rahulolu-uuringud haiglaravi ja heaolu suhtes“
- „Personali rahulolu-uuringud haiglaravi ja heaolu suhtes“

Tervist edendavad projektid Elva Haiglas on rahastatud projektipõhiselt.

Projektid on jätkuprojektid ja neid teostatakse järjepidevalt igal aastal. Rahastaja on Elva linnavalitsus, kaasfinantseerija Elva Haigla.

Tervist edendavad tegevused on suunatud paikkonna elanikele, arvestades kõiki elanikkonna gruppe – lapsed, töörealised inimesed ja eakad. Põhisuund on ennetus- ja teavitustöö tervise hoidmise vajalikkusest.

Patsientide jaoks on kättesaadaval tervisedenduslikud infovoldikud, mis asuvad haigla kõikides osakondades.

Õenduslugudes hinnatakse patsientide terviseriske, dokumenteeritakse need ja planeeritakse edaspidiseid tegevusi. Haiglast lahkudes väljastatakse patsiendile õendusepikriis.

Tegutseb ka noorte nõustamiskabinet, mida rahastab Haigekassa.

Suurt rõhku pöörame ka meie enda personali heaolule, töötingimustele ja tervisedendusele.

Teeme tihedat koostööd Eesti TEH-võrgustiku tööga, osaleme ühistel seminaridel ja konverentsidel.



SA Mustvee Tervis

Viktoria Morozova ja Asta Paju

Tel: +372 772 6394, +372 772 6647

E-post: viktoriamorozova@hot.ee, astapaju@mail.ee

Viktoria Morozova:

Töökoht ja amet

- 2013– SA Mustvee Tervis, vanemõde
- 2002–2013 SA Mustvee Tervis, valveõde
- 1998–2000 SA Mustvee Tervisekeskus, füsioteraapia õde

Haridustee

- 2009–2011 Tartu Tervishoiu Kõrgkool,
- 1993–1997 Kohtla-Järve Meditsiinikool

Asta Paju:

Töökoht ja amet

- 1974–1982 Jõhvi arhitektuuriosakond, tehnik-arhitekt
- 1982–1989 Tartu Tehnilise Inventariseerimise büroo, tehnik-arhitekt
- 1989–1994 Mustvee Leivatsehhi juhataja
- 1994–2002 SA Mustvee Tervisekeskus majandusjuhataja
- 2002 SA Mustvee Tervis majandusjuhataja

Haridustee

- 1969–1974 Tallinna Ehitusmehaanika Tehnikum

SA Mustvee Tervis

Tartu 59, 49603 Mustvee

mtervis@hot.ee

Tel: +372 772 6394

Tervisedenduse koordinaator: Viktoria Morozova, vanemõde

SA Mustvee Tervis osaleb Eesti tervist edendavate haiglate võrgustikus alates 2004. aastast. SA Mustvee Tervis oli hooldus- ja taastusraviasutus. Statsionaaris oli 10 hooldusravi kohta, 10 taastusravi kohta ning ambulatoorne taastusravi.

Haiglas töötas 32 inimest. Alates 01. juulist 2014 oleme õendus-hooldushaigla: 10 kohta haigekassa lepinguga ja ülejäänud tasulised hooldust vajavad patsiendid, kokku 25 voodikohta. Personali on 28 inimest. Seoses infrastruktuuri muutusega tuleb teha palju ümberkorraldusi. Tervise edendamisega seotud tegevusi kavandab ja viib ellu haigla juhtkond ja personal. Edendustööd koordineerivad vanemõde Viktoria Morozova ja majandusjuht Asta Paju. Arendame koostööd perearstidega, omavalitsustega ja teiste tervishoiuasutustega.

Tervist edendavad tegevused

Eesti TEH-võrgustiku ja rahvusvahelise HPH-võrgustiku liikmena on haigla eesmärk oma töötajate, patsientide ja elanikkonna tervise edendamine ning tervist toetava keskkonna sihipärane arendamine. Haigla personal on osalenud paljudes TEH-võrgustiku tegevustes: võtnud osa suve- ja sügiskooli üritustest, osalenud paljudel kursustel ning võtnud osa üleriigilistest konverentsidest. Osaleme paikonna tervisepäevade korraldamisel. Haiglakeskkonna turvamise raames toimuvad regulaarselt tuleohutusõppused, personalile tutvustatakse uusi tuleohutusvahendeid ja nende kasutamist. Tervisliku töökeskkonna loomise eesmärgil parandame personali töötingimusi.

Tubakavaba haiglakeskkond

Pürgime haigla tubakavabaks muutmise poole, vähendame tubaka tarvitamise levikut nii personali kui ka patsientide ja nende lähedaste hulgas. Haigla 30 töötajast suitsetas 6, nõustamise käigus loobus suitsetamisest 4. Kaks töötajat käisid suitsetamist loobumise nõustajate koolitusel. Samuti nõustame patsiente ja paikonna elanikke tubakast loobumisel. Haiglas on saadaval infolehed „Suitsetamisest loobumine“ ja tubakavaldkonna voldikud. Haigla ruumides suitsu ei tehta.

Tervislik toitumine patsientide ja personali hulgas

Oleme osa võtnud TEHi seminaridest ja konverentsidest tervisliku toitlustamise valdkonnas. Välja on töötatud 10päevane menüü, erivajadustega patsientide jaoks on välja töötatud dieetmenüüd. Olulisi muudatusi on tehtud patsientide ja personali toitlustamises – on rikastatud toiduainete valikut ja parandatud toitlustamise tingimusi. Olulist rõhku on pööratud tervislikule toidule. Toidud valmistatakse kohapeal värskest toorainest.



Tõstamaa Tervisekeskus OÜ

Madis Veskimägi

Tel: +372 447 1940

E-post: madis@tostamaa.ee

<http://tervis.tostamaa.ee>

Madis Veskimägi haridustee:

- 2006– Pärnu Haigla erakorralise meditsiini osakonna arst
- 1996– Tõstamaa tervisekeskuse perearst
- 1995 Eksperimentaalse ja Kliinilise Meditsiini instituudi pulmonoloogia osakonnas teadustöö
- 1993–1995 Internatuur Tallinna Pelgulinna Haiglas
- 1993 Lõpetas Tartu Ülikooli arstiteaduskonna ravi erialal

Madis Veskimägi on valinud maaperearsti eriala ühes Eestimaa nurgas, Tõstamaal. Sellel lihtsal põhjusel, et see meeldib ja pakub jätkuvat huvi. Inimese elukaare jälgimine, kui vaja, siis arstlik sekkumine ning seoste otsimine suguvõsas esinevate terviseprobleemide ning tervist kaitsvate ja kahjustavate tegurite vahel on tõeline „ajugümnaстика“. Meeldib ka oma tervisekeskuse arendamine ning uute võimaluste leidmine, et jõuda kiiremini ja täpsemalt patsiendi vaevuse olemuseni. Töökoht asub poolesaja kilomeetri kaugusel lähemast haiglast, elanike arv piirkonnas aga on üsna suur.

Muudest tegemistest väärib märkimist õppetöö läbiviimine peremeditsiini residentidele ja perearstidele ning esinemine tervisedenduslikel üritustel.

Madis Veskimägi osaleb Pärnumaa tervisenõukogu töös, selle raames viib läbi tervist edendavaid kohtumisi eri sihtrühmadega aktuaalsetel teemadel – südameveresoonehaiguste ennetus, suitsetamisest loobumine, alkoholiga seonduv, eakas autojuht, meeste tervis, koolilapse tervis jn.

Arendavaks tööks on perearsti küsimustele vastamine, vastuseid on u 10 a jooksul antud üle 1000. www.kliinik.ee

Ilmunud on sadakond artiklit ja 2 raamatut: „Perearsti nõuanded“ ja „Väikekirurgia ja traumatoloogia perearstile“. Teadustöö raames on valminud mitmed ettekanded, esinenud konverentsidel Eestis, Lätis, Leedus, Ungaris, Soomes ja USA-s.

Madis Veskimägi on abielus, peres kasvab 5 last.

Publikatsioonid:

1. Maaros, H.-I., Tiik, M., Kalda, R., Tähepõld, H., Veskimägi, M., Põlluste K. - Telemeditsiini kasutamise võimalused perearstiabis. Eesti Arst 2001, lk 275.
2. Veskimägi, M. Nooruki tervis ja riskikäitumine. Nooruki ja perearsti hinnangu analüüs. Perearst, aprill 2000.
3. Veskimägi, M. C-reaktiivse valguga kiirtest perearsti praktikas. Moodne Meditsiin, 2003, aprill lk 32-34 : III.
4. Veskimägi, M. Vererõhu ööpäevane seire perearsti praktikas. Moodne Meditsiin, veebruar 2003, lk.27-29, ill.
5. Veskimägi, M. Vererõhu ööpäevane monitooring perearsti praktikas. Eesti Arst, 2003 nr.5, lk.373-374.
6. Veskimägi, M. Tõmpanomeetria perearsti praktikas. Moodne Meditsiin, oktoober 2003, lk 26-28, ill.
7. Veskimägi, M. Ultrahelidiagnostika perearsti praktikas. Moodne Meditsiin, november –detsember 2003, lk 30-33, ill.
8. Veskimägi, M. Röntgendiagnostika perearsti praktikas – on see võimalik?. Moodne Meditsiin, veebruar 2004, lk 30-33, ill.
9. Veskimägi, M. Meilikonsultatsioon kui telemeditsiini rakendus perearsti praktikas. Moodne Meditsiin, märts 2004, lk.31-33; ill.
10. Veskimägi, M. Väikekirurgia perearsti praktikas. Moodne Meditsiin, aprill 2004, lk.31-34; ill.
11. Veskimägi, M. Suitsetamisest loobujate nõustamine perearsti praktikas. Metoodika. Tulemuste analüüs. Perearst, juuli 2005, lk 42-48, ill.
12. Veskimägi, M. Suitsetamisest on võimalik loobuda. Pärnu Postimees, 10.12.2004.
13. Post, E., Veskimägi, M. Noore mehe tervisest maal. Pere ja Kodu, november 2005.
14. Veskimägi, M. Põhitõed kepikõndimisel.Voldik patsientidele, Tervisearengu Instituut 2006.
15. Veskimägi, M. Alkoholiga seonduv- tõsisem kui oskame arvata. Meditsiini uudised, detsember 2006.
16. Fischer, S. Eismaabi. Erialane toimetamine, täiendused, kohandamine Eesti oludele Madis Veskimägi. Tänapäev 2007.
17. Veskimägi, M. Perearsti nõuanded. Tammerraamat 2008.
18. Veskimägi, M. Väikekirurgia ja traumatoloogia perearstile. Käsiraamat, 474 lk, ill. TÜ Kirjastus, 2010.
19. Eakas autojuht. Ajakiri Tervis Pluss, 11.2013.

Lisaainformatsiooni leiate järgnevatelt veebiaadressidelt

Eesti TEH sügiskooli 2013. aasta ettekanded:

<http://www.terviseinfo.ee/et/sundmused/details/665-rahvusvaheline-tervist-edendavate-haiglate-teh-sugiskool>.

Tervist edendavate haiglate välishindamise tulemused 2012. aastal:

http://www.terviseinfo.ee/images/TEH_valishindamine_2012.pdf.

Tervise edendamise rakendamine haiglates – käsiraamat ja enesehindamise vormid

https://intra.tai.ee/images/prints/documents/130311422638_Tervise_edendamise_rakendamine_haiglates_kasiraamat_ja_enesehindamise_vormid_est.pdf.

Eakatesõbraliku haigla ja terviseteenuste enesehindamise küsimustik.

Tervise edendamise standardid vaimse tervise võrgustikes: käsiraamat ja enesehindamise vormid (Standards for Health Promotion in Mental Health Settings: Manual and Self-assessment Forms)

<http://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/tervishoiuasutuses/hindamistegevused>.

Health Promotion in Mental Health Settings:

<http://www.mwbhe.com/inc/files/documents/publications/49eec635bbacb.pdf>.

International HPH Secretariat

www.hphnet.org.

International HPH Conference Secretariat

www.hphconferences.org ja www.hph-hc.cc.

ENSH-Global

www.ensh.eu.

Tervisedenduse integreerumine haigla igapäevatöösse ja kvaliteedijuhtimise süsteemi – kliinilisse praktikasse – on tervist edendavate haiglate ja tervisteenuste võrgustiku üks põhieesmärke. Terviseharitus on arenev mõiste tervishoiuorganisatsioonides. Inimeste terviseteadlikkuse tõus tagab parema tervise. Selle saavutamise eeldab koostööd kõigil tasandil.

Siinne kogumik püüab neis küsimustes abiks olla.