



IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla  
Ravi 18, 10138 Tallinn  
Rg-kood 10822068  
Tel 666 1900  
E-post info@itk.ee  
www.itk.ee

## Haigla kodukord

Tutvumine meie haigla sisekorra ja käitumisreeglitega annab vastused mitmetele tekkida võivatele küsimustele ning infot selle kohta, mida haiglasse tulles ja siin olles oodata või arvesse võtta.

### **Ligipääsetavus ja parkimine**

Info meie üksuste asukoha, ühistranspordi ja ka parkimise kohta leiate haigla kodulehelt: <https://www.itk.ee/kontakt>

Haigla territooriumil on parkimine tasuta (v.a Järve üksuses). Täpsema info parkimisalade ja parkimistasu kohta leiate meie kodulehelt: <https://www.itk.ee/meie-üksused>

Tasuta on võimalik Ravi tn üksuses parkida:

- naistekliiniku erakorralisse vastuvõttu pöörduja sõidukil alla 24-tunnise parkimise korral;
- EMK-i vastuvõttu pöörduja sõidukil alla 12-tunnise parkimise korral.

### **Liikumine siseruumides**

- Haigla ruumides on lubatud liikuda ainult jalgsi või liikumisabivahendiga.
- Haigla ruumides ei ole lubatud liikuda tõukeratta, rula, tasakaaluliikuri või muu spordi- või meelelahutusvahendiga.
- Ratastooli saate laenutada isikut tõendava dokumendi alusel:
  - Ravi tn üksuse polikliiniku C-korpuse riidehoiust
  - Madgaleena üksuses polikliiniku registratuurist
- Tõnismäe üksuses ei ole lifti, seal saab vajadusel tervishoiutöötaja tulla 1. korrusele vastuvõttu läbi viima. Kaldtee asub maja taga.

### **Riietusesemed ja isiklikud asjad**

- Üleriided ja välisjalanõud on Teil võimalik anda hoiule haigla riidehoiu.
- Haigla ei vastuta riidehoiu antud üleriiete taskutesse jäetud asjade eest.

### **Pildistamine, filmimine, salvestamine**

Haiglas ei ole lubatud töötajate, teiste patsientide ja külastajate, seadmete ning ruumide pildistamine, filmimine ega vestluste salvestamine.

Enda vestluse või uuringu salvestamine peab olema tervishoiutöötajaga eelnevalt kokku lepitud.

### **Tervist kahjustavad meelemürgid (sh tubakatooted, alkohol, narkootilised ained)**

Meie haigla juhindub suitsuvaba haigla põhimõttest, seetõttu on tubakatoodete (sh e-sigarettide) kasutamine lubatud **ainult** selleks ettenähtud paviljonides haigla territooriumil.

Haiglas ei ole lubatud tarbida ega hoida alkohoolseid jooke, narkootilisi või muid joovastavaid aineid ega viibida alkoholi- ja/või narkojoobes.

### **Lemmikloomad**

Lemmikloomade toomine haigla ruumidesse ei ole lubatud, v.a atesteeritud ja litsentsiga hüpokoerad ehk diabeedi abikoerad, juht-, teraapia- või teenistuskoad.

Palume mitte jätta lemmikloomi haigla territooriumile järelevalveta.

### **Ohutus haiglas – kätehügieen**

Hea kätehügieen on lihtne ja efektiivne moodus vähendada infektsioone ning bakterite ja viiruste levikut. Käsi tuleb pesta regulaarselt või kasutada käte desinfitseerimisvahendit. Käte antiseptikumi leiab haigla fuajeedest ja korridoridest.

Soovitame teostada antiseptika haiglasse sisenedes ja sealt lahkudes.

### **Käitumisjuhised nakkuspuhangute ajal**

- Nakkuspuhangute ajal on ajakohane info, sh kaitsemaski kandmise kohustuse või külastuskeelu kohta kättesaadav haigla kodulehel [www.itk.ee](http://www.itk.ee).
- Respiraatorsete viiruste hooajal on haiglal õigus kehtestada kaitsemaski kasutamise kohustus. Kaitsemaski kandmise kohustuse ajal on kaitsemaski puudumisel haiglal õigus keelduda patsiendile tervishoiuteenuse osutamisest või mitte lubada külastada patsienti.
- Sõltumata nakkusohu tasemest saab soovi korral küsida kaitsemaski haigla riidehoidudest.

### **Ambulatoorne vastuvõtt, uuringud ja protseduurid**

- Vastuvõtule tulles:
  - Palume tulla kohale 15 minutit varem.
  - Palun pöörake tähelepanu saatekirjal/meelespeal olevale aadressile, kuhu Teid on kutsutud.
  - Vastuvõtule tulek on vajalik vahetult enne registreerida:
    - vastava polikliiniku registratuuris või
    - iseteeninduslahenduse kaudu. Vastuvõtule saabumine on võimalik [iseteeninduslahenduse](#) kaudu registreerida 2 tunni jooksul enne vastuvõtu algusaega. Iseteeninduslahendust on võimalik kasutada mobiiltelefonis, arvutis ja tahvelarvutis.
- **Vastuvõtuajast, uuringust või protseduurist loobumise korral palume Teil tühistada broneering hiljemalt vastuvõtupäevale eelneval tööpäeval kella 12.00-ni kas telefonil 666 1900 või kokkulepitud telefonil tööpäeviti, e-posti aadressil loobumine [at] itk.ee, patsiendiportaali iPatsient või digiregistratuuri kaudu.**
- Haiglal on õigus nõuda patsiendilt leppetrahvi kas visiiditasu, ettemaksu või broneeritud tervishoiuteenuse maksumuse ulatuses, kui patsient ei ilmu kokkulepitud ajal tervishoiuteenuse osutamisele ega ole sellest haiglat eelnevalt nõuetekohaselt teavitanud.
- **Vastuvõtule tulles võtke palun kaasa:**
  - isikut tõendav dokument (nt ID-kaart, pass, juhiluba);
  - nimekiri regulaarselt kasutatavatest ravimitest ja toidulisanditest;
  - tervisenäitajate päevikud, kui on (nt vererõhupäevik, toidupäevik, peavalupäevik);
  - vajalikud abivahendid, nt prillid, kuuldeaparaat;
  - küsimuste nimekiri, mida soovite tervishoiutöötajaga arutada, kuna vastuvõtuga seotud ärevuse tõttu kipuvad need sageli ununema;
  - soovi korral paber ja kirjutusvahend, nutiseade või arvuti, et teha märkmeid vastuvõtu ajal.
- Kabineti ukse taha jõudes palun jääge ootama, Teid kutsutakse kabinetti.
- Anname endast parima, et vastuvõtt, protseduur või uuring toimuks kokkulepitud ajal, kuid siiski võib tekkida viivitusi.
- Kabinetti võidakse enne Teid kutsuda patsient, kes saabus pärast Teid, sest käis juba toimunud vastuvõtu käigus näiteks uuringul või protseduuril.
- Kui vajate paberil tõendit selle kohta, et viibisite vastuvõtul/uuringul/protseduuril, andke sellest vastuvõtu ajal tervishoiutöötajale teada.

## **Päevaravi ja haiglaravi**

Päevaravile või haiglaravile saabumine:

- Palun tulge kohale kokkulepitud ajal.
- Palun pöörake tähelepanu saatekirjal/meelespeal olevale aadressile, kuhu Teid on kutsutud.
- Kui Teil ei ole võimalik kokkulepitud ajal tulla (nt haigestute), palume sellest kohe teada anda telefoninumbri, mille leiate saatekirjalt/meelespealt.

## **Päevaravi**

- **Päevaravile tulekuks riietuge mugavalt ja võtke kaasa**

- isikut tõendav dokument (nt ID-kaart, pass, juhiluba);
- tervisenäitajate päevikud, kui on (nt vererõhupäevik, toidupäevik, peavalupäevik);
- regulaarselt kasutatavad ravimid ja toidulisandid (sh inhalaator, silmatilgad/-salv jne);
- vajalikud abivahendid, nt prillid, kuuldeaparaat;
- küsimuste nimekiri, mida soovite tervishoiutöötajaga arutada;
- soovi korral paber ja kirjutusvahend, või nutiseade või arvuti, et teha kirjalikke märkmeid päevaravi ajal;
- vahetusjalatsid;
- soovi korral ajakiri, raamat või käsitöö aja sisustamiseks.

Päevaravile võib eelneda vajadus teha lisauuringuid, mistõttu Teie ravi ei pruugi toimuda kokkulepitud ajal.

## **Haiglaravi**

Võtke haiglaravile tulles kaasa

- isikut tõendav dokument (nt ID-kaart, pass, juhiluba);
  - täidetud ja allkirjastatud anesteesia infoleht ja/või patsiendi nõusoleku leht (kui need on Teie kätte antud);
  - tervisenäitajate päevikud, kui on (nt vererõhupäevik, toidupäevik, peavalupäevik);
  - regulaarselt kasutatavad ravimid ja toidulisandid (sh inhalaator, silmatilgad/-salv jne);
  - isiklikud hügieenitarbed;
  - vajaduse korral hügieenisidemed;
  - vahetusjalatsid (soovitavalt libisemiskindlad ja kinnise kannaga jalanõud);
  - vajalikud abivahendid (kargud, kepp, prillid, kuuldeaparaat jms);
  - koduse CPAP-ravi aparaat, kui kasutate seda obstruktiivse uneapnoe tõttu;
  - vajaduse korral nutiseadme/telefoni laadijad;
  - taastusravikliinikus võib olla vaja ujumisriideid ja mittelibiseva tallaga jalanõusid veeprotseduuride jaoks;
  - soovi korral arvuti, ajakiri, raamat või käsitöö aja sisustamiseks;
  - soovi korral isiklikud riietusesemed. Kui kasutate isiklike riietusesemeid, siis palun mõelge läbi, kuidas korraldate kasutatud riietusesemete vahetuse puhaste vastu. Riietusesemete pesemine ja kuivatamine ei ole haiglas lubatud.

Kui tulete sünnitama, siis tutvuge soovituslike asjade nimekirjaga meie kodulehel:

<https://www.sunnitusmaja.ee/sunnitus/sunnitusosakond/mida-sunnitusmaja-kaasa-votta>

[Naistekliinikusse ravile saabuja lisainfot leiame meie kodulehelt:](#)

<https://www.itk.ee/patsiendile/patsiendi-infomaterjalid/uldine-info/statsionaarsele-voi-paevaravi-operatsioonile-tulija-meelespea-naistekliinikus>

[Kirurgiikliinikusse ravile saabuja lisainfot leiame meie kodulehelt:](#)

<https://www.itk.ee/patsiendile/patsiendi-infomaterjalid/uldine-info/statsionaarsele-voi-paevaravi-operatsioonile-tulija-meelespea-kirurgiikliinikus>

**Asjad, mida palume haiglasse kaasa mitte võtta**

- Raha suuremas koguses.
- Vääris- või emotsionaalse väärtusega esemed.
- Aerosoolid (kaasa arvatud aerosooldeodorant).
- Tugevalõhnalised tooted (nt parfüümid), sest need võivad põhjustada teistel patsientidel tugevat allergilist reaktsiooni, samuti iiveldust koostoimes mõnede ravimitega või pärast anesteediat.
- Esemed, mis võivad olla ohtlikud Teile, teistele patsientidele ja/või personalile.
- Kergesti purunevad esemed.

### **Isiklikud asjad haiglaravil viibides**

- Haiglas olles on Teil võimalus oma raha, väärisesemed ning dokumendid anda hoiule. Hoiuleandmise soovist palume anda teada osakonna õele.

**NB! Tuletame meelde, et haigla vastutab ainult nende väärisesemete, isiklike asjade ja riietusesemete eest, mille olete andnud hoiule. Hoiule mitteantud asjade eest haigla ei vastuta.**

### **Haiglaravil viibimine**

- Nakkuste leviku piiramise mõttes on parem osakonnast mitte lahkuda. Kui siiski soovite osakonnast ära käia, palume sellest teada anda osakonna õele. Siis on õde informeeritud Teie puudumisest, kui näiteks arst tuleb visiidile või on Teile vaja teha protseduure/uuringuid.
- Selleks et teisi patsiente mitte häirida, palume Teil kuulata oma telefoni/nutiseadet kõrvaklappidest; raadiol või televiisoril hoida hääli võimalikult vaikne. Palume hoiduda ka valjusti rääkimisest ja naermisest.
- Palume arvestada, et kui osakonnas on vaja patsiente ümber paigutada, võidakse Teid üle viia teise palatisse.
- Kui osakonnas peaks tekkima avariiolukord (nt veeavarii vms), siis tuleb Teil täita osakonna personali ja avariiolukorda likvideerivate isikute korraldusi.
- Tulekahju märkamisel teavitage sellest kohe personali ja võimaluse korral Häirekeskust telefonil 112.
- Tulekahju korral peate täitma personali, evakuaatsiooni korraldatavate isikute ja päästemetnike korraldusi.
- Palume Teil hoida haigla ruumides puhtust ja korda ning suhtuda haigla varasse heaperemehelikult. Haigla vara ei tohi haiglast kaasa võtta.

### **Kukkumiste vältimine**

Kukkumiste ärahoidmine on väga oluline, et vältida vigastusi ja tüsistusi.

Enamasti kukuvad inimesed voodi lähedal või teel tualetti.

Kukkumise põhjused võivad olla:

- halb enesetunne;
- tasakaaluhäired;
- pearinglus (võib olla põhjustatud ka ravimitest);
- libedad jalanõud;
- kiirustamine;
- võõras keskkond;
- treppidest käimine;
- libe põrand (nt duši all, kus seep või dušigeel teevad põranda libedaks või märg põrand).

Millele pöörata tähelepanu, et kukkumist vältida:

- pange pimedas tuli põlema, et näeksite võimalikult hästi;
- kasutage libisemiskindlaid ja korralikult kinnitatud jalanõusid;
- vältige sokkides kõndimist, sest sokid on libedad;
- tõuske voodist aeglaselt püsti nii lamavast kui istuvast asendist;
- iseseisvaks kõndimiseks ja turvaliseks liikumiseks paluge abi või kasutage liikumiseks abivahendeid – küünarkarke, rulaatorit, käimisraami, sest need pakuvad Teile kõndimisel tuge ja seega väheneb risk kukkuda;
- vältige libedaid põrandaid (nt duši all, kus seep või dušigeel teevad põranda libedaks või märg põrand).

### **Toitlustamine**

- Kui jõuate osakonda enne kella 9.00 ning Teie terviseseisund ja planeeritavad toimingud seda võimaldavad, pakutakse Teile haiglasse saabumise päeval ka lõunasööki.
- Päevamenüüga on võimalik tutvuda, küsides seda osakonna personaliilt, lugedes osakonna infostendilt või veebiaadressilt <https://haigla.eined.ee/>. Teile määratud ravimenüü kohta saate infot küsida osakonna personaliilt.
- Patsientide toitlustamine põhineb tänapäevastel ravitoitlustusjuhistel ja toidu käitlemist reguleerivatel õigusaktidel.
- Patsiendile määrab ravimenüü või ravidieedi arst või kliinilise toitmise meeskond. Palun teavitage oma raviarsti või osakonna õde allergiatest, laktoositalumatusest, tsöliaakiast ja/või muudest Teie toitumist mõjutavatest seisunditest.
- Haiglas pakutav toit vastab Teie haigusseisundile, sobib Teie raviga, on täisväärtuslik ja tasakaalustatud. Seetõttu soovitame lisatoitu mitte kaasa võtta ega ka toitu kulleriga tellida.
- Kui Te siiski võtate lisatoitu kaasa, on Teil seda osakonna külmikus võimalik hoida, peal oma nimi ja palatinumber. Nimetu ja/või säilitustähtaja ületanud toidu viskame ära.
- Koos patsiendiga haiglasse vormistatud hooldajale on ette nähtud toitlustamine.
- Haiglast lahkumise päeval pakume Teile vaid hommikusööki.

### **Patsientide külastamine**

- Haiglaravil viibivaid patsiente saate külastada ainult kindlatel külastusaegadel. Info külastusaegade ja pakkide saatmise kohta leiate haigla kodulehelt: <https://www.itk.ee/patsiendile/lahedasele>.
- Väljaspool külastusaegu saate patsienti külastada ainult erandjuhtudel ja kokkuleppel raviarstiga.
- Üleriided palume Teil jätta haigla riidehoidu.
- Riidehoidu jäetud üleriiete taskutesse jäetud asjade eest haigla ei vastuta.
- Pärast külastusaja lõppemist riidehoid suletakse ning haigla ei vastuta sinna jäetud esemete eest.
- Kuna patsiendid võivad kiiresti väsida, siis soovime, et korraga ei oleks patsiendi juures üle 2 külastaja ja külastusaja pikkus võiks olla kuni 15 minutit.
- Patsiendi paranemise huvides palume jälgida, et samale päevale ei satuks liiga palju külastajaid.
- Palume mõistvat suhtumist, kui protseduuride või uuringute tõttu palutakse Teil palatist lahkuda.
- **Intensiivravipalatis** viibiva patsiendi külastamiseks peate eelnevalt küsima raviarsti loa.
- **Intensiivraviosakonnas** viibiva patsiendi külastamine tuleb enne kokku leppida valvearstiga tel 620 7096.
- Patsientide külastamine alkoholi- või narkojoobes ei ole lubatud.
- Palume hoiduda valjusti rääkimisest ja naermisest.
- Tulge patsienti külastama ainult tervena, kui Teil pole viirushaiguse sümptomeid (sh ka „külmetuse“ sümptomeid) ja/või Teil pole hiljaaegu olnud kontakti isikutega, kes võivad olla nakkusohtlikud.
- Nakkusriski vähendamiseks tuleb pesta käsi vee ja seebiga või kasutada käte desinfitseerimisvahendit nii enne kui ka pärast patsiendi külastamist.
- Isolatsioonis viibivate patsientide külastamine pole üldjuhul lubatud. Kui raviarst siiski lubab isolatsioonis patsienti külastada, tuleb Teil kasutada isikukaitsevahendeid. Palume küsida osakonna personali abi nende selga panemisel ja kasutamisel. COVID-iga patsiente külastada ei ole lubatud.
- Oleme tänulikud, kui järgite haiglas kehtestatud ohutus- ja hügieenireegleid.

### **Väikelapsed külastajatena**

Me ei soovita väikelapsi kaasa võtta, sest haiglaskäik võib väikelapsele olla emotsionaalselt raske. Väikelapsel võib olla ka raske aru saada haiglas kehtivatest hügieeni- ja käitumisreeglitest ning neist kinni pidada. Samuti haigestuvad lapsed kergemini viirusinfektsioonidesse ning neid kaasa võttes seate ohtu oma lähedase ja teiste patsientide tervise.

Kui siiski võtate väikelapse kaasa, soovime lapsega enne võimalikud teemad läbi rääkida (nt lähedane võib välja näha teistsugune, aparatuur palatis, teised haiged, „torud ja voolikud“), et lapsele jääks haiglaskäigust positiivne kogemus.

Lapse järelevalve, ohutuse ja turvalisuse eest vastutab lapsega koos olev täiskasvanu.

### **Ettevalmistused kojuminekuks ja haiglast väljakirjutamine**

- Väljakirjutamise päeval annab raviarst, õde või ämmaemand Teile selgitusi edaspidise ravi ja toimetuleku kohta.
- Palume raviarstile kindlasti teada anda, kui vajate haiguslehte.
- Mõelge palun varem läbi, kes hoolitseb Teie turvalise kojujõudmise eest. Hea oleks, kui keegi tuleks Teile järele ja saadaks või transpordiks Teid koju. **Haigla ei osuta transporditeenust. Transpordi tellimise kohta saate infot meie kodulehelt: <https://www.itk.ee/patsiendile/haiglasse-tulek/patsiendi-transport>**
- Pärast lokaal- või üldanesteesias tehtud operatsiooni ei tohi Te 24 tunni jooksul juhtida mootorsõidukit, töötada ohtlike või tähelepanu nõudvate seadmetega, sest anesteesiaks kasutatud ravimid võivad aeglustada reaktsioonikiirust.
- Kui Te lahkute haiglast, ärge unustage kaasa võtmast oma isiklikke asju. Haigla säilitab Teile riietusesemeid ja isiklikke asju 30 päeva pärast Teile haiglast lahkumist. Kui selle aja jooksul ei ole Teile või Teile lähedane isiklikele esemetele järele tulnud, loeme Teid asjade valdusest vabatahtlikult loobunuks ning haigla kasutab neid oma äranägemisel.
- **Palume Teil voodikoht vabastada väljakirjutamise päeval kella 12.00-ks.**
- Haiglast lahkumise päeval antakse Teile arve voodipäevatasu ja osutatud tasuliste teenuste kohta. Arvet saab tasuda kõikides haigla registratuurides nii sularahas kui pangakaardiga või [iseteeninduslahenduse](#) kaudu. Iseteeninduslahendust on võimalik kasutada mobiiltelefonis, arvutis ja tahvelarvutis. Arve tasumise tähtaeg on üks kalendripäev.
- Õendusabikliiniku statsionaarses õendusabis viibiva ravikindlustatud patsiendi omaosaluse suurus on 15% Haigekassa poolt kehtestatud voodipäeva hinnast (85% ulatuses tasub ravikindlustatud isiku eest Haigekassa). Ettemaksuarve esitatakse osakonda saabumisel ja see tuleb tasuda ettemaksuna 10 päeva eest korraga.

### Tervishoiuteenuse osutamise üldtingimused

Tervishoiuteenuse osutamise üldtingimused on kättesaadavad meie kodulehel: <https://www.itk.ee/upload/files/tervishoiu-ylldtingimused.pdf>

### Isikuandmete töötlemine

Andmekaitsetingimused on kättesaadavad meie kodulehel: <https://www.itk.ee/haiglast/avalikud-dokumendid/andmekaitse>.

### Ettepanekud ja tagasiside

Küsimuste ja probleemide korral pöörduge palun haigla personali poole.

Ettepanekuid ravi- ja muude teenuste kvaliteedi parandamiseks ja/või tagasisidet saate anda meie kodulehe [www.itk.ee/tagasiside](http://www.itk.ee/tagasiside) kaudu.

Paberkandjal ettepanekud või tagasiside kirjutage palun vormile „Teie arvamus on meile tähtis“. Arvamusleht pange palun tagasiside postkasti – need leiata kõigist osakondadest ja fuajeedest. Postkaste tühjendatakse vähemalt kaks korda kuus. Vastame 30 päeva jooksul.

### Kontaktid

Olulised kontaktid leiata haigla kodulehelt: <https://www.itk.ee/kontakt>

Täname Teid meeldiva koostöö eest ning soovime head paranemist!

ITK441

Kinnitatud AS ITK ravikvaliteedi komisjoni 27.03.2024. a otsusega (protokoll nr 6-24)