

ITK Sõnumid

IDA-TALLINNA KESKHAIGLA AJAKIRI • NR 57, NOVEMBER 2022 • WWW.ITK.EE

13. oktoobril tunnustati Tallinna Lennusadamas Ida-Tallinna Keskhaigla arste, õdesid, hooldajaid, tugiteenistuste töötajaid kokku 13 kategoorias. Tutvustame seekordses ajakirjas tunnustuse saanud kolleege.

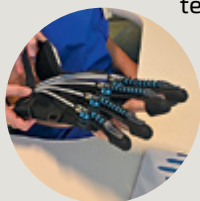
AASTA
TÖÖTAJA 2022
eriväljaanne



AASTA KOOLITAJA tunnustus läks naistekliiniku vastsündinute osakonna taaselustamise simulatsiooni (SIM) MEESKONNALE (pediaater dr Kadri Margus, neonatoloogia osakonna juhataja dr Pille Andresson, pediaater-konsultant dr Annika Tiit-Vesingi, ämmaemandad Mai Tammaru, Juta Ehrenpreis, Krista Tikan, Marge Ratras ja Minni-Triin Kasemets). ► Järg lk 2

ITK sai käeroboti

20. oktoobril jõudis ITK taastusravikliinikusse kauaoodatud käerobot Gloreha Sinfonia, mida kasutatakse tegevusteraapias patsiendi käe või käte funktsiooni taastamiseks, arendamiseks või säilitamiseks. ► Lk 18



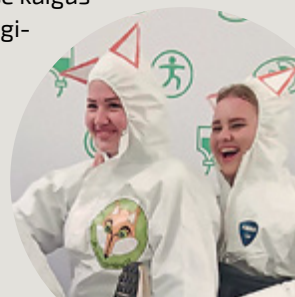
Enneaegsete pere-intensiivi esimene juubel

Eesti esimene uuenenud kontseptsiooniga neonatoloogia ehk enneaegselt sündinud vastsündinute pereintensiiviravi osakond sai 10. oktoobril 5-aastaseks. ► Lk 19



Rebastejooks ITKs

ITK võõrustas Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli „rebasteid“. Rebaste ristimise käigus korraldati tudengitele kesklinnas orienteerumismäng, mille üks punkt oli ITK. ► Lk 19





Aasta Töötaja 2022

Tunnustame ja õnnitleme!



TEKSTID: Ene Veiksaar, Inge Suder, Kerlin Remmel

◀ Algas lk 1

Naistekliiniku vastsündinu taasestlamise simulatsioonõppe tiim (foto avalehel) on tegutsenud 5 aastat, koolitustega alustati 2017. aastal. Vastsündinu taasestlamise koolitus toimub 1–2 korda kuus ja nii on käesolevaks sügiseks toimunud 42 baaskoolitust ja 31 jätkukoolitust.

Simulatsiooni (SIMi) naiskond väärts tunnustust ja esiletõstmist, sest lisaks oma igapäevatööle leiavad nad aega ja motivatsiooni, et planeerida koolituspäevi, leida sobivad ajad lektoritele ning hinnata juba tehtud tööd ja käia ka ise koolitustel – seda kõike selleks, et õpetada oma kol-

leege erakorralises situatsioonis veel paremini toime tulema. „Vastsündinute SIM“ nagu naistekliiniku töötajad koolituse kohta suupärasemalt ütlevad, on väga vajalik, sest ka järjepidev töö ja sisseharjutatud töövõtted vajavad regulaarselt lihvimist. Lisaks naistekliiniku töötajatele on koolitusel osalenud anestezioloogid, erakorralise meditsiini residendid ja -õed. SIMi tiim on käinud edukalt koolitamas teistegi Eesti haiglate sünnitusmajade personali. Kuuel koolitajal on ette näidata ka rahvusvahelise simulatsioonkoolituse lektori sertifikaat. Kolleegid tõstsid esile SIMi meeskonna ühtsust ja jätkusuutlikkust, jätkugu neil ainult jõudu! ••

Tunnustus doktoritöö kaitsmise eest



Ida-Tallinna Keskhaigla tunnustas kesklabori juhatajat dr Liisa Kuhi, kes 2022. aastal kaitses doktoritööd teemal „II tüüpi kollageeni neoepitoot C2C uriinis kui põlve osteoartriidi diagnoosimise ja kulu prognoosimise biomarker“. ••

Tunnustus haigusjuhu kirjeldusele

Ida-Tallinna Keskhaigla määras preemia 2021. aastal ajakirjas Eesti Arst ilmunud haigusjuhu kirjeldusele „Kilpnäärme pärilik medullaarne kartsinoom. Haigusjuhu kirjeldus ja kirjanduse ülevaade“, mille autorid on dr Kristjan Trink, dr Rein Rander, dr Marika Tammaru, dr Tatjana Toomsoo, dr Kairit Joost. ••

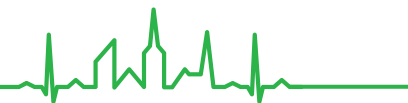
Aasta Koostööpartneriks valiti ITK pikaajaline partner MTÜ Eesti Reumaliit, mis aitab tagada reumapatsientidele tervishoiuteenuse parima kvaliteedi ja terviklikkuse. ••



*Aitäh,
et oled
meiega!*

ITK SÕNUMID / NOVEMBER 2022

AASTA TÖÖTAJA 2022



AASTA ARST-RESIDENTIDE JA ARSTITUDENGITE JUHENDAJAKS

valiti radioloog-juhtivarst dr Tiia Elvre

Hea arsti tunneb alati ära sellest, kuidas ta oma nooremate kolleegidega suhtleb. Eriti väärtuslikud on kogenud arsti nõuanded ja tähelepanekud just arstitöö alguses. Meie haiglas saabuvate radioloogia eriala arst-residentide jaoks on dr Tiia Elvre selleks toeks olnud juba kaks aastakümnet.

Esimesed kuud mööduvad tema lahke, samas asjaliku ja nõudliku pilgu all. Sama entusiastlikult kui

Tiia oma vabal ajal kodust Rapla- maad giidina tutvustab, juhatab ta residentidele igal aastal kätte radioloogia põnevate radade salapä- rased paigad. Tiia Elvre on Eesti Radioloogia Ühingu aktiivne liige ja kuulub Euroopa Radioloogia Ühingu liikmeskonda. ••



DR VÄINO TUPPITSA PREEMIA vääriliseks kuulutati patoloog-konsultant

dr Eero Semjonov

Eero on varasemalt mitmeid aastaid ka edukalt patoloogiakeskust juhtinud. Mälestusfondi eesmärk on toetada ja tunnustada laureaate kõrgetasemelise meditsiiniabi organiseerimise ja meditsiiniper- sonali eeskujuliku ettevalmis- tamise eest. Doktor Väino Tup- pitsa nimelist preemiat jagatakse iga kahe aasta tagant.

„Patoloogia on selline eri- ala, kus tunnustust kohtab väga harva. Kui raviarst näeb oma pat- sienti, siis meie oma patsienti ei näe, vahel harva avaldab tunnus- tust mõni raviarst. See preemia on seetõttu eriti oluline ja meel- div, et sind märgatakse. Ma olen väga kaua siin haiglas töötanud ja kui ma siia tööle tulin, siis oli dr Väinu Tuppits haigla peaarst. Tema laskis ehitada praeguse pa- toloogikumi, aga tingimused olid siin enne nii viletsad, et ma va- hepeal läksin ära kohtumedit- siini. Kui patoloogikum valmis sai, kutsuti mind tagasi seda juh- tima. Dr Tuppits jõudis kahjuks uut patoloogikumi ise vähe aega näha. Nüüd olen ma juhtimise üle andnud oma järeltulijale Erik Tampile,“ rääkis dr Semjonov. ••

V. Tuppitsa nimelise preemia andis dr Eero Semjonovile üle dr Tuppitsa abikaasa Milvi Tuppits.



NOVEMBER 2022 / ITK SÕNUMID

Aasta Sekretäriks valiti õendus- ja hooldusabikliiniku sekretär Kaja Kuljus



Kaja töötab ITK õendus- ja hooldusabikliinikus alates 2002. aastast ja seega täitub tal tänavu 20 aastat meie juures. Kaja teadmistel ei ole piire. Igale talle esitatud küsimusele saab vastuse. Oma tööd teeb ta ülima hoolikusega ning täpsusega, olles väga heaks eeskujuks. Ta on ka hospiitsosakonna sekretär, samas ei lase ta sellel süngel ja raskel tööl oma hinge muserdada ning oskab näidata nii patsientidele, lähedastele kui ka kolleegidele oma empaatiat.

„Lisaks sellele, mida osakond Kaja kohta kirja pani, rõhutan omalt poolt, et Kaja Kuljus on kliiniku kõige staažikam sekretär, kes tunneb oma valdkonda põhjalikult. Praegusel keerulisel ajal tekib sageli olukordi, mille lahendamiseks puudub juhend. Kajat sellised olukorrad ei heiduta,

ta leiab alati lahenduse ja jagab oma teadmisi heal meelel ka meie noorematele sekretäridele. Kaja süda on õigel kohal,“ ütles õendus-hooldusabikliiniku direktor Eve Karmo. ••

*Aitäh,
et oled meiega!*



Aasta Sekretär
nominendid



Aasta Sekretäri nominentidena pälvisid tunnustuse sünnitusosakonna sekretär Svetlana Narusk, osakonna sekretär radioloogiakeskuses Marje Aidla ja kabineti assistent silmapolikliinikus Kirti Savi. Fotol ka aasta sekretär Kaja Kuljus ja juhatuse esimees Tarmo Bakler.



Aasta Kliiniline Tugispetsialist
nominendid

Aasta Kliinilise Tugispetsialisti nominentidena pälvisid tunnustuse füsioterapeudid Cristel Heinmaa ja Kristi Neeme, proteesimeister Madis Põri, farmatseut Ülle Raudsepp ja proviisor Leilika Stepanova.

Aasta Kliinilise Tugispetsialisti tiitli pälvis vereteenistuse transfusiooni-spetsialist Johanna Kraas

Johanna töötab meie haiglas alates 2015. aastast, mil alustas kõrva-nina-kurguhaiguste polikliinikus tööd abiõena. Pärast kooli lõppu töötas edasi õena ning asus õppima

Tartu Ülikooli õendusteaduse magistriõppesse ja kaitses seal magistritööd teemal „Kuulmislanguse esmase diagnoosiga laste vanemate infovajadus – kvalitatiivne uurimus“.

2021. aastal asus ta tööle vereteenistuse transfusioonispetsialistina, kes koolitab haigla vereülekandeid tegevat õenduspersonali ja teeb vereülekannete järelevalvet. Väljaõppe jooksul õppis ta PERHi Verekeskuses ja Immuunhematoloogia referentlabilis ning PERHi Verepangas.

Diagnostikakliiniku kolleegide arvates on Johanna Kraas professionaalne, korrektne, aus, sõbralik ja kohusetundlik. Tema särasilmne olek ja äärmine abivalmidus loob positiivse tööõhkkonna. Kuna see ametikoht on Eestis alles uus, siis on Johannal olnud suur panus olnud selle kujundamisel: ta lõi vereülekande e-õppe ja viib läbi osakonnapõhiseid kontaktkoolitusi ja on ka ise suur koolitushuviline, osaledes erinevatel koolitustel, sh EuSim Level1 (simulatsioonkoolituste instruktorite treening). Värske teadmiste ja Joel Lumpre toel viis ta läbi Erakorralise Meditsiini Keskuses esimesed simulatsioonõppepäevad, mis on täiesti uus tase koolitustes. ••



Aasta Kliiniline Tugispetsialist Johanna Kraas ja ITK juhatuse liige-ravijuht Ene Halling

AASTA MITTEKLIINILISEKS TUGISPETSIALISTIKS

valiti personalispetsialist Viive Sõber



Viive töötab ITKs personalispetsialistina juba ligi 20 aastat ja tema peamiseks tööülesandeks on töösuhete haldamine, vormistamine ning personaliinvestustega seotud tegevused. Kui keegi ei tea, siis Viive ikka teab – nii võiks kokku võtta tema kogemustepagasi ja asjatundlikkuse.

„Viive on väga hoolas, usaldusväärne ning pühendunud töötaja, kellele võib igas olukorras toetuda. Ta on oma teadmiste, oskuste ja kogemuste poolest asendamatu tiimikaaslane. Näiteks sel aastal on Viive aidanud sisse elada neljal uuel personaliosakonna töötajal. Tema juhendamine ja nõustamine on olnud osakonnas võtmetähtsusega. Lisaks sellele, et Viive on toetav kolleeg, on tal väga hea huumorimeel, mis ka keerukamates olukordades hoiab õhkkonda positiivsena,“ ütles personaliosakonna juhataja Katrin Ligi.

AASTA KLIENDI-
TEENINDAJAKS sai
Karin Saar

Karin töötab meie haiglas juba kümme aastat. Ta on alati rahulik, rõõmsameelne, sõbralik ja viisakas nii patsientidega kui töökaaslastega. Tänu professionaalsusele ja heale suhtlemisoskusele on Karin pälvinud nii kolleegide kui ka patsientide usalduse. Ta näitab üles head organiseerimisvõimet, julgust tegutseda ja vastutustunnet.

„Olles võimekas kolleeg, töötab ta erinevates registratuurides ning lisaülesandena avab haigla infosüsteemis uuringute tunniplaane. Samuti kohaneb Karin kergesti erinevates situatsioonides, ta on võimeline suhtlema patsientidega ka eri keeltes ning teeb oma igapäevatööd südamega, seades esikohale patsiendi rahulolu. Hea korraldajana leiab ta alati probleemidele lahenduse, on heaks vahelüliks patsiendi ja arsti vahel,“ ütles klienditeenindusjuht Lea Karik. ♦♦



AASTA ÕENDUSTÖÖTAJA Jaanika Survo

AASTA ÕENDUSTÖÖTAJA tiitli pälvis gastroenteroloogiakeskuse õde Jaanika Survo.

„Assisteerin endoskoopias seedetrakti (mao- ja sooleuuringuid) ning sapi-teede uuringud ja valmistan patsiendi uuringuks ette. Ta ei pruugi mäletada, mida temaga tehti, aga ta jääb mäletama seda, kuidas temasse suhtuti või temaga käituti. Kui suudame fooni positiivselt muuta, siis on ka ravitulemused paremad ja patsientide enda usk paranemisse suurem,“ kirjeldas oma tööd Jaanika Survo.

Teid on valitud aasta õendustöötajaks, kas tuleb üllatusena?

Muidugi on see üllatus. Kui ma tervisehoiu kõrgkoolis õppisin, siis üks õppejõud ütles mulle: aita nii, et sinu abi saab vastu võtta. Järelikult olen ma aidanud inimesi nii, et nad on saanud seda abi vastu võtta.

Mida see töö Teie jaoks tähendab, mida ITKs teete?

Esmalt on töö käimine igapäevane leivateenimine, aga et see leib pärast ka magus oleks, tuleb anda endast võimalikult parim. Kõik päevad on ju erinevad, ükski patsient ei kordu. Püüan teha nii, et enda tööpäevast oleks parim tunne ja patsiendil jääks hea emotsioon sellest, kuidas temaga tegeleti, et ta on abi saanud ja keegi on temale piisavalt tähelepanu pööranud. Üksi värvavaid ei lööda, palju sõltub ikka kogu meeskonnast. ♦♦

Üksi värvavaid ei lööda, palju sõltub ikka kogu meeskonnast.

► KÕRVALPILK

Karina Tint,
gastroenteroloogia
õendusjuht

Jaanika Survo töötab õe ametikohal ITK Gastroenteroloogiakeskuse endoskoopias alates 2012. aastast. Ta on lõpetanud Tartu Ülikooli õendusteaduse magistrantuuri ja tema kaitstud magistratööd

„Õendusabi kvaliteedi indikaatorid täiskasvanute aktiivrasvis“ on tunnustatud 2020. aastal ödede päeval ning ta täiendab oma oskusi pidevalt erinevatel koolitustel ka välismaal, on suurepärase lektori.

Põhitöö kõrvalt leiab ta aega olla Eesti Endoskoopiaõdede Ühingu juhatuse liige ning osaleda meie haigla töörühmas, mille eesmärk on praktikas esinevate probleemide lahendamine teadustööde abil. Sellel aastal koostas Jaanika statsionaarsete patsientide koloskoopiaks ettevalmistamise tegevusjuhendi.

Kolleegide ja patsientidega suheldes on Jaanika alati abivalmis, sõbralik, usaldusväärne, ta teeb oma igapäevast õendustööd südamega.

Kõigi nende toimetuste juures ei unusta Jaanika nautida vaba aega. Ta on suur loodusesõber, kes armastab joosta värskes õhus. Jaanika on ka suurepärase küpsetaja – õnneks tekib kolleegidel aeg-ajalt võimalus Jaanika imemaitsvaid maiustusi proovida.

Suur kirk on tal ka raamatute lugemine.



AASTA MITTEKLIINILISE TUGISPETSIALISTI nominentidena pälvisid tunnustuse finantsanalüütik Dagny Limbrick, biomeditsiinitehnika insener Karl-Marten Möttus, kvaliteedispetsialist Kristel Taevere, analüütikud Kristina Reinsalu ja Külli Vetema (puudub pildilt), arhiivitöötaja-skaneerija Reet Ottender, pesukorraldaja Iwona Wozniak ja remonditöölaine Vjatšeslav Ilkiv (puuduvad pildilt).



AASTA ÕENDUSTÖÖTAJA nominentidena pälvisid tunnustuse õed Inna Kontareva, Vladislav Averkin, Karmel Päll, Kristina Aganitš, Eve Berkis, Jelena Kalnitskaja, Olesja Svetlitsnaja-Prõtkova, Marina Tsirkunova, Svetlana Sergejeva ja Erika Kobiljanskaja, radioloogilise õendustöö koordineerija Aile Laitinen, bioanalüütik Anu Pagil ja silmaosakonna õendusjuht Merilin Piirsalu.

*aitäh,
et oled
meiega!*



AASTA HOOLDUSTÖÖTAJA Kersti Puusepp ja ITK juhatuse liige-õendusjuht Ülle Rohi

AASTA HOOLDUSTÖÖTAJAKS valiti õendus- ja hooldusabikliiniku hooldaja Kersti Puusepp

Patsiendid on oma rahulolu ja tänu Kersti suhtes väljendanud nii suusõnaliselt kui ka kirjalikult. Tema käe all on õpetust saanud mitmed uued töötajad ja üliõpilased.

● Kui suur tähendus sellel tiitlil Teie jaoks on?

Mingis mõttes on ju nii armas, kui sinu panust märgatakse ja samas tekitab ka suurem kohustus, et märgatakse edaspidi ka. Mitte et ma nüüd kardaks (*naerab*).

● Mis Teile selles töös meeldib, mis kõige raskem, mis kõige rõõmustavam on?

Rõõm on sellest, kui sa näed oma töö tulemust. Mulle meeldib suhelda, inimestega tegeleda ja neid aidata. Me anname õendusabi ja kui sa näed mõne patsiendi juures, et tänu meile tõuseb ta istuma, saab iseseisvalt hakkama ja läheb omal jalal koju, teeb see palju rõõmu. Muidugi on ka väga raskeid valveid ja kergemaid, aga hästi palju endast andmist on pidevalt.

● Mida Te nende inimeste jaoks

saate teha, kes Teil haiglas sees on?

Kunagi mõtlesin, et ma teen nende jaoks ilusamaks kasvõi selle ühe päeva, mis minust sõltub. Kõik see igapäevane söömine, enesehügieen, suhtlemine kindlasti ka. See on suur rõõm, kui tänatakse.

● Teinekord saate söimata ka?

Oo jaa (*naerab*). Aga ma tahan tänada oma töökollektiivi ja õendusjuhti, kes on väga sõbralikud ja kokkuhoidvad. ●

► KÕRVALPILK

Reet Peeterson,
III õendusabiosakonna õendusjuht:

Kersti Puusepp on parim hooldaja osakonnas ja kliinikus. Kersti on meie kolleegina töötanud alates 2017. aastast. Töökaaslastel ja patsientidel on tema kohta öelda palju häid sõnu: kohusetundlik, täpne, hooliv, rahulik, abivalmis, sõbralik, julgustav ja motiveeriv.

AASTA HOOLDUSTÖÖTAJA nominentidena pälvisid tunnustuse densitomeetria assistent Svetlana Tarum, hooldajad Svetlana Ilves, Liia Karro, Jana Mišalagina, Jelena Skromnova ja Sirje Koitmäe, osakonna abilised Nadezda Bõstrova, Jana Soolepp ja Ellana Štunder, kabineti assistent Enelin Djakov, apteegi abilised Galina Lanets ja Kalle Korsten.



AASTA PUHASTUSTEENINDAJA on Inna Danilina

Inna töötab Ravi üksuse Sisehaiguste keskuses alates 2020. aastast. Ta täidab oma tööülesandeid suure professionaalsusega, on igati abivalmis, tähelepanelik ja väga sõbralik. Sisehaiguste keskus on Inna tööga väga rahul ja hindab Inna panust osakonna puhtuse loomisel kõrgelt. Oma oskusi jagab ta meelsasti ka uutele töötajatele, olles neile juhendajaks väljaõppe perioodil.

„Lisaks tavapärastele töövahendi-

tele kasutab ta oskuslikult erinevat puhastustehnikat, tänu millele on tema hooldatud põrandapinnad ideaalselt puhtad. Inna töötab ka Covid-osakonnas ja andis oma panuse osakonnas puhtuse tagamisel. Oma tööse suhtumisega on ta suureks eeskujuks kõigile teistele puhastusteenindajatele,“ ütles puhastusteenindusjuht Tiina Laarmaa. ♦♦



AASTA ÕENDUS- JA HOOLDUABITÖÖTAJATE praktikajuhendaja tiitli pälvis Marina Barsunova taastusravikliiniku I taastusraviosakonnast

Marina on töötanud ITKs kaheksa aastat ja tegeleb osakonnas lisaks põhitööle tulevaste ödede õenduslaste ja kliinilise õenduse praktika juhendamisega. Kolleegide sõnul on Marina väga põhjalik ja võtab oma tööd südamega.

„Ta tõesti hoolib sellest, millised teadmised ja oskused praktikandid osakonnast praktika lõpuks kaasa saavad. Oskus sulandada praktikandid igapäevatöösse nii, et nad tunneksid

ennast meeskonna osana, on üks paljudest Marina oskustest,“ kiidavad kolleegid. Individuaalne töö juhendatavate, neile väikeste huvitavate ja täiendavate kodutööde andmine on taganud selle, et praktikandid saavad taastusraviosakonnas olles maksimaalse ülevaate osakonna spetsiifikast ja omandavad kogemusi patsientidega töötades. Marina rahulikkus ja kannatlikkus tuleb kasuks ka keerulistes olukordades. ♦♦



Meie haigla AASTA ARSTI tiitli sai sellel aastal silmakliiniku oftalmoloog-juhtivarst dr Kristel Pulges. Dr Kristel Pulges töötab ITK Silmakliinikus juba 12 aastat, neist kaks aastat on dr Pulges olnud kliiniku juhtivarst. Ta töötab nii operatsioonitoas kaekirurgina kui ka polikliinikus, kus tema diagnoosida ja ravida on väga keerukad neuro-oftalmoloogilised patsiendid. Lisaks koolitab dr Pulges teisi silmaarste ning spetsialiste teistelt erialadelt.

Ida-Tallinna Keskhaigla AASTA ARST oftalmoloog-juhtivarst dr Kristel Pulges: see töö on võrreldav teemandi lihvimisega



Aasta arsti sõnul on tema töös peamine märksõna multidistsiplinaarsus, et erinevaid spetsialiste kokku viia ja inimesele raviprotsessis rohkem tuge pakkuda.

• Mida selline tunnustus arstile tähendab?

Eks see oli paras üllatus. Nüüd, hiljem jõuab kõik kohale. Väga hea tunne on teada, et seda, mida ma igapäevaselt teen, on märgatud. Sa ei tee ju midagi teisiti ega hakka ka nüüd tegema. See on

minu igapäevane töö, mida tunnustati. Igapäevase töö märkamine annab sooja tunde ja teadmise, et tahad siia hommikul rõõmsalt taas tulla.

• Mis on selle töö eripära, kolleegide õpetamine käib selle juurde?

Jaa, meie tööd iseloomustab väga tihe ambulatoorne töö, väga palju on vastuvõtte, inimestega suhtlemist. Meil on hästi peen ja rohke aparatuur eraldi iga struktuuri jaoks, mida parasjagu uurida on vaja, arvatult analüüse tõlgendada jne.



ARST-RESIDENTIDE JA ARSTITUDENGITE JUHENDAJANA pälvis tunnustuse günekoloog dr Kadri Palo.

Kolleegid naistekliinikust iseloomustavad teda nii: dr Kadri Palo on kogenud, professionaalne ja abivalmis naistearst. Juhendajana on ta toetav, soe ja asjatundlik. Alati naeratava ning päikselisena jagab asjalikke näpunäiteid. Dr Palo ei unusta kunagi noort kolleegi kiita ja motiveerida ning jääb ka kõige keerukamates olukordades sünnitustoa rahulikuks kolleegiks, millega on eeskujuks kõigile.

AASTA ÕENDUS- JA HOOLDUS-ABITÖÖTAJATE PRAKTIKA-JUHENDAJA nominentidena pälvisid tunnustuse üld- ja onkoloogilise kirurgia keskuse öde Ksenia Kalašnikova ja radioloogiatehnik Anna Mälk.

● Te olete arst, kes teeb ju ka operatsioone?

Jaa, mina teen kaeoperatsioone, see on väga peen töö. Täna tegin näiteks 13 operatsiooni. Aga meie tiim on tõesti väga tugev. Iga liigutus tuleb igal tiimi liikmel hästi läbi mõelda, see on võrreldav teemandi lihvimisega.

● Mis teeb arstist hea arsti?

Minu arvates on suhtlemise pool väga oluline, esmamulje. Juba „tere“ on inimesele võimalik öelda kümnet erinevat meeleolu. Aga sealjuures ei saa sa ka detailidesse ära kaduda, tuleb aru saada, millal tuleb kaasata teisi spetsialiste. Suhtlemise tasand on arstidel omavahel sama oluline kui arstil patsiendiga. Inimlikkus peab arstile jääma nii suheldes kolleegi kui patsiendiga.

AASTA ARST NOMINENDID



AASTA ARSTI nominentidena pälvisid tunnustuse üldkirurg-juhtivarst dr Airi Tark, infektsioonikontrolli teenistuse juhataja dr Aleksei Nelovkov, günekoloog-juhtivarst dr Kadi Ploom, neuroloog-konsultant dr Malle Alilender. Fotolt puuduvad nominendid statsionaarse taastusravikeskuse II taastusravi osakonna juhataja dr Meeli Mumma ja angiograafiaosakonna juhataja dr Sulev Margus. Aasta arsti tiitli pälvis dr Kristel Pulges (fotol paremal).

..... ●
Taseme tagab see, et erinevate alade inimesed kogu aeg omavahel suhtlevad. Oleme ninapidi koos ja arutame omavahel läbi neid patsiente, kes kuuluvad nii ühte kui ka teise valdkonda.
..... ●

● ITK Silmakliinikut peetakse Baltikumis number üheks, mis selle taseme tagab?

See on sellepärast, et meil on omavaheline koostöö väga hea. Meil ongi tippasemel keskus. Igal arstil on oma spetsiifika – kes tegeleb sarvkesta, kes kae, kes silmapõhjajahi-

guste, kes strabismiga. Selleks, et teha midagi kõrgemal tasemel, on see jao- tus vajalik. Taseme tagab see, et erinevate alade inimesed kogu aeg omavahel suhtlevad. Me oleme kogu aeg ninapidi koos ja arutame omavahel läbi neid patsiente, kes kuuluvad nii ühte kui teise valdkonda. Lisaks sellele oleme liitunud Euroopa haruldaste haiguste programmiga ja saame konsulteerida jooksvalt teiste spetsialistidega üle Euroopa. Meil on ka väga head sidemed silmaonkoloogia valdkonnas Šveitsis.

● Milline on ITK silmakliiniku põhitugevus?

Meil on palju õpilasi: oftalmoloogia, perearsti, erakorralise meditsiini, neuroloogia residendid, praktikandid optomeetria erialalt, keskkooliõpilased Reaalkoolist meditsiini õppesuunal. Erialaste kontaktide vaheline sõprade

..... ●
Haigla tugi koolitusele on olnud tõesti suur ja see annab ka meie õpilastele väga palju.
..... ●

leidmine teistest kliinikutest ja teistest haiglast on nagu täiesti omaette spordiala (*naerab*). Meie neuro- ja geneetika pool uurib väga palju geenihaigusi, teeme pidevalt koostööd, konverentsidelt kuuleb palju uut, kuidas kolleegid mujal maailmas töötavad, hiljuti käisime Suurbritannias ennast täiendamas. ITK võimaldab väga palju koolitusprogramme ja kursusi. Me areneme ja arendame end igapäevaselt. Oleme ise teinud plastikakonverentsil videoülekandeid operatsioonidelt ja kuna meie opitoa võimalused on tippasemel, saame ka õpilastele väga detailselt selgitada, mida ja kuidas teha. Eestis ongi Tallinn ja Tartu tippkeskused, mõlemad tegelevad ka õpetamisega. ITKs on lihtsalt silmapatsiente rohkem. Ainult üks monopol ei saa eksisteerida, konkurents viib alati edasi. Haigla tugi koolitusele on olnud tõesti suur ja see annab ka meie õpilastele väga palju. Väga paljud meie arstid on jäänud suhtlema sõpradena välismaiste kolleegidega, kes meid täiendavad ja koolitavad.

● Kui räägiksime nüüd mitte ainult tööst, vaid teist kui inimesest, siis mida Teile tööst vabal ajal meeldib teha? Te olete omal erialal tippspetsialist, mille eest Teid tunnustatakse, aga kes Te inimesena olete?

Mul on elus olnud päris palju hobisid ja huvilasid. Väga paljud kirurgid on elus ka käsitöölised või joonistavad hästi. See kõik on mulle tuttav, aga ma ei ole valinud endale üht konkreetset ala. Kui ma parasjagu ei tee käsitööd ega joonista, siis käin laulmas Pirita kammerkooris. Mu perekond on väga laululembene, muusika on olnud suur osa minu elust. Kui mul parasjagu patsiendi vastuvõttu ei ole, siis ikka mõni väike lau- luke keerutab peas (*naerab*).

● Ma tean, et kirurgidel on oma lemmikraadiojaamad, mida opi ajal kuulatakse ...

Meie patsiendid on enamasti ärkvel. Saame opitoas muusikat kuulata küll, kuid valima peame rahuliku ja rahulikuma vahel. Sa räägid inimesega lo- kuse ajal, selgitad ja rahustad. Me peame saama inimese nii heasse seisundisse, et temal oleks selles enda jaoks raskes olukorras võimalikult hea ja turvaline. Siis saame ka ise rahulikult lõigata.

● Kuidas arst ennast tööst välja lülitab? Kuidas on võimalik ennast säästa, et mitte patsiendi lugu endaga koju kaasa võtta?

Siin on väga palju tehnikaid. Kui oled selles valdkonnas piisavalt palju töötanud, siis tead, kuidas stressile reagee-

rida. Meil on hästi toetavad kolleegid, kellele saab alati oma mure ära kurta ja üheskoos analüüsida. Sellest on hästi palju abi. Vahel tuleb ette mõni magama oõ, aga siiski tead, kui palju sul läheb aega, et šokist üle saada ja siis ei tundu see enam nii hirmutav. Me ei jää ootamatuste puhul häta. Inimene, keda me ravime, on peamine, tuleb suuta talle pakkuda parimat lahendust.

Hobidest rääkides on alati väga hea mingi füüsiline tegevus alates jalutamisest ja lõpetades ekstreemspordi ning maratonidega. Lapsena tegelesin moodsa viievõistlusega. Suusatamine ja purjelauasport pole mulle samuti võõrad. Praegu ma väga aktiivne ei ole, sest tööd on rohkem kui liikumist. ●●



Ootame naisi sõeluuringule

Rinnavähi sõeluuring 2022

sünniaastaga

1954, 1956, 1958, 1960, 1962, 1964, 1966, 1968, 1970, 1972

Emakakaelavähi sõeluuring 2022

sünniaastaga

1957, 1962, 1967, 1972, 1977, 1982, 1987, 1992

Sõeluuringul osalemine (ka ravikindlustamata patsientidele) on TASUTA

Aja broneerimine ☎ 666 1900





MEELEOLUKAID
HETKI TÄNU-
ÜRITUSELT





MEELEOLUKAID
HETKI TÄNU-
ÜRITUSELT





ITK sai käeroboti



20. oktoobril jõudis ITK taastusravikliinikusse kauaoodatud käerobot Gloreha Sinfonia, mida kasutatakse tegevusteraapias patsiendi käe või käte funktsiooni taastamiseks, arendamiseks või säilitamiseks.

Seadet on võimalik kasutada nii akuutsel perioodil kui hilisemates taastusravi faasis. Võimalik on teha harjutusi nii kitsamale piirkonnale (ranne, labakäsi, sõrmed) kui

ka ulatuslikumate liigutuste arendamiseks (õla- ja küünarvarre liigutused).

Käerobotit on võimalik kasutada erinevate diagnooside ja funktsioonihäirete korral, nagu näiteks kesknärvisüsteemi kahjustusest tingitud häirete, perifeerset närvikahjustuste korral, erinevate käetraumade, operatsioonijärgsete seisundite, reumatoidtriidi ja osteoartriidi korral. Aga ka valu ja

tursete vähendamiseks ning käe liigutuste koordinatsiooni ja osavuse parandamiseks. Patsiendi sooritust saab ka salvestada ja võrrelda seda ajas ning hinnata progressi.

„Käerobot on kõrgtehnoloogiliseks abivahendiks meie tegevusterapeutidele nende töös patsientidega. See seade võimaldab parandada patsientide käel just peenmotoorikat ja selle

funktsioone,” ütles ITK Taastusravikliiniku Ambulatoorse taastusravi keskuse juhataja Katrin Olo-Laansoo.

Seadme soetamine sai võimalikuks tänu Eesti Vigastatud Võitlejate Ühingu ning Naiskodukaitse abiga Sinilille kampaaniaga kogutud annetustele. Sinilille kampaaniaga koguti ja annetati haiglale seadme ostmiseks 70 000 eurot.

Roosa Lindi jooksul joosti rinnavähi vastase võitluse toetuseks

8. oktoobril toimus Tallinnas Kadriorus Roosa Lindi jooks rinnavähi vastase võitluse toetuseks ja inimeste teadlikkuse tõstmiseks. Meie haiglast osales spordisündmusel üle 50 osaleja! Oktoober on rinnavähi teadlikkuse kuu. Tule rinnavähi uuringutele!

Tänavu on sõeluuringule oodatud 1954., 1956., 1958., 1960., 1962., 1964., 1966., 1968., 1970. ja 1972. aastal sündinud naised.



Enneaegsete vastsündinute pereintensiivi osakond sai 5-aastaseks



Dr Pille Andresson ja Reet Vinkel

Eesti esimene uuenenud kontseptsiooniga neonatoloogia ehk enneaegselt sündinud vastsündinute pereintensiivravi osakond sai 10. oktoobril 5-aastaseks.

Uuenenud kontseptsioon tähendab, et enneaegselt sündinud lapse pereliikmed on lapse sünnist saati aktiivselt raviprotsessi kaasatud. Loodud on võimalused, et pered saaksid juba vastsündinu esimesest päevast peale koos olla. Väga oluline on lapsevanemate ööpäevaringne kohalolu intensiivravi osakonnas just nii kaua, kuni peab enneaegselt sündinud laps haiglas olema.

Hindamatult tähtis on ka isade toetus oma naisele, personalile ja lapsele või lastele. Selle perekese lähenemisega kontseptsiooni töid ITK naistekliinikusse Skandinaavia perekesksete haiglate eeskujul neonatoloogia osakonna juhataja dr Pille Andresson, günekoloog-konsultant dr Lee Tammemäe, kliiniku ämmaemandusjuht Vivian Arusaar ja mitmed teised head kolleegid Naistekliinikust.

„Teie olete siin naistekliiniku peres südamesse seemneid külvanud, et perekesksus oleks ikka tähtis. Kuna viies aasta on tähtpäevade arvestuses nn puuaasta, siis selle sümboliks kingin ma teile ja kõigile lastearstidele oma enda kasvatatud kuusepuu,” ütles neonatoloogia osakonna ämmaemandustöö koordineerija Reet Vinkel.

Palju jaksu teile imepisikeste enneaegsete eest hoolitsemisel!

Külas käis Ida-Viru Keskhaigla

18. oktoobril külastasid meie haiglat Ida-Viru Keskhaigla kliiniliste ja tugivaldkondade töötajad. Külalisi võtsid vastu ITK juhatuses esimees Tarmo Bakler, juhatus liikmed: ravijuht dr Ene Halling ja õendusjuht Ülle Rohi.

Tutvustati haigla struktuuri ning külastati kliinikuid. Lisaks andis personaliteenistuse juhataja Helen Utsar ülevaate ITK koolitusvaldkonnast ning dr Halling tutvustas vähiravi arengukava. Meil oli väga hea meel Ida-Viru kolleege võõrustada ning arendada omavahelist koostööd.



ITK võõrustas „rebaseid“

Reedel, 7. oktoobril toimus Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli rebaste ristimine, milles ka ITK-l oli oma oluline roll.

Rebaste ristimise käigus korraldati tudengitele keskklinnas orienteerumismäng, mille üheks punktiks oli ITK.

Esmalt saabusid „rebaseid“ riburada pidi H-korpuses asunud Rebaseurgu, kus tuli leida tee pirukate ja kanapuljongini. Selle manustamisel vallandus rebaste viirus, mille tunnuseks olid COVID-kostüümid ja kasvama hakanud rebasekõrvad. Tudengid pidid endast kostüümis foto sotsiaalmeediasse postitama. Seejärel suundus lõbus käigus tutvusid värs-

ked tudengid haiglaga ja nägid, kui ägedalt me uuendustega kaasa läheme. Loomulikult kutsusime neid enda juurde praktikale ja tööle.

Aitäh, ITK juhatuses liige Ülle Rohi, kirurgiikliiniku õendusjuht Kätlin Pallo, koolitusosakonna juhataja Anne Räsu, teadusosakonna juhataja Marika Tammaru ja turundusspetsialist Kaia-Triin Tammeauru, üliõpilasesinduse liige Alexandra Daniela Naarits ja kogu korraldustiim!





Tööjuubelid

NOVEMBER

30

Riina Liitmäe, hooldaja,
Naistekliinik
Andres Tramm, autojuht,
Haldusteenistus

25

Pille Andresson, osakonna
juhataja, Naistekliinik
Liili Joala, öde, Silmakliinik
Olga Urban, hooldaja,
Õendus-ja hooldusabikliinik

20

Kai Sukles, kliiniku juhataja,
Sisekliinik
Küll Saaler, ämmaemand,
Naistekliinik

15

Eve Possul, osakonna
sekretär, Kirurgiikliinik
Alla Plahtijenko,
hooldaja, Kirurgiikliinik
Elena, Goncharova,
intensiivraviõde,
Kirurgiikliinik
Külvar Mand, anesthesioloog,
Kirurgiikliinik
Tuuli Kreegi, ämmaemand,
Naistekliinik
Anu Suurpalu,
günekoloog-mammoloog,
Naistekliinik
Viive Soots, öde, Silmakliinik
Olga Nello, hooldaja,
Õendus-ja hooldusabikliinik
Lemmi Allikvee, riidehoidja,
Klienditeeninduse teenistus
Raul Veeber, IT-osakonna
juhataja, Info-ja meditsiini-
tehnoloogia teenistus



10

Alice Lill, keskuse juhataja,
Sisekliinik
Kersti Reinsalu, finantsjuht,
Finantsteenistus
Kairi Kalder, bioanalüütilise
töö koordineeri, Diagnos-
tikakliinik
Liudmila Knatko, osakonna
abiline, Silmakliinik
Diana Maslyuchenko, öde,
Südamekeskus
Katrin Nõukas, sisearst,
Sisekliinik
Valentina Umova, öde,
Sisekliinik
Galyna Bozbey, puhastus-
teenindaja, Haldusteenistus

5

Mari-Liis Kornel, andme-
töötaja, Diagnostikakliinik
Kristiina Truupõld, neuro-
loog, Sisekliinik
Oksana Kondratjeva,
hooldaja, Sisekliinik
Oleg Tsenkman, hooldaja,
Sisekliinik
Karl-Marten Möttus,
biomeditsiinitehnika insener,
info-ja meditsiinitehnoloogia
teenistus



JOODIK	PRUUN- VETIKAS	IDAMAIN KONETLUS- SÕNA	EESTI LAVASTAJA (EESN+N)	TAIM, MILLE JUURTEST SAAB KÕHA- RAVIMIT	ÕIGUSLI- KULT (LD)	HAPNIK	RAHVUS- VAHELINE	EESTI LASTE- KIRJANIK	TÕELINE	ÜKSILDANE	ÕLI-	LASTE- ARST
KOERA- TOUG								JÕGI TARTU- MAAL				
... JAAGO (NÄITLEJA)						HULKA, SEKKA KINNITUS- DETAIL						
ARVUSTA- JA							SIIA MOODI KALA POOLA HELILOOJA					
EUROO- PIUM		NEURO- TSUUT USA KIRJANIK							VANAMEES PINDALA- ÜHIK			
KELVIN	VASTUS HÜVASTI! (LASTEK.)										ATO- KIILUTA KALURI- PAAT	
KÄRN				NAISENIMI LENNU- FIRMA				ÜHA, AINULT KÕRBE- SAAR				
AINULT ÜKS					EESTI LAVASTAJA (IN+NIMI) TÕRS							
NEODÜÜM		MASTI RÕHTPUU INDIUM				SIHT- ASUTUS ...KOHANE			E. AKSLI ROMAAN ASTAAT			
PEKITA LIHA			LAUA- VABRIK TERA-									
VILETS				ERI- ILMELINE MAA-ALA (GEOGR.)								

Ristsõna
vastus saada
toimetus@itk.ee.
Oktoobikuu
ristsõna
vastus oli
„kapillaar“.
Auhinna võitis
Janne Udeküll.
Palju õnne! Võit-
jaga võetakse
ühendust.

HEAD
NUPUTA-
MIST!

Nuti
ristsonad.ee