



Tänavu toimus aastaaruannete esitus teisiti kui varasematel aastatel – nädal lõppes struktuurüksuste tulemuste konverentsiga. Sõna said kliinikute juhtkonnad, samuti ravikvaliteedikomisjoni, apteegi, teenuste arendusosakonna, teadusosakonna ja haldusjuht. Kogu nädala võttis kokku juhatus.

Uued väljakutsed ja võimalused

2019. aasta oli juhatuse hinnangul Ida-Tallinna Keskhaigla edukas – tulud kasvasid 9% ja aasta lõpetati 3,98 miljonilise kasumiga ning enamus planeeritud investeeringuid viidi edukalt lõpuni. Kogu Eesti tervishoiu maastikul säilitati oma positsioon erialade ja mahtude lõikes.

2019. aastal oli kokku 609 198 ambulatoorset külastust, millest 69,7% olid eriarsti ja 30,3% õendustöötajate vastuvõttud. Tähelepanuväärne on E-konsultatsioonide tegevate erialade hulk (15) ja nende arvu kasv, mis ulatus 2019. aastal 10 863-ni. Statsionaarsele ravile hospitaliseeritute arv oli 2019. aastal 29 236. Aktiivravil oli keskmine haiglaravi kestus 2019. aastal 3,4 päeva.

Patsientide terviklikuks käsitlemiseks alustasid 2019. aastal viis multidistsiplinaarset meeskonda. Ühtlasi koostati patsientidele kaasaegseima ning innovaativseima ravi tagamiseks pädevuskeskuste ja multidistsiplinaarsete meeskondade tegevuse kord.

Ravikvaliteedi säilitamiseks ja parendamiseks kinnitati 2019. aastal ravikvaliteedi, sh patsien-

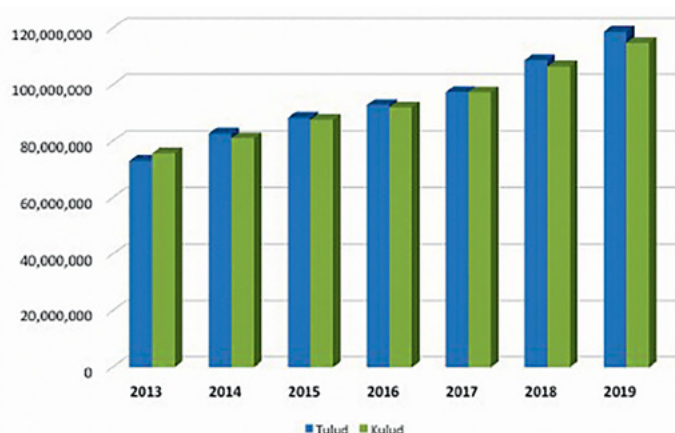
diohutuse strateegia ja tegevuskava koostamine aastateks 2020-2022. Ravikvaliteedi hindamiseks ja parendamiseks viidi Haiglas 2019. aastal läbi 10 kliinilist auditit.

Tunnustus: Mesilasemärk

Eesti Perearstide Selts tunnustas Haiglat 2019. aastal Mesilasemärgiga.

Mesilasemärgiga tunnustati Haiglat kui head partnerit nii e-konsultatsioonide, uuringute, koolituste kui ka ühisplaanide pidamise osas. Haigla korraldas 2019. aastal üheksa Tallinna Perearstide Seltsi

Tulud ja kulud 2013-2019



hommikuseminari, toimus kolm avatud kliinilist konverentsi, jätkus koostöö Kuressaare, Hiiumaa ja Järvamaa Haiglatega.

2020. aastal jätkame arengukavas toodud suundade elluviimist ning ettevalmistusi suurteks investeeringuteks, milleks on uue EMK (erakorralise meditsiini keskuse) ehitus, mis jääb 2021. aastasse. Plaanis on ka sterilisatsioonikeskuse renoveerimine, mis mõjutab kogu haigla tööd.

Jätkub multidistsiplinaarsete meeskondade ja pädevuskeskuste arendamine, et parandada erialade koostööd patsientide ravis. Suureks väljakutseks on töötajate hoidmine ja motiveerimine konkurentsitalitluses.

Soovime hoida hinnatud praktikabaasi ja koostööpartneri positsiooni, olla aktiivne oma tegevuste tutvustamises ja osaleda koostööprojektides partneritega.

Aitäh kõigile, kes on aidanud kaasa 2019. aasta heade tulemuste saavutamisele!

Püüame jätkuvalt olla esimene valik nii patsiendile, töötajale kui ka koostööpartnerile.

Juhatus

Vaher: ITK on tipp-tasemel haigla

Veebruaris uueks Ida-Tallinna Keskhaigla nõukogu esimeheks valitud Tallinna Ettevõtlusameti juht Kairi Vaher ütles, et ITK on tipp-tasemel haigla kogu Eesti mastaabis, mitte ainult regionaalsel tasandil.



„See ei ole tulnud lihtsalt ega juhuslikult, vaid selleks on tehtud sihikindlat aastate pikkust tööd, investeerides inimestesse, kvaliteetsesse meditsiinitehnikasse ning kaasajastades jõudumööda haigla hooneid,” selgitas Kairi Vaher.

„Kuulates veebruari lõpus haigla kliinikute juhtide eelmise aasta kokkuvõtteid, oli mul kogu saavutatu üle siiralt hea ja uhke tunne. On loomulik, et alati on puudus ressursidest, olgu selleks arstid, õed, hooldustöötajad või vahendid uute aparatuuride ostmiseks, kuid seda olulisem on seada prioriteete ning suunata kõigi jõupingutused seatud sihtide täitmisele,” ütles Vaher. „Oluline on, et haigla areneks nii kliinikute kaupa kui ka tervikuna.”

„Sellel aastal on kahtlemata oluline proovikivi erakorralise meditsiini keskuse renoveerimisega alustamine ja loodan, et juba järgmisel aastal saavad inimesed uutes, kaasaegsetes ruumides kvaliteetset arstiabi. Samuti on üks oluline tähtis tervisekeskuse ehitamine Magdaleena kompleksis,” rääkis Kairi Vaher.



Haiglaravil viibivate patsientide külastamine
ON KEELATUD!

Sisekliinik 2019: tõine aasta



Kai Sukles
Sisekliiniku juhataja

Sisekliinikule oli 2019. aasta väga tõine. Pakkusime patsientidele parimat ravi nii ambulatoorsetel vastuvõttudel, päevaravis kui ka statsionaarsel ravil. Lisategevusena võib välja tuua terviseauditite tegemise ja vaktseerimised, mis olid sel aastal väga populaarsed.

Kui rääkida numbrite keeles, siis nii ambulatoorseid visiite kui ka statsionaarseid haigeid oli enam kui 2018. aastal. Seega on kliiniku töötajad teinud väga suure töö! Kui rääkida erialadest, siis tootsin välja iga eriala kohta paar olulisemat tegevust.

Gastroenteroloogid võtsid kasutusele kapselendoskoopilise uuringu. Hästi on käima läinud kolorektaalvähi söelendoskoopiad. Keskuse töötajad on teinud ära suure töö, koolitades perearste-pereõdesid, et parandada patsientide ettevalmistust protseduuriks. Lisaks on patsientidele avatud söelokoloskoopia nõuandetelefon, kuhu helistades saab igakülgset teavet söelokoloskoopia ja selleks valmistumise kohta.

Südamekeskusesse lisandus uus kolleeg – dr Urmo Kiitam, kes osaleb nii angiograafiakabineti töös kui ka implanteerib kardiostimulaatoreid, assisteerijateks südamekeskuse õed. Südamestimulaatoriga patsientide ohutuks käsitluseks, sh uuringuteks on loodud (STIMTIIM) nõuandetelefon. Südamekeskust iseloomustab suur ambulatoorse töö ja funktsionaaldiagnostiliste uuringute – koormustestid, Holter monitooringud, ehhokardiograafia – maht. Lisaks on südamekeskus tihedas koostöös naistekliinikuga alustanud rasedate kardioloogilist nõustamist. Selle koostöö vedaja on dr Pille Bušin.

Tähelepanu insuldil

Neuroloogiakeskuse aasta märksõnaks on insult. Palju tehti tööd insuldihaige kiire liikumisega „marsruudil”: EMK-kompuuteruuring-trombolüüs. Alustasime õdede täienduskoolitusega insuldipatsiendi raviteekonna paremaks korralduseks meeskonnatöös. Neuroloogid jätkasid ambulatoorseid vastuvõtte Saaremaal Kuressaare Haiglas, kus oleme telemeditsiini vahendusel teinud trombolüüsi.

Endokrinoloogiakeskus on tihedas koostöös praktiliselt kõikide



Pulmonoloogia uus uuringuaparatuur on kõik liidestatud eHL-iga.

teiste kliinikutega – naistekliinikuga rasedate diabeedi, kirurgikliinikuga nii kilpnäärmehaiguste kui ka diabeetilise veresoontepatoloogia, silmakliinikuga diabeedi ja kilpnäärmehaiguste alal. Nii teevad keskuse õed haiglaüleselt raviosakondades enim konsultatsioone. Väga hästi töötab endokrinoloogiakeskuse arst dr Ulvi Merendi juhtimisel diabeetilise jala konsiilium.

Sisehaigustekeskusele oli suureks rõõmuks osakonna remont, millega paranesid oluliselt patsientide tingimused ja saadi juurde neli voodikohta, millest kolm on üksikpalatid, kuhu on võimalik patsient isoleerida. Oluline kvaliteeditegevus on kliinilise tootmise meeskonna moodustamine ja töö alustamine ülehaiglaselt. Kliinilise tootmise meeskonda juhib dr Susan Sündema.

Sisearstid alustasid koostööd ortopeedidega, skriinides haigeid enne suurte liigeste endoproteesimist. Eesmärk on patsiendid operatsiooniks paremini ette valmistada, arvestades just aneemiat ja alatoitumust, et vähendada postoperatiivsete tüsistuste esinemist. Seda tööd veab dr Karmen Püvi.

Pulmonoloogias saime uue uuringuaparatuuri ning kõik aparaadid on liidestatud eHL-iga. Uneapnoe uuringute ja ravi meeskond on



Endokrinoloogiakeskuse konverentsil räägiti keskuse tihedast koostööst praktiliselt kõikide teiste kliinikutega.

komplekteeritud, töömahud tõusnud ning kodusel ventilaatorraviga patsientide arv kasvanud.

Onkoloogia vastuvõttud Kuressaares

Onkoloogiakeskuses alustati kvaliteediparandamise eesmärgil paikmepõhiste haiglasisesest käsitlusjuhendite väljatöötamisega. Alustasime onkoloogi ambulatoorse vastuvõttuga Kuressaare Haiglas.

Reumatoloogiakeskuses on jätkuvalt suur bioloogilist ravi vajavate patsientide hulk, kes keskuses ravitakse patsiente üle Eesti. Jätkuvad reumatoloogide ambulatoorsed vastuvõttud Kuressaare Haiglas.

Allergoloogia-immunoloogiakeskuse koosseisu kuulub alates aprillist 2019 ka dermatoveneroloogia. Sinna saime juurde uue arsti, dr Karin Hussari. Allergoloogia-immunoloogiakeskust iseloomustab fakt, et kõik esmased patsiendid saavad arsti vastuvõtule ainult läbi e-konsultatsiooni, seega on tehtud nn eel-seleksioon ning sellega on tagatud kiire abi vajavate patsientide kiire arsti juurde saamine. Alustasime allergoloog-immunoloogi telefonivalvega – nii EMK kui ka teistel arstidel on võimalik telefoni teel ööpäev läbi nõu saada.

Sisekliinikul on 2020. aastaks suured plaanid, mille elluviimine sõltub meist igaühest. Õnnestumiseks on vaja kõikide inimeste pühendumist ja koostööd.

Töötervishoiukeskus muutis haigla personalile tervisekontrolli vastuvõtu aja broneerimise lihtsamaks ning sobiva aja valik on parandanud tervisekontrollide läbimist. Koostöös infektsiooniosakonnaga tagati kolleegidele hooajalised vaktseerimised töökohal ning tänu keskuse õdede väljasõitudele said ka lepingupartnerid vajalikud vaktseerimised oma asutuses.

Peale kliinilise tööle oleme aktiivsed kutse- ja erialastes töögruppides, osaleme kolleegide koolitamisel koolituskeskuses ning pakume praktilist juhendamist ravikeskkonnas.

Plaanid 2020. aastaks

Kui plaanid kokku võtta ühe sõnaga, siis selleks oleks vähiravi. Vähiravi korraldamine haiglas hõlmab kõikide kliinikute koostööd. Alates söeluuringute korraldamisest, seejärel uuringutest-ravist ning lõpetades palliatiivse ravi ja õendusabiga.

Teise märksõnana saab välja tuua koostöö. Näiteks alustame koostööd kirurgikliinikuga seedetrakti onkoloogiliste haigete operatsioonieelseks skriinimiseks. Jätame kliinilise tootmisega.

Onkoloogias on plaanis veel päevaraviga alustamine Kuressaare Haiglas Saaremaa patsientidele, et neile oleks tagatud võimalus kodu lähedal ravi saada.

Oleme valmis alustama koduse hapnikraviga.

Nii on sisekliinikul ka 2020. aastaks suured plaanid, mille elluviimine sõltub meist igaühest.

Õnnestumiseks on vaja kõikide inimeste pühendumist ja panustamist ning loomulikult koostööd.



KIIDA TEENINDAJAT!

Meie teenindajaid saad kiita veebilehel
heateenindus.ee



2020
RAHVUSVAHELINE ÕDEDE
JA ÄMMAEMANDATE
AASTA

Kirurgiakliinik aastal 2019: spetsialiseerumise ja koostöö edulugu



Andrus Arak
Kirurgia
kliiniku
juhataja



Kristin Lichtfeldt
Kirurgia kliiniku
õendusjuht

2019. aastal olid kliiniku erialakeskuste läbivad suunad miniinvasiivsete ravimeetodite arendamine, subspetsialiseerumine eriala kitsamates valdkondades, haigete terviklikud operatsioonieelsed ja -järgsed käsitlused, tegutsemine multidistsiplinaarsetes meeskondades ja pädevuskeskustes ning ödede iseseisvate vastuvõtude valdkondade suurendamine.

Kirurgiakliinikus tehti 2019. aastal 64 131 arstlikku ja 79 896 õendusvisiiti (millest 67 852 oli triaazöödede töömaht), vastati 1825 e-konsultatsiooni ja opereeriti 10 500 patsienti (nendest umbes 25% päevakirurgias).

Üld- ja onkoloogilise kirurgia keskuses jätkus laparoskoopiliste ja teiste miniinvasiivsete operatsioonimeetodite, seedetrakti onkoloogilise kirurgia, sealhulgas maksakirurgia ning perifeersetes veresoonte endovaskulaarse ravi arendamine koostöös teiste kliinikutega. Koos onkoloogiakeskusega valmis jämesoolekasvajaga ravitud haigete ravijärgse jälgimise audit ja tehti vastavad töökorralduslikud muudatused.

Patsientide kiiremaks operatsioonijärgseks paranemiseks edenes koos sisekliinikuga haigete operatsiooni-eelne hindamine ja nõustamine ülekaalu kirurgilises ravis ning alustati sama programmi seedetrakti kasvajatega haigetel. Keskuse töösse kaasati öde-toitumisenõustaja.

Kõrva-nina-kurguhaiguste keskuses arenes edasi rekonstruktiivne kõrvakirurgia, tehti esimesed edukad endoskoopilised kõrvakirurgia operatsioonid. Jätkus luukuulmisimplantaatide paigaldamine.

Keskuse tegevuse olulise osa moodustasid funktsionaalsed hääleuuringud ja selle valdkonna õpetamine kõrva-nina-kurguhaiguste, allergoloogia, pulmonoloogia, füsioteraapia ja logopeedia õppuritele ja residentidele. Jätkus vastündinute kuulmisskriining ja laste kõnearengut toetav logopeediline ravi. Elanikkonna vananemise tõttu sobitati

patsientidele üha rohkem ka kuuldeaparaate.

Uroloogiakeskus on endiselt Eesti juhtivaid neerukivitõve ja uro-onkoloogiliste kasvajate kirurgilises ravis. Taas suurenes miniinvasiivsete ja laparoskoopiliste operatsioonide maht, moodustades >60% kõikidest sekkumistest. Jätkus arstide subspetsialiseerumine endoskoopiliste, laparoskoopilise ja lahtise kirurgia suundades, samuti ülemiste ja alumiste kuse-suguteede patoloogiatele.

Unikaalseid operatsioone tegid kaks külalisprofessorit: professor A. Mundy Suurbritanniast ja professor P. Rehder Austriast. Keskuse juhataja dr M. Kivi sooritas edukalt Euroopa uroloogia eriala kvalifikatsiooni ja pädevuse eksami (Fellow of the European Board of Urology).

Lüülsambakirurgia keskuses alustati uute miniinvasiivse kirurgia meetoditena mikroskoopiliste dekomprimeerivate operatsioonide ja robotassisteeritud tagumiste spondüloodesidega. Oluline samm oli patsientide kirurgilise ravi kvaliteeti hindava seljaregistri käivitamine.

Jätkus 2018. aastal alustatud koostöö Turu ülikooli haiglaga laste lüülsambakirurgia arendamiseks ning Riia traumatoloogia ja ortopeedia haiglaga Läti kolleegide koolitamiseks lüülsambakirurgias. Meie lüülsambakirurgide vedada oli rahvusvahelise organisatsiooni AOSpine seminar „Trauma and Degeneration”. Keskus tähistas 10.

„Oluline samm oli patsientide kirurgilise ravi kvaliteeti hindava seljaregistri käivitamine.”

tegevusaastat konverentsiga „Uued ravivõimalused seljahaigetele”.

Ortopeediakeskuses käivitus sisekliiniku abiga proteesipatsientide operatsioonieelse skriiningu programm, ikka eesmärgiga parandada haigete operatsioonidest taastumise kvaliteeti. Oluline valdkond oli jätkuvalt diabeetilise jala multidistsiplinaarne käsitlus. Jätkus hea koostöö Tallinna Lastehaiglaga laste labajala- ja puusahaiguste kirurgilises ravis. Kasutusele võeti endoproteesimise uued meetodid põlve- ja küünarliigesel.

Keskuse korraldada oli 2019. aastal ka Euroopa ortopeedia residentide jätkukoolitus EFORT Traveling Fellowship.

Samaaegselt erakorralise meditsiini keskuse ümberkorraldustega parandati traumapatsientide käsitlust ortopeedia valveringide ja traumahaigete korduvate vastuvõtude suurendamisega.

Taas suurenes ortopeedia e-konsultatsioonide maht.

Anestesioloogia ja intensiivravi keskus pidas moodunud aastal oluliseks patsiendikeskuse põhimõtete arendamist intensiivravis: patsientide kaasamine ravi- ja hooldustoimingutesse, müra vähendamine, deliiriumi ennetamine. Erialadeülese koostöö valdkonnaks oli ka ERAS-programmi toetamine valuravi kaasajastamise, enteralse toitmise võimaluste laiendamise ja individuaalse lähendamise koolitustega.

Jätkus töö laste lüülsamba operatsioonide anesteesia ja intensiivravi kvaliteedi parandamisega ja toimusid valdkonna regulaarsed koolitused Turu ülikooli haiglas.

Erakorralise meditsiini keskuses toimus üleminek prioriteetipõhisele tööprotsessile ja kõikide haigete kohesele triažeerimisele – haigeid ei jaotata enam trauma-, sise- või kirurgilisteks patsientideks, kogu käsitlus lähtub nüüd seisundi raskusest. Selle muudatusega teenisime kiirabibrigaadide rahulolu meie haiglaga.

Töötati püsivalt kõrgel koormusel, võttes aasta jooksul vastu pea 70 000 patsienti. Suurenes isheemilise insuldi tõttu trombolüüsitud haigete ja elektriliste kardioversioonide arv.

„Käesoleva aasta suur proovikivi kogu haigla töökorraldusele on erakorralise meditsiini keskuse renoveerimine ning uue ruumilahendusega toetatud kaas-aegse tööprotsessiga kohanemine.”

Keskusel oli ka oluline osa Kaitsepolitsei ameti korraldatud ühisõppusel KBRT2019, kus Eesti ametkonnad ja ettevõtted harjutasid keemilise, bioloogilise, radioaktiivse ning tuumasaastega juhtumite lahendamist.

Mida toob käesolev aasta?

Edasist arendamist vajavad miniinvasiivsed operatsioonimeetodid, näiteks mikroskoopiline diskektoomia ja spinaalstennooside dekomprimeerimine lüülsambakirurgias või endoskoopilised meetodid uroloogias ja üldkirurgias.

Jätkub spetsialiseerumine kirurgia kitsamates valdkondades, nagu näiteks vaagnakirurgia, sportitraumad, labajala deformatsioonid, põlveliigese hemiarthroplastika, lüülsamba kaelaosa ja kõveruste kirurgiline ravi. Sama toimub ka ödede iseseisvate vastuvõtude sisulise kvaliteedi arendamisel, näiteks kliinilise toitmise, endoproteesimise, mittespetsiifilise seljavalu, uroloogia suundades.

Kindlasti laienevad ERAS-programmi põhimõtted ortopeedias, üldkirurgias, uroloogias, oluline on eakate ja kaasuvate haigustega patsientide optimaalne käsitlus. Areneb koostöö taastusravi ja ka õendusabi kliinikuga, tagamaks kirurgiliste aktiivravivoodide sihipärast ja efektiivset kasutust. Alustame valuravi e-konsultatsioonidega.

Oluline on multidistsiplinaarse meeskonnatöö arendamine, näiteks seljavaluga patsientide terviklikus käsitluses seljaravikeskuses, neuroendokriinkasvajate ravis või valuravi onkoloogiliste haigete paljatiatsioon.

Samuti on tähtis patsientide rahulolu detailsem analüüs ning tähelepanu patsiendihutusele ja patsiendisõbralikkusele, et vähendada suhtlemis- ja suhtumisprobleeme ning ennetada patsientide ohu juhtumeid.

Käesoleva aasta suur proovikivi kogu haigla töökorraldusele on erakorralise meditsiini keskuse renoveerimine ning uue ruumilahendusega toetatud kaas-aegse tööprotsessiga kohanemine. Kõrva-nina-kurguhaiguste keskus koondub renoveeritud ruumidesse Magdaleena korpuses. Uuendatud ruumid ja sisseseade saab Ravi tänava üksuse sterilisatsiooniosakond. Järgmiseks, efektiivsuse ja patsiendisõbralikkuse vaates hädavajalikuks arenduseks on kõikide kirurgiliste erialade ühise päevakirurgia keskuse väljaarendamine – aga see on juba järgmise aasta teema.





Juubeliaasta naistekliinikus: sertifikaat ja rekordnäitaja



Brigita Tamm
Naistekliiniku juhataja

2019. aastal tunnustati ITK Naistekliinikut beebisõbraliku haigla sertifikaadiga, saavutades kõigi aegade parima näitaja perinataalsuremuses ning tähistasime juubelit.

31. juulil toimus ITK Naistekliiniku taastunnustamine beebisõbraliku haiglana (Baby Friendly Hospital). Hindamist viisid läbi Sotsiaalministeeriumi juurde loodud rinnaga toitmise edendamise Eesti komitee koostöös Terviseametiga. Beebisõbraliku haigla hindamise kriteeriumid lähtuvad Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) ja UNICEFi soovitus-test emade ja lastega töötavatele tervishoiuasutustele. Hindamiskomisjoni otsus: AS ITK töökorraldus vastab beebisõbraliku haigla algatuse kriteeriumitele, mille aluseks on WHO ja UNICEFi soovitus. Meie sünnitusmajas on vastsündinud ema ja perega koos. Beebisõbraliku haigla sertifitseerimise eelduseks on regulaarne personali koolitamine beebisõbraliku haigla standardite kinnistamiseks ja patsiendikeskne töökultuur.

2019. aastal oli ITK Naistekliiniku sünnitusosakonnas 4130 sünnitust, meie majas sündis 4218 last – 2051 tüdrukut ja 2167 poissi. Iga kolmas Eesti laps sünnib ITK Naistekliinikus. Enneaegsena sündis meie majas 312 last, s.o 7,6% sündidest. 2019. aastal sündisid ühed kolmikud ja 86 paari kaksikuid, kellest 63% olid enneaegsed.

2019 oli sünnitusmaja juubeliaasta, 4. oktoobril tähistasime 215. tegevusaastat konverentsiga ja aasta viimasel päeval rehkendasime kokku oma töötulemused ning üllatus oli suur – olime teinud väärikale sünnitusmajale väärilise kingi, kõigi aegade madalaima perinataalse suremuse näitaja ehk 1,7%. See on sünnitusmajade kvaliteedi kõige kõnekam indikaator, mille nimel meeskond on aastaid kõvasti pingutanud.

Perinataalse suremuse numbri taga on kõik surnult sündinud ja üks nädal peale sündi surnud lapsed 1000 sünni kohta. 1995. aastal oli see näitaja 25,5%, 2015. aastal 6,5% ja 2017. aastal 5,5%, 2019. aastal aga 1,7%. Need ei ole lihtsalt numbrid jadas, nende numbrite taga on sündmused. Sellise hea tulemuse võtmeks on naiste- ja lastearstide ning ämmaemandate väga hea koostöö, suur kogemus, regulaarsed koolitused, vigade analüüs ja oma kutsele jäägitu pühendumine.

Määrav mõju diagnostikal

Perinataalse suremuse tulemile on määrav mõju antenataalsel diagnostikal. Need on ajastatud rasedate esimese trimestri ultraheli skriinimised, mis hõlmavad väärengute ja kromosoomihaiguste tuvastamist, loote südame uuringuid ehk loote ehhokardiograafiaid, emade preek-



Enamik kõhuõõne operatsioone tehakse laparoskoopiliselt ja patsiendid lahkuvad koju tihti samal päeval, abi saavad patsiendid kogu elukaare vältel – meie opereeritud günekoloogilised patsiendid on olnud lastest kuni väga eakate prouadeni.



lampsia skriinimised ning 20. rasedusnädala ultraheli skriinimised. Loote ultraheliuuring nõuab arstilt terast silma ja tugevat keskendumist, iga pisidetail väikese loote uuringul on oluline ja määrav.

Kromosoomihaiguste skriinimise võimalusi on avardanud ka raseda vereanalüüsist võetav rakuvaba DNA-analüüs, mis 2019. aastal oli patsientidele tasuta teenus. 2020. aastast hakkab haigekassa seda skriinimiseanalüüsi kompenseerima neile rasedatele, kellel Oscar-testi tulemuste põhjal ilmneb kõrge risk. Rakuvaba DNA patoloogilise skriinimiseanalüüsi vastuse korral peab diagnoosi kinnitama täiendava invasiivse uuringuga ehk loote koorionbiopsia või lootevee uuringuga.

Loote südamerikke esinemissagedus on 7–9 juhtu 1000 sünni kohta aastas – see arv ei ole väike ja on pooltel juhtudel neonataalse surma põhjus. Kaasasündinud südamerikke võib tähendada sünnijärgselt väga keeruliste otsuste ja lahenduste jada. Rutiinsel loote ultraheliskriinimisel on südamerikete avastamise määr 50%, diagnoosi täpsustamiseks teevad Naistekliiniku eksperdid loote ehhokardiograafia, millega on võimalik avastada enamasti südamerikkeid, ja edasine raviplaan koostatakse multidistsiplinaarselt.

Multidistsiplinaarne koostöö

2018. aastast on rasedate skriinimisel ultraheli uuringutele lisandunud rasedus- ja sünnitulemit mõjutava emade preeklampsia riski hindamine ja preeklampsia ennetusravi. Preeklampsiat esineb tavaliselt 2%-l rasedatest ning vastava skriiningu läbinud patsientidest 17% sai preeklampsia ennetusravi Aspiriniga. Raske, emale ning lootele eluohtliku

preeklampsia diagnoos on muutunud haruldaseks.

Ultraheli jätkuskriinimise 20. rasedusnädalal tehakse loote anatoomia, loote väärengute ja platsenta patoloogia tuvastamiseks. Need uuringud on samuti perinataalkvaliteedi nurgakivi. Üllirasket ja tüsistus-terohket platsenta patoloogiat ehk platsenta läbikasvu esines 2019. aastal neljal korral, nende keeruliste patoloogiate lahendamiseks oli vaja suurt multidistsiplinaarset meeskonda – interventsionaalaradiolooge, günekolooge, urolooge, neonatolooge, vereteenust.

Meie perinataalkeskuse juhtiv arst dr Konstantin Ridnõi on valmimas doktoritööd teemal „Uute sünnieelse diagnostika strateegiate rakendamine ja nende efektiivsuse hindamine Eestis”.

Teised väga olulised perinataalhaigestumuse ja indiviidi hilisema elukvaliteedi mõjutajad on enneaegsus ning mitmikrasedus.

Suurim enneaegsete laste sünni osakond

Meie Naistekliiniku sünnitustest 7–8% on enneaegsed. Oleme Eestis suurima enneaegsete laste sünni osakond. Enneaegsete vastsündinute ravi toimub parimate tõendus- põhiste printsiipide järgi. Naistekliiniku neonatoloogia osakonnas on perekesksed intensiivravipaladid, enneaegse vastsündinu käsitluse võtmesõnaks on „pehme ravi” (*minimal handling*), mille eesmärk on viia miinimumini invasiivsed ravivõtted ja protseduurid ning rakendada vastsündinute hingamishäirete individuaalset lähenemist.

„Meie opereeritud günekoloogilised patsiendid on olnud lastest kuni väga eakate prouadeni.”



2017. aastal valminud innovaatiline sünnitusosakonnas, operatsioonitoa ja neonatoloogia osakonnas remondijärgne ruumilahendus võimaldab nüüd aegkriitilistes sünnisündmustes rakendada kiiret ukselt uksele printsiipi ning peret kaasavat enneaegse vastsündinu intensiivravi. Meie neonatoloogia osakonna arstid ja ämmaemandad osalesid rahvusvahelisel enneaegse vastsündinu ja lapsevanema lähedussuhte uuringul, mis andis kinnitust valikute õigsuses.

Perinataaltulemi parendamise loetus on olulisel kohal ka doonorinnapiima tõendus- põhine kasutamine sügavalt enneaegsete vastsündinute ravitaktikas. Enneaegsete nekrootilise enterokoliidi esinemissageduse märkimisväärne langus kajastub ka Haigekassa auditis. Eestis ainulaadne emapiimapank katab täismahus ITK neonatoloogia osakonna enneaegsete vastsündinute vajadused. Meie kõigile sügavalt enneaegsetele lastele on garanteeritud esimene doos doonorpiima teisel elutunnil ning individuaalne toitmiskesk.

Doonorinnapiima on meilt tellinud ka TÜK. 2019. aastal oli pangal kokku 35 doonorit ja koguti 200 liitrit doonorinnapiima. 2019. aastast on doonorinnapiim ka Haigekassa tervishoiuteenuste loetus. 2010. aastast käivitunud emapiimapanga koordineerija dr Annika Tiidul on käsil doktoritööd teemal „Enneaegse vastsündinu kolonisatsiooni mõjutavad tegurid ja nende roll invasiivsete infektsioonide ennetamisel”.

ITK Naistekliiniku head ravitulemused ilmnest 2019. aastal lõppenud Haigekassa korraldatud auditi „Enneaegne sünnitus ja enneaegse vastsündinu perinataal- perioodi käsitlus” kokkuvõttes. Auditi sihtgruppi oli valitud 2015.–2016. aastal toimunud enneaegsed sündid gestatsioonivanuses 22+0 – 36+6 nädalat. Auditeeriti sünnituse juhtimist ja enneaegsete vastsündinute perinataalperioodi käsitlust ja ravitulemust. ITK-s sündinud enneaegsetel lastel esines nekrootilist enterokoliiti viis korda vähem, rasket ajuhemorraagiat kaks korda vähem ja bronho-pulmonaalset düsplasiat 1,5 korda vähem.

Perinataalabi kvaliteedi arvestatav mõjur on sünnituse induktiooni valik rasedust või loote seisundit komplitseerivate situatsioonide korral, kus raseduse jätkamine kätkeb endas ohtu. ITK Naistekliinikus on 2019. aastal indutseeritud 16% sünnitustest.

Abi saavad patsiendid kogu elukaare vältel

Naistenõuandlas töusis esmaste patsientide osakaal 67,2 %-ni. Meie Naistenõuandlas Hariduse 6 töötab noortekabinet, kus tervishoiuteenuse saavad kuni 26-aastased neid ja noormehed, sõltumata haigekassa kindlustatusest, ja järjekorrad on lühikesed. Meie nõuandlas on erivaldkondadele spetsialiseerunud naistearstid. Et patsientide probleemidele veelgi spetsiifilisemalt läheneda on meil lastegünekoloog, viljatusarstid, onkogünekoloogid, mammoloogid, uriinipidamatuse ja vaagnapõhja probleemidega tegelevad arstid, operatsiooni-eelse nõustamisega tegelevad spetsialistid. Emakakaela vähiennetuse tegelevad ämmaemandad ja järjekorrad on lühikesed.

2019. aastal võeti ITK-s kasutusele emakakaela tsütoloogiliseks uuringuks täisautomaatne vedelikul baseeruv tsütoloogiaanalüüs, uue meetodi eeliseks on veelgi täpsem diagnostika. Aastas tehakse ITK Naistekliinikus keskmiselt u 21 000 emakakaela tsütoloogilist uuringut. Patoloogilisi vastuseid aastate lõikes on 2700 ja 2019. aastal avastati 12 emakakaela vähki. Nõuandlas on väga heal tasemel kolposkoopilised ja vulvoskoopilised uuringud ning ambulatoorsed lokaalanesteesia- konisatsiooniperatsioonid. Emakakaela patoloogia lahendamiseks on aina enam kasutusel hüsteroskoopilised operatsioonid. Naistekliiniku päevaravi osakonnas on tehtud 2019. aastal 1903 operatsiooni.

Günekoloogia osakonnas opereeriti 2019. aastal 1710 patsienti. Valdav enamus kõhuõõne operatsioone tehakse laparoskoopiliselt ja patsiendid lahkuvad koju tihti samal päeval. Meie opereeritud günekoloogilised patsiendid on olnud lastest kuni väga eakate prouadeni.

Vaagnaorganite allavaje korrigeerimiseks on kasutusele võetud uudne laparoskoopiline operatsioonimeetod. Meie onkogünekoloogid ja mammoloogid kasutavad onkoloogiliste patsientide opereerimisel parimaid tehnoloogiaid.

2020. aastal soovime jätkuvalt olla oma patsientidele usaldusväärne partner kvaliteetse ja turvalise tervishoiuteenuse pakkumisel. Ootame kõiki lapseootel naisi ja günekoloogiliste probleemidega patsiente vanusest sõltumata.

Silmakliinik 2019: edukas aasta



Artur Klett
Silmakliiniku juhataja

2019. aastal tehti silmakliinikus ligi 100 000 ambulatoorset vastuvõttu ja 11 000 operatsiooni.

Hetkeseisuga töötab meie kliinikus 25 arsti ja 9 residenti, 59 meditsiiniõde, 23 hooldajat ja 7 sekretäri.

Märkimisväärselt on suurenenud õdede iseseisev vastuvõtt polikliinikus ja silmasiseste injektsioonide arv, mida varem tegid vaid arstid.

Iga aastaga on suurenenud patsientide arv väljastpoolt Eestit. Onkoloogiliste ja rekonstruktiivsete patsientide kõrval, kes on meil ravil alates 1993. aastast, on järjest enam võrkkesta ja katarakti välispatsiente.

Kliinikul on tihe koostöö teiste erialadega ITK-s, samuti kolleegidega PERH-ist ja Lastehaiglast.

Silmakliinik on olnud aastaid populaarne välisresidentide ja noorarstide seas. Kokku viibisid välisars-



”Möödunud aasta lõpus võtsime operatsioonide sooritamisel Balti riikides esimesena kasutusele 3D-tehnoloogiat.

tid sel aastal silmakliinikus praktikal kokku üle 7 kuu, teiste hulgas noored kolleegid Šveitsist, Lätist, Leedust ja Ukrainast.

2019 oli ka akadeemilises mõttes edukas aasta: kliiniku arstid on olnud mitme onkoloogia, rekonstruktiivkirurgia ja harvikaiguste valdkonna rahvusvahelise publikatsiooni autorid/kaasautorid.

Möödunud aastal esinesid kliiniku töötajad rahvusvahelistel konverentsidel 16 suulise ja 4 posteritekanadega, mh esines dr Klett Key Note Lecture India oftalmoloogia 200 juubeliaasta kongressil teemal „Põletusjärgsest rekonstruktiivkirurgiast”.

ITK Silmakliinik on Euroopa Haruldaste Haiguste Võrgustiku



3D-tehnoloogia annab märkimisväärselt suurema suurenduse kui mikroskoobi originaaloptika, samas muutub kirurgi asend operatsioonil mikroskoobist sõltumatuks.

(ERN-Eye) aktiivne liige. Alates 2019. aastast osaleme ka ERN-Eye virtuaalkliiniku töös, tänu millele on võimalus konsulteerida keerulisi haigusjuhtumeid Euroopa ekspertidega.

Kliiniku residendid on läbi aastate olnud edukad Euroopa erialaeksamil.

Silmakliinik on oluliselt investeerinud uutesse diagnostika- ja kirurgiatehnoloogiatesse. Möödunud aasta lõpus võtsime operatsioonide sooritamisel Balti riikides esimesena kasutusele 3D-tehnoloogiat. See on mõeldud eelkõige vitreoretinaalsete

operatsioonide läbiviimiseks, kuid on rakendatav ka muudel juhtudel, näiteks katarakti operatsioonidel. 3D-tehnoloogia annab märkimisväärselt suurema suurenduse kui mikroskoobi originaaloptika. Samas muutub kirurgi asend operatsioonil mikroskoobist sõltumatuks.

Äsja lõppes eelmise aasta lõpul alanud kapitaalremont polikliiniku selles osas, kus toimuvad laste vastuvõttud. Ruumid said uue ja värske ilme, paranesid nii patsientide olmekui ka töötajate töötingimused.

Edu meile kõigile!

2019. aasta õendus- ja hooldusabikliinikus



Eve Karmo
Õendus- ja hooldusabikliiniku direktor

Õendus- ja hooldusabikliinik asub Järve üksuses, kus pakume statsionaarse õendusabi võimalust 130 patsiendile. Võetud kohustused haigekassa ees täitsime mullu 99% ulatuses. Haigusjuhu keskmine pikkus oli 31,18 päeva, voodihõive 90,71% ja letaalsus 31,3%.

Oleme olnud ja oleme edasi õppiv ja õpetav kliinik. Nii õed kui ka hooldajad läbisid ettenähtud koolitustunnid. Rohkem kui pooled meie õdedest omavad rakenduslikku kõrgharidust ja hooldajatest hooldaja kutset. Olime praktikabaasiks nii Tallinna kui ka Tartu Tervishoiu Kõrgkooli tudengitele, sh tulevastele õdedele Hollandist, Itaaliast, Portugalist, Kreekast, Itaaliast.

Heal tasemel töö

Läbiviidud õendusvaldkonna auditid näitasid meie töö head taset. Lamatiste ja kukkumiste dokumenteerimine ning omaste informeerimine ning omaste informeerimine patsiendi kliinikus tekkinud probleemidest on järjest paranenud. Patsiendi väljakirjutamisel teavitame sellest perearsti ning anname omastele nõu edasise hoolduse kohta.

Tutvustasime oma kliinikut ning Eesti tervishoiu- ja sotsiaalhoolekandesüsteemi väliskülalistele Soomest ja Lõuna-Koreast. Eesti Õdede Liidu palvel kohtusime Läti Õdede Liidu juhtkonnaga, jagasime oma kogemusi statsionaarse õendusabi ja kodusõendusteenuse osutamisel seoses nende plaaniga vastavate teenuste sisseviimiseks Lätis.

Tegime väga head koostööd Kaitseressursside Ametiga. Meile suunatud asendusteenistuja sulandus kiiresti meeskonda ja osutas suurt abi patsientide teenindamisel.

Väga palju rõõmu on meie patsientidele ja ka personalile teinud vabatahtlikud. Suur projekt Tallinna 32. Keskkooli 7. klasside õpilastega

”Loodame hospiitsi keskkonna muuta hubasemaks nii patsientide kui ka nende lähedaste jaoks.

jätkub juba kolmandat aastat, tänu turundusosakonnale on sellest valminud ka videoklipp, mis nähtav YouTube'is. Suurepärase muusikalise elamuse on käinud pakkumas MTÜ Helihoold vahendusel muusikaakadeemia välistudengid. Mitmendat aastat on väga häid kontserte korraldanud Aleksei Aleksandrov.

Hingehoidja Rutti Proosa on tuge pakkunud nii patsientidele kui ka nende lähedastele, samuti kliiniku töötajatele. Sotsiaaltöötaja Milvi Toomik on nõustanud patsientide omakseid, aidanud vormistada dokumente, puudeastet, eestkostet,



32. keskkooli õpilased kinkisid kliinikule tahvli, kuhu saab patsientidele olulist infot märkida, pildil vasakul kooli direktor Maarja Merigan.

aidanud patsientidele leida sobiva hooldekodukoha peale õendusabivajaduse lõppemist. Sekretärede üks olulisi tööülesandeid on omaosalusarvete väljastamine ja laekumise tagamine, vaid 0,52% laekuma pidanud summadest on jäänud kätte saamata.

Tänu ja tunnustus

Tunnustame oma töötajaid, korraldame õppereise ja ühisüritusi.

Täname koostöö eest kõiki ITK tugiteenistusi ja aktiivravi osakondi, koostöö on edasiviiv jõud!

2020. aasta peamiseks ülesandeks on hospiitsteenus kaivitamine vastavalt Eesti Haigekassa tingimustele. Lisaks dunaamiliste dokumentide väljatöötamisele ja personali järjepidevale koolitamisele loodame hospiitsi keskkonna muuta hubasemaks nii patsientide kui ka nende lähedaste jaoks.

Märtsis alustame Dermesti pildivaatori projektiga. Projekti õnnestumise korral võtame selle kasutusele kliiniku kõikides osakondades ja edaspidi ka ITK aktiivravis.





Diagnostikakliinik 2019: 2,5 miljonit uuringut



Aleksandr Šamarin
Diagnostikakliiniku juhataja

Diagnostikakliinik tegi 2019. aastal rohkem tööd kui eelmisel aastal – kokku peaaegu 2,5 miljonit uuringut, kuigi personal ja ruumid on meil praktiliselt samad, mis varem.

Uuendusena läks patoloogiakeskus üle digitaalsete mikropreparaatide analüüsile igapäevaselt, mis tähendab kiiremaid ja täpsemaid diagnoose ning vähendab subjektiivsust. Käivitatud digipatoloogia ja skaneeriva mikroskoobiga vedelikul baseeruva tsütoloogia lahendus on Eestis ainulaadne ning ka mujal maailmas kasutatakse seda vähe. Keskuse arstid on sel teemal mitmel rahvusvahelisel konverentsil ettekandega esinenud.

Nukleaarmeditsiinikeskus uuendas oma põhimasinat SPECT/KT ning on saanud võimsa kaas-aegse hübriidmasina, mis muuhulgas annab võimaluse kasutada väiksemas annuses radioaktiivset märkainet pildikvaliteeti langetamata. Koostöös Alliance Medicaliga tagame PET/KT-uuringute oluliselt parema kättesaadavuse kui varem, kasutame ka mitmeid innovaatilisi uuringumeetodeid, näiteks Lu-PSMA märkainet kaugelearenenud eesnäärmevähi patsientide uuringutel ja ravis.

Angiograafia osakond on tuntud rahvusvahelise Annual Vascular

Workshopi korraldaja, sel korral koosnes töötuba nii teoreetilistest loengutest kui ka praktilistest protseduuridest, mida kohalviibijad nägid otseülekandena nii meie angiograafia osakonnast kui ka Itaalia Maria Cecilia haigla angiograafia osakonnast. Kahepäevase töötoa esimene päev keskendus jala kriitilisele isheemiale ja teine päev meeste tervisele. Otseülekandes tehtud eesnäärme arterite veresoonesisene emboliseerimine on meetodina uudne ja maailmas kasutuses üksikutes suurtes keskustes.

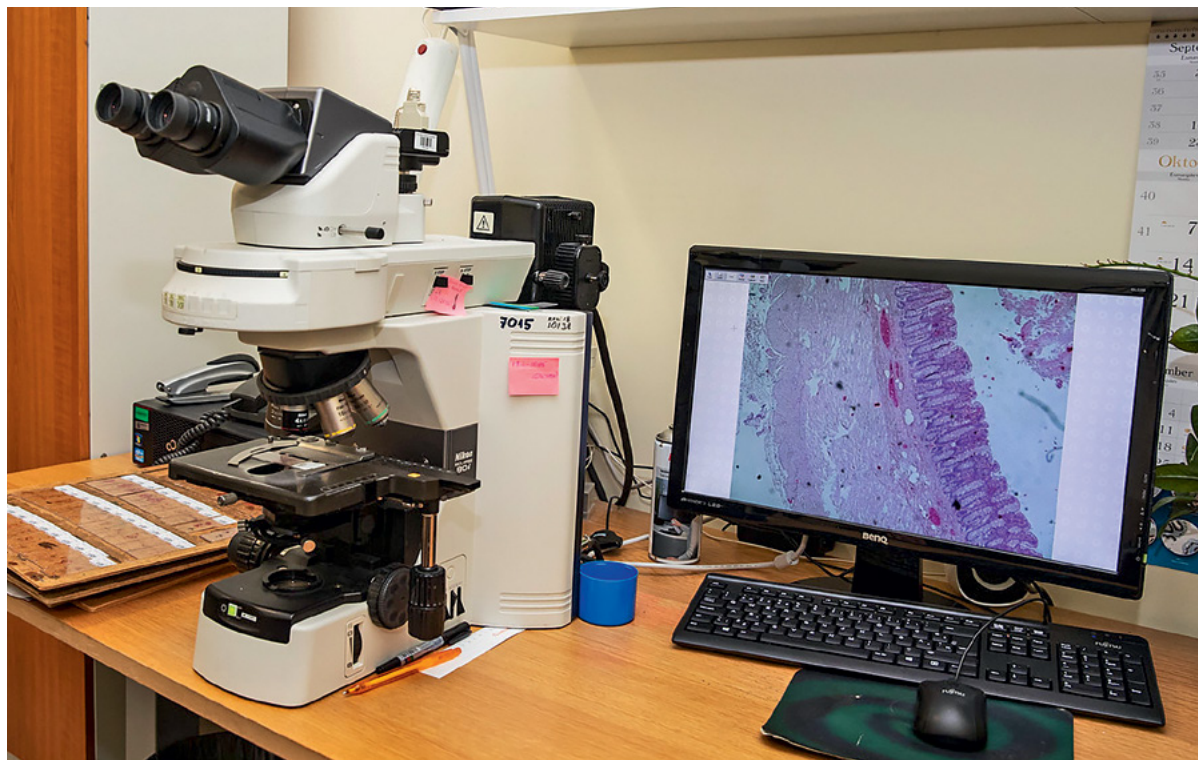
Kesklabor võttis kasutusele mitmed uued uuringumeetodid ning vahetas välja vananenud seadmed. Oluliselt on paranenud trombotsüütide düsfunktsiooni hindamine.

Plaane selleks aastaks

2020. aastal jätkab Kesklabor seadmete uuendamist ning suureks katsumuseks on verevõtte süsteemi uuendamine ja parandamine. Patoloogia keskus tegeleb akrediteerimise saamisega ja digipatoloogia teise etapi ettevalmistamisega, et saada täisautomatiseeritud labor. Ka radioloogia keskus vahetab välja mitu põhiseadet.

Radioloogia- ja nukleaarmeditsiinikeskused ning angiograafia osakond osalevad oktoobris toimuva Balti radioloogia kongressi ettevalmistamisel ning sellel ka iga-aastase veresoonte töötoa korraldamisel.

Jätkub kvaliteeditöö – ees on patoloogia uuringumeetodite akrediteerimine ning mitmed sise- ja



Üleminek digitaalsete mikropreparaatide analüüsile tähendab kiiremaid ja täpsemaid diagnoose ning vähendab subjektiivsust.

rahvusvahelised auditid. Liigume samm-sammult paberivaba haigla suunas ehk uuringute tellimiste elektroonseks muutmise ning omavaheliste andmebaaside/seadmete liidestamise poole.

Oleme valmis ka ajutisse EMO-linnakusse kolimiseks ning EMO eesoostavaks remondiks.



Nukleaarmeditsiinikeskus uuendas oma põhimasinat SPECT/KT ning on saanud võimsa kaas-aegse hübriidmasina, mis muuhulgas annab võimaluse kasutada väiksemas annuses radioaktiivset märkainet pildikvaliteeti langetamata.

Liigume samm-sammult paberivaba haigla suunas ehk uuringute tellimiste elektroonseks muutmise ning omavaheliste andmebaaside/seadmete liidestamise poole.

Kuidas saan hoida ennast ja teisi viiruste hooajal?



Pese käsi regulaarselt ja hoolikalt sooja vee ning seebiga. See on parim lahendus. Kui neid pole võtta, aitab ka desinfitseerimisvahend.



Kasutatud taskurätt on tõeline pisikupesa. Eelista pabertaskurätte ja viska need peale kasutamist kohe prügikasti.



Köhi ja aevasta varrukasse. Käte suu ette panemisest ei ole kasu, sest peopessa sattunud pisikud kanduvad sealt kergesti edasi.



Kui oled tõbine või suisa haige, jää koju. Viiruste edasikandmine tööl, koolis, poes, bussis või rahvauritustel toob kaasa järgmised nakatumisjuhtumid.



Ära puuduta nägu, silmi või suud pesemata kätega. Nii väldid viiruse kandumist kätelt limaskestadele.



Haigestumise kahtluse korral helista oma perearstile. Tema annab nõu, kuidas edasi toimida. Erakorralise meditsiini osakonda ei ole mõtet järjekorda ootama minna – sealt ei saa viirushaiguste diagnoosi.

Taastusravikliiniku toimekas aasta



Heidi Alasepp
Taastusravikliiniku
juhataja

2019. aasta oli kaheksa-aastasele taastusravikliinikule väga toimekas. Meie pea 150 liikmeline meeskond aitas ambulatoorselt 9500, statsionaarselt 1200 patsienti. Protseduure ja erinevaid teenuseid osutati üle 100 000 korra. Jätkasime koostööd mitme õppeasutusega ning tudengeid ja praktikante oli meil erinevatel erialadel terve aasta jooksul.

Arendasime uusi teenuseid – näiteks e-konsultatsioon ja õe iseseisev vastuvõtt, laienes lümfiteraapia kättesaadavus. Oleme alates 2014. aastast tootnud proteese ja tallatugesid. Möödunud aasta tõi meile aga kvaliteedihüppe tallatugede tootmises, kui võtsime kasutusele kaasaegseima tallatugede valmistamise tehnoloogia.

2019 oli kliiniku aasta arst dr Anneli Teder-Braschinsky, kes eelmisel aastal omandas botuliintoksiini süstimise sertifikaadi ning avaldati publikatsioon (Teder-Braschinsky, Anneli; Märtsen, Aare; Rosenthal, Marika; Taba, Pille „Parkinson's Disease and Symptomatic Osteoarthritis are Independent Risk Factors of Falls in the Elderly”. Clinical Medicine Insights-arthritis and Musculoskeletal Disorders, 2019).

Meie arstid (dr Heidi Alasepp (3), dr Meeli Mumma (1), dr Helena Gapeyeva (1)) esinesid ettekannetega viiel rahvusvahelisel konverentsil.

Taastusravi kliiniku rahvusvaheline haare laienes 2019. aastal oluliselt. Aastale tagasi vaadates ja arvestades meie igapäevase töö intensiivsust tundub see suisa uskumatu. Olulisemad toome siinjuures välja.

Esimene militaartaastusravi konverents

Koostöös Ameerika Ühendriikide ja Eesti Kaitseväge Militärmehediteeni kolleegidega korraldasime ITKs esimese rahvusvahelise militaartaastusravi konverentsi „Today's Impact and Tomorrow's Opportunities”. Lisaks meile oli osalejaid kuuest riigist. Ettekanded olid nii Eestist (ITK, TalTech, Tallinna Tervishoiu Kõrgkool), USA-st, Ühendkuningriigist kui ka Ukrainast. Lisaks väga headele ettekannetele ja olulistele kontaktidele saime oma meeskonnaga väga suure kogemuse rahvusvahelise konverentsi korraldamisel. Aitäh, Kerdi Jaamu ja Epp-Triin Võsu!

Märtsis sõlmisid rahvusvahelise koostöömemorandumi Ida-Tallinna Keskhaigla, Tallinna Tervishoiu Kõrgkool ja The National University of Ukraine on Physical Education and Sport. Selle alusel koolitasime 2019. aastal kuut Ukraina õppejõudu tegevusteraapia alal. Kolleegid õppisid ja praktiseerisid Eestis ning

edasine toetus toimub Ukrainas. Koostöö ülioluline osa oli Ukrainale tegevusteraapia õppekava väljatöötamine. Nii juhtuski, et tegevusteraapia eriala koolituse alused on pärit Eestist ning septembris asuti Kiievi ülikoolis selle õppekava alusel tegevusteraapeute koolitama. Kõik see sai teoks tänu meie pikaajalisele partnerlusele Ukrainas NATO/NSPA juhtimisel. Täname siinjuures tervishoiu kõrgkooli rektor Ülle Ernitsat igakülgse toetuse eest. Meeldivalt sünergilise koostöö tegi ära meie kahe asutuse ühendatud programmimeeskond: Silja Mets-Oja, Kristiina Didrik, Hanna-Maria Põldma, Artjom Timtšuk, Kairi Lees, Ingrid Märiz.

Koostöö TalTechiga

Alates 2018. aastast on meil olnud väga konstruktiivne ja edasiviiv koostöö Tallinna Tehnikaülikooliga, eeskätt inseneriteaduskonnaga – professor Tauno Otto ja Vladimir Kuts. Eelmisel aastal algas meditsiini ja inseneriteaduse ühistegevuses täiesti uus etapp, mil sõlmisime kolmepoolse koostöömemorandumi Itaalias Leccos asuva uurimisinstituudiga STIIMA-CNR (Itaalia Riikliku Teadusnõukogu Intelligentsete Tööstussüsteemide ja -Tehnoloogiate Instituut). Oleme astunud rahvusvahelisse teadus-arendustegevusse ja selle leppe alusel väga põnevasse virtuaalreaalsuse valdkonda. Esimene alaprojekt on virtuaalne supermarket kognitsioonilangusega patsientidele. Kindlasti hoiame teid selle põneva arendusega ka edaspidi kursis. Otsib ju terve maailm oma krooniliste haigustega ja vananeva elanikkonnaga ühiskonnas veelgi tõhusamaid lahendusi elukvaliteedi hoidmisel ja parandamisel.

Plaanid alanud aastaks

2020. aastal jätkame nii meie kliiniku sisemiste tegevussuundade kui ka siseriikliku ja rahvusvahelise koostööga. Tegeleme juba kuid juunis toimuva II rahvusvahelise militaartaastusravi konve-



rentsi ettevalmistamisega. Jätkame rahvusvahelises teaduskoostöös osalemist koos TalTechi ja Itaalia Teaduste Akadeemia Automatiseerimisinstituudi STIIMA-ga. Laiendame teadustööd magistrante ja bakalaureusetudengeid kaasates. Jätkame taastusravi eriala järgmiste tegevussuundadega: neuroloogiline, tugi-liikumiselundkond, kardioloogiline taastusravi, spordimeditsiin, amputatsioonijärgne taastusravi, vaagnapõhja taastusravi, onkoloogiline taastusravi, e-konsultatsioonid. Samuti jätkame tegevust haiglaülest multidistsiplinaarsetes meeskondades. Pühendume sel aastal eriti Tallinna Tervishoiu Kõrgkooliga

tegevusteraapia arendamise suunal. Panustame endiselt meeskonnasisestesse üritustesse, seminaridesse ja koosviibimistesse.

Meie partnerite ja sõprade võrgustik on tänaseks asendamatu! Täname, et olete meile inspiratsiooniks ja olemas nii headel kui ka mitte nii headel päeval. Üheskoos muudame kindlasti maailma palju paremaks! Meie oleme ammu aru saanud – Eesti ei ole väike riik kui koondame jõu, teadmised ja oskused.

Täna kõiki meie kliiniku töötajaid igapäevase panuse ning väga hea töö, sõbralikkuse, hoolivuse eest!

Eriline tänu kõigile neile, kes on alati valmis kaasa tulema uute arendustega, positiivselt võimalustest kinni haarama – vaid nii saame pakkuda läh- ja kaugemas tulevikus veelgi innovaatilisemaid ja efektiivsemaid ravivõimalusi meie erinevas eas ja väga erinevate probleemidega patsientidele.

Pühendume sel aastal eriti Tallinna Tervishoiu Kõrgkooliga tegevusteraapia arendamise suunal. Panustame endiselt meeskonnasisestesse üritustesse, seminaridesse ja koosviibimistesse.



Kerdi Jaamu, Epp-Triin Võsu, Heidi Alasepp, Tauno Otto, TalTechi magistrant Ukrainast – Yevhen Bondarenko, Artjom Timtšuk.

Tule rinnavähi sõeluuringule!

Kallis naine,
kui oled sündinud aastal

**1953, 1954, 1958, 1960, 1962
1964, 1966, 1968 või 1970,**



kutsume Sind rinnanäärme
mammograafilisele uuringule.

Uuring on mõeldud rindade
tervise kontrollimiseks ja
rinnavähi varajaseks avastamiseks.

Eesti Haigekassa kindlustusega on uuring tasuta.

EMAKAKAELAVÄHI SÕELUURING



2020. aastal ootame sõeluuringule
ravikindlustatud naise sünniaastatega

**1965, 1970, 1975, 1980,
1985 ja 1990.**

Uuring toimub Ida-Tallinna Keskhaigla
naistekliinikus Ravi tn 18 ja
Tõnismäe naistenõuandlas, Hariduse 6.

Eesti Haigekassa kindlustusega
on uuring TASUTA.

Registreerimine telefonil 666 1900



HEA PATSIENT JA KÜLASTAJA!

**Ära tule plaanilisele vastuvõtule
ega pakki tooma, kui tunned
viirushaigusele iseloomulikke
tunnuseid (köha, nohu, palavik).**

**Helista perearstile või perearsti nõuandeliinile
1220, et saada nõu edasiseks käitumiseks.**

Kui oled haige ja Sul on kokku lepitud aeg
arsti vastuvõtuks või operatsiooniks,
siis teavita klienditeenindajat/sekretäri aja
tühistamisest ja võta uuesti ühendust, kui oled
tervenenud – lepime kokku uue vastuvõtuaja.



**Haiglaravil viibivate
patsientide külastamine
ON KEELATUD!**

Paki saatmine patsiendile on võimalik, selleks:

1. Kirjuta pakile patsiendi nimi ja osakond.
2. Jäta pakk riidehoidu töötaja kätte.

ALA SISSEPÄÄSU TAGA	METS	KUJUTELM	MINIMAAL- NE LÜBA- TUD TÖÖ- TASU	TALLA- LAKKUJA	RINGI- AELEMIN	NANO-	EELARVE- AASTA	VERME	PAABULIND	OMANDA- MINE	VARE	KITSENDA- MATA
PEAVARI								TAIME OSA				
JÕUGA RÜNDAS						SUU LAHTI ...KARDIA (RINNA- ANGIIN)						
PUSKAR							AUSTAV KOHUSTUS MARRASK- NAHK					
MI-BEMOLL		PIKKUS- ÜHIK SPETSIAAL- NE							PR K EESSÕNA IRIIDIUM			
TALU		VASTUS TUIKSOON									AASTA NÄOKATE	
PAPAGOI				ORGANISMI PUHKE- SEISUND ALEVIK HARJUMAAL				JÕUD LENNUKI- MARK				
RÖSTER					MALEND HAMB PESA				PLANEET MITTE- ILMA			
UUS TESTA- MENT		KITSIPUNG INGL K EESSÕNA				HILJUTI ARSEEN						
EESTI END. MAADLEJA			ARUTU AMPER					ONKEL VERE- GRUPP				
SÕJALIS- SPORTLIK RETK				PRIMAAR- NE								

Eelmise ristsõna õige vastus oli **tahhükardia**. Võitjaks osutus Elar Seestrandt – palju õnne! Võitjaga võetakse ühendust.
Ristsõna õiged vastused palume saate aadressil toimetus@itk.ee.