

Kõrvakliinikus avab ukсед uus osakond

2. oktoobril avab ukсед uus osakond kliinikumi kõrvakliinikus - kuulmise ja kõnestamise osakonna statsionaar. Seal hakatakse patsientidele pakkuma uue taseme teenust ja ollakse ka õppebaasiks arstiteaduskonna tudengitele ning tulevastele kõneteraapeutidele.

Paljud mäletavad veel kõrvakliiniku neljanda korruse madalaid tube ja kitsast koridori - nüüdseks on need pimedad ruumid saanud täiesti uue ilme. Ema ja lapse toa juurde kuulub peale WC ja duširuumi ka omaette kööginurk, et pere ei tunneks end kodust eemal olles ebamugavalt. Igas palatis on nii telefon kui võimalus internetti kasutada.

Mis on kõnestamine

Kõnestamine on eesti keeles täiesti uudne mõiste, mida isegi viimases, 1999. aastal ilmunud õigekeelsus-sõnaraamatus sees ei ole. Kõrvakliiniku juhataja Mart Kulli sõnubi areneb meditsiin pidevalt ja vastavalt arstiteaduse uuendamisele peab uuenema ka eesti keel. Professor Kulli sõnul nõuab uuendustega kaasaminek ühes valdkonnas ka teiste valdkondade kaasajastamist. Nii tekkis ka mõiste "kõnestama", mis tähendab kõnelema õpetamist. Kuulmise ja kõnestamise osakond pole õpetusbaasiks mitte üksnes arstiteaduskonna üliõpilastele, vaid ka tulevastele logopeedidele ehk kõneteraapeutidele.

Professor Kull selgitab uudse osakonna loomist vajadusega patsiente paremini teenindada. Väga oluliseks peetakse kuulmis- ja kõnepuudega laste vanemate nõustamist, et nad suudaksid oma last maksimaalselt aidata. Kuulmise ja kõnestamise osakonna juhatajaks valiti Kai Uus. Doktor Uus on praegu Manchesteri kuulmiskeskuses täiendusel, plaanide kohaselt peaks ta 2001. aasta esimesel poolel kaitsma doktoriväitekirja. Seniks asendab teda Katrin Kruustük.

Uues osakonnas uuritakse patsiendi kõnepuuet. Spetsialist teab, kus ja kuidas tekivad hääl ja häälik, ning tänu sellele su-

udab ta määratleda konkreetse patsiendi probleemid. Näiteks on keeletippu üles tõstmata võimatu r-tähte korrektselt hääldada, nasaalidest m- ja n-tähte aga pole võimalik hääldada, kui nina on kinni.

Teenuse vastu tunnevad huvi maakonnad

Uut keskust hakatakse rahastama kahest allikast. Esiteks sõlmitakse lepingud haigekassadega ning tasu makstakse vastavalt hinnakirjale. Teiseks rahaallikaks on iga maakonnaga sõlmitavad lepingud sotsiaalse rehabilitatsiooni kohta. Professor Kullil on hea meel, et maakondade huvi kõnealuse teenuse vastu kasvab pidevalt. See kajastub ka juba praeguseks sõlmitud kokkuleppeis.

Keskuses töötab audioloogidest, kõneteraapeutidest, sotsiaaltöötajast, tehnikuist ning kuulmisuurijast koosnev meeskond. Uuest aastast lisandub ka psühholoog. See meeskond koostab halvasti kuulvale inimesele vajadusel individuaalse sotsiaalse rehabilitatsiooni plaani. Sotsiaaltöötaja tutvustab talle ning tema perekonnale sotsiaalhoolekannet puudutavaid seadusakte (siia kirjutame lingi internetis). Rehabilitatsiooni plaan koostatakse kolmeks aastaks ning vastavalt patsiendi vajadustele muudetakse seda ja hinnatakse selle kasu iga kuue kuu või ühe aasta järel.

Digitaalne kuulmisaparaat igale patsiendile

Et kõne paraneks, optimeeritakse inimese kuulmisfunktsiooni õige aparadi valiku teel. Patsient saab ise valida endale sobivaima kuuldeaparaadi. Parima kvaliteedi tagab kuulmekäiku asetatav individuaalne otsak. Professor Kull selgitab ka, et kuulmiskahjustusega kaasneb peale kuulmislõve tõusu ka kõnetaju moonutus. Teadupärast tajub inimene heli võnkumist alates 16 Hz kuni 20 000 Hz-ni. Enamasti alaneb nõrgeneb kuulmisfunktsioon just mõnes kindlas helisageduse piirkonnas. Nii kuulvadki vaegkuuljad teiste juttu nõõ morsetekstina, kust puuduvad mõned tähed (näit s või i). Tavaline ehk lineaarne kuuldeaparaat võimendab kõiki helisid võrdsest, mistõttu selle kasutaja kuuleb kõnet moonutatult. Nüüdseks on juba mitmeid aastaid kasutusel olnud digitaalsed kuuldeaparaadid, mille eeliseks on just selektiivsus. Selline abivahend programmeeritakse igale patsiendile individuaalselt, et võimendaks vaid vajalikud helisagedused.

Professor Kull tsiteerib üht patsienti, kes on öelnud: "Kui inimene ei näe, siis kaotab



ta asjad, kui aga ei kuule, siis kaotab ta inimesed. Aga ilma teiste inimesteta oled ju ükski..."

Vastsündinute kuulmise skriining

Üks uue osakonna algatajaid Katrin Kruustük peab väga oluliseks ka vastsündinute kuulmisfunktsiooni skriiningu programmi käivitamist Eestis. Veel mõni aasta tagasi diagnoositi kuulmislangus keskmiselt 40. elukuul, s.o juba enam kui 3 aastastel lastel, nüüdseks on see näitaja pisut langenud. Dr Kruustüki sõnul on selleks vajalik aparatuur peale nende osakonna ka Tartu Lastekliiniku vastsündinute patoloogia osakonnas, samuti Tallinna Lastehaiglas. Oleks vaja, et vastav aparatuur oleks igas sünnitusmajas. Skriinimise protseduur võtab aega vaid minuti või kaks. Kuna aga kuulmise ja kõnestamise osakonna arstidel on ses vallas rohkem kogemusi, suunavad Tallinna tohtrid kõik väikesed riskigrupi kuuluvad lapsed kohe Tartusse kõrvakliinikusse.

Osakonna statsionaaris jälgivad eri erialade spetsialistid diagnoosi panemiseks last 1-2 nädala jooksul. Kohet alustatakse tööd vanematega - nemad vajavad nii koolitust kui tuge. Katrin Kruustüki sõnul on kuni 45% juhtudest laste kuulmislanguse põhjus teadmata, enamikul sellistel lastel on normaalselt kuulvad vanemad. Lapse haigus tabab ema-isa õkina ning nende esmaseks reaktsiooniks on tavaliselt kinnitada, et see pole võimalik. Seega tuleb võimalikult varakult alustada nii lapse vanemate (miks mitte ka vanaema ja vanaisa) kui lapse endaga kompleksset tööd, et lapse kõne ja kuulmine areneksid hästi ja ta saaks hiljem tavalisse kooli õppima minna.

Dr. Kruustüki andmeil on Eestis umbes 15% elanikkonnast kuulmispuue. Kirjanduse andmeil on sellise veega beebide sündimise sagedus 1: 1000 sünni kohta, viimaste andmete põhjal isegi 1:500. Kaasasündinud kuulmispuue diagnoositakse keskmiselt 40. elukuul. Rehabilitatsiooniprogrammi hakatakse rakendama umbes 46. elukuul (Taanis 22. ja Inglismaal 17. elukuul). Vastavalt 1994. aastal USA-s vastu võetud dokumendile "Joint Committee on Infant Hearing 1994 Position Statement" tuleks kaasasündinud või varajane kuulmislangus diagnoosida kolmandaks elukuuks, rehabilitatsiooni aga tuleks alustada hiljemalt kuueandal elukuul.



Toitlustusteenistuse hetkeseisust ja tulevikuplaanidest

Kliinikumi ühtne toitlustusteenistus moodustati 1999. aasta märtsis. Siis oli teenistuses 10 kööki, praegu töötab köök viies haigemajas.

Köökide sulgemine on kaasa toonud pingeid ja rahulolematust. Arstkond tundis hirmu, et toidu kvaliteet langeb, samuti ei oldud kindlad, kas söök jõuab patsientideni õigel ajal. Algul selgus, et nii mõnigi kartus oli põhjendatud, enim probleeme oli kõrva- ja silmakliiniku ning Pikas tänavas asuva sisekliiniku endokrinoloogia osakonna patsientide toitlustamisega. Neisse majadesse jõudis toit sageli hilinenult. Mis puutub töökorraldusse, siis praeguseks oleme suutnud sellised probleemid lahendada. Kui varem vedas toitu laiali vaid üks auto, siis nüüd on see dubleeritud.

Tahaksin lähemalt kommenteerida septembrikuus välja kuulutatud konkursi toitlustusteenuse osutamiseks. Ettevalmistused konkursi korraldamiseks algasid juba varakevadel, mil analüüsi toitlustuse hetkeseisu kliinikumis. Ka kevadel läbi viidud klientide rahulolu küsitluse tulemused andsid infot, mida inimesed tol hetkel asjast arvasid (ülevaadet saate lugeda kliinikumi intranetist).

Kevadkuude jooksul koostati toitlustusteenistuse analüüsil saadud andmetele tuginedes konkursi läbiviimise tingimused. Kindlasti on huvipakkuv teada, et kliinikumi 1360 ravivoodist on päevas täidetud keskmiselt 900-1000. Tavalist toitu sööb nendest patsientidest umbes 70%, ülejäänule on ette nähtud eridieet. Lisaks toitlustatakse päevas keskmiselt 600 arsti, õde, hooldajat, üliõpilast jt. Konkursi tingimustega saate samuti tutvuda kliinikumi interneti vahendusel. Toitlustusteenistuse direktori Sirje Võsu

sõnul on huvi konkursi vastu küllalt suur, iga päev tuleb tal vastata nii toitlustusfirmade esindajate kui ka meie oma töötajate telefonikõnedele.

Konkursitingimustes on eraldi toodud nõue, et võitja firmal lasub kohustus ülevõtta kliinikumi toitlustamisega seotud personal (kokku on ette nähtud 168 ametikohta, sealhulgas 74 toidujagaja ametikohta), kelle keskmine tööstaap on 8,7 aastat, keskmine vanus 46 aastat ja keskmine palk 2356 krooni kuus.

Dokumentide esitamise tähtaeg on 9. oktoober. Konkursikomisjon avab pakkumised 11. oktoobril kell 12 Puusepa 1a IV korrusel asuvas nõupidamiste ruumis. Kliinikumi juhatus kinnitas 5. septembri koosolekul ka konkursikomisjoni koosseisu.

Komisjoni tööd juhivad juhatus, mille liikmed on Malle Keis ja Jaano Uibo, veel kuuluvad sinna nahakliiniku juhataja prof Helgi Silm, psühhiaatrikliiniku direktor Hille Lepp, kliinikumi ülemõde Tiina Freimann, närvikliiniku ülemõde Riina Tiido, toitlustusteenistuse direktor Mare-Sirje Võsu, dieetari Liidia Kiisk ja Tartu linnavalitsuse ettevõtlusosakonna peaspetsialist toitlustuse alal Viivi Irs.

Palun kõiki, kel on häid mõtteid, kuidas toitlustamist kliinikumis paremini korraldada, neid meiega jagada kas telefonitsi 319 201 või e-posti vahendusel aadressil Malle.Keis@Kliinikum.ee. Toitlustusteenistuse direktori Sirje Võsu telefoni number on 318 120.

MALLE KEIS,
juhatuselise liige

MSD Eesti filiaali kaudu on võimalik taotleda (teadus)stipendiumi:

MSD International Foundation Fellowship in Clinical Pharmacology Stipendium on mõeldud arstidele, kes on õppinud vähemalt 2 aastat residentuuris, omavad Eestis praktiseerimise õigusi ja on huvitatud karjäärist sellel alal Eesti akadeemilises asutuses või ravisutustes. Programm kestab maksimaalselt 2 aastat (stipendiumi suuruseks on \$30 000 aastas).

Dokumentide esitamise tähtaeg on 23.oktoober 2000.a.

Täpsema informatsiooni saamiseks helistada MSD Eesti filiaali tel. 06139750 või 056264456 või e-posti aadressilt Gennadi_Nikolajev@merck.com
Kotaktisik Gennadi Nikolajev

Mida on uut Võrumaal?

UUDISED MAAKONNAHAIGLAST



Oktoobri algul oli nii teleri kui raadio vahendusel palju kuulda Võrumaa haigla taastusravikeskusest. Mitmed kardioloogid on meil palunud seda teemat veidi lähemalt uurida.

Helistasimegi taastusravikeskuse direktorile Riho Tapferile, kes oli lahkelt nõus Kliinikumi Lehele selgitusi jagama.

Dr Tapferi sõnul tekkis mõte aktiivsele varajasele taastusravile enam tähelepanu pöörata juba aastapäevad tagasi just seetõttu, et Eesti tervishoiuturul on too niidõ tegelikult küllaltki tühi. Sama kinnitab mitu kliinikumi kardioloogiakliiniku arsti - nemad seisavad pea iga päev silmitsi tõsi-asjaga, et nt südamelihase infarkti läbi põdenud patsiendid vajavad peale ägeda faasi ravi läbitemist tegelikult ka edasist meedikute tähelepanu.

Taastusravikeskuse rajamiseks kulutati

tänavu enam kui 2,5 miljonit krooni, sest lisaks uuele aparatuurile vajadis remonti ka vesiravila ning kõik teisedki ruumid. Riho Tapferi sõnul oodatakse keskusesse eelkõige luu- ja liigese- ning südamehaigusega patsiente. Arsti ettekirjutusel saavad keskuse teenuseid kasutada nii ambulatoorsed haiged kui haiglaravil olijad (statsioonaris on 15 voodikohta). Ravijuhi-na töötab doktor Kersti Hagel, veel kuuluvad meeskonda massöörid, füsioterapeudid ja ravikehakuultuuri instruktorid. Stat-

sionaarset taastusravi vajavaid patsiente nõustab vastavalt vajadusele kas kirurg või terapeut.

Lepingud teenuse osutamiseks on sõlmitud Võru, Valga ja Põlva haigekas-sadega. Tartu haigekassa direktriisiga on kokkulepe, et tasutakse kõigi kliinikumi arstide suunatud Tartu linna ja maakonna patsientide ravi kulud.

Kuigi tänavune suvi igapähe ootustele ehk ei vastanud, loodan siiski, et kõik puhkasid hästi ning on valmis uuteks töövõitudeks. Kuigi ka suur osa informaatikateenistusest puhkas suvel, on mul hea meel tutvustada meie töö vilju ehk siis seda, mida uut on võimalik kasutada meie tehnosüsteemides.

Esimese teenusena märgiksin suurepärase potentsiaaliga kliinikumi infoalikat intranetti, mille kvaliteedi tõstmisel saame kõik ise abiks olla. Praegu on seal olulisemast infost kättesaadavad siseteaded ja arvutiabi teated, inimeste sünnipäevad, kliinikumi telefoniraamat mugava otsinguga üle nime, struktuuriüksuste ja ka telefoninumbrite. Viimane on mugav abivahend, kui teate juhuslikult ainult inimese telefoninumbrit, aga ei tea, kes selle taga võiks olla. Lisaks sellele on seal ka igasugu muud iga päev vajalikku ning kogu see teenus areneb pidevalt. Kõik ettepanekud ja täiendused on loomulikult väga oodatud (Kristi Tael või Tarmo Sulg). Intraneti kasutamiseks peaksite avama Intraneti lehitseja (näiteks Internet Exploreri) ja valida aadressi <http://intranet.kliinikum.ee/>

Intranetis leiduva telefoniraamatu täiendamine ja parandamine on kliinikute ja teenistuste enda vastutusel. Teistmoodi ei olekski võimalik tagada, et inimesi ja telefoninumbreid puudutav info oleks alati õige. Panen siinjuures kliinikute-teenistuste juhtidele veel kord südamele: palun tagage, et keegi teie üksuse andmed korras hoiab. Abivahendid ja õpetus on olemas telefoniraamatu juures ja arvutiabi veebis.



Juuni lõpust on meil Maarjamõisa piirkonnas kasutusel uued telefonijaamad, mis tähendab eelkõige kvaliteetsemat sidet ja suuremaid võimalusi. Sellega seoses muutusid ka numbrid Puusepa 8, Puusepa 6 ja Puusepa 2, Puusepa 4, Puusepa 1a ja Lunini 6. Uute teenuste kohta saate täpselt lugeda intranetist. Ära võiks märkida mitmesugused võimalused kõnede suunamiseks, kõnede noppimise ja konverentsikõne. Juba varsti loodame tutvustada uusi väga huvitavaid teenuseid (nt isiklik automaatvastaja igale numbrile), mis plaanime telefonijaamadele lisada.

Suvel paigaldas firma Radiolinja ka kliinikumi majade lähedale uusi tugijaamu, mille tulemusena paranes mitmel pool mobiilside kvaliteet märgatavalt.

Firma 7+7 abiga on valminud veebilehel põhinevad töökohad tööks statsionaarses osakonnas ja vastuvõtus. Praegu ju-

urutatakse selle rakendust 3 osakonnas. Aasta lõpuks loodame selle programmi varustada 10 kliinikut. Kuna tegu on interneti kaudu kasutatava programiga, siis on selle programmi juurutamine ja hilisem täiendamine märgatavalt kiirem ja lihtsam. Loomulikult õnnestub juurutamine ainult siis, kui kliinik tahab-suudab olla

hea partner ressursside eraldamisel ja töö sobival korraldamisel.

Arvutiabi oli suvel vaatamata suurele hulgale puhkustele suure töökoorma all, kuna ka kliinikute administraatorid vajad puhkust. Püüame kõigest väest, et teile head teenust pakkuda, kuid alati see veel ei õnnestu. Tegelikult saate ka ise natuke kaasa aidata, et arvutiga seonduvatest muredest paremini üle saada. Pakun siin välja mõned soovitusel, millest võiks kiirema lahenduse saamisel kasu olla.

Esmalt soovitan heita pilgu meie arvutiabi veebile <http://arvutiabi.kliinikum.ee/>. Lisaks teadetele tõrgetest ja probleemidest võib sealt leida mitmesugust abi- ning õppematerjali. Samuti sisaldab see mitmesuguseid kontaktandmeid vajalike inimeste tabamiseks. Kui vähegi võimalik, kasutage probleemi edastamisel elektronposti - nii

jääb märk maha nii teile kui administraatorile. Püüdke palun ka e-posti saatmisel või automaatvastajale teadet jättes öelda võimalikult täpselt probleemi olemus ning kindlasti selgelt enda kontaktandmed. Kliinikute administraator on kohustatud teile 24 tunni jooksul andma vastuse, kuidas ja kudas teie probleem lahenduse saab. Kui vähegi võimalik, lahendab administraator muidugi probleemi selle aja jooksul juba ära.

Kui märkate puudujääke teie probleemide lahendamisel või avastate võimalusi töö paremaks korraldamiseks, ootan väga teie tagasisidet e-posti aadressil "IT-Ettepanekud ja kaebused". Seda loeb praegu ainult teenistuse direktor ning kindlasti ei tohiks sinna teadete saatmist käsitada pealekaebamisena, vaid hädavajaliku abivahendina parema teenuse tagamiseks.

Informaatikateenistus näeb palju vaeva, et pakkuda teile võimalikult ruttu uusi ja huvitavaid teenuseid ning et olemasolevate kvaliteet tõuseks. Üheskoos tuleme sellega ka toime. Loodan teie poole pöörduda jälle järgmisel kuul ning tutvustada siis juba teisi asju.

Soovin teile mõnusat IT-sügist!

ERKKI LEEGO,
IT direktor



Ortodondi vastuvõtule soovijaid on palju

Tihti peale oleme pidanud vastama küsimustele, kuidas pääseb kliinikumi stomatoloogiakliiniku lastestomatoloogia osakonnas ortodondi vastuvõtule. Küsijaiks on olnud nii kolleegid perearstid, pediaatrid kui ka lapsevanemad.

Sageli pahandatakse ka, et järjekorrad on pikad. Tõepoolest, seda need on - üliõpilaste õppetöö käigus tuli mul ühel päeval koguni 27 väikest patsienti vastu võtta!

Tegelikult on selline suurenenud huvi oma laste hammaste tervise ja seeläbi üldse lapse tervise ja ka kena välimuse vastu vägagi positiivne nähtus, mida hambaarstid on oodanud juba kaua aega.

Meie osakonnas on 1,2 ortodondi ametikohta, meie teeninduspiirkonna patsiendid elavad kogu Lõuna-Eestis. Järgmisel aastal lõpetavate spetsialistide hulgast loodame oma osakonnale ka täiendust saada.

Haigekassa eraldab raha nii laste hammaste raviks, profülaktikaks kui ortodontiaks. Samasuguse järjekorra alusel oleme ka oma töö prioriteetidid järjestanud - ravi on esmatähtis.

Ortodontiatöös püüame eelistatult, esmajärjekorras ravida just raskete hambumusvigu lapsi:

- kui esihambad ei ulatu eest-taha suunas kokku, vahe on suurem kui üks sentimeeter (proгнаatne hambumus);
- kui alumised esihambad paiknevad ülemistest esihammastest eespool, alalõug on silmnähtavalt esiletungiv (progeenne hambumus);

Suurenenud huvi oma laste hammaste tervise ja seeläbi lapse üldise tervise ja ka kena välimuse vastu on ainult positiivne nähtus, mida hambaarstid on oodanud juba kaua aega.

RITA NÖMMELA,
lasteosakonna juhataja



- kui ülalt alla suunas puutuvad kokku vaid tagumised purihambad (eesmised ja tagumised külgmised hambad ei puutu üldse kokku, lahihambumus);
- kui lapsel ei ole mõne esihamba alget või esihambas on lõualuu peetunud;
- kui lapsel on huule-suulaelõhe.

Uudsenäha hakkame oma töö paremaks korraldamiseks edaspidi oma patsientidel raviarsti saattekirja küsima.

Haigekassa tasub kõigi kuni 16aastaste laste ortodontiile ravi - kui selleks kasutatakse suust eemaldatavaid plaataparaate. Stomatoloogiakliiniku lastestomatoloogia



osakonnas tuleb lapsevanemal kanda vaid plaataparaadi valmistamisega seotud kulud. Suust eemaldatavad aparaadid sobivad väiksematele lastele - vanuses 6-10 eluaastat, kui hammaskond vaheldub. Breketid sobivad siis, kui lapsel on kõik jäävhambad juba suus, s. t teismeliste. See on muidugi väga lihtsustatud skeem,

mis absoluutselt kõikide anomaaliatega korral ei kehti.

Õiget hammastesse suhtumist soovides

TAAVO SEEDRE,
stomatoloogiakliiniku direktor

TÜ arstiteaduskonna aastapäeva ürituste kava

11. oktoober

kell 9 **Üliõpilaste teaduskonverents**
Biomeedikumi auditooriumis
1006 (Ravila t 19)

12. oktoober

kell 9 **Doktorantide, õppejõudude ja teadurite teaduskonverents**
Biomeedikumi auditooriumis
1006 (Ravila t 19)

kell 10 **Teaduskonverentsi farmaatsiaspektsioon**
Pühendatud akad Alma Tomingase 100. sünniaastapäevale
TÜ raamatukogu konverentsisaalis (Struve t 1).

13. oktoober

Kell 11 **Konverents**
"Geeniuringute tähendusest arstiteaduse arengule Eestis"
Biomeedikumi auditooriumis
1006

Ettekanjad: **A. Metspalu, M. Tekkel, T. Kiudma, A-V. Mikelsaar**

Kell 15 **Aktus**
TÜ aulas
Avamine: TÜ rektor Eesti sotsiaalminister Akadeemiline loeng: biol dr Toomas Veldebaum
"Molekulaarepidemioloogia: uued võimalused vähi prevent-sioonis"
T. Asser, J. Pikani
"Kliinilise meditsiini suundumustest: arstiteaduskonna ja kliinikumi ühisvaade"
Arstiteaduskonna medalite kätteandmine
Magistridiplomite kätteandmine
Teaduskonverentsi parimate tööde autorite autasustamine

Kell 18 **Pidulik vastuvõtt TÜ ajaloomuuseumis**

20. oktoobril on ülemaailmne osteoporoosi päev

20. oktoobril on ülemaailmne osteoporoosi päev, mida tänava juu- ba teist aastat tähistatakse. Küm- mekond aastat tagasi ei pööratud osteoporoosile veel kuigi suurt tähelepanu, kuid luumurdude arvu katastroofilisest kasvu tõttu on too haigus muutunud väga aktuaalseks probleemiks.

Osteoporoosi nimetatakse sageli ka selle aastatuhande katkuks. Peale paljude muude põhjuste on selle taga elustiili mu- gavamaks muutumine - järjest rohkem eel- istatakse jalgsi kõndimisele autoga sõit- mist. Muutub ka toidulaud - rohkem on lisandunud rasva, mineraalainete ja vita- miinide osakaal väheneb. Elanikkonna keskmine eluiga aga pikeneb siiski.

1999. aasta 19. märtsil moodustati Eesti Osteoporoosi Selts, mille presidendiks valiti ülikooli arstiteaduskonna doktorant Ka- tre Maasalu. Enne seltsi asutamist käidi aastapäevad dr Bela Adojaani eestvedamisel koos osteoporoosiklubi nime all. Nüüdseks on pea kõikide eri- alade spetsialistide ühendav selts ka Rahvus- vahelise Osteoporoosi Fondi (IOF - Inter- national Osteoporosis Foundation) liige. Kuna osteoporoos ei ole pelgalt üht ar- stiiteaduskonna valdkonda haarav pa- toloogia, kuuluvadki seltsi ridadesse nii sisearstid, reumatoloogid, gastroen- teroloogid, endokrinoloogid, ortopeedid kui ka stomatoloogid. Seltsi tegemisi on aktiivselt toetanud mitu ravimifirmat.

Kuna mitmed riskitegurid on seotud elustiiliga ja seega täiesti inimeste endi poolt kõrvaldatavad, pöörabki selts enam- at tähelepanu selle haiguse ärahoidmisele - ravi- ja profülaktikavahendid on ju liht- salt kättesaadavad. Katre Maasalu sõnul prognoositakse järgmise poolsajandi jook- sul osteoporoosist põhjustatud luumur- dude arvu suurenemist isegi 6-7 korda.

Eelmisel aastal korraldati Tartu arstide eestvedamisel Maarjamõisa polikliiniku ruumes patsientidele infopäev. Huvi üri- tuse vastu oli erakordselt suur - polikli- iniku alumise korruse auditoorium ei su- utnud kõiki kohale tulnud huvilisi mahutada.

Eesti Osteoporoosi Selts on oma senise tegevusega pälvinud rahvusvahelise or- ganisatsiooni tunnustuse ja preemia. 16.- 20. oktoobrini korraldab selts patsientidele mõeldud osteoporoosi infopäeva. Peale Tartu toimub samasugune üritus ka Pärnu haiglas ja Tallinna keskhaglas, kuna ka nendes keskustes saab teha luutiheduse mõõtmise uuringuid. Tartus on luutihed-

Osteoporoosi diagnoosimine. Luudensitomeetria.

Luu metabolismi uurimiseks on kasu- tusel palju meetodeid, alates bio- keemilistest näitajatest seerumis ja uri- nis ning lõpetades luu morfomeetria ja vastavate geenide uurimisega. Üheks täpsemaks ja patsiendile kõige mugava- maks on luu mineraalainetiheduse mää- ramine. Ei vaja tõestamist fakt, et luu- murru risk suureneb luu mineraalaineti- heduse vähenedes. Vastavaid aparate nimetatakse luudensitomeetriteks.

Kasutatakse perifeerseid luudensito- meetreid, millised on suurepärased nn. sõeluuringute tegemiseks. Sellise uuringu järgselt on võimalik hinnata võima- likku luumurru riski uuritaval. Nime- tatud aparaat töötab ka meie kliiniku poli- kliinikus. Täpsustav uuring tehakse röntgenkiirega töötaval aparaadil e. DXA (dual energy X-ray absorptiome- try) klassi kuuluval aparaadil. Nime- tatud aparaadid töötavad väga täpselt ja on uuritavale suhteliselt ohutud. Nende aparate suurepäraseks omaduseks

Osteoporoosi korral otsesid aparate füüsikalise ravi võimalusi ei kasutata. Kui on tegemist halvasti paranevate luumurdudega, siis kasu- tatakse luustruktuuri tugevdamiseks koos aktiivse liikumise raviga mitmeid füüsikalisi võtteid: madalsageduslikku magnetravi, Ca -P iontoforeesi, UV- ki- ritust, nii madal- kui keskmise sage- dusega impulssvoolu, segmentmas- saapi jm.

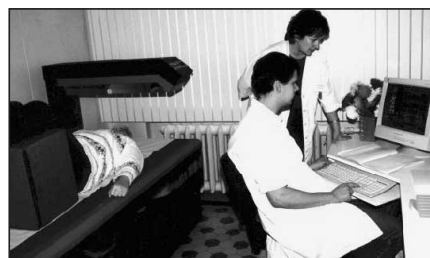
Ealistest ja hormonaalsetest põh- justest tingitud osteoporoosi ravis on esimesel kohal liikumisravi. Selleks on spordimeditsiini ja taastusravi kliiniku ambulatoorses osakonnas head võima- lused, kusjuures osaleda saab nii ravi- gruppides (tasu eest vastutab suunanud arst) kui öhtusel ajal aeroobikatundides.

Lisaks võimlemissaalile on meil bas- sein, kus samuti on ravirühmad. On veel

dust uuritud 3 aastat, sellega tegeleb sise- kliiniku arst-õppejõud Ingrid Kull.

Infonädalal on avatud erikabinet, kus lisaks arstidele jagavad huvilistele nõuan- deid ka traumatoloog ja ortopeedia kli- iniku õed Margit Haavik, Margit Lillo, Ri- ta Mehine, Signe Padar ja Kristi Toode. Kõik õed on läbinud mitu erikoolituse tsükli nii Eestis kui ka kahes osteoporoosi keskuses Helsingis.

KOMMENTAAR



Luudensitomeeter töötamas sisekli- inikus; dr. Ingrid Kull ja arvutioperaa- tor Donald Kamenik uurivad patsien- di luu mineraalainetihedust.

on teha korduvaid uuringuid ühel ja sa- mal patsiendil erinevate ajavahemike järel ning neid omavahel võrrelda. Selline DXA klassi aparaat töötab ka meie kliinikus ja asub sisekliinikus, L. Pu- usepa 6.

Uuringule saab registreerida telefonil 07 318 656 või osteoporoosi kabineti kaudu telefonil 07 319 100.

vabu aegu ujumiseks ja vesiaeroobikaks, nende kahe eest tasub patsient ise. Os- akonnal on moodsa sisustusega jõusaalid mitmesuguste jõumasinatega.

Kui passiivse eluviisiga inimene teeb otsuse midagi ähvardava osteoporoosi vastu ette võtta, peaks ta enne kindlasti spetsialistiga nõu pidama, et oma kehalist võimekust testida. Vastasel korral võib tagajärg olla kurb: osteoporoosi ärahoidmiseks rakendatakse liiga suurt koormust ja kahjustatakse nii südame- veresoonekonda.

Kõigis nendes küsimustes saab konsul- teerida tel 07 319 224 dr Aet Lukman- niga ja tel 07 319 134 dr Nadezhda Ig- natjevaga.

MAIRE AUDOVA,
ambulatoorse osakonna juhataja

Kabinetis saab nõu küsida ja lasta määrata luude tihedust, ka saab teada oma kehakaalu indeksi (body mass index) ning vererõhu. Professor Selma Teesalu jagab huvilistele nõuandeid õigest toitumisest, spordimeditsiini- ja taastusravikliiniku spetsialistid näitavad ka ise ette, missug- used on õiged võimlemisharjutused. Ka koostab osteoporoosi selts mitmeid pat- siendi infomaterjale.

Pärnumaa perearstide I suvepäevad Tõstamaal

Pärnumaal on perearstid paari viimase aasta jooksul iga 1-2 kuu järel omavahel kohtunud, kuid tänava otsustati korraldada ühine kokkusaamine Pärnu linna perearstidega.

Ürituse toimumise paigaks valiti Tõstamaa Sutirand ning ajaks augusti III nädalavahetus, mil suvi veel kestab, kuid puhkused enamikul puhatud. Kohtumise märksõnadeks said omavaheline tutvumine ja ühtse meeskonna loomine, koostöö ja teadmiste arendamine, puhkus ja meelelahutus. Korraldustöö põhiraskus jäi perearstide Inna Viigi, Ly Andla ja Madis Veskimäe kanda. Rahaabi ürituse läbiviimiseks saadi ravimifirmadelt, üliõpilasruumide leidmisel toetas Tõstamaa vallavalitsus.

Nii saigi idee teoks ja 19.-20. augustil peeti Tõstamaal Sutirannas Pärnumaa perearstide I suvepäevad.

Osalejaid tuli kohale küllaltki arvukalt - üle 30 perearsti nii Pärnu linnast kui maakonnast, lisaks kolleegid Pärnu Haigla

lasteosakonnast ja naistenõuandlast. Esimesena tervitas kõiki kohaletulnuid imeilus päikeseline suveilm koos võimalusega kosutavaks supluseks meres.

Suvepäevade esimese päeva loenguprog- rammis sisustasid kliinikumi lektorid seminariga teemal "Sünnieelne diagnosti- ka ja imikuea arenguprobleemid".

5 ettekannet oli lastekliiniku arstidelt - perearsti ja pediatrivi rollist esmatasandi arstiabis (prof. Tiina Talvik), vastündinu terviseprobleemidest ja imiku toitmisest (Marja-Liis Mägi, Heili Varendi, Juta Ernits), arenguhäirete varasest diagnostikast (Inga Talvik). Naistekliiniku ja ühendla- bori geneetikakeskuse pakutud ettekan- netes tutvustati sünnieelse diagnostika võimalusi kliinikumis (Mari Sitska, Aivar Ehrenberg) ning pärilikke ainevahetushai- gusi (Katrin Öunap). Loengud olid põhja- likult ette valmistatud ning võeti huviga hästi vastu, kohvipauside ajal kasutati agaralt võimalust lektoritega vestlemiseks ja konkreetsete haigusjuhtude aruteluks.

Loengutele järgnes tutvumine Tõstamaa tervisekeskusega, kus perearstina töötab Madis Veskimägi. Perearsti nimistusse on Tõstamaal kantud veidi alla 2000 isiku, järgmine lähim perearstikeskus paikneb ka

25 km kaugusel. Omapäraseks teeb pi- rirkonna 40 elanikuga Manilaid. Üllatust pakkus eelkõige keskuse kõrge infotehnoloogiatase - kogu dokumenta- siooni elektroonselt vormistamisest kuni telemeditsiini võimaluste kasutamiseni. Lisaks perearstilt nõutavatele põhju- ringutele ja -protseduuridele on koha- peal võimalik lasta teha röntgenipilti ning taastusravi (ravivõimlemine, massaaž, veeprotseduurid).

Humoorikat ja kaasakiskuvat laupäe- vaõhtust meelelahutust pakkus osalejatele showtrupp Lembelilled Kairi Kuuri eestvedamisel.

Suvepäevade teise päeva sisustas Pärnu kiirabi juhataja Külvar Mandi poolt läbi vi- idud praktiline õppus.

Täpsema ülevaate üritusest koos pildi- materjaliga võib saada Pärnumaa Perearstide Seltsi koduleheküljelt interne- tiadressil www.hot.ee/arsel

Kokkuvõtteks võib öelda, et nii esinejad kui kuulajad jäid üritusega igati rahule ning Pärnumaal on plaanis muuta su- vepäevade korraldamine traditsiooniks.

Siinkohal kutsume kõiki kliinikuid üles järjest tihedamale koostööle perearstidega.

Analüüsi-marketingiteenistus omaltpoolt on alati nõus abistama ühiste ürituste pla- neerimisel ja kontaktide leidmisel maakondades.

MADIS VESKIMÄGI,
Tõstamaa tervisekeskuse perearst

VIRGE PALL,
SA TÜK ravikindlustuse koordinaator

Kliinikumi Leht

TOIMETAJA: SVEA TALVING
KEELELINE KORREKTUUR:
KRISTA LEPPIKSON
KUJUNDUS: INDREK KÖSTER

TOIMETUSE E-MAIL JA KONTAKTANDMED:
kliinikumileht@kliinikum.ee
svea.talving@ispfactum.ee
TEL: 0 677 9027, FAKS 07 319 402
KLIINIKUMI LEHT ILMUB 1 KORD KUUS
TRÜKK: LAKRITO.
TRUKIARV 1500 EKS.