

# Kliinikumi Leht

SISELEHT nr 209 | august 2018

[www.kliinikum.ee/leht](http://www.kliinikum.ee/leht)

 Tartu Ülikooli Kliinikum

## Närvikliiniku uus juhataja on professor Pille Taba

Augustikuu esimesel päeval astus ametisse närvikliiniku uueks juhatajaks valitud professor Pille Taba.

Neuroloogina alustas Pille Taba tööd pärast internatuuri läbimist 1987. aastal Jõgeva Haiglas ning alates 1992. aastast uue spetsialiseerumisprogrammi alusel residendina Tartu Ülikooli närvikliinikus. Samal ajal astus ta ka doktorantuuri prof Toomas Asseri juhendamisel, teemaks Parkinsoni tõbi, töötades ka neuroloogina ja õpetades üliõpilasi. Pärast meditsiinidoktori kraadi kaitsmist 2003. aastal valiti Pille Taba närvikliiniku dotsendiks ja alates 2016. aastast professoriks; ent ta on jätkanud ka kliinilist tööd vanemarst-õppejõuna.

Pille Taba on olnud aktiivne konverentside ja koolituste korraldaja. Aastatel 2006–2013 juhatas ta Tartu Ülikooli Arstiteaduskonna täienduskeskust. Alates 2008. aastast on Pille Taba Ludvig Puusepa nimelise Neuroloogide ja Neurokirurgide Seltsi president ning sotsiaalministeeriumi erialakomisjoni esimees. Aastail 2008–2018 oli ta Eesti Liigutushäirete Seltsi president. Pille Taba osaleb mitmetes otsustuskogudes, olles Ravijuhendite Nõukoja esimees ning Tartu Ülikooli Inimuuringute Eetika Komitee, Eesti Teadusagentuuri Terviseuuringute Ekspertkomisjoni ja Ravimiameti Müügilubade Komisjoni liige.



Foto: Andres Tennus

Professor Pille Taba

Pille Taba teadustöö on olnud pühendanud liigutushäiretele, sh Parkinsoni tõbi, toksilised liigutushäired ja hüper-

kinetilised häired, ning neuroinfektsioonidele. Tähtsal kohal on kraadiõpe: Pille Taba juhendamisel on kaitstud

3 doktoridissertatsiooni ja 15 magistritööd, praegu on juhendamisel 9 doktoritööd. Professor Taba ja kaastöötajate poolt on avaldatud kokku ligi 300 publikatsiooni, neist 50 artiklit eelretsenseeritavas ajakirjades ning 18 monograafiat ja raamatu-peatükki; teadustöö tulemusi on kutsutud lektorina esitama rahvusvahelistele kongressidele. Ta on Rahvusvahelise Liigutushäirete Seltsi juhataja, Euroopa Neuroloogiaakadeemia Programmikomitee ja Euroopa Ravimiameti neuroloogia nõuandva komitee liige.

Pille Taba tegevuses on tähtsal kohal olnud innovaatiliste meetodite rakendamine kliinilises neuroloogias: botulismitoksiini süstimine düstooniatega, spastilisuse ja sialorröa ravimine, pumbaravimite kasutamine parkinsonismi ja spastilisuse ravimiseks. Erialaselt on Pille Taba koordineerinud taotluste esitamist raviteenuste nimekirja.

Pille Tabale on omistatud Tartu Ülikooli arstiteaduskonna medal 2011. aastal ning Tartu Ülikooli aumärk 2013. aastal.

**KLIINIKUMI LEHT**

## UUS TÖÖTAJA

**Mikk Tooming**

Minu elutee on olnud Tartu-keskne – olen siin sündinud ning ka koolis käinud. Meditsiiniga olen kokku puutunud juba lapsest saati, kuna minu ema on perearst. Ilmselt just seetõttu valisin ma Tartu Tamme gümnaasiumisse õppima minnes ka meditsiinkallakuga õppesuuna.

Gümnaasiumi lõppedes suundusin Tartu Ülikooli geenitehnoloogia erialale ning lisaks õpingutele õnnestus mul osaleda ka Bioteaduste Üliõpilaste Seltsi loomisel ja selle hilisemas töös. Magistritööd läbisin biomeditsiini erialal ning samal ajal edendasin ka biomeditsiini õppekava. Teadustööd tegin Tartu Ülikooli Molekulaar ja Rakubioloogia Instituudi rakubioloogia õppetoolis, Viljar Jaksi töögrupis. Töögrupis uurisime põhiliselt somaatilisi tüvirakke, kudede regeneratsiooni ning ekstratsellulaarset maatriksit. Ülikooliaastatel olin suviti praktikal ning töötasin Synlabis.

Tartu Ülikooli Kliinikumi geneetikakeskusest oli mul jäänud suurepärase mulje eelmise töökoha kaudu. Nüüd, mil olen ka ise osa geneetikakeskuse meeskonnast, olen õnnelik, et saan taas teha laboritööd ning olla laborimeditsiini keskel.

Minu vaba aeg kuulub reisimisele ja tehnika kallal nautimisele ning kui sellest ka veel aega üle jääb, siis sõidan hea meelega rattaga.

## KOMMENTAAR

Mikk Tooming on meie laboris tööl alates maikuust, kuid selle lühikese ajaga on ta suurepäraselt meie kollektiivi sulandunud. Mikk on väga positiivse ellusuhtumisega, kiire ja entusiastlik õppija ning laborikaaslaste suhtes alati abivalmis kolleeg. Meil on hea meel temaga koos töötada.

## TIINA KAHERE

Kliinilise geneetika keskuse vanemarst-õppejõud pediaatria erialal

## Baltimaade parim noor uroloog on dr Taavi Põdramägi

Mai lõpus osalesid Eesti uroloogid Riias EAU (European Association of Urology) Baltic Meeting 2018 konverentsil, kus peeti ettekandeid uroloogias aktuaalsetel teemadel. Parimaks loenguks ja ettekandjaks Eesti, Läti, Leedu ja Valgevene uroloogide seast nimetas Euroopa Uroloogide Assotsiatsiooni sõltumatu komitee dr Taavi Põdramäe. Kirurgiikliiniku uroloogia- ja neerusiirdamise osakonnas töötav arst-resident Taavi Põdramäe ettekanne kandis pealkirja “Upper Tract Urothelial Carcinoma: Is it possible to save the kidney?”



Dr Taavi Põdramägi

Foto: Erakogu

## KOMMENTAAR

Minu loeng käsitles ülemiste kuseteede (neeruvaagen ja kusejuha) pahaloomuliste kasvaja ravi, kus põhiline sõnum seisnes selles, et madala riskiga kasvaja korral on võimalik vältida radikaalset nefroureterektomiat (neeru eemaldamist koos kusejuha ning osaga põiest). Antud hetkel on Eestis ning valdavalt

meie regioonis tervikuna levinud ravivõtteks ikkagi nefroureterektomia sõltumata kasvaja riski astmest. Kasutades madala riskiga kasvaja korral endouroloogilisi ravivõtteid, on võimalik säilitada patsiendil neer ning tagada võrdväärne onkoloogiline ravitulemus klassikalise raviga.

Ülemiste kuseteede pa-

haloomuliste kasvaja ravi on maailmas aktuaalne, vaatamata sellele, et võrreldes kusepõie-, neeru- või eesnäärmevähiga, on tegemist suhteliselt harvaesineva kasvajapaikmaga onkouroloogias.

## DR TAAVI PÕDRAMÄGI

## TÄNUAVALDUSI



Mammograafiabuss Kuressaares

Kliinikumi mammograafiabussil on olnud tihe suvi koos rohkete väljasõitudega. Seetõttu on kohatud ka mitmeid toredaid ja meeldejäävaid inimesi, kellele läheb mammograafiabussi töökorda. Edastame mammograafiabussi töötajate nimel tänusõnad AS Kuressaare Sanatooriumid ühele omanikule – Oskar Liblikule, kes tegi mammograafiabussi viibimise Kuressaare merepäeval võimalikult mugavaks ja kasutoovaks. Seni augustikuu kontrollis käinutest on kahel naisel avastatud rinnavähk ning viis naist on suunatud vähikahtlusega täiendavatele uuringutele. Olge hoolivad nii enda kui ümbritsevate suhtes!

## Emeriitprofessor Ennu Sepp on nõukogu liige

Alates 8. augustist kuulub Tartu Ülikooli Kliinikumi nõukokku Tartu Ülikooli meditsiiniteaduste valdkonna emeriitprofessor Ennu Sepp.

Ennu Sepp on sündinud 13. novembril 1938 Ida-Virumaal. 1964. aastal lõpetas ta Tartu Ülikooli arstiteaduskonna. Samal aastal alustas ta tööd assistendina TÜ teaduskonnakirurgia, operatiivkirurgia ja topograafilise anatoomia kateedris, töötades samaaegselt kirurgina veresoontekirurgia osakonnas. 1967. a kaitses Ennu Sepp kandidaadidissertatsiooni, 1972. a doktoridissertatsiooni. 1976. a kinnitati Ennu Seppa professori kutse ning ta valiti operatiivkirurgia, topograafilise anatoomia ja ortopeedia kateedri juhatajaks.

1983–1992 töötas Ennu Sepp operatiivkirurgia ja topograafilise anatoomia ning uroloogia kateedri juhatajana, 1992. aastast kirurgilise anatoomia õppetooli juhatajana. 2003. a sügisel valiti Ennu Sepp emeriitprofessoriks.

» **Ennu Sepp on ligi 40 aastat töötanud veresoonte- ja üldkirurgina ning samal ajal olnud arst-õppejõud**

Aastatel 1979–1986 oli ta tervishoiuministeeriumi teadusliku meditsiininõukogu kirurgia probleemkomisjoni liige. 1986–1990 Tartu Ülikooli doktori kaitsmisnõukogu esimehe asetäitja kirurgia erialal. 1987–1993 tervis-



Emeriitprofessor Ennu Sepp

Foto: Erakogu

hoiuministeeriumi juures oleva kirurgide atesteerimiskomisjoni liige ning 1978–1990 TÜ arstiteaduskonna teadusprodekaan.

Emeriitprofessor Ennu Sepp on ligi 40 aastat töötanud veresoonte- ja üldkirurgina ning õpetanud arst-õppejõuna inimese anatoomiat, operatiivkirurgiat, topograafilist anatoomiat, kirurgilist ja kliinilist anatoomiat arstiteaduskonna üliõpilastele, residentidele ning kirurgia eriala täienduskursuslastele.

Ta oli 1980. a alguses üks esimesi veenilaiendite skleroseeriva ravi kasutuselevõtjaid Eestis. Ta on avaldanud monograafia „Inimese topoanatomia“ ja 217 trükist veresoonte rekonstruktiivse kirurgia, kirurgilise gastroenteroloogia, ortopeedia ning uroloogia alal. Ta on ju-

hendanud ühte kandidaadidissertatsiooni, ühte koostöölepingut ja olnud kahe grandid hoidja.

1983. a omistati talle uurimiskollektiivi liikmena teaduse alal uurimistükli “Veresoontekirurgia arendamine ja juurutamine Eesti NSV-s” eest Eesti NSV riiklik preemia. Ta on Eesti Kirurgide Assotsiatsiooni ja Tartu Kirurgide Seltsi liige ning oli aastatel 1985–1995 ka seltsi esimees. Ennu Sepp on aastast 1982. Prantsusmaa Flebologia Seltsi ning aastast 1995 Saksamaa Kirurgide Seltsi ja New Yorki Teaduste Akadeemia liige. 2011–2013 oli emeriitprofessor SA Tartu Ülikooli Kliinikumi nõukogu liige.

## KLIINIKUMI LEHT

## MEDITSIINITEADUSTE VALDKONNAS

**Valdkonna akadeemilise aasta avaaktus**

Meditsiiniteaduste valdkonna õppeaasta avaaktus toimub esmaspäeval, 3. septembril kell 11.15 Tartu Ülikooli peahoone aulas. Aktuse avab meditsiiniteaduste valdkonna dekaan professor Margus Lember. Tervitussonad ütlevad õppejõudude, esmakursuslaste ja tuutorite esindajad.

**Vastuvõtustatistika**

Sarnaselt varasematele aastatele esitati Tartu Ülikoolis kõrghariduse esimesel astmel kõige rohkem avaldusi arstiteaduse õppekavale (635 avaldust). Arstiteaduse eestikeelsesesse õppesse võeti vastu 185, arstiteaduse ingliskeelsesesse õppesse 24, hambaarstiteadusesse 32 ning proviisoriõppesse 36 uut üliõpilast. Kehalise kasvatuse ja spordi ning füsioteraapia bakalaureuse õppekavadel alustab mõlemas 45 tudengit. Nii rahvatervishoiu kui õendusteaduse magistriõppes alustab 15 üliõpilast. Meditsiiniteaduste valdkonna nelja doktoriõppekava kohta esitati kokku 72 avaldust. Vastu võeti 32 doktoranti, neist 21 arstiteaduse, 4 neuroteaduste, 3 farmaatsia ning 4 liikumis- ja sporditeaduste erialale.

**Arstiteaduskonna aastapäev 2018**

Kõigile huvilistele avatud aastapäeva üritused algavad 11. oktoobril teaduskonverentsiga, kus valdkonna teadurid, õppejõud, doktorandid, üliõpilased jt tutvustavad viimase aasta teadusuuringute tulemusi. 12. oktoobril toimub konverents “Tervisevaldkonna teaduse ja innovatsiooni strateegia hetkeseis ja tulevik”. Öhtul toimub dekaani vastuvõtt, kus antakse üle arstiteaduskonna medalid ja autasustatakse teaduskonverentsi parimaid. Täpsemat info leiab valdkonna kodulehelt: med.ut.ee.

**Doktoritööde kaitsmised**

Janne Tiigimäe-Saare doktoritöö „Kesknärvisüsteemi haigusest tingitud sialorröa ravi botulismitoksiiniga“ kaitsmine toimub 12. novembril 2018 kell 15.00 aadressil Ravila 19–0088/89.

## KRISTINA HERMANN

Meditsiiniteaduste valdkonna turunduse ja kommunikatsiooni spetsialist

# Ettepanek aruteluks: Tartu Ülikooli Kliinikum ainult tervisliku toiduga haiglaks

Ilmselt ei kujutaks keegi enam eriti ette, et kliinikumi ruumides müüda ja pakutaks alkoholi või tubakatooteid. Ebatervislike toitute ja toiduainete müüki ja pakkumist aga ilmselt enamiskipärast imeks ei pane.

„Eesti Arsti“ mainumbris on dr Taavi Tillmann oma ülevaateartiklis toonud välja, et puu- ja juurvilja liiga vähesel tarbimisel tervisekahju on Eestis suurem kui alkoholi või tubaka oma (Eesti Arst 2018; 97(5):263–268). Toon siin ära osa artikli kokkuvõttest: „Ebatervislikust toitumisest tulenev haiguskoormus on Eestis võrreldav tubaka ja alkoholi tarvitamisest saadava kahjuga. Olulisim toitumissoovitus on süüa rohkem taimseid toite, vähendades liha, kartuli, rafineeritud saia, leiva, makaronide ja maiustuste tarvitamist. Epidemioloogilised kohort-uuringute metaanalüüsid viitavad suurimale tervisekasule neil, kes tarvitavad päevas keskmiselt 800 grammi juur- ja puuvilja. See on vähemalt kaks korda enam kui Eesti keskmine tarbimine. Taimsete toitute tootmise ja tarbimise suurendamiseks on vaja ühelt poolt suurendada tarbijate ja patsientide teadlikkust ning teiselt poolt suunata toi-



Foto: Erakogu

Dr Peeter Padrik

Seega, miks ei võiks Tartu Ülikooli Kliinikumi arstikond, õenduspõhine ja kõik teised võtta selle juhtiva rolli? Millise sõnumi kliinikum kui Eesti juhtiv õpetav haigla selles vallas annab?

tavad otsused kaheks. Kiired, intuiitvused, emotsionaalsed otsused (instinktid ellujäämiseks) nõuavad vähem energiat. Aeglane, loogiline, tahtlik mõtlemine ja sellele baseeruvad ratsionaalsemad otsused nõuavad aga rohkem pingutust, aga me peaks teadlikult kasutama seda süsteemi rohkem. Me peame end valikute tegemisel mõistlikeks, aga tihti võtab juhtimise üle meie kiire süsteem ja me võime teha mittemõistlike valikuid. Mis te arvate, kumba süsteemi inimesed tühja kõhu ja kiiruga pigem kasutavad? Siinkohal aitaks ehk tervislikuma toidu eelistatud pakkumine ja ebatervisliku mittepakumine. Samal põhimõttel on ju rakendatud meetmed alkoholi ja tubakatoote n-ö emotsiooniostude vähendamiseks.

Toitumisel soovitakse tasakaalustatust. Uuringud näitavad siiski, et suur osa meist ei toitu tasakaalustatult – me kipume sööma liiga vähe puu- ja köögivilju ning kala, samas aga liialdame toitudega, milles sisaldub palju suhkrut, soola, küllastunud rasvhappeid. Kui toitumine on juhuslik, kiirel mõtlemisel baseeruv, kaldutakse eelistama kiirelt energiat andvaid tooteid, millele võivad lisanduda ka maiustused ja magustatud joogid, ja on üsna tõenäoline, et lisatavate suhkrute tarbimine on soovituslikust suurem. Oluline on süüa rohkem köögivilju. Seevastu väga vähesel määral või üldse mitte kiudaineid, vitamiine ja mineraalaineid sisaldavaid magusaid ja soolaseid tooteid tuleks süüa võimalikult väheses koguses ja harva. Miks aga peaks eelneva tõttu need ebatervislikud asjad tervishoiuasutuses üldse saadaval olema? Kas peavad kliinikumis ebatervislike toitumisküsimuste toetuseks olema müügil maiustused ja rafineeritud saiatooted? Kas meie patsientidele pakutav igapäevane hilisõhtune saiake, tee ja tükisuhkur on ikka tervislik valik?

Muidugi on toitumise reguleerimine keerukam kui alkoholi või suitsetamise tõkestamine. Aga olen veendunud, et süsteemse ja eesmärgistatud tegevusena tehtav. Mistõttu loodan antud teemal edasist arutelu.

DR PEETER PADRIK  
Hematoloogia-onkoloogia  
kliiniku juhataja

## » Kas kliinikumis peavad müügil olema maiustused ja rafineeritud saiatooted?

duainetööstust arendama oma tooteid tervislikumaks. Riigi võimatus inimeste käitumist muuta on rakendada reklaami- ja maksimeetmeid, et parandada tervisliku toidu kättesaadavust ja populaarsust võrreldes ebatervisliku toiduga. Muudatuste tegemisel on arstidel ühiskonnas juhtiv roll.”

Jah, öeldakse, et kõik on inimeste enda valikute küsimus, kuid valikud võivad olla valed nii teadmatuses kui ka inimpsühholoogiast tulenevalt. Inimesi tuleb nende paremate otsuste tegemisel toetada. Daniel Kahneman on oma raamatus „Kiire ja aeglane mõtlemine” jaganud meie mõtlemise ja selle alusel teh-

# Allergiateemaline kursus Londonis

4.–6. juunil 2018 toimus Londonis allergiateemaline Imperial College of Science Technology & Medicine poolt korraldatud kursus.

Käsitleti ravimallergiate nahaväljendusi, fotodermatoose, urtikaariat, mastotsütoosi, kontaktdermatiiti, toiduallergiasid, ekseemi, hereditaarsete ja omandatud angioödeemide käsitlust ja ravi ning atoopia silma- ja lauväljenduse käsitlust ning ravi.

Eesti väikese populatsiooni tingimustes jääb harvaesinevate dermatooside diagnostika- ja ravikogemus väheseks, suuremad riigid saavad endale lubada diagnoosipõhiseid keskusi ja uurimisrühmi, mistõttu osalemine sarnastel kursustel on igati arendav.

Laiemat lugejaskonda puudutav teema on tõenäoliselt ravimallergiate nahaväljendused. I tüüpi reaktsioonidena on tuntud urtikaaria, angioödeem, anafülaksia.

IV tüüpi reaktsioonide hulka kuuluvad makulopapulaarne eksanteem, kontaktdermatiit, Steven Johnson (SJS) sündroom, toksiline epidermaalne nekrolüüs (TEN), fik-

seeritud ravimlööve ja akuutne generaliseerunud pustuloos.

Kõige sagedasemateks on IV a tüüpi reaktsioonid: kontaktdermatiidid, mis avalduvad allergeni otsesel kontakti nahale (näiteks parabeenid kreemide koostisosana jne). Järgnevad fikseeritud ravimlööbed, mis avalduvad ümber piirdunud roosakaspruunika laigu/laikudena, mille pinnal võib mõnikord esineda ka ville. Fikseeritud ravimlööve te peamised põhjused on mittesteroidsed põletikuvastased ravimid, antikõrvandid, antibiootikumid, kontratseptiivid.

IV b reaktsioonina on tuntud makulopapulaarne eksanteem koos eosinofiiliaga.

Tõsiste allergiliste reaktsioonide kõrge riski kõige sagedasemad ravimid on antikõrvandid, allopurinool, sulfoonamiid/sulfasalasiin, dapsoon, antibiootikumidest tsiiprofloksatsiin ja amokitsil-

liin ning mittesteroidsetest põletikuvastastest ravimist diklofenak.

DRESS (*Drug Rash Eosinophilic Systemic Symptoms*), mille sagedus on 1/100...1/1000 aasta kohta, suurem küündib kuni 15%ni. Reaktsioon algab 1–6 nädalat ravi alustamisest palavikuga üle 38,5 C, lümfisõlmede suurenemise ja eosinofiiliaga. Iseloomulik on näo turse ning rohke ja ulatuslik papuloos-urtikariaalne lööve, mõnikord ka purpura. Kaasnevad võivad maksa, neerude, südame ja kopsude tüsistused.

DRESS ravim on siiani vastatud soovitud süsteemse steroidi kasutamisel. Põhjusiks hepatiidi relapsi oht steroidi annuse langetamisel.

IV d reaktsioonina tuntud AGEP (*Acute Generalised Exanthematous Pustulosis*) algab samuti febriilse palavikuga ning ulatusliku erüteemiga, mille foonil on mittefollikulaarsed peened steriilsed pus-

tulid. Pustulite deskvamatsioon toimub 4–10 päevaga. Iseloomulik on leukotsütoos ja neutrofiilia. Limaskestade haaratus kas puudub või on minimaalne ning siseorganite kahjustust ei kaasne.

Stevens Johnson sündroom hinnatakse ümber toksiliseks epidermaalseks nekrolüüsiks, kui nahapinna haaratus on üle 30%. Tegemist on kõrge suremusega (arvutatakse SCORTEN severity-of-illness score alusel) harva esineva mukokutaanse lööbega koos hili-sema epiteeli irdumisega.

Stevens Johnson/TEN diagnoosimine reeglina raskusi ei valmista, kuid lööbega ja üldsumptomitega patsientide puhul peaks mõtlema diferentsiaaldiagnoosilisel ka DRESS (tagasihoidlikuma väljenduse korral nn mini DRESS) ja AGEP võimalusele.

HELI RAUDSEPP  
Arst-õppejõud  
dermatoveneroloogia erialal  
Nahahaiguste kliinik

# Meditsiiniinfo keskuse II poolaasta koolitused kliinikumi töötajatele

- 6. september** Kirjanduse otsingu strateegia ülesehitamine, teostamine ja dokumenteerimine
- 13. september** Kirjanduse otsing kliinikumi tõendus põhise meditsiini andmebaaside põhjal (EBM Reviews, Medline OVID, PubMed Clinical Queries)
- 20. september** Hea uurimisküsimuse moodustamine
- 4. oktoober** Baaskoolitus kliinikumi andmebaaside kasutamiseks ja tõendus põhise meditsiini informatsiooni leidmiseks ning hindamiseks
- 17. oktoober** Mis on infokirjaoskus? Põhimõisted ja päringu (infootsingu küsimuse) ülesehitamine ning teostamine erinevate andmebaaside näitel
- 18. oktoober** Kuidas hinnata teadusuuringuid? Ülevaade metoodikast
- 24. oktoober** PICO küsimuse koostamine ja kirjanduse otsing erinevates andmebaasides. Tulemuste tõendus põhise hindamine
- 7. november** Baaskoolitus kliinikumi andmebaaside kasutamiseks ja tõendus põhise meditsiini informatsiooni leidmiseks ning hindamiseks
- 14. november** Ovid MD
- 20. november** Micromedex. CareNotes System (patsiendiinfo andmekogu)
- 28. november** UpToDate
- 29. november** Viitehaldustarkvarad – Zotero, Mendeley, Endnote
- 4. detsember** Vabatarkvara PubMed
- 5. detsember** OVID andmebaasid Medline, EBM Collection, OvidMD, LWW ajakirjad ja raamatud

**Koolitused toimuvad meditsiiniinfo keskuses L. Puusepa 2 ruum 123.**

**E-kursused:**

- 1. oktoober–23. november** E-kursus "Meditsiiniinformatsioonifoonilised ja infokirjaoskuse põhimõisted"
- 1. oktoober–2. november** E-kursus "Abivahendid parema otsustamisega ülesehitamiseks ja eelkontrollimiseks"
- 1. oktoober–2. november** E-kursus "Otsingu strateegia ülesehitamine meditsiiniinformatsiooni teaduskirjanduse andmebaasides"

**Kursustele registreerimine:**

medinfo@kliinikum.ee, tel 731 8185  
**Lisateave kursuste kohta:**  
Keiu.Saarniit@kliinikum.ee, tel 731 8186  
www.kliinikum.ee/infokeskus



## TÄNUAVALDUSI

August 2018,  
naistekliinik

Minu sünnituskogemus teie osakonnas oli väga-väga meeldiv. Kõik sujus väga ilusasti ja pääsesin operatsioonile öisel ajal. Nii operatsioonisaaalis kui sünnitusjärgses osakonnas oli väga tore ja sõbralik personal, kes aitasid ja julgustasid. Olen väga rahul, et Tartusse otsustasin selleks oluliseks sündmuseks tulla. Suur tänu teile!

August 2018,  
hematoloogia-onkoloogia  
kliinik

Tahame tänada **dr Evelyn Eelmad** ning kogu haigla personali, kes meiega tegelesid. Meie eest hoolitseti väga hästi, õed sisendasid optimismi ning olid kogu oma tegevusega väga asjalikud ja rõõmsameelsed. Tuhat tänu!

August 2018,  
traumatoloogia ja  
ortopeedia kliinik

Veel kord suur-suur tänu operatsiooni teinud arstile ja teistele arstidele, õdedele ja kõigile, kes minu ema eest hoolitsesid. Ta oli tõesti väga heades kätes ja osakonna töötajad teevad parimat tööd!

August 2018, spordimeditsiini  
ja taastusravi kliinik

Tahan avaldada tänu ja kiitust **põetaja Julia Zaharova**le. Täna sind väga!

Juuli 2018, erakorralise  
meditsiini osakond

Käisin pojaga traumapunktis. Kuigi rahvast oli palju, siis kõik töötajad, alates administraatorist kuni trauma I kabineti personalini, olid äärmiselt professionaalsed ja sõbralikud. Töö kiire ja korralik. Täname abi eest!

Juuli 2018,  
kopsukliinik

Tahame tänada häid ja abivalmis arste **dr Pilleriin Liivat** ja **dr Anneli Poolat**, kes aitasid välja selgitada pikale veninud kaebuste põhjuse ja andsid vajalikku abi. Super arstid!

Juuli 2018,  
sisekliinik

Täna väga reumatoloog **dr Reet Kuuset** asjatundliku ja tõhusa ravi eest!



Academic Medical Center Amsterdamis

## Developmental Neuropathology 2018

Kliinikumi arendusfondi toel avanes allakirjutajal suurepärase võimalus osaleda 27.–29. juunil Amsterdamis toimunud koolitusel „Developmental Neuropathology“.

Sel teemal koolitust ei korraldata, seda enam oli rõõm sellel osaleda. Kolm päeva kestnud ning peamiselt arengulist neuropatoloogiat hõlmava koolituse moodustasid seminarid ja praktiline töö histoloogiliste preparaasidega. Kursusel osales 36 inimest, kes olid kokku tulnud praktiliselt igast maailma nurgast. Kursuse väiksus andis suurepärase võimaluse tihedaks suhtluseks lektorite ja osalejate vahel. Samuti olid igapäevased erilise juhtumid arutelud väikestes gruppides kasutatud mitmepealset mikroskoopi.

Õppejõududeks arengulist neuropatoloogiat tunnustatud eestvedajad – Homa Adle-Biassette; Annie Laquerriere, Jeffrey A. Golden, Hans H. Goebel jt. Iga kursusel osaleja sai põhjaliku kokkuvõtte

erinevatest haigusjuhtudest kui ka raamatu „Developmental Neuropathology“ teise trüki, mille koostamisel osalesid ka kursuse peamiselt lektorid (dr H. Adle-Biassette, dr J. A. Golden jt.).

Teemade valik hõlmas peamiselt normaalset aju arengut, neuraalorüümi defekte, keskjoone defekte ning ajutüve ja väikeaju arengurikkeid, vähemal määral ka rakkude migratsioonihäireid, demüeliniseerivaid haiguseid, metaboolseid haiguseid ning traumaseid.

Lisaks teoreetilisele poolele arutati praktilise tööga seonduvat: kuidas parandada fiksaatsiooni? Milliseid erivõimeid kasutada? Milline oleks ikkagi parim väljalõiketehnika? Millal on materjali piisavalt? Millal saata referentskeskusesse? jne.

Peab tõdemä, et üldiselt on

patoloogiateenistuses püütud aju malformatsioonide puhul ka praegu jälgida võimalikult palju suure kogemustega keskuste soovitusi, mida edaspidi jätkame. Kuna loodete aju puhul on fikseerimine üheks aeganõudvaks ja probleeme tekitavaks osaks, siis kindlasti leiab proovimist kursusel saadud fikseerimissoovitus. Samuti andis tuge arusaam, et diagnostiliste probleemidega maadlevad ka tippkeskused ning haruldaste malformatsioonide käsitus vajab aega ja erinevate osapoolte (klinitsist, geneetik, radioloog, patoloog) koostööd, mis meil toimib küllaltki hästi.

LIIS SALUMÄE

Patoloogiateenistuse direktor

## Kliinikumi füsioterapeut Marko Treier treenib tartlasi

Tartu linn korraldab koos kliinikumiga täiskasvanutele välitreeninguid, et aidata tartlastel muuta oma tervisekäitumist sportlikumaks ning julgustada neid kasutama kodulähedasi trenimisevõimalusi linna rajatud spordiväljakutel.

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum



Marko Treier

Treeninguid viib läbi spordimeditsiini ja taastusravi kliiniku füsioterapeut Marko Treier, kes ootab huvilisi kuni 15. oktoobrini igal esmaspäeval kell 18.30–20.00 Anne kanali äärsel väljõusaali platsil. Välitreeningud on linna rahvale tasuta.

Kliinikumi Leht uuris treeningute kohta lähemalt.

**Kuidas teile tundub, kas linna korraldatud välitreeningud on spordihuviliste seas oma koha leidnud?**

Hea meel on tõdeda, et on välja kujunenud püsikäijad. Enamasti on treeningrühmi suurus umbes 10 inimest.

**Kuidas on välitreening üles ehitatud ehk mida te pooleteise tunni sees teete?**

Alustame soojenduseks dünaamiliste venituste ning aktivatsiooniharjutustega. Põhiosa on jõuharjutuste ringtreening, eraldi ka väike kehatüveharjutuste plokk

Foto: Tartu linnavalitsus



ning lõpetuseks venituse- ning lõdvestusharjutused.

**Kes on treeningutele oodatud?**

Treeningutele on oodatud kõik!

**Kas erineva ettevalmistuse ja tasemega treenijad ei hakka teineteist segama?**

Treeningu põhiosa on üles ehitatud nii, et igaküls saab seda teha omas tempos ning algajad saavad kindlasti rohkem juhendamist.

**Millised on tartlaste lemmikharjutused?**

Lemmikharjutused kipuvad olema ikka need, mis on juba tuttavad varasemast, nagu näiteks kätekõverdused. Omalt poolt julgustan inimesi tegema mitmeid harjutusi, mis sageli jätavad liiga raske mulje ning mida omal käel ei proovita, näiteks lõuatõmbed. Kõik muidugi kohandatud kujul vastavalt treenija võimekusele.

**Kuidas sattusite just teie tartlasi treenima?**

Pakkumine tuli kliinikumini poolt. Kuna olin ise mitmeid aastaid väljõusaale kasutanud, tekkis huvi ka juhendada.

**Mis spordiala teile endale kõige südameselähedasem on?**

Olen ise kergejõustiku ja tantsu taustaga, kuid hetkel võib öelda, et mulle meeldivad eelkõige jõu- ja osavustreeningud.

**Kui peaksite nimetama 3 nõuannet, mida inimesed saaksid enda tervise heaks teha, siis mis need oleksid?**

Piisav ja regulaarselt uni (7–9h), mitmekülgne tasakaalustatud toitumine, regulaarne füüsiline aktiivsus ning jõukohane treening. Usun, et kui neid punkte natukenegi jälgida, on võimalik enda tervislikku seisundit oluliselt parandada.

KLIINIKUMI LEHT

## TÄNUAVALDUSI

Juuli 2018,  
südamekliinik;  
toitlustusteenistus

Täna saan pärast südameinfarktist päästetuna ja ravituna koduteele. 81-aastasena on mul jätkuvalt õnne olla oma pojalaste kasvamise ja koolirõõmude ning maailma avastamise tunnistaja. Tänu teile kõigile ravi ja hoolitsuse eest! Täna raviarst **dr Marta Kalderit** ja **õde Sirje Pöderit**. Jään meenutama kõiki teid kui ühtehoidvat ja patsientidest tõeliselt hoolivat tööpere. Lisaks olid teid teie kõõgist hõrgutavalt maitsvad! Aitäh!

Juuli 2018,  
kirurgiikliinik

Avaldan tänu **dr Roomet Otsale** meeldiva suhtlemise ja abivalmiduse eest nii enne kui pärast operatsiooni! Samuti tänan kogu osakonna personali sõbraliku vastutuleku ja hooliva suhtumise eest.

Juuli 2018, silmakliinik

Täna möödub täpselt üks kuu, kui käisin silmaoperatsioonil. Sooviksin siiralt tänada operatsiooni sooritanud **dr Reet Kuiva**.

Juuli 2018,  
närvikliinik

Täna väga **dr Jaan Eelmaed** ja **dr Artur Vekast** ning kõiki osakonna töötajaid sooja, hoolitseva, sõbraliku suhtumise ja professionaalsuse eest. Jätkugu teil edaspidiseks ikka tervist, jõudu ja jaksu!

Juuli 2018, traumatoloogia  
ja ortopeedia kliinik

Osakonnas läbi viidud taastusravi on professionaalselt kõrgel tasemel. Head sõnad ütles **prof Aare Märtsonile**. Sain mõlemad jalad ühepikkuseks. Suured tänud taastusravi juhendajale ja õpetajale **füsioterapeut Galina Schneiderile**. Suured tänud kogu kollektiivile!

Juuli 2018,  
lastekliinik

Tahan tänada kõiki osakonna töötajaid, kuid eriti tahan tänada **lasteõde Evelyn Lundströmi**. Suur aitäh minu ja minu poja eest hoolitsemisel. Teil on suur süda, seda on tunda. Te nakatate oma headuse ja tähelepanuga. Soovime teile jõudu ja edu teie töös!

# Kolleeg, kes teeb kõike südamega

Olin kuulnud kolleegist, kel jagub alati teistele mõni hea sõna või kompliment. Olin kuulnud, et kui vaja, teeb see kolleeg vastuvõtte niikaua, kui järjekord ukse taga lõpeb. Lisaks pidavat patsiendid teda tänama lillesülemitega. See kolleeg on androloogiakeskuse öde Olga Raudik, kelle ma intervjuule palusin.

Olgaga kohtudes sain kohe aru, mida ta mõtleb, kui ütleb emotsionaalselt: „Ma teen kõike südamega!“ Südamega oli ta katnud ka kohvilaua, grillinud banaani ning valinud taustamuusikaks maheda jazz-muusika. Oli Olga viimane puhkuspäev, järgmisel päeval sõitis ta mobiilse androloogia diagnoosikabinetiga kaheks nädalaks üle-eesilisi vastuvõtte tegema.

## » Elu peab armastama!

Ta ütleb, et tööst rääkimiseks on nüüd just õige aeg, sest kannapööre, mille ta kaks aastat tagasi tegi, tundus alguses talle endalegi liiga pöörase ettevõtmisega. Olga oli töötanud Tartu Ülikooli Kliinikumis hematoloogia-onkoloogia kliinikus alates 2000. aastast. „Mu kolleegid olid suurepärased, arstid usaldasid mind ja mulle tundus, et kõik on nii hästi, kui üldse olla saab. Aga mu hing hakkas muutuma rahutuks ning ma tahtsin muutust, tahtsin õppida midagi uut, mistõttu otsustasin liituda hoopis androloogiakeskuse meeskonnaga,“ räägib Olga. Olgugi et, eriala oli talle võõras, andis androloogiakeskuse direktor Margus Punab talle mõned kuud aega õppimiseks, misjärel tuli tööle asuda. „Austan väga dr Punabit, sest ta on tulihingeline õenduseriala propageerija, tark ja väga hea juht, kellega saab alati arutada kõike, mis puudutab androloogiakeskuse tööd. Dr Punab on kogu aeg öelnud, et öel on meditsiinis väga suur roll ning tema sõnu kinnitab otsus, et mobiilse kabinetist vastuvõttu teeb



Olga Raudik

kõiki vajalikke protseduure öde iseseisvalt,“ ütleb Olga. Ta lisab, et võlgneb ka väga suure tänu uue eriala omandamisel noorele ja andekale arstile Stanislav Tjagurile, kes alguses töötas mobiilse kabinetis Olgaga koos, õpetas ja juhendas ning koges koos temaga esimesi õnnestumisi ja ebaõnnestumisi. Nüüdseks on mobiilse kabinetist vastuvõttu paika loksunud ning näeb ette, et esmase vastuvõtu viib läbi öde. Esimesel visiidil koostab öde anamneesi ja teeb ära kõik vajalikud uuringud. Kui tervisenäitajate põhjal selgub,

et patsient vajab meestearsti vastuvõttu, on tal võimalus saada arstiabi kas e-konsultatsiooni kaudu, arsti vastuvõttu mobiilse kabinetis või meeste kliinikutes Tartu, Tallinna või Pärnu keskustes. Edasi on öde vastutus patsienti jälgida ning vajadusel uuesti vastuvõttu kutsuda. Vastuvõtte on ühe päeva sisse planeeritud enamasti 20, aga pole harv, kui abi tuleb küsima suurem hulk patsiente. „Olen vahel teinud kuni 40 vastuvõttu päevas. Näiteks kord kabinetiga Saaremaal olles, ei olnud mul südant inimesi ära saata. Arvan,

et pole sobilik mõelda enda väsimuse või lõuna peale, sest kõige rohkem toidab mind ikkagi inimeste aitamine. Ma tõesti ei kujuta ette elu ilma head tegemata,“ toonitab Olga.

Küsimuse peale, kuidas ta mööda Eestit ringi tiirutamisest ära ei väsi, jätkab Olga positiivselt: „Eks ikka väsin pärast mitmenädalast komanderingut ära, aga teistpidi annab mobiilse kabinetist töö eripära mulle ka jõudu. Olen kahe aastaga näinud kohti, kuhu poleks muidu eales sattunud, näen looduse ärkamist ja kohtan toredaid inimesi erinevates Eesti paikades. Tööd peab armastama, muidu ei saa seda hästi teha!“ ütleb Olga emotsionaalselt. Kiidusõnu jagub androloogiakeskuse öel ka Eesti meditsiinisüsteemi kohta: „Minu ema on arst Ukrainas ning kui kuulen, kui väikesed on seal ödede tööalased võimalused, rõõmustan, et Eestis suureneb ödede roll aasta-aastalt. Samuti täheldan ma seda, et meie poole pöörduvate meeste puhul on nooremajaloolised juba väga teadlikud enda tervisest ja tulevaste varakult tervisenäitajaid kontrollima. Vanemad meestearhivad aga pigem abikaasa või sõbra soovitusel. Panen alati patsientidele südamele, et ei ole olemas vale aega enda tervisega tegelemiseks, aga selge on see, et mida varem, seda parem,“ rõhutab Olga.

## Mobiilne kabinet kui teine kodu

„Mulle see mobiilne kabinet nii meeldib!“ on Olga vastus, kui küsin, kas ebamugav ei ole mittetraditsioonilises kabinetis vastuvõttu teha. Ja ta lisab kiirelt: „Et kabinetis on hea töötada ja et see on ▶

## KOMMENTAAR

Mobiilne kabinet on Molnud meestekliiniku kõige suuremaks innovatsiooniks viimastel aastatel. Selle eest, et tegu on meie jaoks edulooga, peame väga suurel määral tänama Olgat. Artiklis on Olga olulisemad iseloomuomadused, kirg ja armastus, kenasti ära toodud. Lisaksin ka väga suure töövoime. Ega mobiilse kabinetis, kus sa pead kõigi probleemidega, nii meditsiiniliste kui



ka tehnilistega ise hakkama saama, teistsuguste iseloomuomadustega hästi hakkama ei saakski. Tänu Olgale!

DR MARGUS PUNAB  
Androloogiakeskuse  
direktor

▶ mulle käepärane, on tegelikult ühe abivalmis kolleegi teene. Mõtlen tihti, kuidas Andrus Aavik radioloogiakliinikust alguskuudel minuga kõivõimalikke olme-probleeme lahendamaks käis. Vahel ei olnud meil elektrit, mistõttu kabinet oli külm, internet ei töötanud ja patsiente vastu võtta ei saanud. Pole olnud olukordi, mille lahendamisel Andrus Aavik oleks häta jäänud. Ükskõik, kui raske ja keeruline situatsioon tundus, kinnitas Andrus, et me saame probleemidest jagu ja vastuvõttu toimuvad. Olen talle selle eest väga tänulik,“ räägib Olga. Tal jagub kiidusõnu ka kabinetist heledale interjööri, uusimale tehnikale ning et patsiendid end niigi delikaatsete murede korral paremini tunneksid, on Olga valinud ootnurka mängima rahustava muusika. „Need on väikesed nüansid, aga tahan, et patsiendil oleks siin mugav ja hea olla,“ selgitab Olga.

HELEN KAJU

# Androloogia mobiilse diagnoosikabineti graafik

Androloogia mobiilse diagnoosikabinetis tegeletakse kõigi meeste eriomaste haigustega: eesnäärmehaigused, seksuaalhäired, meeste üleminekuga, hüpogonadism, viljatus, sugutrakti ägedad ja kroonilised põletikud, kõik peenise ja munandikoti haigused, rinnahaigused meestel.

Dr Margus Punabi sõnul on oluline, et pea 95% vajaminevaist uuringuist tehakse mobiilse kabinetis kohapeal, nii ei pea patsient sõitma Tartusse ka uuringuteks. Mobiilse kabinetis on käinud erinevate probleemidega mehed, kelle tervis on nõudnud väga kiiret arstide tähelepanu: „Munandivähk nõuab väga

kiiret sekkumist, mitmed põletikulised haigused on vajanud kiiret sekkumist“.

Mobiilse diagnoosikabineti vastuvõtule broneerimine toimub etteregistreerimiskeskuse telefonil 731 9100 või 731 9323, kliinikumi kodulehel, aga ka e-kirjaga meeste-kliinik@kliinikum.ee. Internetis vastuvõtule broneerides tuleb täpsustada kabinetist asukohta. Meestearsti vastuvõtule haigekassa tingimustel pöördumine eeldab saatekirja. Ravikindlustatud isikutele kehtib esimesel visiidil visiiditasu 5 eurot. Ravikindlustuseta ja saatekirjata mehed saavad pöörduda tasuta vastuvõtule.

September	
3.–7. september	Kuressaare, Aia 25
10.–14. september	Narva, Haigla 5
17.–20. september	Ahtme, Ilmajaama 14
24.–25. september	Viljandi, Turu 8/10
26.–27. september	Võru, Jüri 19a
Oktoober	
1.–4. oktoober	Rakvere, Lõuna põik 1
5. oktoober	Ahtme, Ilmajaama 14
8.–9. oktoober	Ahtme, Ilmajaama 14
10.–12. oktoober	Narva, Haigla 5
15.–16. oktoober	Võru, Jüri 19a
17.–18. oktoober	Valga, Peetri 2



# „Jupp kõige paremat suitsuvorsti“ tegutses taas

Heategevuslik lastekohvik „Jupp kõige paremat suitsuvorsti vol2“ sai oma järje, kui Soinaste tänava perenaine Kersti Kinks korraldas ka sel aastal Tammelinna kodukohvikute päeval enda õuel lastele ja lastemeelsetele peo kookide, limpsi, meisterdamiste, mänguasjade, hea muusika ja toredate seltskonnaga.

Kodukohviku eesmärk oli annetada kogu teenitud tulu Tartu Ülikooli Kliinikumi hematoloogia-onkoloogia kliinikus ravil olevate laste loovteraapiate vahendite soetamiseks.

**Kersti Kinks, kodukohviku korraldaja ja laste loovteraapia õpetaja:** Ühel ilusal päeval tuli kokku üks tohutult äge, südamlilik ja toimekas seltskond ja pidas maha ühe kodukohviku, mis tõi kliinikumi hematoloogia-onkoloogia kliinikule loovteraapia vahendite soetamise nimel tulu 2000 eurot! Kohvikut külastasid maailma kõige toredamad inimesed, siin pakuti kõige paremaid toite ja jooke, mida ilm näinud ja keel maitsnud. Meisterdati ja maaliti, mängiti ja oldi. Ja ilm oli kõige ilusam ja lapsed kõige lõbusamad. Ja inimesed olid head – tänu teile kõigile saame alustada ja läbi viia asju, mis on suuremad kui üks kohvik ja veel tähendusrikkamad kui üks ilus päev! Hematoloogia-onkoloogia kliiniku arstid teevad suurepäraselt tööd



Kersti Kinks

väga suure südamega ning läbi loovteraapia tahame luua lastele võimalikult stressi- ja

hirmudevaba ravikeskkonna sel raskel eluperioodil. Tuhat tänu teile!

hirmudevaba ravikeskkonna sel raskel eluperioodil. Tuhat tänu teile!

Fotod: Erakogu



?

## Mis ruum on pildil?

Vastuse palume saata 10. septembriks e-postiga aadressile [Helen.Kaju@kliinikum.ee](mailto:Helen.Kaju@kliinikum.ee) või tigupostiga aadressile Kliinikumi Leht, L. Puusepa 1a, 50406, Tartu. Õigesti vastanute vahel loositakse välja Kliinikumi Lehe aastatellimus. Head nuputamist!



Juunikuu pildimängu fotol oli dr Sirje Kõvask. Lehetellimuse võitis Helina Survo. Palju õnne!

