



Professor Vallo Tillmann

Hea lastekliiniku pere

Selle aasta jõulud on erandlikud. Me ei saa koguneda traditsioonilisele lastekliiniku jõuluhommikule, kuid seda tähistamata jätta ka ei saa. Otsustasime selle aasta jõuluhommiku mõtisklused ja tunnustamised kajastada lastekliiniku jõulu-teemalises ajalehes.

2020. aasta kirjeldamiseks meenub ilmselt paljudele üks viirus. Kevadel seisime silmitsi eriolukorraga, kus oli palju ebamäärasust ja tundmatust. Aga me saime sellega hästi hakkama. Oleme uue olukorraga kohanenud, kasvanud seeläbi targemaks, koostöisemaks, kohanemisvõimelisemaks. Just kohanemisvõime, teada ja tuntud omadus läbi evolutsiooni, on märksõna, mis jääb iseloomustama seda aastat. Oskus kohaneda muutustega oma töökohas, kohaneda järjepideva enesetäiendamise ja ümberõppimise vajadusega – need on olulised omadused mitte ainult meile, vaid ka õpiväljundid meie uute õdede, arstide ja spetsialistide väljaõppes.

Sellel aastal asusid lastekliinikusse tööle 12 uut õde ja arsti. Soovin teile innukust ja uudishimu, et teie küsimuste tulv ei raueks, et me ühiselt neile ka parimad vastused leiaks. Järgmistel aastatel saab see olema eriti oluline, kui hakkame leidma parimaid viise ja teid, kuidas Kliinikumi struktuuri- ja juhtimisreformis kirjapanud ellu viia.

Seda aastat jääb meenutama ka lastekliiniku uue maja ehituse algus. Advendiks oli kaevatud suur süvis, ehitusmehed ja -masinad varahommikust hilisõhtuni usinasti tööl. Projektijuhi sõnul on tööd graafikus ja kahe aasta pärast peaks ehitus valmis olema.

Hea lastekliiniku pere! Mitte uued hooned, vaid teie kõigi igapäevane tubli töö annab kliinikule näo ja sisu. Te olete seda tööd hästi teinud. Suur tänu!

Tänases erinumbris kuulutame välja "Hea teo 2020" laureaadi ja meie parimatest parimad töötajad. Palju õnne!

Soovin Teile kõigile rahulikku jõulu ja head aastalõppu! Ja neile, kes töö tõttu pühade ajal perest eemal, rahulikku valvet ja sõbralikke patsiente.

PROFESSOR VALLO TILLMANN
Lastekliiniku juhataja

Ootuse ootus

Oleme jõulude ootusajas. Jõulud tulevad muidugi taas, aga paljud asjad on hoopis teisiti kui varem. Võib-olla me polegi väga kindlad, kas need jõulud tulevad ikka päris jõulude moodi, kuna selles ootuses on koos kaks vastandlikku soovi. Ootame millegi tulemist ja millegi ära minemist. Lisaks jõulude saabumise ootusele, ootame veel ka koroonaviiruse möödumist. Olen viimasel ajal kuulnud inimesi ohkamas, et see koroonarõõm jõulud ära ja nii ei saagi päris jõulutunnet tulla. Üks inimene väljendas end veelligi radikaalsemalt tõdedes, et tänavu jäävad jõulud ära.

Siit tekib küsimus, kas on üldse mõtet oodata, kui see ootamine on nii raske ja lootusetu. Mulle tundub, et praegune aeg on just sobiv ootuse sisu tõeliseks avastamiseks. Selle väite peale võib muidugi küsida, et mida siin veel avastada on, see on ju lihtsalt ootamine.

Kahetuhanda aasta vanune jõululugu saab alguse Iisraeli rahva ajaloo keerulisel perioodil. Toonane aeg sellel kaugel maal oli samuti täis ootust. See ootus oli sarnane Maltsetlaste "Valge laeva" ootusele või Eesti rahva igatsusele Kalevi koju jõudmisest, mida saadab ülev-hele pirdude lõkendamine ja vabaduse õnne saabumine. Nagu ikka on sellised müütilised ootused laetud täis aegade pikkustest muutuste ihlustest, kus iga ajastu ootajad lisavad sinna midagi oma vajadustest ja igatsustest, mida saabuja võiks täita.

Mina mäletan, et lapsena ootasin "Valget laeva". Sain täiskasvanute jutust aru, et "Valge laeva" ootamine on midagi tähtsat ja erilist. Kord soomlastest peresõpru vastu võtma minnes ütles mu isa tähenduslikult muheledes, et lähme "Valgele laevale" vastu ja teised täiskasvanud noogutasid arusaava muigega. Tallinna sadama traataia taga sain teada, et nüüd pidi olema uus ja uhkem valge laev, nimega "Tallinn". Raske oli väikesel lapsel aru saada, miks igal asjal peab "Tallinn" nimeks olema. Sellel samal ilmatu suurel linnal on "Tallinn" nimeks, poes olin näinud tervet rida pudeleid kirjaga "Vana Tallinn" ja plekist karpe sildiga "Tallinna kilud". Onud pistsid väikesest "Tallinn" kirjaga pakist suhu pulgakesi, mida Viljandi nime kandva tikukarbi abil süütasid ja tossama panid. Harva sai ka kompvekke, mille paberil ilutses sama nimi "Tallinn". Nüüd on siis veel laeval ka "Tallinn" peale kirjutatud.

Sellest aga, miks valge laeva ootamine oli eriline, sain peagi aru, kui soome sõbrad oma kotid lahti pakkisid ja igapäevase kingituse jagama hakkasid. Mina sain kingituseks Jenki nätsupaki. Isa tõlkis ▶



Naatan Haamer

▶ mulle onu Sakke sõnumi "Naatanille Jenkin ksilitoli purukumi", et kingiks on närimiskumm. Olin toona 4-aastane ja lootsin väga, et seal tuleb välja tõeline närimiskumm, mida tited suhu topivad, kui neil hambad tulema hakkavad. Lootsin seda jagada oma väiksema vennaga, kellel just selline minu arvates puudu oli. Ega ma isegi poleks pisikesest hammaste sügumisest ära ütelnud. Kahjuks jäi minu vennalik üllameelsus teostamata, sest pakist tuli välja peotäis pisikesi padjakesi, millel suhupistmine lõppes šokiga. Kogu suu põles mingist tundmatust maitsest, mida öeldi olevat ksülitool ja pidada olema hammastele hirmus hea. Minu jaoks oli see hirmus õudne, mis mu suus toimus ja ma sülitasin selle kalli kingi kiiresti välja. Hiljem kinkisin kogu ülejäänud paki oma onule, kes väitis end väga just sellist nätsu armastavat. Sain siis vähemalt temale rõõmu valmistada.

Mõni aasta hiljem, kui olin jõudnud tähtsasse esimesse klassi, tegid teadlikumad koolikaaslased mulle selgeks, mis asi see "näts" on ja siis oli mul võimalus juba 20 kopika eest seda kolmanda klassi poisist suust ära osta. Seda maitsetut ja kleepuvat ostu ei raatsinud nii ruttu välja sülitada, kuna olin kulutanud sellele kogu oma nädala taskuraha. Sellest aga, et kallite soome sõprade kingitus toona pettumuse valmistas, polnud väga lugu. Onu Sakke ja tädi Helju olid väga toredad, me saime käia koos nendega Tallinna loomaaias ja mujalgi vahvates kohtades. Pealegi tulid nad valge laevaga veel mitmeid kordi meile külla. Siis ma juba teadsin, miks on tähtis valget laeva oodata, kuna see seostus toredate inimeste, vahvate tegemiste ja muidugi ka kingitustega. Hiljem, kui valge laeva nimeks sai MS Georg Ots, mõistsin juba palju rohkem sellest, mida muud inimeste kujutlustes "Valge laeva" ootamine tähendab.

Kord olin tunnistajaks, kui kohtusid kaks "Valget laeva", üks vee peal, teine vee all. 1994. aasta 26. novembril olin selle sama

Ootamine sisaldab alati midagi meist, meie maailmast, meie igatsustest. Paraku ei ole oodatut kättesaamine sageli sugugi vastavuses meie kujutlustes leiduvaga.

"Georg Otsa" nimelise laeva pardal koos inimestega, kes läksid avamererele "Estonia" laeval hukkunud austama ja neile mälestusteenistust pidama. Sellel reisil sai minu jaoks "Valge laeva" tähendus hoopis uue varjundi. Prohvet Maltseti järgijate ootuses oli ju "Valge laev" see, mis tema ootajad paremasse paika viib ja nende ootajate meelest ei olnud see paik selles maailmas. Nõnda mõistsin, et mina ei teagi tegelikult, mis kellelegi päriselt parem on ja ilmselt ei peagi alati mõistma, miks asjad on kord ühtpidi ja siis sootuks vastupidi.

Ootamine sisaldab alati midagi meist, meie maailmast, meie igatsustest. Paraku ei ole oodatut kättesaamine sageli sugugi vastavuses meie kujutlustes leiduvaga. Kas kogu elu seda üldse on? Alati võiks olla midagi teisiti, paremini või selgem. Mis mõtet on siis oodata, kui asjad lähivad ikka hoopis teisiti? Juudi rahvas ootas, nagu meiegi, Kalevipoega, aga juhtus, et nad ei tundnud oma Kalevipoega ehk Messiat ära. Nad olid väga tugevasti kinni oma kujutluses sellest, mis tulema peab ja seetõttu ei märganud nad, mis neil juba kohal oli. Nende ootajate jaoks oli see justkui kaotus, aga laiemas ja pikemas perspektiivist hoopis paljude jaoks võimalus. Kui nemad oleksid oma Messia kätte saanud, ei teaks tõenäoliselt meie täna jõuludest midagi. Küllap oleks meie kodune maailm-

gi üsna teistsugune. Võib-olla midagi Islama maailma sarnast.

Laias plaanis ilmselt lähebki kõik parimal moel ja maailm terviklikult toimib ikka omasoodu edasi. Küsimus on aga, kuidas meie end selle omasoodu kulgeva maailma sees tunneme ja seepärast on tähtis mõelda, mida meie jaoks ootamine tähendab. Me võime oodates näha mingit perspektiivi ja loota, et kui see kunagi kätte jõuab, siis saabub tõeline elu. Sellisel puhul keskendub kogu meie tähelepanu tulevikule, mis loodetavasti kunagi ka kätte jõuab. Teine võimalus on igasse päeva tuua kaasa oma ootused, aga elada seda tänast just nii, nagu see on võimalik, kõigi olemasolevate piirangutega. Kui aktsepteerime neid piiranguid ja oma elu tervikuna, on elu elamisväärtus.

Kui oleme oma tänases elus kohal, siis ilmselt on lihtsam märgata, mis meil on olemas. Kui täna ootame õigeid jõulusid, siis tänavu on just õiged jõulud koos koroonaviirusega meie ümber. Ometi on ka sellel uutlaadi maailmamõistmisel oma väärtus ja meie saame selle enda jaoks avastada. Samuti saame avastada, kuidas muuta jõulud ka nendes paratamatutes piirides endi jaoks õigeteks ja tõelisteks. See on meile kõigile jõukohane advendi ülesanne. Lõpuks ootavad ka meie patsiendid meilt igal päeval pisutki lootust. Nad vajavad julgustavat tuge selle leidmisel, mis neil on veel ikka olemas, vaatamata piirangutele, mida nende tervise puudujäägid pakuvad. Usun, et meil on alati olemas midagi, mida oma elu elamiseks vajame. Seepärast innustan kõiki avastama otsivat ootamist ning oodates ikka ja alati kohal olemist!

Päriselt päralejõudnud jõulusid soovides
NAATAN HAAMER

Parimad õed ja hooldustöötajad 2020

Meie maja on täis imelisi inimesi ja tunnustada tahaks paljusid, aga sellel aastal märgiti ära just need nimed ning on ääretult suur rõõm teid tänada, et olete valinud töötamiseks just lastekliiniku.

Lasteõel peab olema oskusi, empaatiat ning tahet lastega tööd teha. On nii palju protseduure ja uuringuid, kus õed ja hoolduspersonal saavad väga palju teha selleks, et lapse ja vanema kogemus oleks võimalikult positiivne, et hirm ei jääks põhiliseks, mis haiglaga seostub. Sõbralik sõna ja lohus õdede poolt teeb võõras keskkonnas viibimise tunduvalt meeldivamaks. Noored praktikandid ütlevad nii mõnigi kord, et ei julge lasteõeks hakata, sest kardavad lastele haiget teha ja vahel ei saa neist aru ka, sest lapsee eripärade või erivajadustega arvestama õppimine on veel eraldi kunst. Samas on laste vahetu olek ning siiras meel just see, mis teeb nendega töötamise väga toredaks ning nii mõnigi kord peab olema kannatlikku meelt, nip-

pe ja nalja varuks, et väikeste patsientide protseduurid ja uuringud tehtud saaksid. Eks raskete juhtumite korral on ka ääretult valus seda tööd teha, sest on lapsi, kelle muredest saavad paratamatult osa ka kõik need inimesed, kes haiglas lapse ja pere eest hoolitsevad.

Samuti ei saa üle ega ümber hoolduspersonalist, vahel mõtlen, et teid on liiga vähe märgatud ja kiidetud, sest te toimetate meie palatites ja koridorides märkamatult. Aga kui teid ei ole, siis seda on kohe tunda ja lausa näha. Lapse ja pere jaoks on nii oluline, et ka teie olete sõbralikud, aitate neid hooldustoimingutes ning tagate mugava ja turvalise olemise lapsi valvates

ning vajadusel neid toites, pestes ja magama pannes.

Kolleegid on oma parimate kohta häid sõnu öelnud ning neid lugedes tekib tunne, et kõik iseloomustused kipuvad sarnased olema, aga eks see nii ju ongi, et teie kõigis on see miski, mis iseloomustab kedagi, kes ongi hea, ilma, et ta selle poole ise teadlikult püüdleks. Aitäh teile kõikidele, et olete töökad, targad, hoolivad ja teete oma parima, et aidata lapsi ning nende vanemaid!

EVELYN EVERT
Lastekliiniku ülemõde



Keidy Normann

üldpediaatria ja neuroloogia osakonna lasteõde

Keidy on jõudnud lastekliinikus töötada kolm aastat. Kolleegide sõnul on Keidy väga abivalmis, vastutulelik, alati rõõmsameelne ning positiivse ellusuhtumisega ka rasketel hetkedel. Väga tark ja usaldusväärne lasteõde, hea kolleeg ja sõber, kes on lühikese aja jooksul võitnud oma kolleegide poolehoidu ja usalduse. Konkreetne ja asjalik! Ilus inimene ja täiuslik õde!!!



Annika Reiljan

ägedate infektsioonide osakonna lasteõde

Annika on lastekliinikus töötanud 24 aastat. Tema kohta saab öelda: tubli, töökas, tark ja osav. Alati positiivne, oskab lohusada nii väikesteid patsiente kui ka nende vanemaid. Kolleegide suhtes toetav ja abivalmis. Uuendustega osakonna töös ühineb kohe. Annika on juba mitmeid aastaid tegutsenud öenduskvaliteedi töörühmas, kus ta oma teadmisi jagab ja ka ennast uuendustega kursis hoiab. Samuti on ta ise mitme öendustegevusega seotud juhendi autor.



Raili Mällo

neonatoloogia osakonna lasteõde

Piret on väga hea lasteõde, kes on neonatoloogia osakonnas töötanud juba 23 aastat. Ta on südamlilik ja konkreetne. Oskab hästi suhelda kolleegidega ja emadega. Aitab hea meelega, kui tema poole probleemide korral pöörduda. Piret on õde, kes pühendunult ja vaikselt teeb oma igapäevatööd. Vabal ajal tubli tervisportlane, kes aktiivselt osaleb erinevatel tervisespordi üritustel ning hoolitseb enda füüsilise ja vaimse tervise eest.



Heiske Priivits

üldpediaatria ja neuroloogia osakonna põetaja

Heiske on lastekliinikus töötanud juba 17 aastat, kolleegid toovad esile tema abivalmidust ja vastutulelikkust. Heiske on oma tegemistes kiire ja hea suhtlejana saavutab kergelt kontakti nii laste kui nende vanematega. Kokkuvõtteks võib öelda, et ta on hinnatud nii kolleegide kui ka patsientide poolt.



Andželika Raiskaja

neonatoloogia osakonna lasteõde

Andželika tööstaab lastekliinikus on 14 aastat. Kolleegid oskavad teda hinnata, sest temaga on lihtne valves olla, ta on abivalmis ja teab mis on tõeline meeskonnatöö. Ta on südamlilik ja samas väga konkreetne, kes oskab hästi suhelda kolleegidega ja ka oma patsientide emadega. Nii nagu ta ise on väga hea inimene, on ta ka sama hea töötaja. Andželika armastab väga puhtust ja korda ning on oma töös korrektne.



Signe Mardiste

neonatoloogia osakonna hooldaja

Kui võrrelda Signet, kes tuli neonatoloogia osakonda tööle 5 aastat tagasi praeguse Signega, siis on rõõm näha, kuidas ta on oma ametis n-õ kasvanud. Ta lõpetab varsti Tartu Tervishoiu Kõrgkooli ning siis ootame me teda oma meeskonda juba lasteõena. Ta on väga korralik ja täpne inimene. Signe on väga abivalmis, aitab alatati, kui tema poole probleemide korral pöörduda. Teeb tööd väga kiiresti ja korrektselt. Samuti on Signe tagasihoidlik, sõbralik ja väga viisakas.



Svetlana Shcherbakova

ägedate infektsioonide osakonna hooldaja

Üle kuue aasta on meie kollektiivis töötanud sõbralik ja vaikne Svetlana. Oma tööd teeb ta korralikult. Pakub alati õdedele abi, kui on vaja näiteks patsienti valvata, et õde saaks teiste patsientidega tegeleda. Svetlana on saanud tunnustavaid sõnu ka lastekliiniku teiste üksuste töötajate poolt. Oma sooja olemisega on ta kindlasti väga hea vanaema oma lastelastele.

Uued arengud taastusravis – tarkvara ja riistvara

Meie osakonna värsked „tarkvara“ moodustavad:

tegevusterapeut Kätlin Lindsaar, kes lõpetas Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli tegevusterapia eriala k.a suvel. Ta kõneleb oma erialavalikust nii: „Ma läksin seda eriala õppima teadmiseks, et tahan tulevikus töötada lastega. Töötasin enne õppima minemist erivajadustega laste tugiisikuna. Ilmselt sealt tuli ka mõte ja huvi, kuidas saaks selliseid lapsi rohkem toetada. Kui hakkasin uurima erinevate spetsialistide töövaldkondi, jõudsin oma otsingutega tegevusterapeudi töökirjelduse juurde, mis mind kohe kõnetas.“ Kätlin töötab meil tegevusterapeudina 0,25 koormusega.

Psühholoog Tuuli Land lõpetas Tartu Ülikooli psühholoogia eriala magistrirõppe. Tuuli ütleb: „Psühholoogiat asusin õppima natuke hetke-ajal, aga täie veendumusega, et see on eriala, mis mulle sobib. Juba bakalaureuse õppes sai mulle selgeks, et mind huvitab lapse ja nooruki kliiniline psühholoogia. Magistrantuuris õppisingi kliinilist psühholoogiat, lisateadmiste saamiseks kliinilisest lapsepsühholoogiast võtsin juurde erinevaid lapse ja nooruki psühhopatoloogiat käsitlevaid aineid. Kõik ülikoolis õpitu on seotud minu igapäevase tööga ja vajalik selleks, et lapsi ja noorukeid hinnata ja mõista.“

Sotsiaaltöötaja Cärolyn-Angelika Liblik lõpetas Tartu Ülikooli. Tema magistrirõppe teema: „Tervishoiusotsiaaltöötajate kui

mitte-meditsiinilise personali juhtimine ja tööalane toetamine haigla kontekstis.“

Kõik kolm alustasid meie juures tööd juba õpingute ajal ning on targad, tublid ja tegusad noored kolleegid, kellele soovime tuult tiibadesse valitud erialal!

Oleme saanud rikkamaks järgmiste kaasaegsete taastusravi vahendite ehk „riistvara“ näol:

1. Powerbreath KH2

Seade võimaldab hinnata sissehingamislühaste seisundit ja treenida diafragma ja roietevaheliste lihaste jõudu ning vastupidavust, mis läbi paraneb füüsiline koormustaluvus ning elukvaliteet. Sobilik düspnoe, astma, kroonilise obstruktiivse kopsuhai-guse, bronhiidi, tsüstilise fibroosi, emfüseemi, kardioloogiliste ning neuromuskulaarsete probleemidega patsientidele.

2. Tyromotion Pablo, Tymo

Pablo võimaldab mõõta liigesliikuvust ning lihasjõudu. Teraapiavahendina võimaldab treenida kogu keha ning harjutada igapäevaelus vajaminevaid oskusi. Tymo- tasakaaluseade võimaldab hinnata ning treenida tasakaalu erinevates lähteasendites. Mõlemad vahendid sobivad nii tugiliikumise- kui neuromuskulaarsete probleemidega patsientide hindamis- ning treeningvahendiks.

3. PodoSmart sisetaldade komplekt

võimaldab reaalses keskkonnas objektiiv-

selt hinnata patsiendi jooksu- ja kõnnimustrit. Tuginedes kõrvalekallete analüüsile on võimalik planeerida individuaalseid probleemipõhiseid sekkumisstrateegiaid. Võimaldab hinnata kõrvalekaldeid liikumises neuroloogilistel, ortopeedilistel sh traumatoloogilistel patsientidel.

4. Lokomat kõnnirobot

Tänu headele annetajatele ja kliinikumi toele on meil kõnnirobot, mis võimaldab treeningut suurema intensiivsusega ja efektiivsemalt korrektsete liigutusmuustrite saavutamist. Teraapia tulemusena aitab Lokomat toetada neuroplastilisust ja kiirendada taastumisprotsessi, mida on ühel füsioterapeudil raske liikumisprobleemiga patseindiga saavutada, viies läbi tavapärast kõnnitreeningut. Erinevate uuringute põhjal on leitud, et kõnnirobotitreningu järel väheneb spastilisus, paraneb kõnnifunktsioon, tugevnevad jalalihased, paraneb koormustaluvus ja suureneb patsiendi motivatsioon. Lapsed, kes käivad meie kõnnirobotil, ootavad alati järgmist teraapiat ning on väga motiveeritud. Vanemate sõnul on nad lastel märganud positiivseid teraapia tulemusi. Praegu saavad regulaarset kõnnirobotteraapiat 10-12 last, kui ravivajajaid on rohkem.

Kogu Lastekliiniku perele soovime südamesse jõulurahu ja -rõõmu ning jätkuvat head koostööd!



Foto: Sille Vahtra

Aasta 2020 ägedate infektsioonide osakonnas

Aasta 2020 algas meile kõigile üsna tavapäraselt. Tegime uueks aastaks plaane ja andsime lubadusi: käia tublisti trennis, süüa vähem magusat ja võtta kaalust alla, lugeda rohkem raamatuid, olla parem sõber, abikaasa, ema või vanaema. Võimalusel teha mõni kena reis, täiendada end erialaliselt kusagil piiri taga või hoopis minna mehele (naisevõtt on meie osakonnas pigem ebatavaline). Olime nagu ikka valmis ravima grippi ja RSV infektsiooni, sekka noroviirusest vaevatud oksendajaid – nii nagu see ühele ägedate infektsioonide osakonnale on igapäevane.

Märtsikuu lõi segamini nii meie isikliku elu kui tööalased plaanid. Maailmas kuulutati välja koroonapandeemia ja ägedate infektsioonide osakond koos erakorralise vastuvõtuga asus kibekiiresti võimalike koroonahaigete saabumiseks ettevalmistusi tegema. Täname siinkohas üldpediaatria ja neuroloogia osakonda, kes loovutasid lahkesti pörandapinda ja palatiruumi meie patsientide raviks. Osakond oli kurja viiruse rünnakuks nii moraalselt kui füüsiliselt valmis. Teadsime mispidi respiraator ette panna ja kuidas kitlit õigesti seljast rullida ning mitu korda täpselt kõige selle vahel tuleb käsi desinfitseerida. Järgisime valitsuse juhtnõore ja lugesime kriisikomisjoni memosid. Dr Piia Jõgi ei lasknud kriisil raisku minna ja asus vedama koroonaviiruse seroepidemioloogia uuringut Eestis. Läks aga teisiti, ja ega me sellepärast eriti ei kurvastanud, pigem olime ikka õnnelikud, et lapsed jäid sellest pandeemiast

suures osas puutumata. Kaks kuud peale pidevat valmisolekut kolisime oma armsasse osakonda tagasi, mille puhul öde Natalja kostitas meid kõiki omavalmistatud koogiga.

Õnneks oli suvi soe ja mõnus ning saime ehk hetkeks selle viiruse-värgi unustada ja suve nautida. Enamuse reisiplaanid läksid küll vett vedama, aga kõik Eesti sood ja rabad, mereääred ja metsaveered sai küll läbi rännatud.

Noh – ja koroonaviiruse teiseks tulekuks olime me juba paremini valmis. Tahan tänada kogu meie osakonda – kuigi me ei ole pidanud ravima suurt hulka COVID-19 patsiente, on kogu osakond olnud pandeemia algusajast alates seda valmis tegema. Meil on hea meel, et meie osakonda on tulnud ödedena tööle Ada Leif, Anneli Tuvike ja Triinu Einberg ning

hooldajatena Elena Komarova ja Svetlana Shcherbakova. Rõõm on tervitada laste infektsioonhaiguste erialal residentuuri lõpetanud Anna-Liisa Viltropi, kes asus arstina tööle alates selle aasta sügisest, aga hetkel kasvatab kodus väikest Loore- Liisi. Õnnitleme öde Annika Reiljani ja hooldaja Svetlana Shcherbakovat, kes valiti osakonna töötajate seast oma eriala parimateks. Soovime kõigile kolleegidele lastekliinikus ikka erksat vaimu, head tervist ja rahuliku meelt, et selles kaootilises maailmas tublisti vastu pidada ja minna lootusrikkalt vastu uuele ja ehk ka koroonavabale 2021 aastale!!!!

Ikka rõõmus ja teotaheline ägedate infektsioonide osakond

Detsember 2020

Allergiakeskus 2020 laenudega Leelo Tungla luulest

Ei hakka meie pugema ja kõigil salme lugema! Ära luulet meilt oota, kui ei ole kinke loota. Kui on vaja, teeme pilte, juurde lisame neil' silte.

Aasta algas toredasti, uudiseid meil mitut masti. Anneli sai perre Otto, juhtimine meil kui loto. Märts see pani haigla lukku, personal ei jäänud tukku.



Kaugtöö aiandust meil soosis, paljud võimalused loosis. Igaühel oma soovid, kasvõi kanad koduhoovis. Sügis vilja noppimiseks küps, oma saagi korjas igaüks.

Kokku saame ainult tööl, pidu unenäos vaid ööl. Südames on tunne hea, kui me kodus istuma ei pea. Tekitab see palju rõõmu, kui saad maski vahelt söömu.

Lastel tuju väga kurb, õues pole üldse lund. Võiks ju tulla saju ime, siis ei oleks enam pime. Lund on hädasti meil' vaja, kataks ära kolemajä.

Märksõnad möödunud (laste)õdede aastast

• Globaalne märksõna - Maailma Terviseorganisatsioon kuulutas 2020. aasta õdede ja ämmaemandate aastaks.

• Muudatused. Pikalt kestnud dilemma laste tootmisravi osas sai lõplikult lahendatud ning seoses sellega suundus aasta alguses allergiakeskuse vanemõde Kairi Sokk uuele tööle spordimeditsiini ja taastusravi kliinikusse, kus ta alustas tööd tootmisravi meeskonnas. Jaksu Kairile!

• Märtsis võttis allergiakeskuse vanemõde kohustused üle Tiiu Vaher ning sellest aastast on Tiiu kahe ambulatoorse osakonna vanemõde. Palju õnne, kaks juhtivat ametit ühe hoobiga!

• Tartu Tervishoiu Kõrgkooli praktikandid valisid Airi Jüriado üldpediaatria ja neuroloogia osakonnast parimaks praktika juhendajaks. Järelkasvu kasvatamine on tänuväärne töö ning kui järelkasv sellest ise ka aru saab, siis on see juba klass omaette – aitäh, Airi!

• Marina Feklistova stažeerib detsembris närvikliiniku peavaluõde juures, et olla valmis peavaluga laste toetamiseks lastekliinikus. Kõik, kõik on uus ja ehk juba varem kui septembrikuus.

• Veronika Šilovale avati esimesed iseseisvad diabeediõde vastuvõetud novembris. Võiks öelda, et oli ka aeg, sest seda tööd on ta juba tükk aega osanud – tubli, Veronika!

• Ele Olt neonatoloogia osakonnast läbis oma mentori Agneta Klebergi juhendamisel viimase osa NIDCAP koolitusprogrammi ja sooritas detsembris edukalt lõpueksamit. Palju õnne ja suur tänu selle pühendumise eest!

• Annika Reiljan on järjepidevalt käinud õendus kvaliteedi käsiraamatu töörühmas, et meie õendustegevusjuhendid oleksid tõendus põhised ja emakeelsed.

• Ägedate infektsioonide osakonna õendus- ja hoolduspersonal on pidanud kolme, ehitama ja kohanema. Vanemõde Marika on kindlameelselt seda kõike aidanud korraldada ning tõi olulisemate märksõnadena välja just töö inimestega.

• Meie aja kangelased - Marit Reier ja Keidy Normann, te võtsite vastu väljakutse suun-



Foto: Tauri Tambet Retpap

duda appi täiskasvanute COVID osakonda. Oleme uhked teie üle!

• Edasi lükkus Euroopa Lasteõdede Ühingu (PNAE) Kongress, mis sellel aastal pidi toimuma Eestis. Jääb üle ainult lootusrikkalt õhata, et nüüd on, mida 2021. aastal oodata.

• Osalemine „Eesti õenduse ja ämmaemanduse arengustrateegia 2021-2030“ koostamise töörühmas, eestvedajaks Eesti Õdede Liit.

• Koostöös Tartu Tervishoiu Kõrgkooliga osalesin ülemõena praktikasüsteemi arendamise töörühmas, kus töötasime välja praktikabaaside enesehindamise mudeli. Endale otsa vaatamine on mõnikord väga kasulik, võib avastada nii mõndagi, mida saaks veel paremini teha.

• Roteerumine. See on võibolla sõna, mis ajab mõnel harja punaseks, aga tegelikult on see võti tulevikku, sest mida enam meil on õdesid, kes suudavad üksteist erinevates tööloikudes asendada, seda paremini me toimime. See sõna on päevakajaline igas osakonnas: neonatoloogias, ägedate infektsioonide osakonnas ning üldpediaatria ja neuroloogia osakond. Ma olen ääretult tänulik igale õele, kes on kaasa aidanud paremini toimivale meeskonnatööle.

• Kokkuvõtteks, me kõik oleme pidanud õppima ja kuigi tundub, et sellel aastal ainult isikukaitsevahendite kasutamist, siis tegelikult õppisime midagi ka enda kohta.

Sooviksin pühendada osa sellest õdede aastast ekstra vanemõdedele, sest on ju teada ja tuntud tõsiasi, et vanemõdede õlgadel lasub suur osa osakonna korraldustööst. Vanemõde teab, millal tuleb helistada nõrkvooluspetsialistile, kuidas lahendada konfliktsituatsioone, kuidas käidelda ravimeid, jäätmeid ja kõike muudki ning lisaks tuleb toetada ja hoida personali, planeerida nende puhkust ja töögraafikut. Ja seda kõike on vanemõded hästi teinud, sest õendus ja hoolduspersonalil voolavus on lastekliinikus väga madal, pigem on nii, et kes tuleb see jääb. Tihti ei lõpe vanemõde tööpäev reedel, sest keegi saadab juba nädalavahetusel teate, et on haige ja valvet teha ei saa. Pühapäeva õhtul mõtlevad nad juba tööle ning planeerivad graafikutes vahetusi. Maire Valgma ja Maarika Kass vastutavate õdedena teavad samuti mida see tähendab. Olge te tänatud kannatliku meele ja raugematu töö korraldamise eest! Te olete parimad: Maire, Maarika, Airi, Jana, Tiiu ja Marika!

Soovin kõikidele rahulikku jõuluaega!

EVELYN EVERT

Igapäevatöö läbi arst-residentide pilgu



Resident Hannes andmas endast parimat, et leida aeg mis sobib nii MRT registratuurile kui ka intensiivi brigadile



Resident Mari, kui selgub, et õues on -6 kraadi ja erakorralisse vastuvõttu saabub koroonakahtlusega patsient ning peab õue riietuma minema



Resident Stella kuulmas, et vaktsiinid põhjustavad autismi



Resident Kristel diferentsiaaldiagnoose genereerimas



Resident Liisa kolleegidega pulkhaaval diagnoosi püstitamas



Resident Triin valmistumas steriilseks protseduuriks



Resident Katrin Mikile kusepõiekatetrit paigaldamas

Neonatoloogia osakonnal täitus 2020. aasta augustis 40. aastaring

Oleme varasemalt tähistanud osakonna sünnipäeva pidulikumat iga 5 aasta tagant: konverentsidega ja 35. sünnipäeva puhul käisime koos Olav Ehala kontserdil ning ühisel õhtusöögil. Lootsime väga, et saame 40. juubeli puhul korraldada suurema konverentsi ja patsientide, sh enneaegsena sündinud laste ning nende perede kokkutuleku. Kahjuks on sel aastal elu-olu eriti muutunud. Osakonna perel õnnestus siiski ühiselt nautida septembri imeilusa suvise ilmaga õhtupoolikut piknikuga värskes õhus kolleegi imeilusas aias ja viia meeled töömõtetest mujale.

Oleme pidanud hoidma distantsi, kuid kogu kriitilise aasta jooksul jätkama tööd varasemas tempos. Tekkis vajadus kasutada regulaarselt veebisuhtlust ZOOMis

neonatoloogia osakonna arstide ning teiste kolleegidega nii naiste- kui anesthesioloogia-intensiivravikliinikust, et vahendada infot. Osakonna kõigil töötajatel ning sotsiaaltöötaja Kätlinil on olnud suur väljakutse ühiselt toetada enneaegsete või raskelt haigete laste juures pikalt viibivaid, oma peredest isoleeritud emasid. Sel aastal oleme alustanud ettevalmistusi 2021.-2022. aastal 18 kuud kestva Tallinna ja Tartu neonatoloogia ja lasteintensiivravi osakondade personali ühiseks koolitusprogrammi „Close collaboration with parents“. See on tõendus põhine, arengusühholoogia teoorial baseeruv kombineeritud õpe, mille viib läbi Soome Turu ülikoolihaigla meeskond. Tartu jaoks on õppe ajastus suurepärane: saame uusi teadmisi enne kolimist uude lastehaiglasse, kus on pe-

repalatid ja sellest tulenevalt senisest rohkem võimalik kaasata peresid lapse raviprotsessi. Beebi ei saa ise tänada, kuid tundmine ja teadmine, et oled panustanud tema tervisesse ja pere lähedussuhtesse hoolivusega, oma oskustega parimal moel ja tänapäevaste teadmistega, peaks andma tagasi positiivse laengu meile kõigile!

Soovime südamest neonatoloogia endistele ja praegustele töötajatele ning hõimlastele õnne, jätkuvat jaksu ja energiat ning tööõnne, et hoolitseda meie patsientide ja nende perede eest! Kaunist jõuluaega lastekliiniku rahvale ja kolleegidele teistest kliinikutest!



Foto: Andres Tennus

Uudised lastekliiniku ehitustandri

Lastekliiniku neonatoloogia osakonna naistekliiniku pool elab ja hingab otseses mõttes kaasa uue lastekliiniku ehitamise protsessile. Meie vastsündinute ravipalata ja laste- ning naistearstide töö- ja valve- toad asuvad varasema EMO parkla kohal ning alates selle aasta oktoobrist on meie ruumide aknad mustade palakatega kinni kaetud. Sees valitseb püsiv hämarus nagu emaüas, lausa polaaröö. Kui viibida neis ruumides pikemat aega, kaob ajataju. Ei tea, kas on päev või öö? Suvi, sügis või talv? Kui akna tagant kostab põristamist ja

prõmmimist ning aeg-ajalt aknad ja seinad värisevad – järelikult on ikka tööpäev. Kui aga on vaikne – kas on öö või pühapäev? Võta kinni? Kas patsient on roosa, tsüanootiline või kollane? Kunstlikus valguses on raske hinnata. Elame lootuses, et palatis ei pea ükski enneaegne beebi taluma pikemalt valju müra ega vibratsiooni, mis ei lähe kokku haigete vastsündinute hoolitsuse tõendus põhiste soovustega. Kui lapsevanemaga on vaja rääkida, mõlemal maskid ees, tuleb müra tõttu vahel jutt katkestada ja veidi hiljem uuesti proovida.

Püüame hakkama saada, teades, et kõik kannatused on seotud lootusega vaadata samast aknast juba 2 aasta pärast uue lastekliiniku aatriumi ning neonatoloogia ambulatoorse vastuvõtu aknasse ja seejärel kolida uutesse valgusküllastesse ruumidesse!

Õnneks on jõuluaeg ning jõulutuled toovad veidi helgust ja valgust meie päevadesse ning öödesse.

„Hea tegu 2020“

Juba teist aastat valib lastekliiniku personal Head tegu ning nominatsiooni võib esitada iga lastekliiniku töötaja, osakond või töötajate grupp. Esitada saab tegu, mis on tehtud patsientide ja nende lähedaste heaolu parandamiseks, olnud abiks meie meeskonnale töstes ravitegevuse kvaliteeti.

Sel aastal esitati kuus nominatsiooni, millest kolm esimest ka siin ära mainime. Lastekliiniku nõukogu koos vanemõdedega hääletasid „Hea teo 2020“ võitjaks **Kätlin Jaegeri** ja tema töö neonatoloogia osakonna emade **kogemusnõustajana**. Dr Heili Varendi märgib, et Kätlini tegevus on ravitööle suureks toeks ning väga oluline patsientide emadele. Kätlin on läbinud ka kogemusnõustaja koolituse.

Väga oluliseks peeti dr Anneli Kolgi ja tema meeskonna panust, kelle abil soetati üldpediaatria ja neuroloogia osakonna protseduuride tuppa hologramm ning tehti video „Avastame koos arsti juures käimise!“ Hologramm aitab juhtida laste tähelepanu valulikelt protseduuridelt ning on saanud positiivset tagasisidet ka lapsevanematelt. Laste haiglahirmu ennetav video on kättesaadav lastekliiniku kodulehel.

Kõrgelt hinnatakse ka dr Eda Tamme ja tema meeskonna panust, kes on tasakaalukalt ja selgelt juhtinud COVID-19 seotud tegevust ja info liikumist lastekliinikus.



Foto: Andres Tennus

Päkapiku jõulumüsteerium

Linna ääres roosa maja
Krohvi seinalt alla sajab
Päkapikk käib ümber maja
Tuppa oleks saada vaja

Katsub uksi siin ja seal
Kõõlub mõne akna peal
Uksed kõik on ennast sulgend
Vastuvõttu minna ei julge

Niikui pistad nina sinna
Pulk sul kohe läheb ninna
Neli tundi siis veel ootad
Enne kui on vastust loota

Sügab kukalt päkapikk
Asi tundub imelik
Tahaks tuua kommi lastel
Väiksed kinke mitmeid kaste

Palutud on üle anda
Kuidas see kõik sisse kanda?
Esiuksest sisse astub
Tädi maskis vaatab vastu

Elukoht ja vanus teil?
Kuni 19 on meil
Habe hall, kuid pikkust vähe
Kindlasti siin testiks läheb

Päkapikk saab jooksu ruttu
Mõttes mõlgub laste nuttu
Maja otsas mingi kast
Seal saab teha testi vast

Silmab autot maja ees
Suured päkapikud sees
Riided punased kas pole
Habet, tõi neil ei ole

Veavad majja klaasist kasti
See ju sobib toredasti
Lumivalgeke vist seal
Hopsti päkats kärü peal

Nüüd ta lõpuks ongi majas
Õõsel aknad ukсед avas
Mööda maja ringi käis
Sussid kõik said komme täis

Varavalges hiilis välja
Mõtles, et teeb veidi nalja
Kurb ja väsind roosa maja
Kulda, karda, ehteid vajaks

Jõulutuled uhked said
Nüüd meil oodata on vaid
Jõululaulud lastel suus
Varsti valmis maja uus

Ehk ei tule katta suud
Panna ninna pikka pulka
Saab ka minna rahva hulka
Kauneid pühi, peame vastu
Aasta uus me poole astub

ÜLDPEDIAATRIA JA
NEUROLOOGIA OSAKOND

TÄNUAVALDUSI

Lastekliinikule saadetud tänusõnad 2020

Ägedate infektsioonide osakond

Soovin südamest tänada arste ja õdesid, personali, kes töötavad südamega ja hoolivad. Personal on sõbralik, hooliv ja kompetentne. Oleme õnnelikud, et elame Tartus ja saame toetuda sellistele suurepärastele inimestele. Tartu lapsed on hoitud ja kindlates kätes! Hästi palju jõudu ja jaksu Teile! Aitäh! Sebastian ja Reelika

Soovin siiralt tänada täna kell 19.30 lastekliiniku erakorralises valves olnud personali, kes aitasid nii füüsiliselt kui ka vaimselt minu tütart. Teda ei heidetud pealtnäha tühise probleemiga üle parda, vaid aidati väga suurepäraselt. Koju jõudes oli tüdrukul söögiisu ja tuju suurepärane. Palun tänage meie pere poolt seda suurepäraselt arsti ja lahket kollektiivi. Parimate soovidega Urmas ja Liisi

Käisin eile öösel lapsega Teie juures EMO-s. Ma olin väga meeldivalt üllatunud, kui tore ja hooliv oli õde ning arst, kes meiega tegelesid. Õde oskas väga hästi suhelda mu lapsega. Tema soe suhtumine võttis pingeid vähemaks. Isegi maski tagant oli näha ja tunda tema sõbralikku naeratust. Suur aitäh!

Lisaks, arstiga suheldes tekkis tõepoolest tunne, et ta hoolib siiralt ja valmis igati aitama, et lapse enesetunne paraneks. Lisaks helistas hommikul veel arst üle ja uuris, kuidas meil läheb. Andis soovitused ja sain ka oma kõigile küsimustele vastused ning murekoorem vähenes tuntavalt. Suur aitäh! Väga suur kummardus, et isegi eriolukorras ja öösel leiate jõudu ja energiat naeratada ning olla suureks toeks. Olen südamest väga tänulik teile. Soovin teile tugevat tervist ja rahulikke tööpäevi. Tervitades Birgit ja Mirith

Avaldan tänu siin oldud aja eest, väga sõbraliku ja vastutuleliku personali eest. Kõik inimesed, kellega siin kokku puutusime, olid nii hoolivad, viisakad, abivalmid, et sellist asja ei ole ma haiglas varem kohanud. Alates arstist ja lõpetades koristajaga. Soovime teile head uut aastat ja palju jõudu haigustega võitlemisel. Aitäh! Tiia

Üldpediaatria ja neuroloogia osakond

Kui tavaliselt nurisetakse, esitatakse kaebusi, siis mina sooviksin veelkord kiita laste neuroloog **Rael Laugesart**. Kiitus ja tänu hoole ja abi eest! Parimat Teele ja Robin

Saan hinnata Teie meeskonna tulemust hindele 5+. Algusest peale oli tunne, et me oleme teie juures oodatud ning te olete meie aitamiseks huvitatud. Väga kiiresti võtsid meid jutule arstid, psühholoog, terapeut, psühhiaater ning olid väga hoolivad ja professionaalsed. Suhtlus ja info liikumine väga hea. Eriti super olid verevõtjad – uskumatu kui rahulikult ja valutult. Te kõik olite super!! Saime peale 3 aastat teadmatust diagnoosi, mis ei ole lihtne, aga tänu teile on seda lihtsam vastu võtta. Mikk

Üldpediaatria ja neuroloogia osakond, Laste ja noorukite allergiahaiguste keskus, Laste ja noorukite arendus ja taastusravi keskus

Aasta oli siis 2009. Kristopher oli 8-aastane ja Robin 7-aastane. Alustasime roosas majas ravi, meie arstiks sai **dr Tiina Rägo**, mõnda aega hiljem liitus meie tugivõrgustikuga **dr Mari Kivivare** ja **füsioterapeudid Karin ning Reelika**.

Aastate jooksul sai haiglast mitte lihtsalt haigla. Meie Poiste Haigla. Urisesin iga inimese peale, kes julges kritiseerida Roosat Maja. Sest natuke väsinud fassaad peidab enda sees imelisi inimesi, professionaal-seid õdesid, arste, hooldajaid. Inimesi, kes teevad oma tööd südamega. Meist hooliti ja meie hoolisime.

Aitäh, et hoidsite Puhhi raamatust nime saanud poiste Elu, andsite nõu, olite mulle suureks inspiratsiooniks õe õpingutel. Homsest jätkame poiste Elu hoidmist Tallinnas. Hoian teid kindlasti poiste eluga kursis, sest just tänu teile on mu väikesest marakrattidest sirgunud sarmikad noormehed. Igale inimesele teie majas meie pere poolt tugev käepigistus ja virtuaalne kallistus.

Aitäh, et olete. Aitäh, et hoiate Elusid. Tänutundega Kristopher, Robin, Kersti, Riho, Härri Kurr

Neonatoloogia osakond

Soovime südamest tänada arsti, kes tegeles meie pisitütrega alates sünnist. **Dr Jaanika Kuld** on väga abivalmis, hooliv ja lahke! Alati seletas kõike väga põhjalikult ja arusaadavalt. Täname ka temaga töötavat õde, kes oli ka väga hoolas, kui käisime kontrollis. Soovime Teile palju edu, jõudu ja kõike paremat! Svetlana

Suur aitäh! Tänu Teile on meil terve laps! Peagi pärast Kaisa sünni kolisime temaga lastehaiglasse neonatoloogia osakonda, kus tal tuli tähelepaneliku järelevalve all kosuda. Osakonna õed õpetasid mulle, kuidas oma õrna lapse eest hoolt kanda. Tänu imetamisnõustajale saime Kaisaga kiirelt selgeks, kuidas rinnaga toitmine (ja toitumine) käib.

Suur tänu meie arstile **Mari-Anne Valsile**, kes oli väga sõbralik ja seletas meile alati ausalt olukorra ära. Aitäh ka kõikidele õdedele, kes Kaisaga tegelesid ja ka mind igati aitasid ja toeks olid. Tänu teile meil suuri komplikatsioone ei tekkinud ja juba 28. mail saimegi oma napilt 2-kilose lapsega koju minna. Kaisa on nüüd täiesti normaalne, tark ja tubli 2-aastane laps. Riinu

Sooviks kiita kõiki osakonna töötajaid, kellega mul sel perioodil kokkupuude oli, väga professionaalne ja samas personaalne suhtumine. Kõike selgitati väga viisakalt ja ei jäänud hetkekski muljet nagu ma poleks seal teretunud.

Sünnitusosakonnas ei jäänud kordagi muljet, et mind on selles hädas üksinda jäetud, tegutses kiirelt, tehti kõik, et mul protsess võimalikult mugavalt ja valuvalt läheks.

Eriti suured tänud lastearstile, kes avastas kiirelt, et minu kõige pisemal terviseprobleemid on ja asuti kiirelt tegutsema. Lisaks väga hea toit (olen mitu kilo rammusam) ja armsad söögitädid. Aitäh, aitäh, mul jäi väga sümpaatne mulje! Olge hoitud.

Susan