



Kliinikumis sai esimesena COVID-19 vaktsiini intensiivravihooldusõde Mare Press

Foto: Andres Tennus

Kliinikumis on enim COVID-19 vastu vaksineeritud töötajaid

27. detsembril alustas Tartu Ülikooli Kliinikum koos teiste Eesti ja Euroopa haiglatega vaksineerimist COVID-19 haiguse vastu. Jaanuarikuu lõpuks oli kliinikumis vaksineeritud üle 3300 töötaja ning alanud oli ka revaksineerimine teise doosiga. Seega oli vaksineeritud haiglatöötajatest üle 70%, mis on Eesti haiglate suurim number.

Tartu Ülikooli Kliinikum on seadnud eesmärgiks võimaldada vaksineerimine kõikidele kliinikumi töötajatele. Esmalt vaksineeriti COVID-19 patsientidega vahetus kokkupuutes olevaid töötajaid, seejärel teiste osakondade tervishoiutöötajaid ning seejärel jõuab järg tugiteenistuste töötajateni.

Vaksineerimise korraldamist veab kliinikumis eest infektsioonikontrolli teenistus. „COVID-19 vaktsiini toimetekivad organismis SARS-CoV-2 vastased antikehad, mis omakorda tagavad immuunsuse antud viiruse suhtes. Immuunsuse tekkimiseks on vajalik teha kaks vaktsiinidoosi 21-28-päevase intervalliga. Lõplik efektiiv-

sus saavutatakse kohe pärast teist vaktsiinidoosi,” selgitas infektsioonikontrolli teenistuse direktor dr Matti Maimets.

Dr Maimets tunneb heameelt, et enamus kliinikumi tervishoiutöötajatest on olnud

ALGUS LK 1

väga huvitatud vaktsiini saabumisest ja esimese doosi tegemisest. Kuna tegemist on uue vaktsiiniga, on töötajad huvitatud ka tõendus põhise teabest vaktsineerimise teemal, et otsustada selle vajalikkuse üle. „Palju on küsitud kõrvaltoimete kohta ning saame infektsioonikontrolli teenistuse poolt kinnitada, et seni on olnud kõikidel vaktsineeritutel enesetunne üldiselt

hea. Mõnedel töötajatel on esinenud kõrvaltoimeid, mis on möödunud paari päeva jooksul,“ rääkis dr Maimets.

Kliinikumi ravijuht dr Andres Kotsar peab COVID-19 vaktsineerimist võtmeteguriks, et ühel hetkel saaks võimalikuks naasmine tavapärase elu juurde. Seniks aga paneb ta kõikidele südamele säilitada valvsus ning järgida riigis kehtivaid piiranguid. „Loodame, et kõik Eesti elanikud mõistavad vakt-

sineerimise olulisust võitluses COVID-19-ga ning et vaktsineerimine saab võimalikuks võimalikult suurel hulgal elanikel. Seniks on endiselt võtmetähtsusega iga indiviidi roll viiruse leviku takistamisel – hoida distantsi, hoolitseda kätehügieeni eest, kanda maski ning haigena püsida kodus,“ rõhutas dr Kotsar.

KLIINIKUMI LEHT

COVID-19 vaktsineerimise korduma kippuvad küsimused



Esimeste töötajate vaktsineerimine 27. detsembril

Foto: Andres Tennus

Millised COVID-19 vaktsiinid on olemas?

Eestisse ja kliinikumi jõudis esimene Euroopa Liidu ravimiametilt müügiloo saanud Pfizer/BioNTech COVID-19 vaktsiin. Kokku on Euroopa Liidu vaktsiiniportfellis seitse vaktsiinitootjat: AstraZeneca (adenoviirusevektor), Curevac (mRNA), Janssen Pharmaceutica NV (adenoviirusevektor), Moderna (mRNA), Novavax (valgupõhine), Pfizer/BioNTech (mRNA), Sanofi (valgupõhine).

Kas COVID-19 vaktsiinid on ohutud?

Müügiloo saanud vaktsiin on testitud suurtes kliinilistes uuringutes kümnetel tuhandetel inimestel ning müügiloo and-

miseks peavad vaktsiinid vastama kõigile ohutuse ja efektiivsuse standarditele. Eestisse esimesena jõudnud vaktsiin on saanud müügiloo nii Ameerika Ühendriikide ravimiameti (FDA) kui ka Euroopa Ravimiameti (EMA) poolt.

Kliinilistes uuringutes on osalenud paljude riikide erineva rahvuse, vanuse, soo ja kaasuvate haigustega inimesed. Lastel ei ole senini uuringuid läbi viidud ja hetkel lapsi ei vaktsineerita.

Kas oleks ohutum haigus läbi põdeda?

Nii haigus kui ka vaktsiin on uued. Hetkel ei ole teada, kui kaua kestab immuunsus

vaktsineerimise või haiguse põdemise järgselt. Küll aga on teada, et haigus võib kulgeda raskelt ja põhjustada surma. Samuti on oluline vaktsineerimisega kaitsta oma peret, kolleege ja patsiente.

Milline on COVID-19 vaktsiini olemus?

Nagu kõik varasemalt teada vaktsiinid, on ka see vaktsiin läbinud põhjalikud ohutuse uuringud. mRNA tehnoloogia on küll uus, kuid mitte tundmatu, sellel viisil vaktsiinide tegemist on uuritud üle kümne aasta, antud vaktsiin on esimene, mis sai müügiloo. mRNA vaktsiin sisaldab infot viiruse valgulise koostisosa suhtes ning selle süstimise tulemusena too-

detakse inimese kehas SARS-CoV-2 ogavalku, mis kutsub esile immuunsüsteemi vastuse ja seeläbi tekib kaitse haiguse vastu (immuunsüsteem õpib SARS-CoV-2 ära tundma).

Vaktsiin ei sisalda viiruse osakesi või viirust ennast ning ei ole võimeline haigust põhjustama. mRNA ei lülitu inimese raku DNAsse ning on inimrakkude paljunemisele ohutu.

Kui kaua vaktsiin kaitseb?

Vaktsiini toimele tekkiva immuunsuse kestuse osas ei ole veel lõplikku teadmist, kuna viiruse uudsuse tõttu ei ole olnud võimalik seda mõõta.

Kas pärast äsja läbi põetud COVID-19 haigust võib vaktsineerida?

Vaktsineerida võib niipea, kui isolatsioon on lõppenud.

Millised on COVID-19 vaktsiini kõrvaltoimed?

Pärast vaktsineerimist võib esineda valu ja turse süstekohas, väsimus, peavalu, lihasevalu, liigesevalu, külmavärinad ja palavik. Reeglina mööduvad kõrvalnähud paari päevaga, ei vaja ravi ja ei kujuta inimesele liigset ohtu, pigem on see viide immuunsüsteemi reageerimisest ja vaktsiini toime saavutamisest. Samuti ei ole reaktsiooni esinemine vastunäidustuseks järgnevale doosile. Reaktsiooni esinemisest tuleb teada anda infektsioonikontrolliteenistus@kliinikum.ee.

Kas COVID-19 vaktsiinil esineb pikaajalisi kõrvaltoimeid?

Hetkel ei ole vaktsiiniuuringud pikka aega kestnud, kuid vaktsiini olemust ning toimet arvestades ei ole pikaajalised kõrvaltoimed tõenäolised. Lisaks hinnatakse kasutusloa saanud vaktsiinide toimeid ja kõrvaltoimeid pidevalt ka edaspidi.

Millised on vastunäidustused COVID-19 vaktsiini kasutamiseks?

Ägeda palavikuga haiguse korral lükatakse vaktsineerimine edasi kuni tervenemiseni. Vastunäidustuseks on teadaolev anafülaktiline reaktsioon vaktsiinis sisalduvate ainete suhtes. Näiteks munavalguallergia ei ole selle vaktsiiniga oluline.

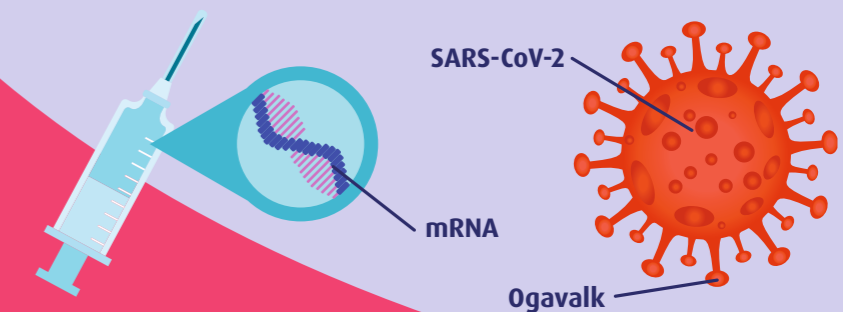
Milline on seisukoht COVID-19 vaktsineerimise osas rasedate või imetavate emade puhul?

Pigem soovitatakse vaktsineerida. Infot rasedate kohta on vähe, aga vaktsiini toimet

KUIDAS mRNA VAKTSIIN TÖÖTAB?

COVID-19 haigust põhjustab viirus SARS-CoV-2.

Kõikidel viirustel on oma unikaalne geneetiline kood. Teadlased on vaktsiini loomisel tuvastanud selle koodi, võtnud osa sellest koodist (mRNA) ja pakkinud lipiidümbrise sisse, mis süstitakse vaktsiinina inimese organismi. Lipiidümbrise ülesanne on mRNA rakkudesse viia.



mRNA alusel hakatakse vaktsiiniga kokku puutunud rakkudes tootma SARS-CoV-2 ühte osakest - ogavalku, mRNA ise laguneb raku. Organismi immuunsüsteem hakkab selle ogavalgu vastu tootma kaitsekehi ja T-rakke.

Antikehad

T-rakud

Kokkupuutel viirusega tunnevad need kaitsekehad ja T-rakud viiruse ogavalgu ära. Kaitsekehad ja T-rakud hävitavad viiruse.

Tartu Ülikooli Kliinikum

arvestades (ei ole tegemist elusa viirusega, mRNA ei integreeru genoomi), on mõju rasedusele väga ebatõenäoline. Samas on teada, et rasedatel kulgeb COVID-19 raskemini ja võib põhjustada enneaegset sündinut.

Kas vaktsiini manustamine haiguse peiteperioodis raskendab COVID-19 haiguse kulgu?

Senised uuringud ei ole näidanud, et vaktsineerimine mõjutaks haiguse raskusastet.

Mida soovitate inimesele (eelkõige COVID-19 vaktsiini osas), kellel pole varasemalt tekkinud teiste vaktsineerimiste järgselt antikehi?

Soovituslik on vaktsineerida, antikehade teke erinevate vaktsiinide toimele ei pruugi olla ühesugune.

Kas koos COVID-19 vaktsiiniga võib manustada teisi vaktsiine?

COVID-19 vaktsiini koosmanustamise kohta teiste vaktsiinidega on infot vähe. Seetõttu soovitatakse hoida minimaalselt 14-päevast intervalli COVID-19 vaktsiini ja teise vaktsiini manustamise vahel.

Kas COVID-19 haiguse läbi põdenud kuuluvad ka vaktsineerimisele?

Ka haiguse läbi põdenud töötajad kuuluvad vaktsineerimisele. Hetkel ei ole teada immuunsuse kestus haiguse läbipõdemise järgselt ning seega vaktsineeritakse ka põdenud töötajad.

KLIINIKUMI LEHT



Foto: Andres Tennus

Kliinikumi nõukogu kinnitas kliinikumi juhatuse uue struktuuri

15. jaanuaril toimunud Tartu Ülikooli Kliinikumi nõukogu koosolekul kinnitati Tartu Ülikooli Kliinikumi juhatuse uus neljaliikmeline struktuur. Lisaks said heakskiidu nii 2021. aasta tegevuseesmärgid, eelarve kui ka rakenduskava struktuuri- ja juhtimisreformi elluviimiseks.

Tartu Ülikooli Kliinikumi uue neljaliikmelise juhatuse moodustavad lisaks juhatuse esimehele ehk tegevjuhile kolm juhatuse liiget – ravijuht, õenduse ja patsiendikogemuse juht ning teadus- ja arendustegevuse juht. Selle sammuga suurendatakse ülikoolihaigla uues juhtimisstruktuuris oluliselt põhitegevuse ehk meditsiinilist kompetentsi. Kliinikumi juhatuse esimehe Priit Perensi sõnul kuulutatakse konkursi uute juhatuse liikmete leidmiseks välja esimesel võimalusel: „Õenduse ja patsiendikogemuse juhi ning teadus- ja arendustegevuse juhi kohale sobivate kandidaatide otsing algas jaanuari lõpus, nende ametisse asumise aeg on soovitatavalt 1. aprillil 2021,“ ütles juhatuse esimees.

„Muudatused juhatuse struktuuris tähendavad ka laiema juhtkonna moodustamist. „Pärast uute juhatuse liikmete tööle asumist kuuluvad juhtkonda lisaks juhatusele finantsjuht, haldusjuht, infotehnoloogia juht, personalijuht ja kommunikatsioonijuht, aga ka meditsiinilise struktuuri muutuse tulemusel tööle asuvad valdkondade juhid. Laiema juhtkonna loomine võimaldab erinevate valdkondade kaasatust protsessidesse ja otsustesse,“ selgitas juhatuse esimees.

Neljaliikmelises juhatuses on tegevjuhi ülesandeks kliinikumi üldjuhtimine ning juhatuse, haldus-, finants-, infotehnoloogia ja teiste tugiteenistuste tegevuse koordineerimine. Ravijuht vastutab tervishoiuteenuste kõrge kvaliteedi ning vajalike tervishoiuteenuste kättesaadavuse eest kliinikumi haiglate vastutuspiirkonnas ning koostöö korraldamise eest teiste institutsioonidega. Õenduse ja patsiendikogemuse juhi ülesandeks on lisaks õendus- ja hooldustöö juhtimisele ja arendamisele suunata kliinikumi parima patsiendikogemuse loomisele ning teadus- ja arendustegevuse juhi kohustuseks on olla kliinikumi arengu eestvedajaks, ühtlasi õppe-, teadus- ja arendustegevuse koordineerijaks.

„Kuni uute juhatuse liikmete ametisse asumiseni jätkab 1. aprillini tööd senine juhatuse. Juhatuse struktuuris läbivad muutused ka väiksemad struktuuriüksused: senise ühendkantselise asemel luuakse kantseleiteenistus ja juhatuse büroo ning eraldi teenistusena taastatakse kommunikatsiooniteenistus,“ sõnas juhatuse esimees Priit Perens.

Lisaks juhatuse struktuuri muutustele, alustatakse 2021. aastal ka kliinikumi kaasajastatud juhtimisreformi ning meditsi-

siinilise struktuuri muutuste elluviimisega. „Nõukogu poolt kinnitatud meditsiinivaldkondade moodustamiseks luuakse töögrupp, mille ülesanneteks on valdkonna töökorralduse aluste kohta ettepanekute tegemine,“ kirjeldas juhatuse esimees Priit Perens. Ühtlasi alustab juhtkond uue juhtimismudeli rakendamist, järjestades kavandis olevad juhtimisreformi mõtted, nende eesmärgid ja rakendustegevused kliinikumi vajadusi ja võimalusi arvestades.

Kirjeldatud eesootavate muutuste elluviimisel arvestatakse COVID-19 pandeemiaga. COVID-19 pandeemia ületamine ning sellest väljumine on ka üks Tartu Ülikooli Kliinikumi 2021. aasta eesmärkidest. „Lisaks pandeemiast väljumisele on seadnud juhatuse eesmärgiks Eesti Haigekassa ravi rahastamise lepingu täitmise, struktuuri- ja juhtimisreformi põhimõtete rakendamise alustamise, tugiteenistuste struktuuri ümberkujundamise, patsiendi kogemuse juhtimise koostöömuutuste vastutava juhatuse liikme vastutusalasse, teadusarendus ja innovatsiooniuksuse kontseptsiooni välja töötamise ja arendamise ning võrguhaiglatega tihedama koostöömuudeli välja töötamise,“ tutvustas juhatuse esimees.

KLIINIKUMI LEHT

Tartu Ülikooli Kliinikumi nõukogu esimees on Maris Jesse

15. jaanuaril toimunud Tartu Ülikooli Kliinikumi nõukogu koosolekul valiti uueks nõukogu esimeheks Sotsiaalministeeriumi terviseala asekanstler Maris Jesse.

Senine nõukogu esimees Urmas Klaas peab oluliseks, et nõukogu esimehe ülesanne roteeruks. „Jätkan Tartu linna kui ühe Tartu Ülikooli Kliinikumi asutaja huvide esindamist nõukogus selle liikmena,“ ütles Urmas Klaas.

Maris Jesse on lõpetanud Tartu Ülikooli arstiteaduskonna ravi erialal ja kaitsnud magistrikraadi tervisepoliitikas ja -rahastamises London School Hygiene and Tropical Medicine'st ja London School of Economics and Political Science'st.

Maris Jesse on olnud Tervise Arengu Instituudi direktor, Rahvusvahelise arengu ja rekonstruktsioonipanga tervise valdkonna vanemspetsialist. Ta on töötanud SA PRAXIS tervishoiupoliitika analüütikuna, Keskhaigekassa direktorina, sotsiaalministeeriumi välissuhete osakonna peaspetsialistina. 2016. aasta augustist on ta Sotsiaal-



Maris Jesse

Foto: Rene Suurkaev

ministeeriumi terviseala asekanstler. Maris Jesse on Tartu Ülikooli meditsiini- valdkonna peremeditsiini ja rahvatervise instituudi nõukogu liige, Vabariigi Valitsuse soolise võrdõiguslikkuse komisjoni liige,

Tallinna Ülikooli kuratooriumi liige, Vabariigi Valitsuse uimastipoliitika komisjoni liige.

KLIINIKUMI LEHT

Kliinikumi eakad patsiendid saavad oma lähedastega suhelda videokõne vahendusel

Tartu Ülikooli Kliinikumi kahes osakonnas on patsientidel võimalik suhelda oma lähedastega videokõne vahendusel. Videokõne tegemiseks kasutatakse tahvelarvuteid, mille kasutusele võtmise ettepanek tehti kliinikumi patsientide nõukoja poolt.

Videokõne loob võimaluse eakamatele patsientidele olla oma perega kontaktis, näha lapsi ja lapselapsi ning vähendada isoleerituse tunnet, mida võib tekitada haiglas viibimine ja külastamise keeld. „Praegune olukord, kus koroonapideemia tõttu ei saa külastada oma haiglas viibivat lähedast, on keeruline eelkõige eakamate patsientide jaoks, kes ei kasuta nutiseadmeid ja kellega kontakti saamine on see-



Foto: Kliinikumi Leht

tõttu raskendatud. Eakamad patsiendid viibivad haiglas pikemaajaliselt ja on mures nii oma haiguse kui ka praeguse pingelise

aja tõttu,“ selgitas patsientide nõukoja esimees Donald Kiidjärv.

Tahvelarvuteid saavad kasutada esialgu statsionaarse õendusabi ja sisehaiguste-reumatoloogia-endokrinoloogia osakonna patsiendid, kus eakate patsientide osakaal on kõige suurem. Videokõnede vahendamisel aitab patsienti õenduspersonal, kes loodab, et pereliikmetega kontaktis olemine aitab positiivselt kaasa ka patsiendi paranemisele.

Videokõnede tegemise juhised leiab osakondade kodulehtedelt: <https://www.kliinikum.ee/taastusravi/et/> <https://www.kliinikum.ee/sisekliinik/kliiniku-struktuur/sisehaiguste-reumatoloogia-endokrinoloogia-osakond>

KLIINIKUMI LEHT

Dr Pilleriin Soodla pälvis esimese preemia üliõpilaste teadustööde konkursil

Eesti Teadusagentuur korraldab koostöös Haridus- ja Teadusministeeriumiga üliõpilaste teadustööde riiklikku konkursi. 2020. aastal esitati üliõpilaste teadustööde konkursile rekordiliselt 584 tööd kokku 31 ülikoolist.

Arsti- ja terviseteaduste valdkonnas pälvis doktoriõppe üliõpilaste astmes 1. preemia (1600 eurot) Pilleriin Soodla konkursitöö „HIV diagnoosid Eestis: esmashaigestumuse ja ülekantud ravimresistentsuse hindamine“ eest. Dr Soodla töö juhendajad olid professor Irja Lutsar ja dr Matti Maimets.

Esimese preemia pälvinud töö eesmärk oli kirjeldada HIV-epideemia olukorda Eestis



Dr Pilleriin Soodla

Foto: Andres Tennus

Töö eesmärk oli kirjeldada HIV-epideemia olukorda Eestis, selleks kaasati Eesti HIV-positiivsete isikute andmebaasi (E-HIV) kõik patsiendid, et uurida demograafiliste näitajate muutumist ajas. Kõik 2013. aastal esmasdiagnoositud juhud kaasati hiljutise nakatumise, HIV esmashaigestumuse (Pre-jeani matemaatiline meetod) ja ravimre-

sistentsuse uuringusse. Hinnati HIV alatüüpide ning ravimresistentsusmutatsioonide esinemist ning fülogeneetilise analüüsiga uuriti ülekande klastrite esinemist. Kokkuvõttes soovitati oluliselt laiemat testimist haaratud piirkonnas (Tallinn, Ida-Virumaa)

koos kokkupuute eelse profülaktika (PrEP) kättesaadavusega.

KLIINIKUMI LEHT

MEDITSIIINITEADUSTE VALDKONNAS

Konverents „Kliinik 2021“

Käimas on registreerimine konverentsile „Kliinik 2021“, mis toimub 2. ja 3. veebruaril veebis. Konverentsil tulevad käsitlemisele teemad: töötajate heaolu ja tervis; Eesti ravijuhendid; 40 aastat müokardiinfarkti reperfusioonravi Eestis; uue teave farmaatsias; ravimite manustamine; kliinilise teadustöö väljundid praktilises meditsiinis; migreen; ülekaaluline laps ja nooruk; suutervis kui üldtervise lahutamatu osa ning kaasasündinud südamerikked. Registreeru konverentskliinik.ut.ee ja saa täienduspunkte.

Koroona pikaajalise mõju uuring

Teadlased kutsuvad alates veebruarist 370 koroona viirushaiguse läbi põdenud inimest jälgimisuuringusse, et hinnata haiguse kulu tõsiduse ja tagajärgedega seotud tegureid. Uuringusse kaasatakse suurima koroona nakatunute arvuga

perearstikeskuste patsiendid Tallinnas, Saaremaal ja Tartus. Vabatahtlikke hakavad uuringusse kutsuma perearstid. Lisateave tervis.ut.ee/teadus/coriva.

Diabeediandmete korrastamine

Ravimootjate Liidu toel luuakse meditsiiniteaduste valdkonna juurde diabeediandmete ja -uuringute tööühm, mis aitab tagada Eesti diabeedipatsientide andmete parema kvaliteedi.

Koroonaviiruse tüvede otsingud

Meditsiiniteadlaste projektis KoroGeno-EST-2 tehtud koroonaviiruse täisgenoomide analüüsi tulemusena ei ole siiani Eestis leitud ühtegi nn Inglise (genotüüp B.1.1.7) või Lõuna-Aafrika (genotüüp B.1.351) oletatavalt kiiremini levivat koroonaviiruse tüve. Samuti ei leitud ühelgi viirusel kiirema levikuga seostatud N501Y mutatsiooni. See, et neid tüvesid ei ole

leitud, ei tähenda aga, et neid Eestis üldse ei ringleks.

Doktoritöö kaitsmine

29. jaanuaril kell 15.00 kaitses **Prakash Lingasamy** doktoritööd „Kasvajaid penetreerivate polüspetsiifiliste kullerpeptiidide väljatöötamine.“ Kaitsmine toimub videosilla kaudu, mille lingi leiab med.ut.ee.

Sisseastumine

1. veebruarist saab SAIS-is esitada avaldusi Tartu Ülikooli magistriõppesse astumiseks. Meditsiiniteaduste valdkonnas saab kandideerida õppima nelja magistriõppekava alusel. Sisseastumistingimused leiab ut.ee/sisseastumine.

VIRGE RATASEPP
Meditsiiniteaduste valdkonna kommunikatsioonispetsialist

Arstitudengite muljed COVID-19 osakonnast

Tartu Ülikooli Kliinikumi, Tartu Ülikooli ja Tartu Tervishoiu Kõrgkooli koostöös läbisid Tartu Ülikooli meditsiiniteaduste valdkonna arstiüliõpilased viiepäevase abiõe praktilise kursuse, et vajadusel asuda tööle kliinikumi COVID-19 osakondadesse.



Arstitudengid abiõe kursusel

Foto: Tartu Tervishoiu Kõrgkool

Tartu Tervishoiu Kõrgkooli abiõdede kursuse on läbinud 29 arstitudengit. Kliinikumi on tööle võetud 7 arstitudengit, 6 ootavad tööle vormistamist personali täiendava vajaduse korral ning 5 arstitudengit on abistamas Lõuna-Eesti, Valga ja Viljandi haiglaid. Kliinikumi Leht uuris noorte kolleegide, IV kursuse arstitudengite Kadri-Ann Parmas'e ja Gert Lagus'e, esimesi muljeid.

Esmalt aitäh teile kiire reageerimise ning soovi ja valmisoleku eest töötada COVID-19 osakondades! Mis ajendas teid kliinikumi üleskutsele reageerima ning abiõe kursust läbima?

Kadri: Mõte sellest, kuidas COVID-19 osakondades valitseb töötajate puudus ja ülekoormus, tekitas sellise tunde, et kui ma nüüd ka ei lähe oma tulevastele kolleegidele appi, siis millal veel. Soov ja valmisolek oli juba ammu olemas, kliinikumi üleskutse andis viimase tõuke.

Gert: Mina tegelikult juba töötasin kliinikumis, kui see üleskutse tuli. Olin/olen ortopeedia osakonnas abiõde. Põhjuseid on kindlasti mitmeid, miks otsustasin enast COVID-19 osakonda kirja panna, aga peamiseks teguriks võiks olla uudne väljakutse ja erialane kogemus, mille sarnast enam loodetavasti lähiajal ei pea kogema.

SARS-CoV-2 viiruse ravi toimub peamiselt siseprofiiliga osakondades. Kuidas suhtusite enne ning mida arvate pärast osakonnas töötamist näiteks nak-

kushaiguste, infektsioonhaiguste või kopsuhaiguste erialadest?

Kadri: Hetkel on raske öelda, kuidas järgnevad kuud COVID-19-osakonnas tööl olles mind ja minu valikuid tulevikus mõjutama hakkavad. Pean tunnustama, et ei ole liialt nakkus-, infektsioon- ja kopsuhaiguste erialadega kokku puutunud, kas siis teadlikult või alateadlikult. Igal juhul tunduvad need erialad väga kompleksed ja pinget pakuvad.

Gert: Varasema studiumi jooksul ei seostunud sõna koroon kindlasti esmalt kohe nende meditsiiniliste erialadega, aga viimase aastaga on olukord kindlasti muutunud. Siiski arvan, et nii nakkus-, infektsioon- kui ka kopsuhaigused on palju enam kui vaid COVID-19 patsientidega tegelemine ning väga sügavat pilti just neist spetsialiteetidest ei ole veel saanud.

Kas teie töökogemus COVID-19 osakondades võib olla tõukeks ka tulevasele erialavalikule?

Kadri: Olen hetkel natuke teistsuguste erialavalikutega arvestanud, kuid iial ei või teada.

Gert: Raske öelda, olen hetkel pisut alla kuu töötanud ja on veel palju uut õppida seal. Hea kogemus on see kindlasti, eks aeg näitab, mis suunas tõuke see võib anda.

Millised on teie esimesed muljed osakonna tööst?

Kadri: Mind hämmastab kaaskolleegide

abivalmidus ja stailisus. Kõigile on see raske periood, kuid siiras tahe toetada ja õpetada nooremaid (abiõdesid) teeb ainult rõõmu. Senimaani olen positiivselt meelestatud ning lähen alati rõõmsameelsena valvesse. Iga valve on erinev ning õppida on palju. See motiveerib ja tekitab tahet veelgi enam panustada.

Gert: Esimestel valvetel tundus töö lihtne, meil oli vahel lausa 5 öde ja 7 patsienti. Nüüd aga, kui osakond on täis, on olukord muutunud. Pidevalt on midagi teha, mis tegelikkuses mulle meeldib, sest sellepärast ju ma sinna tööle läksin. Kindlasti mainiks ära, et olenemata sellest, et meil pulmo-COVID-19 osakonnas on arste, õdesid, abiõdesid ja põetajaid kokku tulnud kogu kliinikumi pealt, on kollektiiv väga sõbralik ja tragi ning klapp on kiire tekkima.

Kas COVID-19 patsientide ravitöös osalemine on muutnud teie suhtumist või maailmavaadet pandeemia osas?

Kadri: Eks ta on käitumise poole pealt teinud veelgi ettevaatlikumaks. Inimese elu on niivõrd haavatav ning parem on haavatavate eludega riske mitte võtta. Pean silmas eelkõige näiteks vanavanematele külla sõitmist või ohutusreeglite mitte täitmist jne.

Gert: Ei ole täheldanud muutust seoses ravitöös osalemisega.

Mida paneksite eelnevat arvesse võttes südamele enda eakaaslastele?

Kadri: Rohkem mõttega käitumist ja õigeid tegusid. Valus on näha, kui inimesed ei austa essentsiaalseid hügieenireegleid ning teevad selle üle nalja. Samuti ei saa vaksineerimise perioodil unustada, et võitlus käib ja pandeemia ei ole veel läbi. **Gert:** Võib olla paneks südamele, et hoidke enda ja lähedaste tervist. Isegi mitte ainult praeguse pandeemia kontekstis, vaid üldiselt. Erinevaid haigusi on tohutult, ning paljud neist on kas välditavad või vähemalt ennetatavad.

Kliinikumi Lehe küsimustele vastasid Kadri-Ann Parmas (IV kursus, arstitudeng) Gert Lagus (IV kursus, arstitudeng)

L. Puusepa 1a kunstiteose konkursi võitis „Empaatia“

Tartu Ülikooli Kliinikum korraldas konkursi kunstiteoste tellimiseks L. Puusepa 1a hoonesse.



Konkursile laekus kaheksa kavandit, millest žürii valis välja kolm silmapaistvamat. Konkursi võitis töö „Empaatia“, mille ideekavandi autor on Maret Sarapu ning töö teostaja on OÜ Rabarber. Töö valmimine on plaanitud kevadesse ja varasuvesse ning L. Puusepa 1a hoonesse paigaldatakse töö juuni lõpus.

Teiseks valiti kavand „Kihid“ – ideekavandi autor Sirje Petersen, MTÜ „VINCI“ ning kolmandaks kavand märksõnaga „Liikumine“ – ideekavandi autor Per William Petersen, MTÜ „VINCI“.

Žürii hinnangul rikastab esimesele kohale tulnud töö märksõnaga „Empaatia“ ruumi delikaatselt oma ruumilise ja kunstilise lahendusega, samas koormamata ning

häirimata selle funktsionaalsust. Kavand on oma lahenduselt omanäoline ja ideaalselt ruumi sobituv, kontseptuaalselt selge, lisaks positiivse ja harmoonilise üldmõjuga ning värvilahenduselt kirgas, kuid mitte pealetükkiv. Teose karastatud ja mateeritud klaasist paneelidele on lamineeritud värvilise klaasi detailid.

Žüriisse kuulusid kliinikumi projektijuht Toomas Kivastik, tehnikateenistuse direktor Peep Pitsner, Eesti Sisearhitektide Liidu juhatuse poolt määratud Maarja Varkki, Eesti Kunstnike Liidu juhatuse poolt määratud Varvara Guljajeva, Eesti Kunstnike Liidu juhatuse poolt määratud Jaan Luik, Eesti Arhitektide Liidu poolt määratud Roman Smuškin ning juhatuse liige Marek Seer.

KOMMENTAAR

MARET SARAPU

Empaatia, see tähendab mõista teise emotsioone ja seda, mida ta kogeb, mitte ainult seda, mis on temaga juhtunud või milline ta olukord on. Kunstiteos „Empaatia“ oleks kliinikumi peatrepil meenutamas, et me ei ole oma muredes üksi. Kliinikumi külastades jääb silma laia ja avara peatrepi vähene pidulikkus esimesel korrusel. Miski ei anna aimu kõrgemate korruste avarusest ning avanevast õhuruumist. Kunstiteos „Empaatia“ loob sooja ja väärika meeleolu koi-ge enam kasutust leidvale alale. Valdavalt sirgjoontest koosnevas kompositsioonis on sekka mõned kaared, mis seostuvad kliiniku iseloomuliku sissepääsuga. Rohelised ja kollased toonid suhtlevad esimese korruse koridoride värvilahendusega, sekka säravad oranž ja roosa. Silmale puhkust annavad heledad, peaaegu valged pinnad.

Foto: Andres Tennus



C-korpus lammutamise eel

Meditsiinilinnaku ehitus

Jaauarikuu lõpus oli meditsiinilinnaku III ehitusjärg sealmaal, et rajamisel on M-korpuse ehk tulevase lastehaigla vundamendid.

M-korpus hakkab paiknema senise erakorralise meditsiini osakonna parkla asemel H-korpuse jätkuna, mahutades kuus maa-pealset ning kaks maa-alust korrust koos parklaga.

C-korpuse ümber tehti ettevalmistusi olemasoleva hoonetiiva lammutamiseks, et alustada uue C-korpuse ehitamist. Tulevasse C-korpusesse rajatakse uus operatsiooniplokk ja kõrvakliinik, samuti hakatakse seal tegelema naistekliiniku perekeskuse külastajate ning näo- lõualuudekirurgia eriala patsientidega. Uus C-korpus ehitatakse nelja maa-pealse ning ühe maa-aluse korrusega.

KLIINIKUMI LEHT



Kliinikumi patsientide nõukoda suvel toimunud struktuuri- ja juhtimisreformi töötoas

Foto: Kliinikumi patsientide nõukoda

Jätkame heade mõtetega ja suure tänutundega kliinikumi töötajatele

Eelmine kord andsin patsientide nõukoja tegemistest teada 26. juuni 2020 Kliinikumi Lehes. Parajasti oli rahulik periood ning me kõik lootsime, et COVID-19 jääb selja taha, kuid elu näitas midagi muud – sügisel ootas ees viiruse teise laine suurenev pealetung. Sellest tulenevalt toimus ka meie töö kliinikumi patsientide nõukojas (KPN) enamasti Skype'i teel, paaril korral siiski ka füüsiliselt kokku saades. Meie koosolekud toimuvad reeglina igal kuul L. Puusepa 6 öendusabi hoone imeilusas saalis, mille seinal asuv teos „Aed“ aitab kaasa hea meeleolu ning õhustiku tekkimisele pingaste arutelude kestel. COVID-19 meie tööd ja eesmärkide täitmist ei peatanud.

Eelmise poolaasta töö on viiruse kiuste näidanud, et oleme kokku saanud laiapõhjalise nõukoja (patsiendid, tugiisikud, patsientide organisatsioonide esindajad) ning seeläbi on patsientide huvid olnud ulatuslikult esindatud. Meie omavaheline koostöö on hea ja KPN liikmete motivatsioon patsientide heaolu parendamisse jätkuvalt kõrge. Saime viimase poolaastaga palju tehtud. Toosin esile näiteks ettepanekud patsiendihutuse, -õpetuse ja suhtlemise valdkondades, kliinikumi poolt viidi ka ellu ettepanek soetada eakate patsientide osa-

kondadesse tahvelarvutid, et võimaldada neil lähedastega suhelda videokõnede vahendusel. Märgiliseks saab lugeda ka KPN liikme osaluse kliinikumi struktuuri- ja juhtimisreformi töörühmas.

Patsientide huvid on olnud laiaulatuslikult esindatud

Kui esimene tööaasta oli peamiselt sihtide ja suundade seadmiseks, siis sel aastal püüame rohkem pakkuda käegakatsutavaid tulemusi. Töökavas on patsientide tagasiside meetodite arendamine, hoonetesse ligipääsetavuse parendamine, kliinikumi ja selle tütarhaiglate kodulehe info ühtlustamine. Jätkuvalt on üleväl kogemusnõustamise, patsientide õpetamise ning omavastutusega seotud teemad. Oluline valdkond on ka patsiendi haiglast lahkumise ettevalmistamine ja kodune toimetulek nii patsiendi kui ka tema lähedaste jaoks (nt kuidas hooldada haiget kodustes tingimustes).

Kokkuvõtteks võib öelda, et oleme kliinikumi jaoks arvestatav partner patsientide heaolu suurendamisel ja olen aru saanud, et juhtkond hindab meie panust kõrgelt ning arvestab meie ettepanekutega. Kliinikumipoolne tugi KPNile ja töökorraldus on olnud suurepärase, mis teeb vabatahtliku panuse alati lihtsaks ja meeldivaks. Seda tänu kliinikumi esindajatele Jane Freimannile ja sügisel meiega ühinenud Reet Tohvrele. Suured ootused on kliinikumi juhatuse uuele liikmele: öenduse ja patsiendikogemuse juhile, kellega koostööd ootame.

Kutsun üles patsiente, lähedasi ning ka kliinikumi töötajaid veel rohkem ja julgemalt oma arvamust avaldama ja märku andma oma vajadustest, kogemustest, tähelepanekutest e-posti aadressil patsientidenoukoda@kliinikum.ee. Meie tegemistel saab silma peal hoida kliinikumi kodulehel patsientide nõukoja rubriigis.

DONALD KIIDJÄRV
Kliinikumi patsientide nõukoja esimees

Mammobussi graafik

Eestis kutsutakse rinnavähi sõeluuringule 50–69-aastaseid naisi iga kahe aasta tagant. Eesmärk on avastada rinnavähk enne, kui kasvaja on tekitanud kaebusi ja organismis levima hakanud. Rinnavähi varajane avastamine võimaldab alustada ravi õigeaegselt. On tähtis, et ka ilma kaebuste või sümptomiteta naised uurin- gul käiksid, sest rinnavähk varajases staadiumis endast märku ei anna. Rinnanäärme radioloogiline uuring ehk mammograafia on väikese kiirgusdoosiga, mis on tervisele ohutu.

2021. aastal kutsutakse rinnavähi sõeluuringule naisi sünniaastatega 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969 ja 1971.

2021. aastal on sõeluuringule oodatud nii ravikindlustatud kui ka ravikindlustamata naisterahvad. Sõeluuringule pöördumiseks palume registreeruda telefonil 731 9411 tööpäevadel kell 8.00–16.00.

25. jaanuar–5. veebruar, **Põltsamaa** Kultuurikeskuse ees, J. Kuperjanovi 1

8.–26. veebruar, **Jõgeva** Kultuurikeskuse ees, Aia 6

1.–9. märts, **Mustvee** Tervise hoovis, Kastani 40

10.–12. märts, **Kallaste**, Oja tn turismiinfo kõrval

15.–16. märts, **Värskas** Setomaa vallavalitsuse ees, Värskas, Pikk 12

17.–26. märts, **Räpina** Vallavalitsuse ees, Kooli 1

29. märts–16. aprill, **Põlva** Haigla juures, Uus 2

19. aprill – 14. mai, **Võru** Polikliiniku ees, Jüri 19a

17. – 21. mai, **Antsla** Tervisekeskuse hoovis, Koolitee 12

25. mai–28. mai, **Tõrva** Tervisekeskuse hoovis, Tartu 1

31. mai–11. juuni, **Valga** Haigla ees, Peetri 2

14.–25. juuni, **Otepää** Vallavalitsuse ees, Lipuväljak 13

28. juuni–9. juuli, **Türi** Tervisekeskuse parklas, Viljandi 26

12.–23. juuli, **Paide** Järvamaa Haigla hoovis, Tiigi 8

26.–27. juuli, **Aravete** „Meie pood“ juures

28.–30. juuli, **Järva Jaani** vallamaja parklas

16. august–17. september, **Ida-Virumaa**

20.–24. september, **Jõgeva** Kultuurikeskuse ees, Aia 6

27. september–1. oktoober, **Põltsamaa** Kultuurikeskuse ees, J. Kuperjanovi 1

Kõik naised peaksid olenemata vanusest jälgima regulaarselt oma rindu, sest rinnavähk võib areneda ka uuringute vahelisel ajal. Eriti tähelepanelik tasub olla järgmiste ohumärkide korral:

- tihenemine ala rinnakoes
- rinnakuju ja naha muutused
- eritis rinnanibust
- kaenlaaluste lümfisõlmede suurenemine

Nimetatud sümptomite ilmnemisel tuleb kindlasti pöörduda oma perearsti või günekoloogi poole.

Mobiilsete diagnoosikabinettide väljasõidugraafikud

Mobiilse nahakasvajate diagnoosikabineti vastuvõttud kiirendavad inimeste õigeaegset jõudmist nahaarsti juurde naha pahaloomuliste kasvajate kahtlusele. Mobiilne kabinet on varustatud kaasaegse aparatuuriga nahakasvajate diagnoosimiseks, kus võtavad vastu nahahaiguste arst Ene Pärna ja öde Maili Maalmann.

Vastuvõtule broneerimine toimub kliinikumi etteregistreerimiskeskuse telefonil 731 9100 või kodulehel. Nahaarsti vastuvõtule pöördumiseks ei ole tarvis perearsti saatekirja, ravikindlustatud isikutel tuleb tasuda tavapärase visiititasu 5 eurot.

VEEBRUAR

2. veebruar 2021, Põlva Haigla, Uus 2, Põlva, apteegi kõrval

9. veebruar 2021, Räpina Haigla, Võru mnt 1, Räpina

16. veebruar 2021, Lõuna-Eesti Haigla, Meegomäe küla

MÄRTS

2. märts 2021, Otepää, Tartu mnt 1B, kiirabi kõrval olev parkla

9. märts 2021, Antsla Perearstikeskuse hoovis, Koolitee 12, Antsla

16. märts 2021, Võru Spordihall, Räpina mnt 3A, Võru

23. märts 2021, Elva Kesklinna apteegi juures, Kesk 23, Elva

30. märts 2021, Mustvee Tervisekeskus, Kastani 40, Mustvee

Androloogia mobiilse diagnoosikabineti vastuvõtule võib pöörduda kõigi meeste eriomaste haiguste kaebustega: eesnäärmehaigused, seksuaalhäired, meeste üleminekuiga, hüpogonadism, viljatus, sugutrakti ägedad ja kroonilised põletikud, kõik peenise ja munandikoti haigused, rinnahaigused meestel. Kabinetis tehakse 95% vajaminevatest uuringutest.

Vastuvõtuaga saab broneerida etteregistreerimiskeskuse telefonil 731 9100 või 731 9323, kliinikumi kodulehel, aga ka e-kirjaga meestekliinik@kliinikum.ee. Meestearsti vastuvõtu visiititasu on 5 eurot ning pöördumine eeldab saatekirja. Ravikindlustuseta ja saatekirjata mehed saavad pöörduda tasuta vastuvõtule.

VEEBRUAR

1.–4. veebruar, Narva, Haigla 5

8.–11. veebruar, Narva, Haigla 5

15.–16. veebruar, Sillamäe, Kesk 28

17.–19. veebruar, Ahtme, Ilmajaama 14

MÄRTS

1.–4. märts, Võru, Räpina mnt 3

8.–10. märts, Rapla, Alu tee 1

11.–12. märts, Paide, Tiigi 8

15.–19. märts, Kuressaare, Aia 25

22.–24. märts, Rakvere, Lõuna põik 1

25.–31. märts, Ahtme, Ilmajaama 14



Kliinikumi uuenedud kohvik

Foto: Andres Tennus

Kliinikumi uuenedud kohvikuala avab ukсед

Jaauari lõpus avas ukсед remondi läbinud Tartu Ülikooli Kliinikumi kohvik L. Puusepa 8 majas. Uuenedud kohvikuala mahutab senisest poole rohkem külustajaid.

Kliinikumi L. Puusepa 8 hoone kohvik on mõeldud nii kliinikumi töötajatele kui patsientidele. „Senise 96 koha asemel on uuenedud kohvikus külustajatele 154 kohta. Lisaks iseteenindusle, kust on võimalik komplekteerida igapäevasele meelepärase salat, samuti valida kohvi- ja kakaojooke,“ tutvustas Tartu Ülikooli Kliinikumi haldusjuht – juhatuse liige Marek Seer.

Et kohviku avamine langeb COVID-19 pandeemia ajale, tuleb arvestada ka infektsioonikontrolli teenistuse nõuetega, mistõttu on võimalik esialgu toitu vaid kaasa osta. „Nii nagu muude eluvaldkondade puhul, loodame me ka siinkohal COVID-19 möödumist, et üheskoos kolleegidega lõunat süüa,“ nentis Marek Seer.

Kohviku uuenedumise kaasneb ka menüü

uuenedamine, mis leiab aset peale kõõgi remondi lõppemist aprillis-mais. „Soovime pakkuda kliinikumi töötajale tervislikku ja valikuvõimalustega menüüd,“ tutvustas muutusjuht Piret Tammvere, toitlustusteenistuse tootmisjuht. Nii leiab menüüst supid, praed kui ka magusamad road. Värsketes, kergetes ja tervislikes salatite tarbeks on sisse seatud kahepoolne iseteenindusle, ühtlasi leiab uuenedud kohvikust kaks kohvimasinat, mis võimaldavad kaasa osta mitmeid erinevaid kohvijooke.

Kohvikust toitu kaasa ostes on võimalik seda teha vaid keskkonnasõbralikes karpides. Vastavalt 2021. aastal jõustuvale Euroopa Liidu ühekordse plasti direktiivile, mille järgi tuleb toitlustusasutustel ühekordsete vahtplastnõude ja söögiriistade ning plastikust joogikõrte asemel kasuta-

da keskkonnasõbralikke tooteid, lõpetas ka kliinikum ühekordsete mittelagunevate plastikust toodete kasutamise. „Kliinikum on võtnud eesmärgiks olla keskkonnasäästlik haigla, mistõttu on töötajatel võimalik kohvikust kaasa osta kliinikumi logoga korduvkasutatavaid keskkonnasõbralikke toidukarpe. Samas on töötajad oodatud toitu kaasa ostma ka korduvkasutatavate isiklike karpidega,“ selgitas keskkonnaosakonna juhataja Triin Arujõe. Kel korduvkasutatavaid karpe kaasas ei ole, saab toitu kaasa osta ka ühekordses biolagunevas toidukarbis, mille hind lisandub toidu hinnale.

KLIINIKUMI LEHT

Meditsiiniinfo keskuse koolitused 2021. aasta esimesel poolaastal

Koolitustele registreerumine kliinikumi koolituskeskuse kaudu. Lisainfo telefonil 731 8185, medinfo@kliinikum.ee, <https://www.kliinikum.ee/infokeskus/>.

ZOOMis toimuvad koolitused:

Kuupäev	Kellaeg	Teema
28.01.	13.00–15.00	Viitehaldustarkvarad – Zotero, Mendeley
04.02.	13.00–16.00	Kirjanduse otsingu strateegia ülesehitamine, teostamine ja dokumenteerimine
11.02.	13.00–16.00	Kuidas hinnata teadusuuringuid? Ülevaade metoodikast
18.02.	09.00–12.00	Kirjanduse otsing kliinikumi tõendus põhise meditsiini andmebaaside põhjal
25.02.	13.00–16.00	Mis on infokirjaoskus? Põhimõisted ja päringu (infootsingu küsimuse) ülesehitamine ja teostamine erinevate andmebaaside näitel
04.03.	09.00–12.00	PICO küsimuse koostamine ja kirjanduse otsing erinevates andmebaasides. Tulemuste tõendus põhise hindamine
11.03.	13.00–16.00	Otsingu strateegia ülesehitamine: terminite määratlemisest kuni otsingu tulemuste kontrollimiseni
18.03.	09.00–11.00	UpToDate
25.03.	13.00–16.00	PubMed
01.04.	13.00–16.00	Baaskoolitus kliinikumi andmebaaside kasutamiseks ja tõendus põhise meditsiini informatsiooni leidmiseks ning hindamiseks
08.04.	09.00–12.00	Kirjanduse otsingu strateegia ülesehitamine, teostamine ja dokumenteerimine
15.04.	13.00–16.00	PICO küsimuse koostamine ja kirjanduse otsing erinevates andmebaasides. Tulemuste tõendus põhise hindamine
22.04.	09.00–12.00	Mis on infokirjaoskus? Põhimõisted ja päringu (infootsingu küsimuse) ülesehitamine ja teostamine erinevate andmebaaside näitel
29.04.	14.00–16.00	UpToDate
06.05.	09.00–11.00	Viitehaldustarkvarad – Zotero, Mendeley
13.05.	13.00–16.00	Kirjanduse otsing kliinikumi tõendus põhise meditsiini andmebaaside põhjal
20.05.	09.00–12.00	PubMed

E-kursused Moodle'i keskkonnas:

Kuupäevad	Teema	Kestus
01.02.–14.03.2021	Meditsiinalased infoallikad ja infokirjaoskuse põhimõisted	6 nädalat
15.03.–18.04.2021	Otsingu strateegia ülesehitamine-ne meditsiinalase teaduskirjanduse andmebaasides	5 nädalat
19.04.–16.05.2021	Abivahendid parema otsistrateegia ülesehitamiseks ja kontrollimiseks	4 nädalat