

Kliinikumi Leht

Siseleht nr 257, detsember 2022

kliinikum.ee/leht

2022 – keset tormi

Aasta tagasi kahte ületatud pandeemia-aastat meenutades, tundusid need traagilised ja keerulised hallata. Sooviksin alustada kirjatükki ja öelda, et nüüdseks on selja taga kolm pandeemia-aastat. Aga ei saa, sest 2022. aasta on osutunud palju traagilisemaks ja jätkusuutlikkusele suuremaid väljakutseid esitavaks kui eelnevad.

Aasta alguse võitlus COVID-19 vastu asendus millegi veel suuremaga. Ootamatult leidsime end keset Euroopas toimuvat sõda. Tuleb olla imelikul kombel ka tänulik, sest ehmatav julgeolekuolukord muutis küll kõigi tunnetust ja mõtlemist, kuid meie roll on seni olnud „kõigest“ tegeleda sõja eest põgenejate aitamisega. Kliinikum näitas taas hoolivust ning sõjapõgenike abi sai korraldatud kiirelt ja delikaatselt. Aitäh töötajatele, kes olid valmis mugavustsooni ületama ning abi pakkuma.

Kliinikum on taas keerulistes oludes hakkama saanud

Ootamatud sündmused töid kaasa ka ootamatused maailmaturul. Üle kahekümneprotsendiline hinnatõus pole väljakutse mitte ainult meile. Kliinikum on sarnaselt muu ühiskonnaga keerulises olukorras ning kokkuhoiu võimaluste otsimine nii meie igapäevases tegevuses kui ka uueduste ja arenduste elluviimisel on paratamatud. Samas võime tunda siirast rõõmu oma uusehitiste rajamise ajastusega – täna saame öelda, et avame oma uued ja moodsad ravikorpused sõltumata hinnatõusust ning tarneahelate viibimisest. Meditsiinilinnakusse koondub veelgi rohkem erialasid, lisaks on kaasaegne taristu



Priit Perens

Foto: Jane Vosso

samm patsiendikeskema ja töötajasõbralikuma tervishoiukeskkonna poole.

2022. aasta ootamatused näitasid meile ilmekalt, kui olulise rolli on omandanud

tegelemine talituspidevuse tagamisega ja töötajate õppuste läbiviimine. Meie tegevusvaru suurendamine, elektrivarustuse tagamine katkestuste ajaks, Tervex suurõppuse läbiviimine ning muud ootamatusteks valmistumised on vähim, mida saame enda ja patsientide heaks teha. Patsiendid ja ühiskond ei taju tervishoiutöötajaid mitte ainult raviteenuste osutajatena, vaid osana ühiskondlikust turvavõrgustikust, kelle olemasolu ja funktsioneerimist eeldatakse sarnaselt elektri varustusele. Läbi viimaste aastate kriiside, mille käigus on järsult kasvanud oht inimeste elule ja tervisele, on kasvanud kliinikumi olulisus ühiskondliku turvatunde tagajana.

Olen tänulik kõikidele töötajatele, kes oma tööga loovad seda turvatunnet nii patsientidele, kolleegidele kui ka iseendale. Oleme koos uhked, et kliinikum on taas keerulistes oludes hakkama saanud. Tahaks loota, kuid on väga raske uskuda, et 2023. aasta tuleb rahulikum. Senine praktika on näidanud, et uued väljakutsed on ületatavad meie kõigi ühise pingutusena.

Täna teid, kliinikumi töötajad ja soovin kaunist ja rahulikku pühadeaega!

PRIIT PERENS
Juhatuse esimees

Parima kolleegi tiitli pälvisid dr Jaanika Ilsson ja Rain Lehtme

Kliinikumi aastalõpu tunnustuse hulka kuulub 2016. aastast parima kolleegi preemia, mis on sündinud kliinilise eetika komitee liikme dr Ain Kaare ettepanekul. Preemia eesmärk on tunnustada häid erialade vahelisi kollegaalseid suhteid.

Parimad kolleegid nimetatakse eelmise aasta laureaate poolt ning seda tiitlit on võimalik välja anda kõikide struktuuriüksuste töötajatele, v. a juhtidele.

2022. aastal valiti parimateks kolleegideks dr Jaanika Ilsson, kes töötab lastekliinikus üldpediaatria ja neuroloogia osakonnas, ning Rain Lehtme, kes töötab ühendlaboris immuunanalüüsi osakonna juhina.

2021. aasta kolleegipreemia laureaadi dr Eda-Ann Värimäe sõnul on dr Jaanika Ilsson energiline, oma erialast väga huvitatud ja koostööaldis kolleeg. Temaga on alati hea konsulteerida haigete ja haiguste suhtes, ta on alati nõus lastega KOHE tegelema, kui see tal vähegi võimalik on.

2021. aasta kolleegipreemia laureaadi Rainis Kolga võttis Rain Lehtme head omadused kokku: Olen Rain Lehtme erinevates laboriga seotud projektides koostööd teinud üle 14 aasta. Olgu nendeks projektideks näiteks eLabori juurutamine ja järjepidev arendamine, erinevate seadmete liidestamine, eTellimine, nelja partnerhaigla võrgustumine jne. Rain panustab iga ettevõtmise õnnestumisse 100-protsendiliselt. Ta on alati väga töökas, abivalmis, kohusetundlik ja mis kõige olulisem – tema huumorisoon on klass omaette.

KLIINIKUMI LEHT



Dr Jaanika Ilsson ja Rain Lehtme

Foto: Evelin Lumi

KOMMENTAAR

DR JAANIKA ILSSON

Antud tunnustuse saamine tuli mulle suure üllatusena ning olen väga tänulik sellise suure au eest. Maast ja madalast on minu vanemad mulle õpetanud, et teistega tuleb käituda sedasi nagu sa tahaksid, et nad käituksid sinuga ning sellest olen lähtunud oma kõikides tegevustes. Meditsiin on selline eriala, kus üksinda ei ole võimalik kaua vastu pidada, viimased aastad on seda tunnet pigem süvendanud. Igapäevaselt tunnen, kui palju vajan kõikide kolleegide (põetajad, õed ja arstid) abi ja tuge, seega püüan vastata samaga. Soovin kõikidele sama palju suurepäraseid kolleege nagu minul on.

RAIN LEHTME

Olen väga tänulik ja meeldivalt üllatunud saadud kiituse eest. Kahtlustan küll siiani, et midagi läks korraldajatel segamini, et just minule selline tunnustus langes. Selge, et parim kolleeg ei saa keegi olla üks, seega on see saanud võimalikuks tänu kõikidele minu kaastöötajatele. Näen enda ümber iga päev palju tublisid ja sõbralikke kolleege, kes on kindlasti väärt tunnustamist. Nende professionaalsus ja abivalmidus on mindki mõjutanud. Koostöö tagab edu ning jagan saadud tunnustust kõikide oma tublide kolleegidega.

Leian, et Kliinikumi töötajate tunnustamine on igati vajalik ning peab kindlasti jätkuma. Erinevate üksuste vaheline koostöö, mida parima kolleegi statuut mainib, saab kindlasti minna veel paremaks ning kliinikum seeläbi töötajate- ja patsiendisõbralikumaks. Meil töötab väga palju töökaid ja tublisid inimesi, kes väärivad, ja inimesena tegelikult sageli ka vajavad, tunnustust. Rohkem, kui me ise igal argipäeval seda märkame. Tunnustagem ja innustagem kolleege. Rõõmu ja rahu! Aitäh kolleegid!



Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

30. novembril tutvusid Tartu Ülikooli Kliinikumiga NATO liitlasvägede esindajad, kes viibisid Tartus rahvusvahelisel sõjameditsiini teemalisel konverentsil. Kohtumise alustuseks tutvustas kliinikumi tegevust juhatuse esimees Priit Perens, millele järgnes arutelu muutunud julgeolekuolukorrast just meditsiinilistest aspektidest.

Järgmiseks tutvusid väliskülalised kliinikumi EMO ja intensiivraviosakondadega. Täname liitlasvägede esindajaid põneva kohtumise eest!

KLIINIKUMI LEHT

Uus nõukogu liige – Kaspar Kokk

20. detsembrist kuulub Tartu Ülikooli Kliinikumi nõukogu koosseisu riigi esindajana Kaspar Kokk, kelle tervise- ja tööminister Peep Petersoni nimetas Jaan Tootsi asemele.

Kaspar Kokk on lõpetanud 2001. aastal Miina Härma Gümnaasiumi. Samal aastal astus ta Tartu Ülikooli õigusteaduskonda. Aastatel 2006–2011 kuulus Kaspar Kokk Eesti murdmaasuusatamise rahvuskoondisse, osaledes kahel korral olümpiamängudel ja neljal korral maailmameistrivõistlustel.

Peale sportlaskarjääri lõppu on Kaspar Kokk tegutsenud ettevõtluses, poliitikas ja ühiskondlikus tegevuses. Ta on muuhulgas kuulunud Eesti Suusaliidu juhatusse, SA Pärnu Haigla nõukogusse ja RMK nõukogusse. Kokk on Isamaa erakonna juhatuse liige ja Tartu piirkonna esimees. 2022 sügisel valiti ta Tartu linnavolikogu esimeheks.

KLIINIKUMI LEHT



Kaspar Kokk

Foto: Erakogu

Dr Sanna Puusepp kaitses doktoritööd

13. detsembril 2022 kaitses Tartu Ülikooli Kliinikumi geneetika ja personaalmeditsiini kliiniku üldarst Sanna Puusepp filosoofiadoktori kraadi (PhD (arstiteadus)) taotlemiseks esitatud väitekirja "Comparison of molecular genetics and morphological findings of childhood-onset neuromuscular disorders" ("Lapseeas alanud pärilike neuromuskulaarsete haiguste molekulaargeneetiliste ja morfoloogiliste uuringutulemuste võrdlus").

Juhendajad: kliinilise geneetika professor Katrin Öunap (dr. med.), TÜ kliinilise meditsiini instituut) ja professor Werner Stenzel (Department of Neuropathology, Charite – Universitätsmedizin, Berlin, Saksamaa).

Oponent: professor Edoardo Malfatti (PhD), IMRB INSERM U955, team Biology of the Neuromuscular System, Faculty of medicine, Université Paris-Est Créteil Val de Marne – Université Paris, Paris, Prantsusmaa.

Kokkuvõte

Pärilike neuromuskulaarsete haiguste (NMH-de) alla kuuluvad seljaaju moto neuronite, närvid, närv-lihas ülekande ja lihaste talitluse häired, mis on põhjustatud ühe geeni veast. Nende haiguste diagnoosimisel on lisaks patsiendi haigusloole ja läbivaatusele abiks erinevad instrumentaalsed uuringud, sealhulgas lihaskiibiopsia. Lihaskoe analüüsimiseks kasutatakse mitmeid erinevaid värvinguid ja tehnikaid, mis võimaldavad näha lihaskiudude struktuuri, keemilisi ja ensümaatilisi omadusi ning erinevate valkude olemasolu või puudumist.

Lihaskoe histoloogilised muutused on ajalooliselt olnud aluseks mitmete pärilike NMH-de tuvastamisele ja diagnoosimisele ning andnud suuna, milliseid geene uurida. Kuid tänapäeval on võimalik ühe analüüsi-



Dr Sanna Puusepp Foto: Andres Tennus

ga (kogu eksoomi sekveneerimine) uurida kõiki geene korraga, mis on näidanud ka head diagnostilist efektiivsust. Seega on lihaskiibiopsia roll NMH-de diagnostikas muutumas.

KOMMENTAAR

PROF KATRIN ÖUNAP Juhendaja

Sanna Puusepp on suurepärase noor teadlane, kes tunneb sügavat huvi lihashaiguste vastu ja seda kõigil tasanditel. Sanna Puusepp oskab väga detailselt uurida lihashaiguse kahtlusega patsiente, analüüsida lihase biopsiaid nii immunohistokeemiliste kui ka elektronmikroskoopiliste uuringute alusel ja neid tulemusi edukalt integreerida ülegenoomsete analüüside tulemustega. Lisaks sellele on ta suurepärase kunstiomadustega, mida illustreerib kõige enam tema doktoritöös olev perifeerset närvisüsteemi kirjeldav joonis. Kolmandaks võib esile tuua seda, et ka on ta suurepärase teadusartiklile kirjutaja, olles oma kirjatöös sama hoolikas ja detaile haarav nagu ka lihaskiibiopsiaid uurides.

Käesolevasse uuringusse kaasati 70 päriliku NMH või mitokondriaalse haiguse kahtlusega patsienti, kellest 44-l kinnitus geneetiline diagnoos. Uuringust selgus, et lihaskiibiopsia mängis diagnostilises

▶ protsessis olulist rolli paljudel juhtudel, kusjuures 15 patsiendi lihaskoes esinesid spetsiifilised histoloogilised muutused. Mitmel juhul oli lihaskiibiopsia vajalik mitokondriaalse DNA-s esinevate muutuste tuvastamiseks.

Lisaks andsid lihaskoest tehtud uuringud väärtuslikku lisainformatsiooni paljudel juhtudel, kus geneetilisel analüüsil leiti varem kirjeldamata geenivariant, tuvastati muutused kandidaatgeenis või kus leide polnudki. Näiteks ühel lihaskiibiopsiaga patsiendil avastasime muutused uude JAG2 geenis, mille haigusseoselisel kinnitus rahvusvahelise koostöö tulemusena. Uurides geenide ja teatud valkude avaldumist selle patsiendi lihaskoes, saime viite, et haiguse teke võib olla seotud lihase tüvirakkude talitluse häirumisega. Samas enamikel peamiselt kesknärvisüsteemi mõjutava haigusega patsientidel ei andnud lihaskiibiopsia informatsiooni juurde. Lisaks kirjeldati SPATA5 geeni defekti seost mitokondrite talitluse ja närvijätkete kasvu häiretega ning ühte patsienti, kellel oli kahtlus kongenitaalsele müopaatiale, kuid diagnoositi hoopis PRPS1 geeniga seotud puriini ainevahetushaigus.

Arendusfondi teaduskonverents

17. jaanuaril 2023 toimub Tartu Ülikooli Kliinikumi teaduskonverents, mille eesmärk on tutvustada kliinikumi arendusfondilt toetust saanud projektide tulemusi ning tegevusplaane.

Konverents on mõeldud kõigile kliinikumi töötajatele ja partneritele, et positiivsete näidete varal inspireerida töötajaid algatama ja ellu viima kliinikumi strateegilisi arenguid toetavaid teadus- ja arendustegevusi ning suurendada partnerite huvi koostööks.

Konverents toimub teisipäeval, 17. jaanuaril 2023 kell 11:00–16:00 A. Linkbergi auditooriumis. Konverentsil osalemine on tasuta ning registreerumine avatud koolituskeskuses kuni kohtade täitumiseni.

KLIINIKUMI LEHT

Mammobussi aasta alguse väljasõidud

2022. aastal kutsutakse rinnavähi söeluuringule ravikindlustatud ja ravikindlustamata naisi sünniaastaga 1954, 1956, 1958, 1960, 1962, 1964, 1966, 1968, 1970 ja 1972.

2023. aastal sünniaastaga 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969, 1971, 1973.

Söeluuringu eesmärk on avastada rinnavähk võimalikult varases staadiumis ning

vähendada sel moel haigusse suremust ja tõsta haigete elukvaliteeti. Kliinikumis saab rinnanäärme söeluuringul osaleda nii radioloogiakliinikus (L. Puusepa 8, 1 korrus), Kvartali keskuse rinnakabinetis (Riia 2, 1 korrus) kui ka Mammobussis. Söeluuringule pöördumiseks palume registreeruda telefonil 731 9411 tööpäevadel kell 8.00–16.00. Söeluuring on tasuta.

Mammobussi graafik	
2.–6.01	Elva Kesklinna apteegi juures, Kesk 23
9.–13.01 ja 16.–20.01	Põltsamaa Tervisekeskuse juures, Lossi 49
23.–27.01, 30.01–3.02 ja 6.–10.02	Jõgeva Kultuurikeskuse ees, Aia 6
13.–17.02	Mustvee Tervisekeskuse hoovis, Kastani 40
20.–21.02	Kallaste Turistiinfopunkti kõrval, Oja 22
22.–23.02	Alatskivi Konsumi juures

MEDITSIINITEADUSTE VALDKONNAS

Rasmus Pind pälvis üliõpilaste teadustööde konkursi peapremia

13. detsembril autasustati Tartu Haridus- ja Teadusministeeriumis 2022. aasta parimaid üliõpilaste teadustöid. Peapremia sai Tartu Ülikooli meditsiiniteaduste valdkonnast **Rasmus Pind** uurimustööga „Sisemise treeningkoormuse kategoriseerimine ja praktiline rakendamine treeningul“. Tartu Ülikooli meditsiiniteaduste

valdkonnast saadi veel preemiaid igas õppeastmes.

1000-eurose stipendiumi töi uurimus 3D-prinditud ravimitest

Eesti Akadeemiline Farmaatsia Seltsi ja Gedeon Richter Eesti filiaali välja antava 1000-eurose stipendiumi sai Tartu Ülikooli proviisoriõppe viienda kursuse üliõpilane Marina Tihhonova 3D-prinditud ravimeid

käsitlenud uurimistööst. Töös selgitatakse lähemalt, kuidas tulevikus saab apteegist 3D-prinditud ravimeid, proovi-printerid on juba katsetamisel.

Tartu Ülikool tutvus Singapuri ülikoolidega

Novembri lõpus külastas Tartu Ülikooli delegatsioon Aasia keskuse ja Eesti Singapuri saatkonna eestvedamisel Singapuri kõrgkooli. Visiidi eesmärk oli luua uusi

suhteid, tutvuda Singapuri kõrgharidustavade ja panna alus Tartu Ülikooli teadlaste koostööle Singapuri kolleegidega.

Viimase kümne aastaga on õhukvaliteet märgatavalt paranenud

Tartu Ülikooli peremeditsiini ja rahvatervishoiu instituudi teadlaste ja Eesti Keskkonnauuringute Keskusega koostöös tehtud uurimus näitas, et kuigi õhukva-

liteet Eestis on viimase kümnendiga pea veerandi võrra paranenud ja tervisemõju vähenenud, põhjustasid õhusaaste peenosakesed ja lämmastikdioksiid 2020. aastal Eestis enam kui tuhat varajast surma. Peamisteks õhusaaste allikateks on endiselt autoliiklus ja kohtküte.

Doktoritööde kaitsmised

12.01 kaitses **Jane Varuli** doktoritööd „1295v ja C57/Bl6 hiireliinide erinevad

stressiga toimetuleku strateegiad – viited käitumuslikest, farmakoloogilistest, metaboolika ja geeniekspressiooni uuringutest“

Loe lähemalt med.ut.ee

ALICE LOKK
Meditsiiniteaduste valdkonna kommunikatsioonispetsialist



Carol Maask



Dr Jaak Lehtsaar

Fotod: Evelin Lumi

Enim patsientide tänu pälvisid dr Jaak Lehtsaar ja Carol Maask

Kliinikumile laekub tagasisidesüsteemi kaudu nii tänuavaldusi, ettepanekuid kui ka kaebusi. Neist enim just tänuavaldusi.

Kui traditsiooniliselt on tunnustatud patsientide poolt enim tänusõnu töötajaid kevad-suvel, siis 2022. aastast kuulub preemia aastalõpu tunnustuste hulka.

Ajavahemikus 1. jaanuar–30. november 2022 laekus patsientide tänuavaldusi enim kahele töötajale. Esimene neist oli Carol Maask, kes töötab füsioterapeudina spordimeditsiini ja taastusravi kliinikus statsionaarses öendusabi osakonnas.

Patsiendid on Carol Maaskist:

- Olen öenduses juba mitmendat korda. Mul on ainult tänusõnad hooldajatele ja õdedele, tervele kollektiivile. Suur tänu füsioterapeut Carol Maaskile, kes minu kõndimise ja harjutamise eest hoolitseb.
- Soovin avaldada südamlikku tänu füsioterapeut Carol Maaskile tema

professionaalsuse, tähelepanelikkuse ja oskuse eest leida õige lähenemisviis igale patsiendile sisendamaks usku ja optimismi, et tõusta uuesti jalgadele. Minu jaoks ei olnud mingit lootust, kuid tänu temale liigun.

- Soovin avaldada siirast tänu füsioterapeut Carol Maaskile tema töö kohta. Ta on vapustavalt kohusetruu ja võimekas oma tööülesannete täitmisel.

Teine enim tänu pälvinud töötaja on dr Jaak Lehtsaar, kes töötab kirurgiikliiniku kirurgilise ja günekoloogilise onkoloogia osakonnas.

Patsiendid dr Jaak Lehtsaarest:

- Täna dr Jaak Lehtsaart operatsiooni, suhtlemise ja hooletuse eest! Aitäh kogu personalile töö ja teeninduse eest.

Anesteesia oli eeskujulik ja operatsiooni järel valud puudusid. Kõik läks väga hästi!

- Kogu teekond rinnavähi operatsiooni on olnud uskumatult kergem tänu väga sõbralikele ja vastutulelikele mammograafia ja ultraheli uuringute tegijatele. See andis usku ja kindlust - kõik saab korda! Sõnadest jääb puudu, et väljendada tänu dr Jaak Lehtsaarele. Juba vastuvõttu alates on mind saatnud tema sõbralikkus, konkreetsus. Väga õnnestunud operatsiooni ajalgi tegi ta ülivõrdes oma tööd.
- Soovin tänada dr Jaak Lehtsaart ja dr Karin Grišani kiire tegutsemise ja abi eest. Samuti kogu personali - õdesid, hooldajaid, kes mind haiglas-oleku ajal abistasid.

KOMMENTAAR

CAROL MAASK

See tunnustus on mulle tohutu au, aga eelkõige rõõm kinnitusest, et ajan õiget asja! Elan meie patsientidele väga kaasa ja püüan neid igati julgustada ja toetada. Väärtustan head koostööd ja tunnen siirast rõõmu kõigi edusammude üle. Mul on nii hea meel, et ka neile jääb meie ühisest harjutamisest hea tunne!

DR JAAK LEHTSAAR

Väga positiivne üllatus ja parim tunnustus tööle. Olen oma töös alati väga tähtsaks pidanud SUHTLEMIST patsientidega. Sõna jõud sellel patsiendiks olemise haavataval ajal on hämmastavalt suur. Oma rohkem kui 30-aastase tööstaži ajal meditsiinis olen näinud erinevate kolleegide erinevaid suhtlemisemalle. Sellega on kaasnenud nii

naljakaid kui ka tõsiseid tagajärgi. See on väärtuslik kogemusepagas. Töötan põhiliselt onkoloogiliste patsientidega. See on tõsine töö tõsiste diagnoosidega patsientidega. Omalt poolt püüan suhtuda kõikidesse patsientidesse empaatiaga, lugupidavalt ja võimalusel suhelda nendega ka pingeid alandava huumoriga. Selle viimasega kaasneb muidugi selline tunnetuslik

Stipendium rakenduskõrgharidust omandavatele õppuritele

Tartu Ülikooli Kliinikum kuulutas 21. detsembril välja rakenduskõrgharidust omandavate õppurite stipendiumid, et toetada tulevaste kolleegide õpinguid ning motiveerida neid pärast lõpetamist jätkama tööd just kliinikumis.

„Talvisel stipendiumikonkursil on oodatud kandideerima sisehaiguste profiiliga osakondade abiõed ja abiradioloogiatehnikud, kes töötavad kliinikumis ning õpivad samal ajal tervishoiu kõrgkoolides öe või radioloogiatehniku õppekaval kolmandal või neljandal kursusel,“ tutvustas kliinikumi juhatuse liige, öenduse ja patsiendikogemuse juht Ilona Pastarus. Ta lisas, et ühest küljest stipendium väärtustab ja toetab õpinguid, teisalt annab lõpetajale kindlustunde tulevase töökooha osas südamelähedasel erialal.

Stipendiumi suuruseks on 300 eurot igas kalendrikuus ning selle määramisel on otsustuspädevus kliinikumi ülemõdede nõukogul, kes koostab taotlejatest paremsuurejärjestuse, võttes arvesse õppekava täitmist, motiveeritust end valitud erialal teostada ning valmisolekut pärast lõpetamist töötada kliinikumis. Stipendiumide



Simulatsioonõpe

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

taotlemise tähtaeg on 11. jaanuar 2023. Stipendiumi statuut on leitav kliinikumi kodulehel. Kandideerimiseks palume esitada avaldus stipendiumi saamiseks, mo-

tivatsioonikiri ja kõrgkooli tõend aadressil Ilona.Pastarus@kliinikum.ee.

KLIINIKUMI LEHT

► peenike punane joon, mille ületamine on ebasoovitav. Kõik inimesed, nende sisemine stressikäsitus ning huumoritaju on erinevad, ilmselt olen siis oma töös suutnud seda punast joont mitte ületada. Ravile pöörduva patsiendi kõige suurem küsimus on: „Mis toimub, mis saab minust edasi?“. Sellele vastates peab meedik oskama vastata igale konkreetsele inimesele individuaalselt arusaadavalt ja ammendavalt, soovitatavalt põhjendatult optimistlikult ja vaeinfot väljastamata. Patsiendi USK raviarsti ja määratud ravis - see on suur jõud. Seda jõudu peab tema kasuks ära kasutama. Usk võib konkreetselt lühendada operatsioonijärgset haiglas-taastumise perioodi. Kui patsient teab kasvõi poole päeva või päeva täpsusega ette, mis temaga tõenäoliselt toimuma hakkab, saab ette soovitusi, siis sageli just nii see kulgebki, ta on selleks valmis, ta usub ja teeb koostööd. Ma nimetan

seda „patsiendi programmeerimiseks“. See meetod töötab. Kasutan niisugust eelhäälestamist ära kogu patsiendi kriitilise raviperioodi (kemoterapia- või operatsiooni järgne -) ladusamaks muutmiseks. Efekt on väga hea, kui ta saab selle ravi kõrvaltoimete või operatsioonijärgse taastumise eripärad teada juba eelnevalt; valmistub ise mentaalselt ette, tahab ise, et see periood just nii kulgeks, on ise tugev just siis, kui on tegelikult ravist nõrk. Kui hakata patsiendile informatsiooni jagama alles siis, kui ta on juba nõrk, siis seda usku ja jõudu võibolla ei tekkigi. Mulle meeldib väga minu erialane TÖÖ - opereerimine, otsene reaalne abi patsiendile tema haiguse võitmisel. Olen püüdnud iga patsiendi jaoks anda enda teadmistest, käelistest oskustest ja positiivsest energiast maksimumi, soovin tõesti alati talle lõplikku tervenemist. Ka siis, kui seda võimalik saavutada ei ole, püüan patsiendile anda kaasa võimalikult positiivse tahte edasi võidelda.

Üritan küll koju tööd mitte viia, aga see jõuab paratamatult sinna, kasvõi ületundide varjuna. Üldise positiivsuse säilitamine selles töös on tähtis. Aeg-ajalt on vajalik naer läbi pisarate. Läbipõlemise risk on suur, mingi kaitsekiht on igal meedikul vajalik. Mulle meeldib nali, aasimine ja rõõmsad inimesed. Ise pidevalt stressis olles ei suudaks ma anda patsiendile endast positiivset energiat. Äärmiselt tähtis on säilitada produktiivne, positiivne ja pingevaba töökeskkond. Vahel tuleb selle keskkonna säilimiseks võidelda ka süsteemiga. Mul on vedanud oma MEEKONNAGA kliinikumis, kellega sünergias seda tööd patsientide heaks päevast päeva teeme. Meil on sarnased väärtushinnangud, naljasoon ja töökultuur. Ma tänan oma meeskonnaliikmeid - sõpru ja kolleege, naudin igapäevast tööd koos teiega, see mulle osutatud au on kummardus ka teile. Aitäh!

Dr Pilleriin Soodla: „Kutsun üles kolleege mõtlema HIVile ja testima oma patsiente“



Dr Pilleriin Soodla Foto: Andres Tennus

1. detsember oli traditsiooniliselt AIDSi ohvrite mälestuspäev. Alates 1981. aastast, mil HIV epideemia algas USA noorte meestega seksivate meeste seas, on muutunud palju. Ülemaailmselt arvatakse HIV poolt põhjustatud surmajuhtumite arvuks 32 miljonit. Pea samapalju, 30 miljonit inimest elab ülemaailmselt koos viirusega.

Täna sel päeval on HIV ravimitega edukalt kontrolli all hoitav krooniline viirushaigus ning jälgimisel ja ravil olevad inimesed ei ole teistele nakkusohtlikud. Viirusvastane ravi koosneb ühest kuni kahest tablettist päevas. Samuti on HIV-positiivsetel naistel võimalik saada terveid lapsi. HIV-ravi on ennetus, mistõttu on oluline leida üles kõik nakatunud, et esimesel võimalusel alustada viirusvastast ravi.

HIV-positiivsel ei pruugi nakatumisel olla ühtegi sümptomit või on kaebused mitte-spetsiifilised ja ei viita kuidagi kindlalt HIV-nakkusele. Kõige sagedasemad ägeda primaarse HIV-infektsiooni sümptomite hulka kuuluvad palavik, kurguvalu, lümfisõlmede suurenemine ja lööve, sellisel juhul on haiguseks mononukleosis. Kahjuks esineb sellist haiguspilti ainult kuni pooltel nakatunutest. Infektsiooni edasi kestmisel esinevad patsientidel jällegi mitte-spetsiifilised kaebused nagu väsimus, öine higistamine, aeg-ajalt tekkiv palavik, kõhulahtisus, samuti võib esineda verepildi muutused, nagu leukopeenia, trombotsütopeenia või aneemia. Sagedased infektsioonide põdemised, erinevad lööbed ning võõtohtis nooremal inimesel võivad samuti viidata HIV-nakatumisele.

Järgmine grupp haigusi tekib infektsiooni aastatepikkusel kestmisel ja neid nimetatakse klassikaliselt AIDSi defineerivateks haigusteks. Nimekiri on püsitud alates 1993. aastast ning hõlmab enamasti oportunistlikke või kasvajalisi haigusi nagu lümfoom, emakakaelavähk, pneumotsüst-pneumoonia, krüptokokinfektsioon jt.

Eespool nimetatud seisundite ja sümptomite esinemisel peaksid tervishoiutöötajad suunama patsiendid HIV testimisele. Lisaks kaebustele ja sümptomitele tuleks arvestada ka inimese/patsiendi riskigrupi kuulumist, mille korral on suurem tõenäosus nakatumiseks ja seega tuleks patsiente skriinida HIV suhtes. HIV riskigruppe on esmasel arstiviisiilil või EMO külastamisel keeruline hinnata või selgitada ja seega meil ei ole teada kõiki inimese tegelikke riske.

Kes on HIV diagnoosi saavad inimesed?

HIV on tavaliste, tublide, edukate 30–40 aastaste haigus, nakatatakse enamasti seksuaalsel teel ja Ida-Euroopa riikidele iseloomulikult rohkem heteroseksuaalsel teel ja vähem homoseksuaalsel teel. Lääneriikides on prevaleeruvaks olnud justnimelt homoseksuaalne nakatumine, kuid suure sisserändega on ka see hakanud viimastel aastatel muutuma. Uutest juhtudest on narkootikumide süstimise kaudu nakatunute osakaal on alla 10%. Eestis on proportsionaalselt juhte kõige rohkem Harjumaal ning Tallinnas ja Ida-Virumaal, mujal vähem.

Seoses COVID-19 pandeemiaga on Eestis HIV testimine vähenenud, olles seotud kindlasti raviteenuste kättesaadavuse vähenemise ja piirangutega. Senini on Eestis olnud Euroopas HIV testimisel silmapaistev, kõige suurem küsimus on aga õige sihtrühma testimine ning raskesti kätte saadavate populatsioonide testimine. COVID-19 pandeemia ajal valmis Eestis HIV testimise ravijuhend, mis pandeemia tõttu ei ole saanud vajalikku tähelepanu. Ravijuhend

annab soovitusi, keda, millal ja kuidas kõige parem HIV suhtes testida oleks. Kokkuvõttes olekski vaja HIV testimist kaaluda lähtudes sümptomitest, haigustest või riskidest, nagu joonisel näha.

Testimisjuhend soovib sõltumata probleemist või erialast testida HIV suhtes kõiki Harjumaal ja Ida-Virumaal inimesi vanuses 16–49 eluaastat nii ambulatoorsel ravil kui ka statsionaarsel ravil, kaasaarvatud EMOdes. Kliinikum on seega soovitus testida arvestades sümptomeid, haigusi või riske. HIV testimise juhend annab ka Eesti kõikide nakkuskabinettide kontaktid, kuhu peaks positiivse testiga inimesed võimalikult kiiresti jõudma. Oluline on ka veenduda, et patsient vastuvõtule jõuab.

Patsientidega HIV testimist arutades võib selguda ka vajadus kokkupuute eelse profülaktika järele. Tablett-profülaktika kõrge HIV-nakatumise riskiga inimestele on kättesaadav, ravikindlustusega inimestele 50% soodustusega. Eestis on see eelkõige suunatud meestega seksivatele meestele, aga ka näiteks paaridele, kus üks partneritest on HIV-positiivne ja teine mitte või muude riskide korral. Pilotperioodil on retsepti kirjutamise õigus infektsioonhaiguste arstidel.

Seega, kutsun täna AIDSi ohvrite mälestuspäeval üles kõiki kolleege mõtlema HIVile ja testima oma patsiente. Niisamuti ka patsiente – kui tunnete end eespool toodu põhjal HIV-riskigrupis olevaks, on oluline pöörduda HIV testimisele kas nõustamiskabinettidesse või ükskõik millisesse tervishoiuasutusse seda ise küsides. Riski jätkudes on oluline ka regulaarne testimine. Kõrge riski korral tasub küsida kokkupuute-eelse profülaktika (PrEP) võimaluse kohta.

DR PILLERIIN SOODLA
Tartu Ülikooli Kliinikumi sisekliiniku infektsioonhaiguste arst-õppejõud

HIV testimise ja ravijuhend: www.ravijuhend.ee/tervishoiuvarav
Patsiendi info PrEP kohta: www.ravijuhend.ee/patsiendivarav/juhendid

Kliinikumi südamehaigete taastusravi kaugteenusmudeli projekt jätkub koostöös Tervisekassaga

1. jaanuarist 2023 jätkab südamehaigete taastusravi kaugteenusmudeli projekti rahastamist Tervisekassa innovatsioonifond, eesmärgiga parandada südamehaigete taastusravi kättesaadavust ja suurendada taastusravi patsientide osakaalu.

Ühtlasi on eesmärgiks viia läbi kaugteenusmudeli mõju hindav teadusuuring ning koguda vajalikku sisendit riikliku rahastusmudeli loomise jaoks.

Südame-veresoonkonna haigused on jätkuvalt juhtivaks surmapõhjuseks nii Eestis kui mujal maailmas. Tartu Ülikooli Kliinikumi spordimeditsiini ja taastusravi kliiniku juht dr Aet Lukmanni sõnul on oluline, et teenust vajavad südamehaiged jõuaksid taastusravile: „Südamehaigete taastusravi vähendab südamehaigustesse suremust, korduvat hospitaliseerimist, parandab patsiendi funktsionaalset võimekust ja elukvaliteeti ning on ühtlasi ka kulutõhus.“ Sellest hoolimata on aga nii Eestis kui Euroopas nende taastusravi saavate südamehaigete patsientide osakaal madal. „COVID-19 pandeemia ajal halvenes paljude ambulatoorse tervishoiuteenuste, sealhulgas ambulatoorse taastusravi, kättesaadavus veelgi. Lahenduste leidmiseks hakati kliinikumis südamehaigete taastusravi osutama kaugteenusena, kombineerides seda kaugmonitooringu läbiviimiseks Polar ja Google rakendusega,“ selgitas projekti tagamaid dr Lukmann.

Usume, et projekt toob kaasa patsientide parema taastusravi püsivuse ning parandab üleüldiselt teenuse kättesaadavust

2021. aastal läbis loodud kaugteenuse mudeli projekt edukalt ka Tartu Ülikooli Kliinikumi arendusfondi innovatsioonitaotluste vooru, mis tagas projektile rahastuse 2022. aasta lõpuni. „Meie projekti eesmärk oli luua terviklik südamehaigete taastusravi mudel selleks, et parandada patsientide taastusravi teenusel püsivust ja teenuse kättesaadavust. Aasta jooksul oleme kaasanud projekti ligi 70 patsienti, kellel ei oleks olnud kontaktteenuse raames või-

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum



malust osaleda taastusravi programmis. Patsientide tagasiside sellisele kombineeritud mudelile on olnud väga positiivne, mistõttu oleme oma projektimeeskonnaga veendunud projekti jätkamise vajalikkuses,“ rääkis kliinikumi projekti koordinaator Gertu Söerunurk.

Projekti jätkamiseks esitati taotlus Tervisekassa innovatsioonikonkursile, mille tulemusel otsustati kaugteenusmudeli projekti rahastada. „Otsustasime projekti innovatsioonifondist toetada, kuna see võimaldab potentsiaalselt suuremal hulgal patsientidest jõuda järjepideva taastusravini. Teame, et taastusravile jõudmine on paljude seisundite puhul probleemiks, seda nii vähesel suunamise kui ka patsiendi poolsete

takistuste tõttu. Ühtlasi väheneb inimeste omaosalus, mis on seotud transpordi ja töölt eemal viibimisega. Kui kaugteenuse mudeli mõju hinnatakse uuringu raames efektiivseks ja kulutõhusaks, on seda võimalik laiendada üle-eestiliselt, ühtlasi annab projekt sisendi kõige sobilikuma rahastusmudeli väljatöötamiseks,“ rääkis Tervisekassa juhatuse liige Maivi Parv.

Südamehaigete taastusravi kaugteenusmudeli projektis lähtutakse tõenduspõhisest taastusraviprogrammist. Kaugmonitooringu ning -nõustamise läbiviimiseks on kaasatud kaasaegsed tehnoloogilised vahendid – raviteenuse digitaalne platvorm Buddy Healthcare, Polar rakendus – ning patsiendi teekonda jälgiv ning koordineeriv öde-juhtumikorraldaja. Patsiendi jaoks tähendab kaugteenus kombinatsiooni kontakt- ja kaugteenusest 8–12 nädala jooksul. Projekti ravimeeskonda kuuluvad taastusravil, füsioterapeut, psühholoog, toitumisspetsialist ning öde-juhtumikorraldaja, kes võtab ambulatoorsele taastusravile suunatud südamehaigete patsientidega ühendust 1–2 nädala jooksul pärast haiglast väljakirjutamist. Programmi kaasatakse patsiendid, kelle seisund taastusravi hinnangul on sobilik ning patsient on nõus programmis osalema.

„Usume, et projekt toob kaasa patsientide parema taastusravi püsivuse ning parandab üleüldiselt teenuse kättesaadavust. Sama mudel on võimalik tulevikus kasutusse võtta ka teiste kroonilisi haigusi põdevate ning pidevalt ja pikaajalist taastusravi vajavate patsientide puhul. Ühtlasi on projekt hea näide mitme eriala koostööst – kui taastusravialane sisend tuli meie kliinikust, suuresti tänu dr Maie Ojamaale ja füsioterapeut Livian Laaneotsale, siis vähemolulised ei ole ka kolleegid südamekliinikust, vastuvõtte läbi viiv ja patsiente jälgiv öde-juhtumikorraldaja ning lahenduste tehniline teostus,“ lisas dr Lukmann.

KLIINIKUMI LEHT



Doktoritöö kaitsnud kolleegid juhatusesse vastu võtmas

Foto: Evelin Lumi

2022. aastal doktoritöö kaitsnud kolleegid

Juhan Saaring

füüsika erialal
„Ultrafast relaxation processes in ternary hexafluorides studied under synchrotron radiation excitation“ („Ülkiirete relaksatsiooniprotsesside uurimine kolmekomponendilistes heksafluoriidides sünkrotronkiirguse ergastusel“).
Juhendaja: prof Marco Kirm (Tartu Ülikool).

Dmitri Valiulin

liikumise- ja sporditeaduste erialal
„Effect of high-intensity priming added to common warm-up on performance among endurance athletes“ („Lühiajalise maksimaalse eelpingutuse mõju maksimaalsele pingutusele vastupidavusala sportlastel“).
Juhendajad: Priit Purge (sporditeaduste ja füsioteraapia instituut, TÜ), professor Peter Hofmann, Dr. rer. nat University of Graz, Graz, Austria.

Reeli Tamme

arstiteaduse erialal
„Associations between pubertal hormones and physical activity levels, and subsequent bone mineral characteristics: a longitudinal study of boys aged 12–18“ („Puberteediea erinevate hormoonide ja kehalise aktiivsuse seosed hilisemate luutiheduse näitajatega: longitudinaalne uuring poistel vanuses 12–18 eluaastat“).
Juhendajad: Vallo Tillmann, Jaak Jürimäe.

Heigo Reima

arstiteaduse erialal
„Colorectal cancer care and outcomes – evaluation and possibilities for improvement in Estonia“ („Kolorektaalvähi ravi ja tulemite hindamine ning nende parandamise võimalused Eestis“).
Juhendajad: Jaan Soplepmann, Kaire Innos.

Mati Arend

liikumise- ja sporditeaduste erialal
„Effects of specific inspiratory muscle warm-up on maximal inspiratory pressure, rowing performance, and VO2 kinetics“ („Sissehingamislühaste soojenduse mõju sõudjate sooritusvõimele, hapnikutarbimisele ja maksimaalsele suuõõnerõhule sissehingamisel“).
Juhendajad: kaasprofessor Jarek Mäestu (sporditeaduste ja füsioteraapia instituut, TÜ), kaasprofessor Jana Kivastik (bio- ja siirdemeditsiini instituut, TÜ).

Nigul Ilves

arstiteaduse erialal
„Brain plasticity and network reorganization in children with perinatal stroke: a functional magnetic resonance imaging study“ („Aju plastilisus ja võrgustike reorganiseerumine perinataalset insulti põdenud lastel: funktsionaalne magnetresonantstomograafilise uuring“).
Juhendajad: Pilvi Ilves, Rael Laugesaar, Mairi Männamaa.

Marko Murruste

arstiteaduse erialal
„Short- and long-term outcomes of surgical management of chronic pancreatitis“ („Prospektiivne uuring kroonilise pankreatiidi kirurgilise ravi lähi- ja kaugtulemustest“).
Juhendajad: Urmas Lepner, Peep Talving.

Jüri Lieberg

arstiteaduse erialal
„Results of surgical treatment and role of biomarkers in pathogenesis and risk prediction in patients with abdominal aortic aneurysm and peripheral artery disease“ („Kirurgilise ravi tulemused ja biomarkerite seos haiguse patogeneesi ning riskiga kõhuaordi aneurüsmi ja alajäse arterite haigusega patsientidel“).
Juhendaja: professor Jaak Kals, Tartu Ülikool.

Sanna Puusepp

arstiteaduse erialal
„Comparison of molecular genetics and morphological findings of childhood-onset neuromuscular disorders“ („Lapseeas alanud pärilike neuromuskulaarsete haiguste molekulaargeneetiliste ja morfoloogiliste uuringutulemuste võrdlus“).
Juhendajad: professor Katrin Õunap, Tartu Ülikool, professor Werner Stenzel, Charité – Berliini meditsiiniülikool (Saksamaa).

KLIINIKUMI LEHT

Videokonkursi esikoha pälvis taas silmakliinik

Kliinikumi jõuluootuse juurde kuulub juba kolmandat aastat töötajate kollektiivide humoorikas videokonkurss. Teemakonkursile „Uus tervishoiuteenus, mida keegi ei oodanud“ esitati struktuuriüksuste poolt kokku 12 videoteost.

Kuvatõmmis võiduvideost

Parimate väljaselgitamiseks täitsid ajavahemikus 2.–9. detsember zürri rolli pea 700 kliinikumi töötajat. Videokonkursi esikoha pälvis silmakliiniku video „Silmakliiniku uus teenus“, mis ühtlasi kordas oma eelmise aasta esikohta. Teise koha pälvis video „Aju restart“, mis valmis anestesiooloogia ja intensiivravi kliiniku ja närvikliiniku koostöös. Kolmandaks valisid töötajad närvikliiniku neuroloogia osakonna video „Kood 7062“.

„Silmakliiniku uus teenus“ võttemeeskond tänas kõiki, kes nende poolt hääletasid ning vihjasid, et patsient Rand Kaljut võib kliinikumis kohata veelgi: „Patsient on saanud teenusega üllirahul. Samas on Rand Kaljul ja tema kaasal küpsenud plaan kasutada järgmisena ka teisi kliinikumi teenuseid. Rand Kalju on tulnud, et jääda.“

„Aju restart“ võttemeeskonna sõnul oli mõte põimida videosse nii nalja- kui murekoht: „Suur aitäh kõigile, kes meie video poolt hääletasid. Video käsitles olulist murekohta – tervishoiutöötajate läbipõlemine – aga veidi humoorikamas ja innovaativisemas võtmes. Stsenariumi kirjutades mõtlesime, et kõige turvalisem on iseenda üle nalja teha ja tore, et seda huumorit ka paljud teised mõistsid. Meie tänusõnad lähivad videograaf Raul Roomale, kes meie spontaanse plaaniga nii kiirelt kaasa tuli ja kõik väga osavalt kokku monteeris. Nagu meditsiinis ikka, tuleb erialade vahel tihedat koostööd teha ja nii andis ka meie



videosse suure panuse neurokirurg Tõnu Rätsep. Jätkame ka edaspidi tihedat koostööd kliinikumi närvikliinikuga,“ vahendas meeskonna mõtted vanemõde Liisi Põldots.

„Kood 7062“ videos uhkeid tantsuamme võtnud arst-resident Karl Gregori Kadatski: „Oleme Kristina Morozjukiga mõlemad tegelenud võistlustantsuga noorest east alates, tema Tallinnas, mina Tartus. Nähes, et ka see aasta toimub videokonkurss, tekkis mul mõte osaleda ning ka Kristina oli sellega kohe nõus. Loo valik oli lihtne, sest minu arvates on tegemist ühe ilusaima jõululauluga, mis juhuslikult on ka Viini valsi taktis. Kuna käimas oli ka saade „Tantsud tähtedega“, siis tuli pisut inspiratsiooni ka ühest sealsest esitusest, mis hõl-

mas partneri tõstmist, sest tantsutrennides seda eriti ei õpetatud. Meie meeskonnas oli ka arst-resident Karl Oliver Tomson, kes aitaks meid operaatoritööga, sobivate kaamenurkade valimisega ning montaažiga.“ Rahva hääle soovil esikolmiku tiitlid pälvinud teosed avalikustati kliinikumi aastalõpukontserdil 12. detsembril Kammivabriku tehasehoones. Kolme enim hääli saanud video auhinnafondiks on meeskonna poolt vabalt valitud tehnika, millega rikastada töökeskkonda.

Aitäh kõikidele kliinikumi töötajatele, kes konkursil osalesid ja jõuluootuse eriliseks ja rõõmsamaks tegid!

KLIINIKUMI LEHT

Kliinikumi peahoone Omniva pakiautomaat

Kliinikumi L. Puusepa 8 peamaja L. Puusepa tänava poole sissepääsu juurde rajati Omniva pakiautomaat. Pakiautomaati saavad nii kliinikumi töötajad kui ka pikemalt kliinikumis viibivad patsiendid tellida pakke, valides Omniva kodulehel sihtkohaks „Tartu Ülikooli Kliinikumi pakiautomaat“. Pakiautomaati tühjendatakse iga päev kell 8.00 (välja arvatud pühapäev).





Kardiointensiivravi osakonna muusikaline etteaste

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Kliinikumi töötajate jõululaat

15. detsembril toimus L. Puusepa 8 peamajas Tartu Ülikooli Kliinikumi töötajate jõululaat, mis oli mõeldud kauplemiseks just kliinikumi töötajatele ja kollektiividele. Lisaks töötajatele olid oodatud ostlema ka patsiendid.

Müügiletidel leidus nii käsitööd tekstiilitoodete näol kui ka maalitud portselani ja keraamikat. Samuti ei puudunud heegeldatud ja kootud riidesemed ning mänguasjad, ühtlasi jõulukompositsioonid. Kuna jõululaada algusaeg lähenes ka lõunapausile, kadusid lettidelt kõige kiiremini

just kollektiivide poolt tehtud hõrgutised – kuumad võileivad, värsked lihapiirukad, kaneelisaiad, ise küpsetatud leivad, kaneelisaiad, piparkoogid, astepaljutooted, piparkoogitaignad jne. Muusikalise vahel oli ette valmistanud kardiointensiivravi osakond, kes oma osakonnajuhi dr

Urmet Aruse klaverimängu saatel jõululaule esitasid.

Osa jõulumüügi tulust annetati ka heategevuseks Cats Help MTÜ-le.

KLIINIKUMI LEHT

Kaunist pühadeaega ja head uut aastat!

Kliinikumi 2023. aasta kalender peidab vihjet uuele, 2023. aastal ukseid avavale lastehaiglale. Kujunduste autor on kunstnik Marju Tammik koostöös Unt/Tammik disainistuudioga. Just need kunstnikud loovad ka uue lastehaigla seiklusliku sisekeskkonna.

