

# Kliinikumi Leht

Siseleht nr 260, märts 2023

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

## Kasvajast kahjustatud vaagnaluu tühimik asendati uudse proteesiga

Veebruaris 2023 viidi Kliinikumis läbi pahaloomulise luukasvaja eemaldamine puusanapa piirkonnas, mille järel asendati kasvajast kahjustatud ala uudse proteesiga.

Tartu Ülikooli Kliinikumi ortopeediakliiniku ülemarst-õppejõu prof Aare Märtsoni sõnul kasutati proteesi, mis asendab puusanapa piirkonda ja kinnitub vaagnaluu, luukasvaja korral esimest korda. Varem on sarnast proteesi kasutatud vaagnaluu deformatsioonide korral. „Suuri kasvaja rekonstruktsioone tuleb Kliinikumis aastas ette viis kuni kümme. Kondorsarkoomi eripäraks on aga teiste ravivõimaluste puudumine, mistõttu kiiritus- ja keemiaravi asemel on ainsaks võimaluseks kirurgiline ravi,” selgitas prof Märtsen.

Patsiendil, kel löikus läbi viidi, asus pahaloomuline kõhreline kasvaja ehk kondorsarkoom parema puusanapa piirkonnas. „Operatsiooni käigus eemaldati kasvajast kahjustatud vaagnaluu koos puusanapaga, millest tekkinud tühimik täideti defekti asendamiseks proteesiga, mis kinnitati vaagnaluu,” kirjeldas prof Aare Märtsen.

Innovaatilise operatsiooni meeskond koosnes nii Kliinikumi ortopeediakliiniku kui ka operatsiooniteenistuse kolleegidest, samuti kuulus operatsioonimeeskonda ka Helsingi Ülikooli Haigla professor Minna Laitinen. „Prof Laitinen on kasutanud antud ravimeetodit Helsingis korduvalt. Seetõttu konsulteeris ortopeediakliiniku arst-õppejõud Kaspar Tootsi temaga patsiendi keerulist ravi juhtu, mille tulemusel oli prof Laitinen hea meelega valmis ka operatsioonimeeskonnaga ühinema,” lausub



Prof Minna Laitinen koos operatsioonimeeskonnaga

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

prof Märtsen. Lisaks oli operatsiooni juures ootel ka veresoontekirurgia osakonna juhataja prof Jaak Kals. „Suurte veresoonte tõttu on tegemist anatoomiselt keerulise piirkonnaga, mistõttu on ka Soome selliste operatsioonide juures alati valmis ka veresoontekirurg,” selgitas ülemarst-õppejõud.

Prof Minna Laitineni sõnul on vaagnapiirkonna resektsioonid ortopeedilise onkoloogia ühed nõudlikumad operatsioonid – ka see operatsioon kestis seitse tundi.

„Kuigi vaagnasarkoomide eemaldamisi on erinevaid, siis antud operatsioonil kasutatud proteesi on võimalik kasutada vaid siis, kui kasvaja tõttu eemaldatakse kogu puusalühes,” sõnas prof Laitinen. Professori sõnul on patsiendi taastumise eeldatav funktsionaalne tulemus hea. „Loodame, et patsient saab kõndida piiramatuid vahemaid – lühikestel distantsidel ilma toeta ning pikematel kepi abil,” selgitas prof Laitinen.

## Keemiaravi on nüüd kättesaadav ka Narva elanikele

Tartu Ülikooli Kliinikumi ja Narva Haigla koostöö tulemusel on alates märtsikuust Narva ja teistel Ida-Virumaa elanikel võimalik käia keemiaravi seansidel kodukoha lähedal Narva haiglas. Keemiaravi viivad läbi ülikoolihaigla arstid ning teised Narva haigla erialaspetsialistid.

„Kliinikumi ambulatoorsed vastuvõttud on Ida-Virumaa regiooni vähiravi vajavate patsientide jaoks olnud olemas juba varasemalt, mistõttu oli meile teada ka Narva patsientide ootus käia keemiaravi kodu lähedal kulutamata pikki sõidutunde Tartusse. Seega on meil väga hea meel laiendada vähiravi võimalusi Eesti suuruselt kolmandas linnas,“ lausus Tartu Ülikooli Kliinikumi ravijuht dr Andres Kotsar.

Kui patsientide vähiravi eest vastutavad Narvas Kliinikumi hematoloogia-onkoloogia kliiniku arstid, siis kõik vajalikud ruumitingimused on selleks loonud Narva Haigla. „Narva Haigla teeb omalt poolt kõik, et meie piirkonna haiged pääseksid võimalikult kiiresti onkohematoloogilisele konsultatsioonile ja ravile elukoha lähedal, samuti vajadusel kõrgemas ravi etappi. Oleme loonud Narva Haiglas tingimused, mis on vajalikud kaasaegse vähiravi osutamiseks ja viljakaks koostööks Tartu Ülikooli Kliinikumi onkoloogide ja hematoloogidega nii Narva Haiglas kui juhtivates vähikeskustes. Tänaan kõiki Tartu Ülikooli Kliinikumi vähiraviarste panuse eest vajaliku abi osutamise ja arendamise eest Narva Haiglas,“ kommenteeris Narva Haigla juhatuse liige dr Ago Kõrgvee.

**Narva on nüüd üks osa Kliinikumi vähiravi süsteemist. Patsiendi jaoks tähendab see ka kiiremat diagnoosi ja ravi**

Üks eeldustest, mis võimaldas planeerida keemiaravi Narva Haiglas, on väga hea koostöö kohaliku haigla teiste üksustega. „Ravi viivad läbi küll Kliinikumi arstid, ent see ei oleks võimalik ilma diagnostikata, radioloogiliste uuringuteta ning teiste erialakliinikute panuseta,“ lausus Kliinikumi hematoloogia-onkoloogia kliiniku juht dr Kristiina Ojamaa. Dr Ojamaa kinnitas, et



Dr Kristiina Ojamaa

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Narva on nüüd üks osa Kliinikumi vähiravi süsteemist. „Patsiendi jaoks tähendab see ka kiiremat diagnoosi ja ravi. Kui Ida-Virumaa patsiendid pöörduvad meie vastuvõtule perearsti või mõne muu eriarsti suunamisel, tehakse esimesed vajalikud uuringud Narvas, mille põhjal otsustakse patsientide Tartusse suunamise vajadus ning ka suunamise kiirus sõltuvalt vähiraviga alustamisest,“ selgitas dr Kristiina Ojamaa. Ta lisas, et keemiaravi on üks vähiravi põhikomponent, mida sageli kombineeritakse kas kirurgilise raviga või kiiritusraviga.

„Keskmiselt vajavad patsiendid keemiaravi ühe kuni kolme nädala tagant, sealjuures võib selle kestus varieeruda ühest süstist kuni viie-kuue tunnini. Kasvaja vastases süsteemravis liigub ravitegevus aina enam statsionaarist ambulatoorseks. Juba 85-90% keemiaravi kuuridest viiakse läbi ambulatoorsetes tingimustes. Uued ravimid on efektiivsed, mistõttu elavad täna neljanda staadiumiga patsiendid kauem. See omakorda tähendab jällegi suuremat ravikuuride vajajate arvu,“ rääkis hematoloogia-onkoloogia kliiniku juht. Dr Ojamaa hinnangul on lisaks ravitegevu-

sele oluline ka Ida-Virumaa elanike teadlikkuse tõstmine, et patsiendid ei jõuaks vähiravile liiga hilja.

„Oleme kogenud, et Kliinikumi eriarstid on Narva elanike poolt oodatud ning soojalt vastu võetud. Lisaks hematoloogidele ja onkoloogidele – dr Ain Kaare, dr Mari Punab, dr Marju Kase ning dr Sandra Kase – on Narva patsientide päralt ka Kliinikumi onkokirurgiline kompetents – dr Taavi Põdramägi ning dr Inga Vaasna,“ ütles ka ise Narvas vastuvõtte läbi viiv dr Ojamaa.

Kliinikumi arstide vastuvõtule pöördumiseks on vaja perearsti või mõne teise eriala arsti saatekirja. Vastuvõtuaega Narva Haiglas hematoloogile või onkoloogile saab broneerida Kliinikumi kõnekeskuse telefonil 731 9100 (E-R 07.30-18.00), Kliinikumi registratuuris kohapeal, kodulehe vormi kaudu, Kliinikumi patsiendiportaali ePatsient kaudu, üleriigilise Digiregistratuuri kaudu, Narva Haigla registratuuri telefonil 356 0469 või 356 1144 või Narva Haigla registratuuris kohapeal.

**KLIINIKUMI LEHT**

### ▶ ALGUS LK 1

Prof Märtsen rõhutas Kliinikumi ja Helsingi Ülikooli Haigla heade suhete ja koostöö väärtuslikkust, mille tulemusel tagatakse parim võimalik ravi patsientidele üle kogu Eesti. „Selliste suurte ja haruldaste kasvaja kirurgiline ravi on mõistlik koondada ühte keskusesse, Soomes on üheks selliseks HUSi traumatoloogia ja ortopeedia kliinik, kus prof Minna Laitinen ka ametis

on. Eestis on selleks keskuseks ülikoolihaigla,“ sõnas prof Märtsen.

Lisaks edukale operatsioonile oli prof Laitinenil hea meel Kliinikumi professionaalse meeskonna ning sooja vastuvõtu üle. „Olin väga positiivselt üllatunud, kui hästi oli kõik ettevalmistatud, tegemist oli uudse operatsiooniga. Teil on suurepärane personal ning võite oma haigla üle olla väga uhked,“ sõnas prof Laitinen.

Operatsioonil osalesid: prof Minna Laitinen Helsingi Ülikooli Haiglast ning Kliinikumist prof Aare Märtsen, dr Kaspar Tootsi, arst-resident Kaido Stroom, operatsioonioled Viktoria Ikonen ja Signe Avamägi, anestezioloogia osakonna juhataja dr Kaie Stroom ning anesteesiaõde Jevgenia Aleksejeva.

**KLIINIKUMI LEHT**

## Regulaarsed kohtumised perearstidega kiirendavad patsiendi raviteekonda

Tartu Ülikooli Kliinikum korraldab alates 2022. aastast regulaarseid üle-eestilisi kohtumisi perearstidele. See tähendab nii kontaktseminare kui ka veebiseminare, mõlemal juhul on eesmärgiks suurendada Kliinikumi ja perearstide koostööd, tutvustada ravivõimalusi Kliinikumis ning koguda tagasisidet e-konsultatsioonide käigus esile kerkinud murekohtade osas.

Foto: Andres Tennus

„Kui COVID-19 pandeemia esimeste lainete ajal oli plaaniline ravi oluliselt häiritud, kohtusime regulaarselt Tartu perearstide esindajatega selleks, et jagada kiirelt olulisimat teavet ning leida võimalusi, et patsientide ravi ei kannataks. Nüüd, mil COVID-19 pandeemia ei mängi meie igapäevaelus enam nii suurt rolli, otsustas Kliinikumi juhatus laiendada otsesuhtlust perearstidega ka teistesse regioonidesse,“ rääkis ravijuht dr Andres Kotsar.

Dr Kotsar tõi välja, et praeguseks on koostöökohtumised lisaks Tartu regioonile toimunud peamiselt Ida-Virumaal, kus Kliinikumi erialasid tutvustavad veebiseminarid on kogumas aina enam kuulajaid. „Alustasime nende erialade tutvustamisega, mis on esindatud vaid Kliinikumis, samas kõikide Eesti patsientide jaoks – harvhaigused, meditsiinigeneetika, meestekliinik,“ sõnas ravijuht.

Lisaks veebiseminaridele on perearstid oodatud ka kontaktseminaridele nende kodukohas. Kohtumiste üks eesmärk on korjata üle e-konsultatsioonide võimalused patsientide suunamiseks eriarsti vastuvõtule. „E-konsultatsioon on jätkuvalt väga hea võimalus tagada patsiendile võimalikult kiire ja sujuv raviteekond, võimaldades tervishoiusüsteemis selekteerida patsiente, kes kuuluvad perearsti vaatevälja ning kes vajavad eriarsti juurde pääsemist, võttes sealjuures arvesse ka ajalise kiiruse,“ selgitas Kotsar.



Ravijuht dr Andres Kotsar

Kliinikumis toimuvad e-konsultatsioonid juba 28 erialal. „Näeme, et tulevikus hakavad vastuvõttud toimuma kõikidel erialadel e-konsultatsioonide kaudu. See on ajavõit nii patsiendile kui tervishoiusüsteemile, kuna enne vastuvõttu saab patsiendile määrata juba ka vajalikud uuringud, et esimene kontakt arstiga oleks võimalikult

efektiivne ja tulemuslik,“ rõhutas dr Kotsar. E-konsultatsioonide infoseminaridel on lisaks ravijuhile esindatud ka e-konsultatsioonidele vastavate erialade esindajad. „Oleme kohtumistel kogunud ka perearstide tagasisidet praeguse süsteemi kohta kuni selleni, millised on ootused eriarsti e-konsultatsiooni vastusele. Samuti oleme selgitanud, kuidas e-konsultatsiooni vormistada, millised eelalused eriarst vajab või milliseid uuringuid on vajalik eelnevalt patsiendile korraldada kuni selleni, et konsulteeritakse ka mõne keerulise patsiendi juhtu. Sageli on mureks keerulised sisehaigustega patsiendid, kes jäävad mitme eriala vahele, ent see pole ainult Ida-Viru regiooni eripära,“ rääkis ravijuht.

Kui e-konsultatsiooni tulemusel selgub, et patsient tuleb Kliinikumi arstide poolt üle võtta, võtavad Kliinikumi töötajad ka ise patsiendiga ühendust, et korraldada vajalikud uuringud enne visiiti. „E-konsultatsioonid on end kindlasti õigustanud, samuti nende tutvustamine perearstidele. Samas seisab hulk arendustöid patsiendi sujuva teekonna tagamiseks veel kindlasti ees. Kui täna patsient haiglast koju läheb või erakorralise meditsiini osakonda külastab, ei jõua info automaatselt perearstini. Seega võiks parem info liikumine erinevate tervishoiuasutuste ja infosüsteemide vahel olla üheks tuleviku eesmärgiks,“ sõnas dr Andres Kotsar.

**KLIINIKUMI LEHT**

## Prof Mitra Tavakoli silmakliinikus

Tartu Ülikooli Kliinikumi silmakliinikut külastas veebruarikuus sarvkesta konfokaalse mikroskoopia üks juhtivaid spetsialiste maailmas – prof Mitra Tavakoli, Exeteri Ülikoolist Inglismaalt. Prof Tavakoli andis temaatilise loengu ja viis läbi ka õpitoa.



Dr Kuldar Kaljurand silmakliinikus uuringut läbi viimas

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Konfokaalmikroskoopia abil on võimalik hinnata nii kvalitatiivselt kui kvantitatiivselt sarvkesta kudede struktuuri ja rakulist koostist. Uurimismeetod annab võimaluse diagnoosida mitmeid silma sarvkesta haigusseisundeid nagu düstroofiad, põletikud ning ka närvikiudude patoloogilisi seisundeid. Neist viimane parameeter on hiljutiste uuringute valguses osutunud väga efektiivseks ja suhteliselt lihtsalt läbiviidavaks mitte-invasiivseks surrogaat-uuringuks

diabeetilise neuropaatia korral. Konfokaalmikroskoopia on sarvkesta haiguse diagnostikas silmakliinikus kasutusel olnud juba aastaid. Selle viimase, diabeeti puudutava, informatsiooni valguses on meil võimalus laiendada sarvkesta konfokaalmikroskoopia kasutamise spektrit.

Oma loengus tutvustas prof Tavakoli konfokaalmikroskoopia aluspõhimõtteid ja viimaseid tarkvara arendusi. Käsitlemist

leidsid ka peamised ja sagedasemad sarvkesta haigused. Samuti tutvustas prof Tavakoli uuemaid andmetötluse võimalusi. Sealjuures saime salvestada uuema andmetötluse versiooni ka meie uuringuaparaati. Koolituse teine päev oli praktilise tegevuse päralt, kus koolitusel osalejad said professori juhendamisel harjutada praktilist sarvkesta närvikiudude kihi mõõtmist. Koolitusel osalesid ka kaks probleemsete sarvkestadega patsienti, kellel prof Tavakoli viis läbi mõõtmised ja analüüsis tulemusi.

Kokkuvõtvalt oli koolituse näol tegu kahe väga huvitava, arendava ja praktilisi oskusi edendava ettevõtmisega. Oluline oli ka asjaolu, et tippspetsialist tuli kohale ja töötas meie aparatuuriga. Saime temalt mitmeid soovitusi aparatuuri töökindluse tõstmiseks. Ei ole ka vähetähtis, et tekkisid uued kontaktid, millest üsna suure tõenäosusega on edenemas nii kliiniline kui ka teaduslik koostöö.

Professori külaskäik sai teoks kliinikumi 4. kliinilise valdkonna teadus- ja innovatsioonifondi toel. Täname Kliinikumi asjaomaseid selle koolituse finantsilise toetuse eest!

**DR KULDAR KALJURAND**  
Silmakliiniku ülemarst-õppejõud

### TARTU ÜLIKOOLI MEDITSIINITEADUSTE VALDKONNAS

#### Meditsiiniteaduste valdkonna aasta õppejõud on Raivo Puhke

Tartu Ülikooli üliõpilasesinduse moodustatud komisjon valis esitatud taotluste põhjal möödunud aasta parimad õppejõud igas valdkonnas. Tartu Ülikooli 2022. aasta õppejõud meditsiiniteaduste valdkonnas on sporditeaduste ja füsioteraapia instituudi funktsionaalse morfoloogia lektor Raivo Puhke.

#### Parima prekliinilisele õppejõu tiitli sai Jana Kivastik

Tartu Ülikooli üliõpilasesinduse bio- ja siirdemeditsiini instituudil on traditsioon iga aasta valida arstiteaduste prekliinilise osa õppejõudude seast välja parim, keda tun-

nustatakse aukirja ja lilledega. Tänavu sai parima prekliinilise õppejõu tiitli inimese füsioloogia kaasprofessor Jana Kivastik.

#### Uus kursus „Arstid tagasi tervishoidu“ algab aprillis

Sotsiaalministeerium sõlmis Tartu Ülikooli meditsiiniteaduste valdkonnaga lepingu, et korraldada 18 arstile tervishoiutöötajate registrisse kandmiseks vajalik praktika ja teoreetiline koolitus. Uus kursus algab 3. aprillil. Koolituskursus „Arstid tagasi tervishoidu“ on mõeldud Eestis arstieriala omandanud arstidele, kes ei ole eri põhjustel kantud Eesti tervishoiutöötajate registrisse, kuid sooviksid naasta praktilise tervishoidu.

#### Doktoritööde kaitsmised

- 31.03.2023 kell 12.00 **Kristiina Sepp:** „Kompetentsipõhine ja inimkeskne apteegiteenus – arendamine ja rakendamine Eestis“, Ravila 19-1006
- 31.03.2023 kell 15.00 **Linda Söber:** „Kilpnäärmehaiguste ja kirurgilise ravi mõju patsiendi hääle- ja neelamiskvaliteedile“, Ravila 19-1006

Kaitsmiste toimumiskoha täpsem teave: med.ut.ee

**ALICE LOKK**  
Meditsiiniteaduste valdkonna kommunikatsioonispetsialist



## Elundidoonorluse tahteavalduse määra tuleb lähiaastatel oluliselt suurendada

Elundidoonorluse tahteavalduse on täitnud vaid 3% Eesti täiskasvanud elanikkonnast. Eesmärk on tahteavalduste määra lähiaastatel oluliselt suurendada.

Tähiseni jõudmiseks pööravad Tartu Ülikooli Kliinikum ja Tervisekassa tänavu kevadel erinevate tegevustega tähelepanu elundidoonorlusele, innustades juba otsust kaaluvaid inimesi astuma järgmist sammu ning täitma organidoonoriks olemise tahteavaldust.

Sotsiaalministeeriumi 2019. aastal tellitud uuringu järgi inimeste hoiakutest elundidoonorluse suhtes selgus, et pisut enam kui pooled Eesti elanikud oleksid nõus oma elundite surmajärgse loovutamiseks. Ometi on tahteavalduste täitnud vaid 3,04% täiskasvanud elanikkonnast.

Tartu Ülikooli Kliinikumi transplantatsioonikeskuse direktori dr Virge Palli sõnul mõtleb suur osa Eesti täiskasvanutest elundidoonorlusest pigem positiivselt ja oleksid nõus oma organeid surma järgselt loovutama, kuid kahjuks ei jõua nende organite loovutamise soov kriitilisel ajahetkel meedikuteni. „Seni kuni inimesed meile oma otsusest teada ei anna, ei ole meil võimalik pärast inimese surma kindel olla, kas järgime lahkunu elupuhust tahet,“ lisas dr Pall.

„Elundite ja kudede loovutamise nõustumine on hindamatu heategu, mis võib olla ainus võimalus mõne teise inimese elu päästmiseks. Tõenäosus, et inimene sureb ajusurma ja satub doonoriks, on oluliselt väiksem kui see, et ta võib ise vajada koe- või elundisiirdamist. On ülioluline, et Eestis oleks piisavalt inimesi, kes nõustuvad pärast oma surma olema elundidoonoriks,“ ütles dr Pall.

Elektronilise tahteavalduste täitmine on lihtne – kõik täisealised inimesed saavad seda teha juba tuttavaks saanud patsiendiportaalis [www.digilugu.ee](http://www.digilugu.ee). Menüüst tuleb valida tahteavaldused ning märkida oma otsus – kas nõusolek või keeldumine – ning kinnitada see digiallkirjaga. „Allkirjastatud tahteavaldust saab digiloos alati muuta ning kindlasti soovitaks oma otsusest anda teada ka lähedastele,“ tõi dr Pall välja.

„Perekondade roll ning selle teema üle lähedastega arutamine on elundidoonorluse juures väga oluline – kui inimene ise tahteavaldust täitnud ei ole, püütakse lahkunu tahe välja selgitada lähedastega vesteldes. Seega leevendab pereliikme

poolt juba eluajal väljendatud arvamus lähedaste läbielamisi keerulisel hetkel,“ lisas dr Pall.

Veel selgitas Pall, et lähedaste otsus ei pruugi kokku langeda lahkunu sooviga. Seega on kõige parem valik oma soovi avaldamiseks täita elektrooniline tahteavaldus, kus on võimalik avaldada kas nõusolekut või keeldumist elundite surmajärgseks loovutamiseks. Tegelikult piisab ka paberil täidetud doonorikardist või suulisest lähedastele teada antud soovist, kuid siis ei saa olla kindel, et see soov lähedaste poolt haiglapersonalile edastatud saab.

Tartu Ülikooli Kliinikumi ootelehel on aasta alguse seisuga 71 elundisiirdamist vajavat raske elundipuudulikkusega Eesti inimest. Selleks, et siirdamist ootavad patsiendid saaksid õigeaegset ravi, on oluline iga ühiskonnaliikme panus. Ühel organidoonoril on võimalik kinkida uus elu kuni kaheksale inimesele.

Lisainfo: [www.elundidoonorlus.ee](http://www.elundidoonorlus.ee)

**TERVISEKASSA**

## Kliinikumi kogukonnakool kujundab tervisteadlikke inimesi

Tartu Ülikooli Kliinikum alustab kogukonnakooli projektiga, mille eesmärk on toetada terviseteadliku põlvkonna kasvamist ning suurendada haigla ja kogukonna vahelist ühisosa.



Marge Mahla ja Kerli Hiimäe

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

### Kliinikumi kogukonnakooli võimalused

- Oma tervise ja heaolu eest vastutuse võtmine
- Terviseteadlikkuse paranemine
- Lähedaste teadlikkus ja varane märkamine
- Terviseärevuse vähenemine
- Oskus märgata kaaslast
- Tervisevisiidid kui igapäevaelu osa – ennetustegevuste harjumuspärasus ning pöördumine tervishoiutöötaja poole tervisemurede ilmnedes
- Teadlikkus oma patsiendikogemuse kujundamiseks

Kliinikumi õenduse ja patsiendikogemuse juht Ilona Pastarus peab oluliseks, et ülikoolihaigla panustaks õpetava haigla varakult noorte tervisevalikute ja -teadlikkuse kujundamisesse. „Kui õpilased omavad eakohast terviseinfot, aitab see teadvustada nende endi ja lähedaste rolli oma tervise ja heaolu hoidmisel. Lisaks tervisekasule saame kujundada ka õpilaste hoiakuid ning luua eeldused usalduslikuks koostööks tervishoiusektoriga,“ rääkis Pastarus.

Kliinikumi kogukonnakool hõlmab endas erinevaid uusi ja juba olemasolevaid tegevusi, näiteks aastaid tervise teavet pakunud vestlusringe, kus elanikkonnal on võimalik omandada uusi teadmisi oma tervise eest hoolitsemisel ning arutleda muukohti tekitavatel teemadel koos teiste patsientide ja tervishoiutöötajatega. „Kliinikumi kogukonnakooli üks oluline fookus on ennetustegevusel, mistõttu alustame pilootprojekti 2023. aasta sügisel Tartu üldhariduskoolidega. Esimesteks õppeasutusteks on Tartu Hansa ja Tamme koolid, kus pakume 5.–9. klassi õpilastele kaheksa erineva teemavaldkonna tutvustust, eesmärgiga suurendada noorte terviseteadmisi ja vastutust oma tervise eest. Teemade

ampluaa on lai, näiteks toitumine, une- ja ekraaniaeg, keha hügieeni eest hoolitsemine, vaimse tervise eneseabivõtted, sotsiaalne enesekehtestamine ja vägivalda äratundmine, meelemürgid, erinevate iluvaldkonna tegevuste terviseriskid kuni esmaabi andmise ja elustamiseni,“ rääkis Kliinikumi koolitusosakonna projektijuht Kerli Hiimäe, kes on ka üks kogukonnakooli kontseptsiooni loojatest.

Koolitusosakonna projektijuht Marge Mahla lisas, et lisaks Kliinikumi välja pakutule oodatakse teemade osas ka koolidelt sisendit, mille puhul vajatakse tervishoiutöötajate tuge teemade käsitlemisel. „Koostöö haridusasutustega on oluline, et terviseõpetuses käsitletav ja tõendus põhine tervise teave oleks omavahel kooskõlas, vältides vastukäivaid soovitusi. Näiteks tervise seisundi muutused ja tähelepanekud, mille puhul tuleb kindlasti tervishoiutöötaja poole pöörduda. Seega oleme paindlikud ja avatud ka nende koolide ettepanekutele, kes sügisel pilootprojekti ei osale,“ tutvustas Marge Mahla. Ta lisas, et Kliinikumi kogukonnakooli kontseptsiooni juurde kuulub ka noortega haigla-keskkonnas kohtumine. „See vähendab haiglahirmu ning julgustab tervishoiuasu-

tusse pöörduma, sealjuures teadlikult ja vajadusepõhiselt. Mida teadlikum on inimene, seda vähem tekitab uus olukord ja keskkond ärevust ning ebakindlust,“ lausus Mahla.

Kliinikumi kogukonnakooli üheks prioriteediks on ka usaldusväärse tervise teabe pakkumine ja kogukonna terviseharituse taseme parendamine. „Kliinikum on oma kogukonna tervise teabe keskus, mis pakub tõendus põhise infot tänases infomüra ja seda mitte ainult patsientide jaoks, kes saavad Kliinikumi haiguse tõttu, vaid ka kõikide teiste kogukonnaliikmete jaoks,“ selgitas õenduse ja patsiendikogemuse juht Ilona Pastarus. Kui täna on kogukonnakool alustamas ennekõike kooliõpilastele suunatud, siis tulevikuga tegeleb see kõiki kogukonna liikmeid – kogu elukaare ulatuses. „Mida suurem on terviseteadlikkus, seda vähem on terviseärevust ja seda rohkem võtavad inimesed vastutust isenda ja lähedaste tervise eest. Nii astume olulise sammu lähemale Põhjamaadele, kus ennetustegevused on igapäevase elu osaks,“ ütles lõpetuseks Ilona Pastarus.

### KLIINIKUMI LEHT



Meeskonnatöö harvikaiguste kompetentsikeskuses

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

## Harvikaiguste kompetentsikeskusest saab aastas abi ligi 130 patsienti

Kliinikumi harvikaiguste kompetentsikeskus on tänaseks märkamatult oma esimest sünnipäeva tähistanud – harvikaiguste kompetentsikeskus (HHKK) alustas 5. novembril 2021. aastal.

Keskendume haruldaste haiguste ehk harvikaigustega patsientide muredele – harvikaiguse diagnoosimisele, jälgimisele ja ravile. Euroopas nimetatakse harvikaiguseks haigust, mille esinemissagedus on 1:2000. Seega, nagu nimigi ütleb, on harvikaigused harva esinevad haigused. Samas on oluline silmas pidada, et harva esinevaid haiguseid on väga palju, tänaseks on selliseid haiguseid teada umbes 8000 ning uusi haiguseid kirjeldatakse päevast päeva, st loetelu pikeneb üha. Umbes 80% harvikaigustest on geneetilised. Neid numbreid omavahel võrreldes näeme, et harvikaigused puuduvad kuni 8% rahvastikust. Eestis võiks Orphaneti registri alusel harvikaigustega patsiente olla 3,5–5,9% elanikkonnast, mis teeb vastavalt 47 521–80 107 isikut harvikaigusega Eestis.

Esimese tegevusaasta jooksul on meie poole pöördunud 130 patsienti, neist ca 80% on lapsed. Professor Katrin Õunapi sõnul on siinjuures üllatavaks just täiskasvanud patsientide sedavõrd suur osakaal. Ja viimaste puhul on omakorda ül-

latavaks lihahaigustega patsientide ning haruldaste kasvajasündroomide osakaal. Harvikaiguste palett on heterogeenne, seetõttu võib diagnoosini jõudmine võtta palju aega, sest patsiendiga tegelev arstil ei ole varasemat kogemust konkreetse harvikaigusega. Selleks ongi loodud kliinikumi harvikaiguste kompetentsikeskus, mis tänu oma horisontaalsele struktuurile kaasab spetsialistid kõikidelt erialadelt.

*Täna on geneetiliste haiguste raviks palju erinevaid võimalusi alates dieetravist ja lõpetades geeniraviga*

Keskusesse saavad patsienti suunata kõikide erialade arstid, kuid patsiendid saavad ka ise pöörduda. Rääkides meie valdkonnast tõsisest kitsaskohast, jõuame harvikaigustega patsientide ravimiseni. Sellele

teemale keskendusime ka tänavusel rahvusvahelisel harvikaiguste päeva konverentsil, mille korraldasime koostöös Kliinikumi Lastefondi, Eesti Puuetega Inimeste Koja, Ravimitootjate Liidu, Eesti Meditsiinigenetika Seltsiga.

Täna on geneetiliste haiguste raviks palju erinevaid võimalusi alates dieetravist ja lõpetades geeniraviga. Harvikaigusega patsiendile, nagu igale teisele patsiendile, on oluline alustada ravi õigeaegselt. Kahjuks on Eestis valupunktiks harvikaiguste ravimise kättesaadavus – Eesti on harvikaiguste ravimise osas Euroopas eelviimasel kohal. Nii kulub Eestis ravimi jõudmiseni patsiendini 1081 päeva. Konverentsil keskenduti erinevatele võimalustele, kuidas olukorda leevendada. Muuhulgas arutati erinevaid koostöövõimalusi vastutuse jagamiseks haigekassa, eraõiguslike heategevusfondide ja ravimitootjate vahel.

**DR KRISTI TAEI**  
Arst-õppejõud meditsiinigenetika erialal





Jane Maastik ja Piret Tammvere

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

## Toitlustusteenistus hoolitseb tuhande patsiendi eest päevas

Kliinikumi toitlustusteenistus pakub kolm korda päevas sooja sööki tuhandele patsiendile. „Pakutav toit on kvaliteetne ning lähtub Põhjamaade ja Eesti riiklikest toitumissoovitustest ning ESPENi soovistest,“ kinnitas Kliinikumi dieetõde Jane Maastik.

Patsientidele pakutakse 75 erinevat menüüd, lisaks 25 eridieeti. Sobiva menüü määrab patsiendile tema raviarst või arsti korraldusel õde, sõltuvalt patsiendi energiavajadusest, haigusest ja ravist ning teistest eripäradest. „Meie 25 individuaalselt eridieedist on igapäevaselt kasutusel vähemalt pooled, tegemist võib olla ka üksikute portsjonitega, mida vajavad näiteks harvhaiguste patsiendid,“ selgitas toitlustusteenistuse tootmisjuht Piret Tammvere.

„Eraldi tähelepanu vajavad söömishäiretega lapsed ja noored, kelle puhul on tähtis, et nad sööksid ja kelle toitlustamisel võtame arvesse ka väga spetsiifilisi erivajadusi – näiteks seda, kui patsient tahab, et toit oleks serveeritud eraldi, nii et ükski toit omavahel kokku ei puutu, või siis on patsiendil probleeme kindlate tekstuuride või toiduainetega,“ toob Jane Maastik näite eridieetide kasutamisest.

Sageli vajavad patsiendid eridieete, mille puhul peab kasutama toidu valmistamisel eritoiduaineid. Erimenüü määratakse patsiendile haigusest tulenevalt ning arsti otsusega. „Vaatame erimenüüsid üle koos nende osakondade arstidega, kes enim

erimenüüsid kasutavad – hematoloogia, söömishäirete, sünnitusosakonna töötajatega – ning sellele vastavalt ka kohandame menüüd,“ sõnas Jane Maastik.

Tavamenüü puhul pakutakse patsientidele tasakaalustatult erinevaid toiduaineid, näiteks liha puhul on menüüs nii sea- veise- ja kanaliha kui ka kala. Tavamenüü päevane kaloraal on 1900–2100 kcal. Kui patsiendi energiavajadus või tervislik seisund vajab, saab raviarst määrata patsiendile päevase menüü ka kõrgema kaloraaliga. „Hoolimata toiduainete hinnatõusust ei ole me õnneks pidanud kärpima liha kogust toidus. Toorainete hinnad on erinevates tooraine gruppides tõusnud 30–50%. Tulenevalt toorainete kallinemisest on tõusnud ka toidupäeva maksumus, nüüd on see Tervisekassa hinnakirja alusel keskmiselt patsiendi kohta päevas 6,85 eurot, millele lisanduvad toidu valmistamise ja transporti kulud. Hind sisaldab kolm korda päevas sooja sööki, lisaks õhtuoodet. Eesti haiglatoit on hea, võrreldes paljude Euroopa riikide ülikoolihaiglatega, kus patsiendid saavad sooja sööki ainult korra päevas ja seda hoolimata suuremast eelarvest,“ sõnas Piret Tammvere.

Toorained jõuavad Kliinikumi vastavalt riigihangetele ning toorainete kvaliteet on võrdväärne toidupoes pakutavaga. Poolfabrikaate toidu valmistamisel ei kasutata, näiteks tehakse köögis kohe peal ka hakkliha toidu valmistamiseks. Menüü koostamisel peetakse silmas soovituslikke päevaseid koguseid ka soola ja suhkru puhul. Jane Maastik selgitas: „Soola puhul on soovituslik päevane kogus 6 grammi päevas. Tihti peale on inimesed harjunud soolase toiduga. Meie menüüd on koostatud pidades silmas soovituslikku normaalset toitumist. ESPENi soovistest kohaselt võiks haigla menüü olla patsiendile eeskujuks, millest ta saab toitumist puudutavad tarkused välja noppida. Menüüs on tasakaalus nii portsjonid kui ka toitained – õiges koguses on kiudaineid, suhkrut, piimatooteid.“

Alates märtsist on kõikidel Kliinikumi patsientidel võimalik tutvuda haiglaravil pakutava baasmenüüga ka Kliinikumi kodulehel.

**LIINA RAJU**

## Teraapiakoerad lastekliinikus

Kliinikumi lastekliiniku üldpediaatria ja neuroloogia osakonna väikesi patsiente külastavad igal teisipäeval setter Minni koos koerajuhi Mari Saviauguga ja kuldne retriiver Relly koos koerajuhi Aive Alaberdigaga.



Teraapiakoer Relly lastekliinikus

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Teraapiakoerte külastuse eesmärk on pakuda rõõmu ja lohutust lastele, kes haiglas viibimise ajal on eemal oma sõpradest, koolist ja muust tuttavast keskkonnast.

Ülemõe Evelyn Everti sõnul tekib positiivne meeleolu kohe, kui koerad sisenevad lastekliiniku fuajeesse. „Senikaua, kui koerajuht riideid vahetab ja ennast valmis seab, on uudistavad ja elevil lapsed ennast juba koertele lähemale sättinud. Ükskõikseks ei jää ka lapsevanemad ja personal, kellest teel osakonda möödutakse ning naeratus ilmub nagu iseenesest kõikide näole. Esimestel kordadel oli mängutoa ukse taga hulk meie töötajaid, kes kõik soovisid vahvaid koeri näha ja neile pai teha. Alati tuleb muidugi arvestada, et osad lapsed võivad koera karta või olla hoopis koera jaoks liialt pealetükkivad. Seetõttu on koos koerajuhiga mängutoas alati ka lastekliinikupoolne kontaktisik Elve Kalda, kelle ülesandeks on laste käitumist jälgida. Tal on kaasas mänguasjakast, kus on koerte piltidega värvilehed ja muud mänguasjad,

et vajadusel mänguliselt sekkuda. See võimaldab omakorda koerajuhil kohtumise ajal koerale keskenduda ning tema vajadusi jälgida,“ selgitas ülemõde Evelyn Evert.

Relly ja Minni on väga targad koerad ja oskavad erinevaid trikke, mis lastele eriti meeldivad. „Üks meie patsient oli koertega kohtumisel väga arglik ning istus esiti ainult oma isa süles. Lõpus julges juba koerast mööda minna ning tema läheduses mängida. Kogetu andis lapsele positiivse kogemuse edaspidiseks ning vähendas tema hirmu koerte ees,“ kirjeldas Evelyn Evert.

Lastekliiniku teraapiakoerad on teinud koostööd ka teiste kliinikute laste osakondadega. Ülemõe sõnul toimus väga südamlük kohtumine eelmise aasta lõpus L. Puusepa 8 majas onkoloogia-hematoloogia kliiniku patsientide ja personaliga. „Lastekliiniku resident Triin Ventmann võttis minuga ühendust ja kurtis, et ühele haiglas viibivale lapsele ei tee enam

miski rõõmu. Samas meenutas laps väga hea sõnaga oma koera. Meie heameeleks reageeris koerajuht Aive ja koer Relly üleskutsel lapsele rõõmu teha kiirelt, kuigi tegemist oli uue keskkonna ning olukorraga. Kohtumine oli soe ja sõbralik ning mureliku noormehe näol sai isegi naeratust näha. Ka teised sama osakonna patsiendid said koerale pai teha ning lahkusid pärast teraapiakoeraga kohtumist kergema sammu ja säravama silmaga,“ rääkis Evert.

Lastekliiniku teraapiakoerte külastused toimuvad koostöös MTÜ Eesti Abi ja Teraapiakoerte Ühinguuga. Ühingu eestvedaja Maarja Taliga korraldati eelnevalt tutvustav loeng lastekliiniku töötajatele ning arutati üksikasjalikult läbi koerte teekond, kohtumisel osalevate laste arv ning osapoolte vastutusulatus ning kohustused.

**KLIINIKUMI LEHT**



**Psühhiaatrikliiniku laste, noorukite ja söömishäirete osakonnas on kasutusel sensoorsed toolid ehk kallistustoolid**

Kliinikumi Lastefondi toel ostetud kallistustoolid on heaks alternatiivseks ja mittekahjustavaks abivahendiks, kui patsientide ärevus hakkab tõusma, aidates leevendada ärevust ja ebamugavustunnet sarnaselt raskustekidele. Viimased on samuti noorte seas väga populaarsed.

## Verekeskuse doonoripäevad asutustes

Mitmed erinevad asutused ja ettevõtted korraldavad koostöös Kliinikumi verekeskusega doonoripäevi, et üheskoos kolleegidega head teha ning verd loovutada. Kliinikumi verekeskus, mis teenindab Lõuna-Eesti piirkonda, käib ühes kuus keskmiselt kaheistkümnel väljasõidul.

Kliinikumi verekeskust on võimalik kutsuda asutusse, kus doonoripäeval osaleb vähemalt 20 töötajat, asutuses on piisavalt ruumi kuuetele verekeskuse töötajale koostööks vajalike asjade ja masinatega, laudadele ja toolidele ning ka doonoritele. Doonoripäev võib olla nii suletud asutuse sisene kui ka avatud teistele doonoritele.

Ühe vereloovutusega on võimalik aidata vähemalt kolme inimest. Veri on eluskude,



Töötajad verekeskuse doonoripäevade meeskonnast

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

mida ei ole võimalik kunstlikult valmistada, seega on vere ainus allikas teine inimene. Selle tõttu on doonorite abi asendamatu ja vajalik, et kõik patsiendid saaksid õigeaegselt vajalikke verekomponente.

Rohkem infot doonoripäevade kohta saab e-posti aadressilt [edonor@kliinikum.ee](mailto:edonor@kliinikum.ee).

Jooksva kuu doonoripäevad on nähtavad verekeskuse koduleheküljel [www.kliinikum.ee/verekeskus](http://www.kliinikum.ee/verekeskus).

Aitamine on veres!

**KLIINIKUMI LEHT**

### TÄNUAVALDUSI

#### Märts 2023, kirurgiakliinik

Soovin avaldada tänu **dr Margot Peetsalule** väga inimliku käitumise ja oma ameti hea tundmise eest. Sellise arsti vastuvõtule lähed suurima heameelega, sest tema on loodud töötama inimestega.

#### Märts 2023, meestekliinik

Avaldan tunnustust **Anneli Rimmelgale** väga meeldiva ja professionaalse suhtluse eest. Samuti tahaksin tänada ka registratuuri töötajaid, mõlemad väga meeldivad suhtlejad.

#### Märts 2023, nahahaiguste kliiniku statsionaarne osakond

Olen ülimalt rahul selle osakonna tööga. Kõik töötajad on väga empaatilised, alustades koristajast ja lõpetades arstiga. Eriti tõstaksin esile oma arsti **dr Oliver Tauli** ja **põetaja Uuve Pajulehte**. Ka õed olid väga tublid. Dr Oliver Tauli kohta tahaksin öelda veel, et nii osavõtlikku ja tarka arsti pole mul veel olnud.

*Iga päev käis vaatamas, kuidas mu olukord on. Andis häid soovitusi koduseks raviks.*

#### Märts 2023, erakorralise meditsiini osakond

Täname väga meeldiva suhtumise ja abi valmiduse eest arste, õdesid jt 19. märtsil EMOs tööl olnud töötajaid, kes Rometit abistasid! Lihtsalt väga hea tunne valdas lahkudes. Jaksu edaspidiseks!

#### Märts 2023, naistekliiniku günekoloogia osakond

Täna siiralt terve osakonna lõbusaid, lahkeid, professionaalseid töötajaid. Eriiline tänu hooldaja Kristiinale lahke sõna, sõbralike naljade ja empaatilise suhtumise eest. Osakond on super puhas, mugav kui hotell, vaikne ja igati hea koht väikseks puhkuseks. Sügav kummardus **dr Ülle Kadastik** ja **dr Denis Samarski**. Minu lugupidamine! Kiitus ka kokkadele!

#### Märts 2023, laste ja noorukite allergiahaiguste keskus

Tahtsin teid, **dr Ene Kenkmann** väga tänada selle eest, et te olete nii suurepärase arst. See, kuidas te oskate lapsega nii mõistev ja rahulik olla, on lihtsalt vapustav. Ma olen tõesti siiralt tänulik, et arvestasite lapse hirmuga ja vastuvõtt oli Ramile hoopis teise kogemusega, kui ta ootas. Teie jaoks ehk töö, kuid meie, eriti minu kui lapsevanema jaoks suur-suur kingitus, kui muretsema kippuv laps nii hea emotsiooniga haiglast lahkuks.

#### Märts 2023, torakaalkirurgia ja kopsusiirdamise osakond

Soovin tänada kogu kollektiivi, kes olid üliarmsad, abivalmid ja professionaalsed. Eriiline tänu füsioterapeudile, kes juba ennetustööna enne operatsiooni oli kohal – imeline inimene. Aitäh! Päikest ja kena kevadet!