

Kliinikumi Leht

Siseleht nr 276, september 2024

kliinikum.ee/leht

Bakteriofaagid esmakordselt puusaliigese endoproteesiga seotud infektsiooni ravis

28. augustil 2024 kasutati Tartu Ülikooli Kliinikumi ortopeediakliinikus Eestis esmakordselt bakteriofaage eesmärgiga võidelda liigese endoproteesiga seotud mädase põletikuga. Tegemist on murranguga Eesti meditsiinis, kuna bakteriofaagide kasutamine ravis nõuab äärmiselt põhjalikku ettevalmistust.

Tartu Ülikooli Kliinikumi ortopeedi dr Kaspar Tootsi sõnul kasvab pidevalt inimeste arv, kellel on mõni liiges endoproteesitud. „Liigeseartroosi ümbruse kudede infektsioon ehk põletik on suurte liigeste puhul harv, ent esinemise korral raske tüsistus, mis nõuab korduvaid operatsioone ja pikka taastumist. Raviprotsessi väljakutseks nendel puhkudel on ka bakterite väljakujunev resistentsus antibiootikumidele. Sel põhjusel on nii Kliinikumis kui mujal maailmas otsitud erinevaid lahendusi liigeseartroosiga seotud infektsioonide vältimiseks ja raviks,“ selgitas ortopeed.

Uudse lahendusena kasutati Kliinikumis bakteriofaage, mis on olemuselt baktereid hävitavad viirused. „Tegemist on ravimeetodiga, mida on maailmas väga vähe kasutatud ning ka Eestis esmakordne, kuna keeruline on piisavalt kiiresti leida hästi toimivaid bakteriofaage. Bakteriofaagid on ülimalt spetsiifilised kindlate bakterite suhtes, olles efektiivsed ravimitele resistentsete infektsioonide puhul. Näiteks juhtudel, kui ei leidu toimivaid antibiootikume ning juhtudel, kus bakterid on tekitanud raskesti läbipääsetava bioloogilise barjääri, kuhu antibiootikumid ei toimi, ent bakteriofaagid suudavad selle lõhustada,“ rääkis dr Tootsi.

Kliinikumis kasutati bakteriofaage 60nda-tes eluaastates patsiendil, kelle puusaliigese



Arst-resident Simmo Tõnisson, arst-õppejõud Kaspar Tootsi ja arst-resident Alice Klaus

Foto: Ortopeediakliinik

se proteesimisega kaasnes *Staphylococcus aureus* tekkeline infektsioon, mis ei allunud erinevatele antibiootikumidele ega korduvatele operatsioonidele. „Süstisime patsiendi puusaliigesele kahte erinevat tüüpi bakteriofaage. Esimese doosi sai pat-

sient operatsiooni käigus ning edasi manustasime bakteriofaagide kokteili veeni kaudu. Täna on patsient suurest operatsioonist taastunud hästi,“ kirjeldas ortopeed.

▶ ALGUS LK 1

Dr Tootsi sõnul on bakteriofaagide kasutamine märgiline sündmus Kliinikumi ja kogu Eesti meditsiini jaoks, sest viiruste kasutamine raviks on keeruline ja nõuab äärmiselt põhjalikku ettevalmistust. Ettevalmistusse oli kaasatud ka Tartu Ülikooli Kliinikumi apteek, kes tänaseks ainsana bakteriofaagi ravimit Eestis valmistada võib. Apteegi vanemproviisori Jana Lassi

sõnul tähendas uude meetodi kasutusele võtmine ka tihedat suhtlust Ravimiameetiga, et läbi mõelda sobivad tingimused bakteriofaagide manustamise ettevalmistamiseks ja käitlemiseks Kliinikumis. „Samuti tuli meil täiendada ka apteegi tegevusluba, mille tulemusel on Tartu Ülikooli Kliinikumi apteek Eestis ainus koht, kus bakteriofaage inimeste ravimiseks ette valmistada võib. Kliinikumi apteegi jaoks oli tegemist väga põneva protsessiga, millega loodame tulevikus panustada eespool

kirjeldatud keeruliste ravivõimalustega patsientide ravisse,“ lausus Lass.

Bakteriofaagide kasutamine liigeseproteesi ravis on osa rahvusvahelisest koostööprojektist Lyoni ülikoolihaiglas ja on toetatud Tartu Ülikooli kliinilise meditsiini instituudi teadusgranti (dr Katre Maasalu) poolt.

KLIINIKUMI LEHT



Albaania presidendi visiit

Foto: Andres Tennus

Albaania president Bajram Begaj külastas Kliinikumi

6. septembril külastas Tartu Ülikooli Kliinikumi Albaania Vabariigi president Bajram Begaj koos abikaasa Armanda Begajga, kes viibisid Eestis ametlikul visiidil.

Kliinikumi juhatus tervitas koos Tartu linna Urmast Klaasi ja Tartu Ülikooli rektori prof Toomas Asseriga kõrgeid külalisi ringkäiguga erakorralise meditsiini osakonnas, kuna president Begaj on lõpetanud arstiõppe Tirana ülikoolis, misjärel liitus ta Albaania relvajõududega sõjaväearstina, pühendades end 32 aastat erinevatele militaarsetele ametikohtadele.

Ühtlasi tutvus Albaania presidendipaar ülikoolihaigla erisustega – Kliinikumi teadus-

ja arendustegevuse juht prof Joel Starkopf tegi ülevaate teadustööst haiglas, mille eesmärk on viia teadus ja uued ravimeetodid patsientide ravisse. Südamekirurg dr Raili Tagen rääkis omakorda kaasasündinud südameriketest, mille kirurgiline ravi on koondunud Kliinikumile.

Niisamuti tehakse elundisiirdamisi vaid Tartu Ülikooli Kliinikumis, mis on ühtlasi elundisiirdamiskeskuseid liitva organisatsiooni Scanditransplant täieõiguslik liige.

Transplantatsioonikeskuse direktor Virge Pall, kes kuulub muuhulgas Scanditransplandi juhatusse, tutvustas elundisiirdamise protsessi ja töökorraldust, samuti väljakutseid, kuna iga elupäästev elundisiirdamine saab alguse inimese otsusest olla elundidoonor.

KLIINIKUMI LEHT

Kliinikumi aasta füsioterapeudid on Janika Arras ja Mati Arend

Selleks, et tunnustada Tartu Ülikooli Kliinikumi erinevaid ametid, valisid rohkem kui 100 Kliinikumi füsioterapeuti kolleegide seast parimad 2024. aastal. Tunnustus anti välja kahes kategoorias – statsionaarse osakonna ning ambulatoorse osakonna füsioterapeudile.

Statsionaarse osakonna 2024. aasta füsioterapeudiks valiti Janika Arras, kes töötab anestezioloogia ja intensiivravi kliinikus.

Kolleegid Janikast: Janika panustab Kliinikumis intensiivravi valdkonna füsioteraapia arendamisse nii otsese ravitöö kui kolleegide nõustamise, koolitamise ja ürituste korraldamisega. Lisaks korraldab ta väga vajalikke ergonoomika-alaseid koolitusi õendus- ja hoolduspersonalile.

Janika Arras: Olen siiralt tänulik sellise tunnustuse eest. Kliinikumis on parimad füsioterapeudid, olla nende poolt märgatud on suur au. Aitäh toetuse eest ka 3. intensiivravi osakonna meeskonnale, ühise eesmärgi nimel koos pingutamine on midagi enam kui lihtsalt töö.

Küsimusele, mis mulle töö juures enim meeldib, vastaksin, et mulle tõesti meeldib patsiente aidata. Aidata neid ühest kõige raskemast seisust nende elus, lamades raskes seisus intensiivravis, taas liikuma ja elama. Iga väikenegi patsiendi edusamm teeb ainult heameelt. Minu silmis on intensiivravi füsioterapeudi amet selline, kus on võimalik iga päev õppida midagi uut, võimalus ise areneda ja arendada seda valdkonda on olnud privileeg. Teen tööd, mis mulle tõesti meeldib.



Janika Arras ja Mati Arend

Ambulatoorse osakonna 2024. aasta füsioterapeudiks valisid kolleegid Mati Arendi, kes töötab spordimeditsiini ja taastusravi kliinikus.

Kolleegid Matist: Mati on panustanud olulisel määral füsioteraapia eriala arengusse nii Kliinikumis kui Tartu Ülikoolis, koolitades ja õpetades nii oma kolleegide kui üliõpilasi. Patsiendid ja kolleegid kiidavad teda professionaalse ja sõbraliku suhtumise eest.

Kliinikum soovib laureaatidele palju õnne ning tänab tänasel rahvusvahelisel füsioterapeutide päeval kõiki ülikoolihaiglas töötavaid füsioterapeute, kes on väga väärtuslikud ravimeeskonna liikmed, panustades igapäevaselt patsientide ravisse.

KLIINIKUMI LEHT

Tartu Ülikooli Kliinikumi kuvand on Eestis tugevaim

Kantar Emor viis 10.–17. juunil läbi meditsiiniastutuste kuvandit kaardistava uuringu, milles osales 1031 Eesti elanikku vanusevahemikus 16–74. Uuringu eesmärk oli kaardistada erinevate meditsiiniastutuste tuntust, usaldusvärsust, patsiendisõbralikkust ja ravikvaliteeti. Uuringusse kaasatud meditsiiniastutuste nimekirja kuulusid 9 erakliinikut, 4 keskhaiglat ja 3 piirkonahaiglat Eestis.

Uuringus keskenduti meditsiinibrändide seostamisele läbi kolme omaduse: kõrge

ravikvaliteet, usaldusvärsus ja patsiendisõbralikkus. Eesti elanikud märkisid Kliinikumi teiste haiglate seas kõige kõrgema ravikvaliteediga brändiks (56% vastajatest), samuti kõige usaldusväärsemaks tervishoiuasutuseks (59% vastajatest). Lisaks pidasid vastajad Kliinikumi üheks kõige patsiendisõbralikumaks meditsiini-brändiks (37% vastajatest).

Kliinikumiga on viimase aasta jooksul kokku puutunud 21% Eesti elanikest ning tervishoiuasutuste meeldivuse osas on

Kliinikum märgitud teist aastat järjest enim meeldivaks asutuseks. Samas nendest inimestest, kes on viimase aasta jooksul Kliinikumiga kokku puutunud, on Kliinikumi meeldivaks märkinud lausa 81%.

KLIINIKUMI LEHT

Tudengid hindasid Kliinikumi üheks atraktiivseimaks tööandjaks

4. septembril anti üle atraktiivsete tööandjate tunnustused. Atraktiivseimad tööandjad selgitati välja tööandja brändingu agentuuri poolt läbi viidud üle-eestilise töötuste ja tööandja maine uuringu tulemusel. Kokku osales uuringus 6000 tudengit, kutsekooliõpilast ja töökogemusega inimest majanduse, infotehnoloogia, ehituse, humanitaaria, inseneri, logistika jm valdkonnast. Kokku hinnati 301 Eesti organisatsiooni atraktiivsust.

Meditsiinivaldkonna atraktiivseimatele tööandjatele andis hinnangu 509 meditsiinitudengit. 124 asutuse seas osutasid atraktiivseimateks Põhja-Eesti Regionaalhaigla, Confido Meditsiinikeskus ning Tartu Ülikooli Kliinikum.

5 atraktiivseimat tööandjat meditsiinieriala tudengite hinnangul:

1. Põhja-Eesti Regionaalhaigla
2. Confido Meditsiinikeskus
3. Tartu Ülikooli Kliinikum
4. Ida-Tallinna Keskhaigla
5. SYNLAB Eesti

KLIINIKUMI LEHT

KOMMENTAAR

KRISTIINA TIDEMAN

Eesti Arstiteadusüliõpilaste Seltsi president

Tartu Ülikooli Kliinikum on paljudele, enamusele või peaaegu et igale arsti- ja meditsiinitudengile esimene tööandja meditsiini valdkonnas. Tartu Ülikooli Kliinikum, olles turvaline õppekeskkond, on alati andnud tudengitele võimalusi saada oma esimene töökogemus meditsiinis. Esimene töökogemus meditsiinis on hirmus ning mugavustsoonist väga kaugelt väljas. Tartu Ülikooli Kliinikum pakub alati seda tuge ning kindlustunnet, kuna tegemist on õpetava haiglaga. Uued töökaaslased teavad väga hästi, mida tudeng kui uus töötaja tunneb. Tartu Ülikooli Kliinikumi töötajatel on õpetamine veres. Samuti hinnatakse Kliinikumis kõrgelt professionaalsust, koostööd, teaduspõhisust ning patsiendikeskust, mis on nii arstiks kasvamisel kui ka arstiks olemisel ääretult olulised. Olgu tudeng nii hooldaja, abiõde või abiarst - saadav töökogemus Tartu Ülikooli Kliinikumist on hindamatu väärtusega.



DR LIIS SALUMÄE

Tartu Ülikooli Kliinikumi ravijuht

Tartu Ülikooli Kliinikumile on väärtuslik iga tervishoiu õppiv, töötav ja tööle asuda plaaniv kolleeg ning tänan noori jätkuva tunnustuse eest. Peame Kliinikumis oluliseks noorte kolleegide õpi- ja töökeskkonna tingimusi, mistõttu panustame nii juhendajate õpetamisoskuste koolitamisega, kaasaegsesse infrastruktuuri kui tugisüsteemi olemasolusse. Ülikoolihaiglale omaselt on tudengitel võimalik Kliinikumis osaleda ka teadus- ja arendustegevustes.

TARTU ÜLIKOOLI MEDITSIINITEADUSTE VALDKONNAS

WHO Euroopa piirkonna direktor väisas Eestit ja Tartu Ülikooli

17.–18. septembril külastas Eestit Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) Euroopa piirkonna direktor Hans Kluge. 18. septembril kohtus ta Biomedikumis Tartu Ülikooli rektori ja meditsiiniteaduste valdkonna esindajatega, kellega arutleti koostöö võimaluste üle. Samuti pidas ta Biomedikumis tudengitele kõne.

Teadussuuirde doktorandid asuvad uurima narkosurmasid ja füsioterapeutide töörahulolu

Tartu Ülikool sõlmis koostöölepingud Tartu Tervishoiu kõrgkooli ja Tervise Arengu Instituudiga kahe teadussuuirde õppekoha loomiseks. Meditsiiniteaduste valdkonna teadussuuirde doktorandid asuvad uurima füsioterapeutide heaolu ja narkootikumidest tingitud surmasid.

Tartu Ülikooli külastas Lvivi rahvusliku meditsiiniülikooli rektor Orest Tšemerõs

9. septembril külastas Tartut ja Tartu Ülikooli Lvivi Danõlo Halõtskõi nimelise Rahvusliku Meditsiiniülikooli rektor Orest Tšemerõs, keda saatis visiidil Ukraina suursaadik Maksõm Kononenko. Kohatumisel meditsiiniteaduste valdkonna juhtkonnaga arutati Tartu Ülikooli ja Lvivi rahvusliku meditsiiniülikooli koostöö võimalusi.

Alanud on registreerimine arstiteaduskonna aastapäevale

Aastapäevavõistlused algavad neljapäeval, 10. oktoobril Biomedikumis toimuva teaduskonverentsiga, kus valdkonna teadurid, õppejõud, doktorandid ja üliõpilased tutvustavad viimase aasta teadusuuringute tulemusi. Lisaks tavapärasele teaduskonverentsi ettekannetele leiab

aset ka postersessioon ja välkkõned. Reedel, 11. oktoobril toimub traditsiooniline teemakonverents, mis kannab sel aastal pealkirja "Molekulist rahvatervise-ni", millega tähistatakse Biomedikumis 25. ja Siirdemeditsiini keskuse 10. aastapäeva. Teemakonverentsil astuvad üles valdkonna teadlased, lisaks Tartu Ülikooli audoktor professor Pekka Männistö.

Doktoritööde kaitsmised

- 30.09.2024 kaitseb **Marite Punapart** oma doktoritööd „Valproaadi ja liraglutidi mõju Wolframi sündroomi loomudelites: fookuses transkriptsioonilised muutused reniin-angiotensiin-aldosterooni süsteemis“

Loe lähemalt med.ut.ee

ALICE LOKK

Meditsiiniteaduste valdkonna kommunikatsioonispetsialist



Õppeaasta algus

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Kliinikumis omandab aastas teadmisi rohkem kui 1000 õppurit

Tartu Ülikooli Kliinikum tervitab uue õppeaasta alguse puhul kõiki tervishoiusektori õppureid – Kliinikumis omandab uusi teadmisi ühel aastal rohkem kui 1000 erineva eriala üliõpilast ja arst-residenti.

Kliinikumi juhatuse liikme ja ravijuhi dr Liis Salumäe sõnul on tulevased kolleegid ülikoolihaiglas ühest küljest igapäevase tööelu loomulik osa, teisalt suur vastutus parimate erialaste teadmiste jagamisel, et valmistada noored ette eesootavaks tööeluks. 2024. aastal alustab Kliinikum 105 uut arst-residenti. Kokku töötab Kliinikumis 306 resident, moodustades arstikonnast kolmandiku. „Kliinikumile on tunnustuseks, et suur osa residentide on alustamas diplomijärgset õpet just siin. Teisalt tähendab see vastutust erialaste teadmiste edasiandmise ja noorte kolleegide kujundamise ees,“ lausus ravijuht.

Lisaks arst-residentidele on Kliinikum õppe- ja praktikapaigaks pea 800 praktikandile, kes sooritavad aastas kokku rohkem kui 1200 erinevat praktikat. „Meie suurimad praktikapartnerid on Tartu Tervishoiu Kõrgkool ning Tartu Ülikool. Kõige enam teevad meie juures praktikaid õe õppekava üliõpilased, järgnevad 6. kursuse arstiüliõpilased, füsioterapeudid, ämmaemanda, bioanalüütika ja radioloogiatehnika õppekavade praktikandid. Et Kliinikum on Eesti

üks suurimaid tööandjaid, on meie juures võimalik lähedalt näha ka paljude teiste ametikohtade eripärasid – näiteks koka, IT-süsteemide spetsialisti või puhastusteenindaja praktikat sooritades,“ kirjeldas Kliinikumi juhatuse liige, õenduse ja patsiendikogemuse juht Ilona Pastarus. „Ootame põnevusega uusi üliõpilasi, kes on valinud eneseteostuseks vastutusrikka ja väljakutseid täis tervishoiuvaldkonna. Usun, et kaasaegne ülikoolihaigla ning targad ja toetavad juhendajad muudavad õpingud siin igati meelde jäävaks,“ lisas juhatuse liige.

Tulevaste kolleegide õpetamine, juhendamine, suunamine ja meeskonnatöösse kaasamine on üks ülikoolihaigla eripära, mis nõuab sellega arvestamist ka ravitöös. „Noored kolleegid innustavad meid pidevalt oma teadmisi uuendama või omakorda teadustöö kaudu uusi lahendusi leidma. Uute teadmiste või ravimeetodite loomine ja juurutamine ning väga keeruliste ravi-juhtude lahendamine toetavate kolleegide toel, on õpetava haigla väärtus, millega saame kujundada tervishoidu,“ lausus ravijuht dr Salumäe.

Kliinikumi anestesioloogia osakonna juhi dr Kaie Stroo sõnul tähendab õpetamine inspireerimist. „Olen oma eriala suur fänn ja see on minu privileeg ning vastutus, seda edasi anda. Õpetajana püüan alati saavutada kerget mugavustsoonist välja lükkamist, sest pingutusmomendist tulnud saavutusel on hoopis teistsugune maitse,“ lausus anestesioloogide juhendaja. Tema kolleeg, anestesioloogia eriala arst-õppejõud Jelena Matisen lisas, et noori kolleegid õpetades püüab alati meeles pidada oma õpetaja dotsent Jüri Samarütli sõnu: „Elkõige peate te olema lihtsalt head inimesed, seejärel arstid ja alles siis anestesioloogid“. Lisaks soovin õpetada oma residentidele niiviisi, et ei kardaks ise nende patsient olla,“ sõnas dr Matisen.

Tartu Ülikooli Kliinikum soovib kõikidele üliõpilastele, arst-residentidele ning juhendajatele teadmisterohket ja inspireerivat õppeaastat!

KLIINIKUMI LEHT

Alkoholisõltuvus kujuneb välja hiilivalt

Alkoholisõltuvus on tõsine ja sageli märkamatuks jääv haigus, mis võib viia töökoha kaotuse, pere lagunemise ning tõsiste terviseprobleemideni. Kuigi alkoholi tarvitamine noorte seas on vähenenud, püsib see probleem täiskasvanud elanikkonnas ning on üha enam levinud pereinimeste seas.

Alkoholisõltuvus on märkimisväärne probleem, mis mõjutab suurt osa tööealisest elanikkonnast. Statistika näitab, et Eestis on alkoholisõltuvuse levimus kõrgem kui Euroopa Liidus keskmiselt: naiste seas 2% (võrreldes EL keskmisega 1,5%) ja meeste seas koguni 11% (EL-s keskmiselt 5,4%). Kliinikumi psühhiaatrikliiniku sõltuvushäirete keskuse juhi, dr Teelia Rolko sõnul on sõltuvushäirete keskusesse pöördujate keskmine vanus 42 aastat ning enamik neist on pereinimesed, mitte ühiskonnast välja langenud inimesed. „Sageli kestab sõltuvuskäitumine keskmiselt 6–10 aastat enne, kui tulla abi otsima. Meie ühiskonnas ja peredes on alkoholi liigtarvitamine endiselt väga normaliseeritud, mistõttu on raske nii inimesel endal kui ka tema lähedastel õigel hetkel märgata, et alkoholi kasutamine väljub kontrolli alt,“ rääkis dr Rolko. Tema sõnul jõutakse spetsialistideni tihti alles siis, kui elukaaslane on soovinud sõltlasega suhte lõpetada või on see juba lõppenud.

Arsti sõnul on alkoholisõltuvuse tekkimist põhjalikult uuritud, kuid selle tekke taga pole üht kindlat põhjust, vaid pigem langevad kokku mitmed ebasoodsad tegurid nagu geneetilised, psühholoogilised ja keskkondlikud mõjud. „Näiteks on alkoholisõltlaste lastel neli korda suurem risk sõltuvushäirete tekkeks võrreldes üldpopulatsiooniga. Uuringud on näidanud, et lapsevanemate positiivne suhtumine alkoholi või uimastite tarvitamise suurendab nende lastel tõenäosust tarvitamise alustamiseks,“ märkis arst-õppejõud. Veel on leitud, et abikaasad või elukaaslased tarvitavad sageli sarnaseid psühhoaktiivseid aineid ning ühe partneri ainete kuritarvitamine ennustab teise partneri kuritarvitamist. Näiteks võib naistel kujuneda alkoholisõltuvus alkoholi liigtarvitava mehe kõrval.

Sõltuvushäirete tekkimise risk on kõrgem siis, kui esinevad kaasuvad psüühikahäired, nagu ärevushäired, depressioon, aktiivsus-tähelepanuhäire ja isiksushäired. „Sõltuvusse langemine on seoses isiksuseomadustega, mis võivad viia kergemini sõltuvushäirete kujunemiseni. Üldiselt on nendeks kõrge uudusjanu, vähene kahjude vältimine, negatiivsed tunded, liigselt

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum



Dr Teelia Rolko

tasule või preemia orienteeritus ning impulsiivsus,“ lisas dr Rolko. Alkoholisõltlased on sageli väga osavad oma probleemi varjamises, suutes veenda nii ennast kui ka teisi, et nende käitumine on täiesti normaalne. „Paljud patsiendid, kellega olen vestelnud, ütlevad, et nad ei saanudki aru, millal alkohol hakkas nende elu segama. Sõltlased on harjunud alkoholi peitma enda lähedaste eest ning seda salaja jooma, oodates millal pereliikmed magama lähevad või eraldudes üksi majapidamistööde tegema,“ rääkis sõltuvushäirete keskuse juht.

Näiteks tõi koroonapandeemia kaasa alkoholi liigtarvitamise kasvu paljude inimeste seas, sest inimestel oli võimalus olla kodus, nad ei pidanud sõitma autoga ega kohtuma inimestega töökohal. Seetõttu oli lihtne sõltuvust ka varjata. „Kuna sõltlaste enda lõhna- ja maitsetaju on vähenenud, on nad sageli veendunud, et ümbritsevad ei saa aru nende alkoholi tarvitamisest. Tegelikult inimesed, kes ei tarvita alkoholi

li või teevad seda harva, tajuvad alkoholi lõhna väga hästi, kuid lähedased võivad selle ütle mata jätta, et vältida järjekordset konflikti. See tekitab sõltlasele tunde, et keegi ei märka ja ei saa aru,“ rääkis dr Rolko, lisades, et kui inimesel ei lasta tajuda tema käitumisest tingitud negatiivseid tagajärgi, siis ei ole tal põhjust ka muutada. „Lähedased pigistavad tihti silma kinni, aidates sõltuvushäiret tingitud kahjusid leevendada. Näiteks maksavad ära sõltlase võlad või helistavad perearstile, et leida pohmelli põdemiseks aktsepteeritavam haigus, mille tõttu ei saa mees või naine tööle minna ning küsitakse töövõimetuslehte,“ sõnas ta.

Kõige tõhusamaks sõltuvuse raviks peetakse ravi- ja teraapiasekkumisi läbi kognitiiv-käitumisteraapia, pereteraapia või 12-sammu programmi. „Väga tihti on sõltuvushäiretega patsientide enda soov „juua nii nagu kõik normaalsed inimesed“ ning neil on raske leppida teadmisesega, et nende aju on muutunud ja ei ole enam suuteline õigel hetkel tarvitamist lõpetama. Ükski ravim ei ravi tegelikult alkoholisõltuvust välja, vaid aitab toetada kainuse hoidmist või toime tulla tugevate alkoholitõngidega. Ravimid on toetavad eriti ravi esimestel kuudel, mil tagasilanguse risk on kõige suurem,“ rääkis dr Rolko. Arst lisas, et tegemist on faasiga, kus ajul tuleb ilma alkoholita toime tulla ja mis toob endaga kaasa mitmeid väljakutseid, millega tuleb võidelda: närvilisus, magusaisu tõus, unehäired, ärevus ja tugev soov alkoholi järele. Lisaks kõigele sellele tuleb samal ajal elada oma elu edasi ja toime tulla stressirohkete olukordadega, mida võib elus ette tulla. Kliinikumi psühhiaatrikliiniku sõltuvushäirete keskuses on sõltlaste statsionaarseks raviks 15 voodikohta, kuhu suunatakse patsiendid, kellel esinevad rasked võõrutusseisundid, nagu alkoholi tarvitamise lõpetamisel tekkinud tugevad värinad, oksendamise, tasakaaluhäired, krampide oht või kui ambulatoorne ravi ei ole tulemusi andnud. Käesoleval aastal on alkoholisõltuvuse ravi rahastamise üle võtnud Tervisekassa ning ravi saavad ka ravikindlustuseta isikud.

KLIINIKUMI LEHT

Kliinikumi kogukonnakoolis osalevad igas vanuses inimesed

Tartu Ülikooli Kliinikumi kogukonnakool alustas 17. septembrist uut perioodi, laiendades tegevusi lisaks koolinoortele ka eakate suunal. Ühtlasi avas Kliinikum kogukonnakooli portaali, mis on mõeldud igas vanuses inimestele.

Kliinikumi juhatuse liikme, õenduse ja patsiendikogemuse juhi Ilona Pastaruse sõnul on kogukonnakooli eesmärk toetada terviseteadliku põlvkonna kasvamist ning tugevdada sidemeid ülikoolihaigla ja kogukonna vahel. „Soovime ülikoolihaigla olla avatud mitte ainult patsientidele, vaid ka teistele inimestele, kes ei pruugi vajada küll eriarsti või -õe abi, ent kes vajavad igapäevaelus teadmisi ja oskusi oma tervise eest hoolitsemiseks ning otsuste tegemiseks. Olgu tegemist siis koolinoore, lapsevanema või küpsemas eas inimesega – iseenda või oma lähedase tervise heaolu vajavad kõik,“ selgitas Pastarus.

2024. aasta kevadel lõppenud kogukonnakooli projekt koostöös Tartu Hansa ja Tamme koolidega kinnitas noorte huvi terviseteadmise ja Kliinikumi külastuse vastu. „Sestap alustasime 17. septembrist koostöös Tartu Mart Reiniku kooliga uue projektiga, mille raames ootame 5.–8. klassi õpilasi õppepäevadele, eesmärgiga tõsta noorte terviseteadlikkust ning aidata kaasa tervislike eluviiside kujunemisele,“ kirjeldas Ilona Pastarus. Noored saavad ülevaate teemadest nagu toitumine, une- ja ekranaiaeg, vaimse tervise eneseabi-võtted, sotsiaalne enesekehtestamine ja vägivalda äratundmine, meelemürgid ning esmaabi andmine ja elustamisvõtted.

Lisaks koolinoortele laiendas kogukonnakool oma tegevusi ka eakate suunal. „17. septembril alustasime Tähtvere Päevakeskuses eakatele suunatud uude projektiga, mille käigus pakuvad Kliinikumi spetsialistid igakuiselt päevakeskuses kohapeal praktilisi teadmisi ja oskusi, et toetada eakate tervise säilitamist ning elukvaliteedi parandamist. Peatume näiteks füüsilise aktiivsuse teemal, kuidas tarvitada ohutult ravimeid või kuidas ennetada kukkumisi, mis võivad eakate puhul kergesti kaasa tuua luumurde,“ tutvustas Kliinikumi kogukonnakooli projektijuht Kerli Hiimäe.

Praktiliste õppepäevade kõrval on Kliinikumi kogukonnakooli üheks prioriteediks ka usaldusväärse terviseteadmise pakkumine. „Selleks on loodud Kliinikumi kogu-



Kogukonnakool

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Tervise töötoad sügis-talvel

26. september kell 11.00–13.00 Tervisenäitajate töötuba

10. oktoober kell 11.00–13.00 Vaimse tervise töötuba

16./17. oktoober „Sinu käed päästavad elu“ elustamise töötuba

28. november kell 11.00–13.00 Meeste tervise töötuba

9. detsember kell 11.00–13.00 Töötuba „Tervemate jõulude teejuht“

konnakooli portaali, mis pakub kõikidele soovijatele vaba juurdepääsu erinevatele lühikursustele, paariminuti loengutele ja teistele infomaterjalidele. Kogukonnakooli portaali teemade hulka kuuluvad esmaabi kodus, liikumispausid kontoritöötajatele ja patsiendihutus haiglas. Kindlasti laieneb teemade ring veelgi,“ rääkis juhatuse liige Ilona Pastarus.

Kogukonnakooli üks tegevusharu on ka „Tervise töötoad“, kuhu on oodatud nii Kliinikumi patsiendid, nende lähedased kui ka muu kogukond. Igas töötoas keskendutakse konkreetsele teemale, nagu südame tervis, vaimne tervis, esmaabi ja meeste tervis.

Töötoad toimuvad Kliinikumi peamajas L. Puusepa 8, neis osalemine on tasuta ning eelnev registreerimine ei ole vajalik.

2024 kooliprojekti tagasiside noortelt:

- „Koolitus oli põnev ja kaasahaarav ning hõlmas paljut kasulikku informatsiooni“
- „Loeng oli väga põnev ja rääkis minu jaoks olulistel teemadel“
- „See loeng oli väga põnev ja abistav. Loodan ja arvan, et see aitas paljusid, kes juba praegu halvemale teele on sattunud.“

KLIINIKUMI LEHT

Kliinikumi patsientide rahulolu ambulatoorsete tervishoiuteenustega

2024. aasta aprillikuus toimus Tartu Ülikooli Kliinikumi ambulatoorsete patsientide rahulolu-uuring, mille eesmärk oli välja selgitada patsientide kogemused ja rahulolu ambulatoorsete teenustega ning võtta arvesse patsientide ettepanekuid ambulatoorse töö korraldamisel.

Lisaks Kliinikumile viidi rahuloluküsitlus läbi ka teistes haiglates – kokku 14 raviasutuses. Uuringus osales üle Eesti kokku 19 647 patsienti. Küsitluse eesmärgiks oli teada saada, kuidas patsiendid hindavad neile osutatud tervishoiuteenust.

Kliinikumis osales küsitluses 6044 patsienti, kes käisid sel ajaperioodil arsti, õe või ämmaemanda vastuvõtul. Küsimustikku oli võimalik täita elektroonselt saadetava lingi kaudu 3–4 päeva jooksul pärast vastuvõtu toimumist. Enamus tagasisidest, 82% anti arsti vastuvõtule, 12% õe ja 6% ämmaemanda vastuvõttudele. Küsitletud patsientidest moodustasid naised 65% ja mehed 35%. Vanuse järgi jaotuses oli alla 15aastaseid 5%, 15–44 aasta vanuseid 33%, 45–66 aasta vanuseid 39% ja 65aastaseid või vanemaid 23%.

Patsientide rahulolu vastuvõtuga mõjutavad erinevad tegurid, antud uuringus küsiti patsientide tagasisidet 13 teguri kohta. Patsiendid olid väga rahul arstide, õdede

ja ämmaemandate suhtumisega, 88% vastanutest kinnitas, et vastuvõtul suhtuti nendesse lugupidavalt. 83% vastajate hinnangul oli vastuvõtt piisavalt privaatne ja 81% oli rahul patsiendile pühendatud ajaga. Rahul oldi ka selgitustega ravimite kohta ja selgitustega vajalike analüüside ja uuringute kohta.

Vähem olid patsiendid rahul pika ooteajaga, samuti sai Kliinikum sisendi vastuvõtu- ja uuringukabinettide leidmise parandamiseks, vastuvõttude algusaegadega graafikus püsimiseks, ootealade mugavamaks muutmiseks ning veelgi täpsemate juhiste jagamiseks, mis aitaks patsientidel iseseisvalt tervisemuredega toime tulla. Patsientide rahulolutase erinevate rahuloluteguritega varieerus kliinikute lõikes.

Küsimustiku lõpus paluti patsientidel vastata küsimusele „Palun hinnake kuivõrd vastas viimane vastuvõtt Teie ootustele“ 10 palli skaalal, kus 0 tähistab „üldse ei vastanud mu ootustele“ ja 10 tähistab „vastas

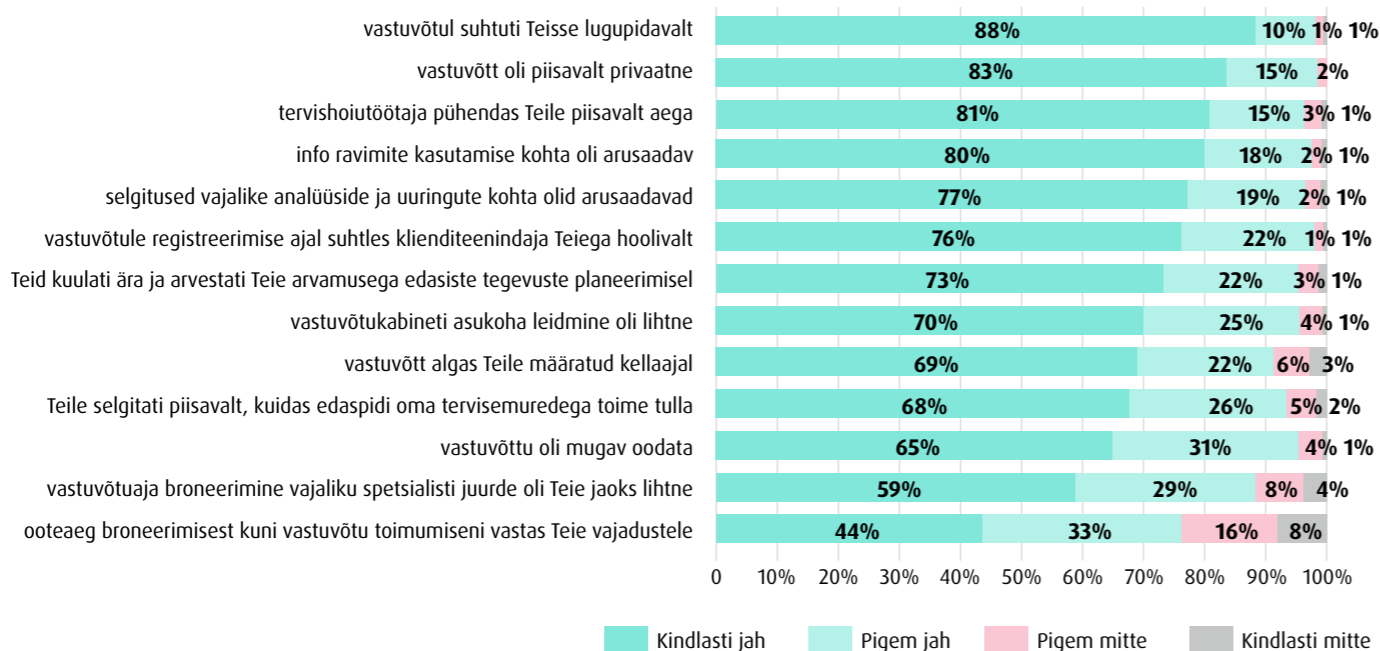
täielikult minu ootustele“. Enamus patsientidest andis vastuvõtule väga hea või hea hinnangu. Vastuvõtu hindas väga heaks (hinnang 9 või 10) 67% ja heaks (hinnang 7 või 8) 21% patsientidest. Vastuvõtuga rahulolematust (hinnang 0–6) väljendas 12% patsientidest. Patsientidel oli võimalus teha ka ettepanekuid vastuvõtu paremaks korraldamiseks.

Uuringutulemuste korrelatsioonanalüüs, mis näitab erinevate tegurite seose tugevust vastuvõtu patsiendi ootustele vastavusega, aitab välja tuua valdkonnad patsientide rahulolu parandamiseks. Ambulatoorsete vastuvõttude vastavust patsientide ootustele aitab tõsta eelkõige patsientide kaasamine raviprotsessi otsuste tegemisse ja edaspidiseks terviseprobleemidega toimetulekuks põhjalikemate juhiste andmine.

Kliinikumis jätkub uuringutulemuste analüüs üksuste tasandil kliinikutes.

Patsientide rahulolu erinevate teguritega

Kuivõrd Te nõustute järgmiste väidetega:



Soome kolleegid külastamas gastroenteroloogia osakonda

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Soome gastroenteroloogid külastasid Kliinikumi

Septembrikuu alguses külastasid Tartu Ülikooli Kliinikumi 27 Helsingi piirkonna gastroenteroloogi eesotsas Helsingi Ülikooli gastroenteroloogia professori Perttu Arkkilaga.

Külaskäigu eesmärk oli tutvuda sisekliiniku gastroenteroloogia osakonna tööga ning saada laiem ülevaade Kliinikumi tegevusest, et soodustada erialast koostööd ja kogemuste vahetamist.

Gastroenteroloogia osakonna vanemarst-õppejõu ja osakonnajuhhi dr Karin Kulli sõnul on Helsingi Ülikooli haigla ja Tartu Ülikooli Kliinikumi vahel pikaajalised koostöösuhted. „Meil on hea meel, et koostöö on jätkunud ning saame vahetada kogemusi teiste spetsialistidega. Soome on meile eeskujuks ja meie neile, kuna Kliinikumi ravi ja uuringud on väga heal tasemel,“ rääkis dr Kull. Gastroenteroloogia on valdkond, mis keskendub seedetrakti haiguste diagnoosimisele ja ravile. Põletikulise soolehaiguse all mõeldakse eelkõige haavandilist koliiti ja Crohni tõbe, mille esinemissagedus on maailmas piirkonniti väga erinev – see on suurem kõrgema sotsiaalmajandusliku arenguga

riikides ja väiksem madalama sotsiaalmajandusliku arenguga riikides.

„Soomes on põletikulise soolehaigusega patsiente rohkem, kuid ka Eestis on haigestumine tõusuteel. Põletikulise soolehaiguse põhjused on seotud elustiili- ja keskkonnafaktoritega,“ rääkis vanemarst-õppejõud, lisades, et tõenäoliselt on keskkonna ja elustiili faktoritel erineval ajaperioodil erinev mõju: varases lapseas aset leidnud sündmused mõjutavad immuunsüsteemi kujunemist ja täiskasvanueas aset leidvad sündmused võivad mõjutada haiguse kulgu.

Gastroenteroloogia osakonna juhi sõnul on Eestis põletikulise soolehaiguse ravivõimalused samaväärsed Soomega, tuues näiteks, et bioloogilist ravi saavad Kliinikumis ligikaudu kaks kolmandikku Eesti patsientidest. „Põletikulise soolehaiguse ravi on pikaajaline ja selle eesmärk on haiguse re-

missiooni säilitamine ning patsiendi võimalikult hea elukvaliteedi tagamine. Seetõttu kasutatakse järjest enam raviskeemides nende eesmärkide saavutamiseks bioloogilist ravi,“ rääkis dr Kull. Bioloogiline ravi hõlmab bioloogilise päritoluga ainete ehk biomolekulide kasutamist, mis mõjutavad haiguste patogeneetilisi mehhanisme.

Lisaks teadmiste vahetamisele tutvusid Soome kolleegid ka Kliinikumi ruumidega. „Väga hea mulje jättis neile endoskoopia-keskus, mis on spetsiaalselt seedetrakti endoskoopia vajaduste järgi planeeritud. Keskuses tehakse aastas üle 9000 seedetrakti endoskoopilise uuringu, meie aparatuur ja uuringute võimalused on samaväärsed Helsingi Ülikooli haigla omaga,“ sõnas arst-õppejõud. Kliinikumis töötab 11 gastroenteroloogi, mis moodustab kolmandiku Eesti gastroenteroloogidest.

KLIINIKUMI LEHT

EMO ja hambaravi

Ambulatoorsete patsientide küsitlusega samal ajal toimus Kliinikumis ka erakorralise meditsiini osakonna (EMO) ja hambaravi patsientide küsitlus.

EMO küsitluses osales 652 patsienti, nendest 59% andsid EMO külastusele väga hea hinnangu. Hambaravis osales küsitluses 738 patsienti ja nendest 79% andsid väga hea hinnangu. Hambaravi patsientide puhul lisandus parendusvaldkonnadesse informatsiooni andmine ravi oodatava maksumuse

kohta ja EMO patsientide puhul EMO ooteala mugavamaks muutmise ja informatsiooni andmine eeldatava ooteaja kohta.

Kliinikum tänab kõiki patsiente, kes andsid ambulatoorsetele vastuvõttudele tagasisidet. Selleks, et pakkuda patsientidele parimat tippasemel ravi, mis oleks samal ajal ka inimesekeske ja hooliv, on vaja patsientide sisendit tervishoiuteenuste ootuste osas.

Lisaks toimunud rahulolu-uuringule on patsientidel võimalik anda tagasisidet kogu

aasta vältel – tänuavaldusi, ettepanekuid ja ka murekohti saab edastada Kliinikumi kodulehel läbi tagasisidesüsteemi, samuti analüüsitakse kliinikutes igapäevaselt patsientide poolt antavat soovitusindeksit. Täiendavad patsientide rahulolu-uuringud toimuvad Kliinikumis iga-aastaselt, vaheldumisi ambulatoorsetes ja statsionaarsetes osakondades.

VAIKE SOODLA

Analüüsi- ja kvaliteediteenistus

Kliinikumi juubelikonverents integreeris ühte ravi-, õppe- ja teadustöö

5. septembril 2024 toimunud Tartu Ülikooli Kliinikumi juubelikonverentsil „220 aastat teadust patsiendi teenistuses“ vaadati sisse nii ülikoolihaigla minevikule, olevikule kui tulevikule, tōdedes, et kogu ajatelge iseloomustab ravi-, õppe- ja teadustöö tihe lõimimine.

Tartu Ülikooli Kliinikumi juhatuse esimehe Priit Perensi sõnul on Eesti ainsaks ülikoolihaiglas olemine suur väärtus, teisalt ka kohustus nii Eesti inimeste tervise ees kui ka tulevase tervishoiupõlvkonna kujundamisel. „Koos ülikooliga oleme me tänasesse hetke tulnud ja koos ülikooliga läheme me siit ka edasi,“ lausus juhatuse esimees juubelikonverentsi avades.

Kliinikumi juubelikonverentsi esimene sessioon oli pühendatud ravitööle ja ajaloole läbi erinevate erialade lugude. Meditsiiniajaloo nooremlektor Ken Kalling rääkis tolaegsetest väljakutsetest ravis, samuti Tartu rollist meditsiiniajaloo ja suundade mõjutamisel. Arstide ja õdede arv on ajas pidevalt kasvanud, koos sellega ka nende roll ühiskonna kujundamisel ja mõjutamisel.

Sünnitusabi ja neonatoloogia loo jutustasid prof Helle Karro ja prof Tuuli Metsvaht. Tartu Ülikooli Kliinikum on olnud mitmete tänaseks igapäevaseks saanud uuenduste algatajaks ja läbiviijaks – näiteks esimese kunstlikult viljastatud beebi sünd 1995. aastal, loote-eelse diagnostika läbiviimise juurutamine, I trimestri kombineeritud uuring ja palju muud. Prof Tuuli Metsvaht tõi välja, et kui ajaloos oli fookus emade suremuse vähendamisele, siis 19. sajandi teises pooles liikus pilk juba ka laste poole. Tõsi, esimesed kuvõõsid võeti üle tibude inkubaatorist, kuid enneaegse vastsündinu toetamise põhimõtted on säilinud. 2016. aastaks oli varane neonataalne suremus 1000 sünni kohta nii väike, et see tõstis Eesti oma näitajaga parima viie Euroopa riigi hulka. Kliinikumi kardiokirurgia osakonna juht dr Arno Ruusalepp vaatas tagasi südamehaiguste diagnoosimise ja ravimise ajateljele – esimene südameoperatsioon tehti Werner Zoego von Manteuffel poolt just Tartus. Ortopeed Kaspar Tootsi osundas omakorda liigesehaiguste väljakutsetele, üheks neist ostartroosi kulgu muutva ravimi leidmine teadustöö kaudu.

Konverentsi teine sessioon keskendus teisele Kliinikumi põhitegevusele ehk õpetamisele ülikoolihaiglas. Õpetamise olevi-ku- ja tulevikuvaade avati läbi erinevate



Juubelikonverentsi aruteluring

Foto: Merle Vär

osapoolte – Tartu Ülikooli, Tartu Tervishoiu Kõrgkooli, Tartu Ülikooli Kliinikumi ja üliõpilaste pilgu läbi. Arstiüliõpilased ehk tulevased kolleegid saavad Kliinikumi pärast 2,5 aastat ettevalmistust prekliinilises õppes. Arstiõppe lõpetab praktika, kus teadmisi ja oskusi rakendatakse haigla igapäevatoos. Residentuuriaastate õpe on juba 80% ulatuses praktiline ravitöö, mille käigus omandatakse süvendatult eriarsti kutse ja pädevus.

Kliinikumi juhatuse liige Ilona Pastarus rääkis koolitarkuse kõrval inimlikest ja pehmetest oskustest, mis on vajalikud igas eluvaldkonnas, sõltumata sellest, kas tegemist on noore või juba kogunud kolleegiga. „Näiteks on suhtlemisoskus, ajaplaneerimise oskus, aga ka koostöö ja meeskonnatöö oskused, mis toovad edu igal ametikohal. Lisaks ei peaks erinevad generatsioonid pelgama teineteiselt õppimist,“ lausus juhatuse liige.

Konverentsi kolmas osa vaatas tulevikku, keskendudes tehisintellektile ja personaliseeritud ravile. Tartu Ülikooli kaasprof Meelis Kull selgitas tehisintellekti töö põhimõtteid ning selle kasutamise võimalusi, aga ka kitsakohti juhtudel, kui tehisintellekt eksib. Tehisintellekt võiks visiidi ajal abiks olla nii administratiivseks toeks kui ka otsustamiseks – näiteks visiidi vestluse transkribeerimiseks ja kokkuvõtte tegemiseks, samuti diagnooside ja lisauuringute kaalumiseks. Samuti enne või pärast visiiti analüüsimiseks ja info otsimiseks.

Tehisintellekti rakendamise võimalusi tervishoius otsitakse pidevalt ka mujal – ka Helsingi ülikoolis on seatud suur rõhk tehisaruga seotud projektidele. Ühte tutvustas ka doktorant Juuso Takala, kelle osalusel on tehisintellekt õpetatud masinõppe algoritmi põhjal prognoosima ajukahjustusi komputertomograafiaid lugedes. Sealjuures selgus, et andmete paljususest olulisemaks võib pidada andmete täpsust, mille põhjal tehisaru treenida.

Kliinikumi vähikeskuse juht dr Lenne-Triin Kõrgvee ilmestas infotehnoloogiliste lahenduste ootust läbi struktureeritud vähiandmete vajaduse, mis omakorda mõjutab nii ravitöö kvaliteeti kui ka hõlbustab teadustööd. Geneetika ja personaalmeditsiini kliiniku juht dr Sander Pajusalu rõhutas, et personaalmeditsiini tuleb ennekõike mõtestada kui personaliseeritud meditsiini, mida Kliinikum igapäevaselt juba patsientide heaks ellu viiakse – olgu selleks ühe kindla patsiendi vajadust arvestades tablettide printimine, personaliseeritud söeluuringud või farmakogeneetika. Arenguvõimalusena tõi ta välja andmete teise kasutuse ja võimalused teistest analüüsides.

Kliinikumi juubelikonverentsi modereesid noored praegused ja tulevased kolleegid: Mattias Pettai, Martin Veližanin, Liisi Põldots, Mihkel Viru, Kaspar Tootsi ja Martin Reim.

KLIINIKUMI LEHT

Meditsiiniinformatsiooni koolitused

Kuupäev	Kellaeg	Koolituse nimetus	Toimumiskoht
26.09	09.00–12.00	Kirjanduse otsingu strateegia ülesehitamine, teostamine ja dokumenteerimine	Zoom
03.10	10.00–10.45	Viitehaldustarkvara Zotero	Zoom
10.10	13.00–16.00	Kirjanduse otsing tõendus põhise meditsiini andmebaaside põhjal	Zoom
17.10	09.00–12.00	PubMed	Zoom
24.10	14.00–14.45	Micromedex	Zoom
31.10	13.00–16.00	Otsingustrateegia ülesehitamine: terminite määratlemisest kuni otsingu tulemuste kontrollimiseni	Zoom
07.11	10.00–10.45	UpToDate	Zoom
14.11	13.00–16.00	Kuidas hinnata teadusuuringuid? Ülevaade metoodikast	Zoom
21.11	09.00–12.00	Baaskoolitus Kliinikumi andmebaaside kasutamiseks ja tõendus põhise meditsiini informatsiooni leidmiseks ning hindamiseks	Zoom
28.11	13.00–16.00	PubMed	Zoom
05.12	14.00–14.45	DynaMed	Zoom
12.12	13.00–16.00	PICO küsimuse koostamine ja kirjanduse otsing erinevates andmebaasides. Tulemuste tõendus põhise hindamine	Zoom

Koolituse registreerimine Kliinikumi koolituskeskuses.

E-kursused (Moodle)

Periood	Koolituse teema	Kestus
09.09–06.10	Abivahendid parema otsistrateegia ülesehitamiseks ja kontrollimiseks	4 nädalat
07.10–10.11	Otsingu strateegia ülesehitamine meditsiinalase teaduskirjanduse andmebaasides	5 nädalat
04.11–15.12	Meditsiinalased infoallikad ja infokirjaoskuse põhimõisted	6 nädalat

E-kursustele registreerumine ja täpsem info kõikide koolituste kohta kodulehelt, telefonil 731 8185 või medinfo@kliinikum.ee.

Simulatsiooniõppuste nädal keskendus lastele ja vastsündinutele

16.–20. septembri nädal oli pühendatud simulatsiooniõppele. Kliinikum keskenduti sel puhul laste ja vastsündinute abistamisele kriitilistel hetkedel, mil vaja on nii lastekliiniku, naistekliiniku kui anestesioloogia- ja intensiivravi kliiniku meeskonnaliikmete panust. Sellised olukorrad võivad ette tulla näiteks uue ilmakodaniku sündimise järgselt ning siis on oluline, et selliseks olukorras on valmis kogu teda ümbritsev ravimeeskond – õed, ämmaemandid, anestesistid, lastearstid, naistearstid, anestesioloogia ja intensiivraviarstid. Kriitiliste hetkede simuleerimine toimus Kliinikumi peamajas asuvas Tartu Ülikooli simulatsioonikeskuse ruumides, mis on sisustatud võimalikult haiglateskonna moodi. Simulatsiooniseadmetel ja -mannekeenidel saab päriselule sarnastes oludes harjutada elustamist ning tegutsemist teistes eluohtlikes olukordades – raske trauma, hingamisteede sulguse ja kliinilise surma korral.



Dr Kaie Stroo, dr Annika Tiit-Vesingi, Kertu Lepla, dr Imbi Eelmäe, Mari Kallastu

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Kliinikumi sportlased triatloni Euroopa meistrivõistlustel

Augustikuu lõpus Tallinnas peetud triatloni Euroopa meistrivõistlustel Ironman 70.3 oli stardis ka Tartu Ülikooli Kliinikumi esindanud võistkond „Kliinikum 220“.

Võistkonda kuulusid naistekliiniku juht prof Kristiina Rull, kes võttis enda kanda jooksudistantsi. Spordimeditsiini ja taastusravi kliinikus töötav füsioterapeut Livian Laaneots oli võistlustules ujumise distantsil ning sama kliiniku sporditraumatoloogia keskuse juht dr Leho Rips jalgrattasõidus.

Prof Kristiina Rull: Minu jaoks oli sellel aastal suurimaks väljakutseks joosta nii palava ilmaga. Õhutemperatuur jooksudistantsi ajal oli 29 kraadi, taevast pilvitu ja päikesest kuumaks kõetud asfalt andis tublisti lisakraade. Kui rattureid segas tugev tuul, siis jooksjale oli see leevenduseks, higi jõudis enne ära aurata, kui nahale jõudis.

Ironmani võistlusel on tugev positiivne energia, see kutsus osalema. Ma küll unj ja sõidan rattaga, aga kolme ala ei jaksaks üksi läbi teha. Meeskonnana tekib mõnus õlg-õla tunne, mis veelgi innustab ja ei lase alla anda. Üheskoos viimast 100 meetrit joosta ja koos finišijoont ületada, on vägev tunne.



Foto: Erakogu

Livian Laaneots, dr Leho Rips,
prof Kristiina Rull

Livian Laaneots: Olen aastaid triatloni harrastanud ja armastan seda ala siiralt. Selles alas on oma valu ja võlu. Kui tegin oma sportlikele kolleegidele ettepaneku osalemiseks, ei tulnud neid üldse veenda.

Jah-sõna tuli kohe, kui selgus, et töögraafik lubab. Olime selles koosseisus võistkonnaga aastal 2021 juba sama võistluse läbi teinud. Positiivne energia ja koostegemise rõõm kutsus meid taas rajale, et ennast uuesti proovile panna.

Selle aasta ujumine Stroomi rannas nõudis lisaks ujumisele ka head jooksuoskust vees. Õnneks tugeva tuule mõju ujujaid väga ei seganud ning kui jooks vees välja arvata oli igati äga kogemus koos meduasidega meres võistelda.

Olen siiralt õnnelik, et mul on nii ägedad kolleegid, kellega koos kogu võitluspäeva võlu ja valu viimased 100 meetrit käsikäes joostes üle finišijoone tulemuseks vormistada. Oleme rahul ja uhked, et ära tegime. „Anything is Possible“!

Kliinikumi võistkond saavutas tihedas rahvusvahelises konkurentsisis segapaaride seas 31. koha. Palju õnne võistlejatele!

KLIINIKUMI LEHT

TÄNUAVALDUSI

September 2024, naistekliinik

Suured-suured tänud **dr Tiitu Hermlinile** tehtud operatsiooni eest. Samuti avaldan südamest kiitust kogu osakonna personalile. Väga meeldivad, tähelepanelikud, abivalmid ja siirad tüdrukud. Olge tänatud, õnnelikud ja terved!

September 2024, närvikliinik

Soovin südamest tänada **dr Simmo Savisaart** minu hiljutise operatsiooni eest. Kirurgi hoolivus, pühendumus ja kõrgetasemeline professionaalsus kogu protsessi vältel olid tõeliselt muljetavaldavad. Kuigi operatsioonid ei ole kunagi lihtsad, muutis dr Savisaar selle kogemuse võimalikult meeldivaks ja konstruktiivseks. Olen ääretult tänulik! Dr Simmo Savisaare tähelepa-

nelikkus ja hooliv suhtumine andsid mulle kindlustunde, et olin parimates võimalikes kätes. Aitäh kogu südamest!

September 2024, sisekliinik

Suured tänud osakonna arstidele ja õdedele suurepärase töö ja suhtumise eest. Eriksed tänud **dr Olga Gussevale**.

September 2024, radioloogikliinik

Suur aitäh **radioloogiatehnik Erik Landör!** Teie põhjalikud ja lapsele eakohased selgitused ning rahulik meel olid suureks abiks pisikese patsiendi hirmu vähendamisel eesootava uuringu ees. Lapsele jäid ainult positiivsed mälestused lastekliiniku radioloogiakabinetist. Aitäh!

September 2024, psühhiaatrikliinik

Soovin tänada psühhiaater **dr Vallo Mattot** ning vaimse tervise **õde Anni Topolevat** kiire reageerimise ja lahenduse leidmise eest minu probleemile. Suhtumine patsienti oli empaatiline, jagati kasulikku informatsiooni ning anti adekvaatsed soovitusel minu seisundi puhul. Patsiendi rollis on tunda, et teete oma tööd südamega ja patsiendikeskselt!

September 2024, südamekliinik

Olen viibinud korduvalt siin (1. kardioloogia) osakonnas. Täna kõik töötajad. Eriti soovin tänada **õde Ksenia Kuzmad**, kes on alati rõõmus kõigi haigete vastu.