

Novembrikuu kokkuvõte

2025

UUDISED

MÄRT – meeleolu- ja ärevushäirete raviteekond

Viljandi haigla osaleb Eesti Psühhiaatrie Seltsi projektis MÄRT, mille eesmärk on muuta meeleolu- ja ärevushäirete raviprotsessi nii patsiendi kui spetsialisti jaoks paremaks – luua koordineeritud ja tõenduspõhine raviplaan ja selged rollid raviteekonnal.

MÄRT projekti I etapp on läbi ning peagi algab II etapp, mille eesmärk on viia lõpuni raviteekonna standardi arendus ning valmistada ette tegevuskava standard piloteerimiseks Viljandi maakonnas. MÄRT-i lahendust tutvustatakse enne pilootprojekti algust ka perearstidele ja nende meeskondadele, kuid juba täna palume teil võimalusel täita lühike küsimustik. See aitab mõista seniseid tugevusi ja kitsaskohti meeleolu- ja ärevushäiretega patsientide toetamisel ning arendada koostööd nii, et see toetaks teie igapäevatööd.

Küsimustiku link: <https://forms.gle/KJ2LurEi2Uh2M9Cc7>.

Lisainfo: Aneth Tuurmaa (MÄRT projektijuht), aneth.tuurmaa@viljandahaigla.ee

Ajutine paus sidumisõe kabineti töös

Sidumisõe kabineti töös on detsembri keskpaigast alates ajutine paus. Tegeleme lahenduse leidmisega ja anname esimesel võimalusel teada töö taastumisest.

Eriõe pädevuste laiendamine

Kolm meie õde omandasid eriõe pädevuse — palju õnne Aigi Laansoo, Annika Reiljan ja Maris Paas!

UUED TEENUSED JA TEENUSEOSUTAJAD

Intravenoosne immuunravi

Novembris alustasid meie juures tööd immunoloogid dr Krista Ress ja dr Anni Kangur. Samal kuul teostati Viljandi haiglas esmakordselt patsiendile päevaravis intravenoosne immuunravi, mis on oluline samm meie ravivõimaluste laienemisel.

Töotervishoiuteenuse uued lahendused

Töotervishoiuteenusel on nüüd uued paketid ja lahendused tööandjatele. Nendega saab tutvuda meie kodulehel: <https://www.viljandahaigla.ee/tootervishoid/>

Palliatiivravi arsti ambulatoorne vastuvõtt

Viljandi haiglas on avatud palliatiivravi arsti dr Heli Taro ambulatoorne vastuvõtt. Vastuvõtule on oodatud saatekirjaga patsiendid, kellel on raske elu ohustav haigus: vähk; edenev neuroloogiline haigus; mõne elundi, näiteks neerude, kaugele arenenud puudulikkus.

Patsiendi vastuvõtule suunamise põhjuseks võib olla valu, iiveldus, õhupuudus või mõni muu häiriv sümptom, mille raviks vajatakse abi.

Patsiente saavad suunata vastuvõtule nii pere- kui eriarstid saatekirjaga. Saatekiri tuleb teha: sisehaiguste arsti vastuvõtt (palliatiivravi).

Novembrikuu kokkuvõte

2025

UUED TEENUSED JA TEENUSEOSUTAJAD

Söömis- ja toitumishäirete statsionaarne ravi

Detsembrist on Viljandi haigla psühhiaatriakliinikul uus söömis- ja toitumishäirete osakond, mis pakub statsionaarset ravi noorukitele ja täiskasvanutele, kellel on söömis- või toitumishäire või selle kahtlus. Teenusele saab patsiente suunata e-konsultatsiooni kaudu:

- täisealiste puhul Viljandi haiglale psühhiaatrile;
- alaealiste puhul Viljandi haiglale laste- ja noorukitepsühhiaatrile.

Uus kõrva-nina-kurguarst jaanuarist

Alates jaanuarist 2026 liitub meie kollektiiviga uus kõrva-nina-kurguarst dr Eva Martina Pöder.

E-KONSULTATSIOONID

- Kuni 18. jaanuarini 2026 on endokrinoloogia e-konsultatsioonid ressursipuuduse tõttu suletud. Vabandame!
- 3. detsembrist on Viljandi haiglast võimalik tellida veresoontekirurgia e-konsultatsioone. E-konsultatsioonidele vastab veresoontekirurg dr Andrus Metsa.
- Meeldetuletus: selleks, et teie infosüsteem e-konsultatsioonide tellimisega seotud muudatusi näitaks, on oluline uuendada lehekülje digiressursse.

KOOLITUSED

- **05.12.2025 Allergoloogia-immunoloogia alane koolituspäev.** Info ja registreerimine: <https://www.viljandahaigla.ee/koolitused/allergoloogia-immunoloogia-alane-koolituspaev/05-12-2025/6522/>
- **9.12.2025 Veenivere võtmise koolitus pereõdedele.** Info ja registreerimine: <https://www.viljandahaigla.ee/koolitused/veenivere-votmine/09-12-2025/5519/>
- Kõik Viljandi haigla pakutavad koolitused on leitavad meie kodulehelt: <https://www.viljandahaigla.ee/koolitused/>

Novembrikuu kokkuvõte

2025

MEELDETULETUSEKS

Valuraviteekond

Ambulatoorse ravi kliiniku ja taastusravikliiniku koostöös on alustanud valuraviteekonna teenus, mille eesmärk on pakkuda patsientidele parimat lahendust kroonilise valu leevendamiseks ning elukvaliteedi säilitamiseks või parandamiseks. Nõu saab küsida ja patsiendi teenusele suunata e-konsultatsiooni kaudu:

- anestezioloog dr Pille Kilgi; teekonna koordineerimisel ja läbiviimisel on abiks valuraviõde Ines Malolitko;
- taastusarst dr Krista Lääne; taastusravi osas on valuravi teenusele kaasatud ka füsioterapeut Madli Viigimaa.

Rooja ja uriini uuringud

Palume suunata patsiente kasutama proovimaterjali kogumisel spetsiaalseid labori poolt kinnitatud kogumismõusid. Tavalisi toidukarpe, purke ja muid koduseid nõusid kasutada ei tohi. Kogumismõud on patsientidele tasuta ja neid saab Tervikumi labori analüüside vastuvõtust.

Palume pöörata tähelepanu tellitud uuringute puhul ka süsteemi poolt ette antud proovinõude arvule ning tuua materjal vastavalt ettenähtud arvus proovinõudes.

Roojaproovide puhul esineb sageli probleem, et kuigi on tellitud mitu analüüsi, on toodud liiga vähe materjali. Rooja proovi kogus peaks olema mõõdukas - mitte liiga suur ega liiga väike. Üldjuhul piisab umbes teelusikatäiest väljaheitest, mitte rohkem.

Täpsustus laste vereanalüüside proovivõtu kohta

Sageli saadetakse lapsi vereproovi andma sõnumiga, et uuring tehakse kapillaarverest ja siis on verevõtus väike segadus, kui võetakse hoopis veeniveri. Enamik biokeemilisi, hematoloogilisi ja immunoloogilisi analüüse vajab standardiseerituse ja täpsuse huvides venoosset verd. Kapillaarveri sobib vaid teatud spetsiifiliste analüüside jaoks. Kapillaarverest ei või paljusid analüüse teha, sest proovikogus on väike ning kui materjali on vaja rohkem, siis on liigse pigistamise tõttu suurem oht hemolüüsi tekkeks ja proovi saastumiseks koevedelikuga

Kapillaarverest teostatavad uuringud on meil järgmised:

- Hemogramm
- Hemogramm 5-osalise leukogrammiga
- Vereäige mikroskoopia
- ABO, RhD ja DAT paneel vastsündinul
- Happe-aluse tasakaal kapillaarses veres
- Bilirubiin
- CRP
- Glükoos
- Laktaat