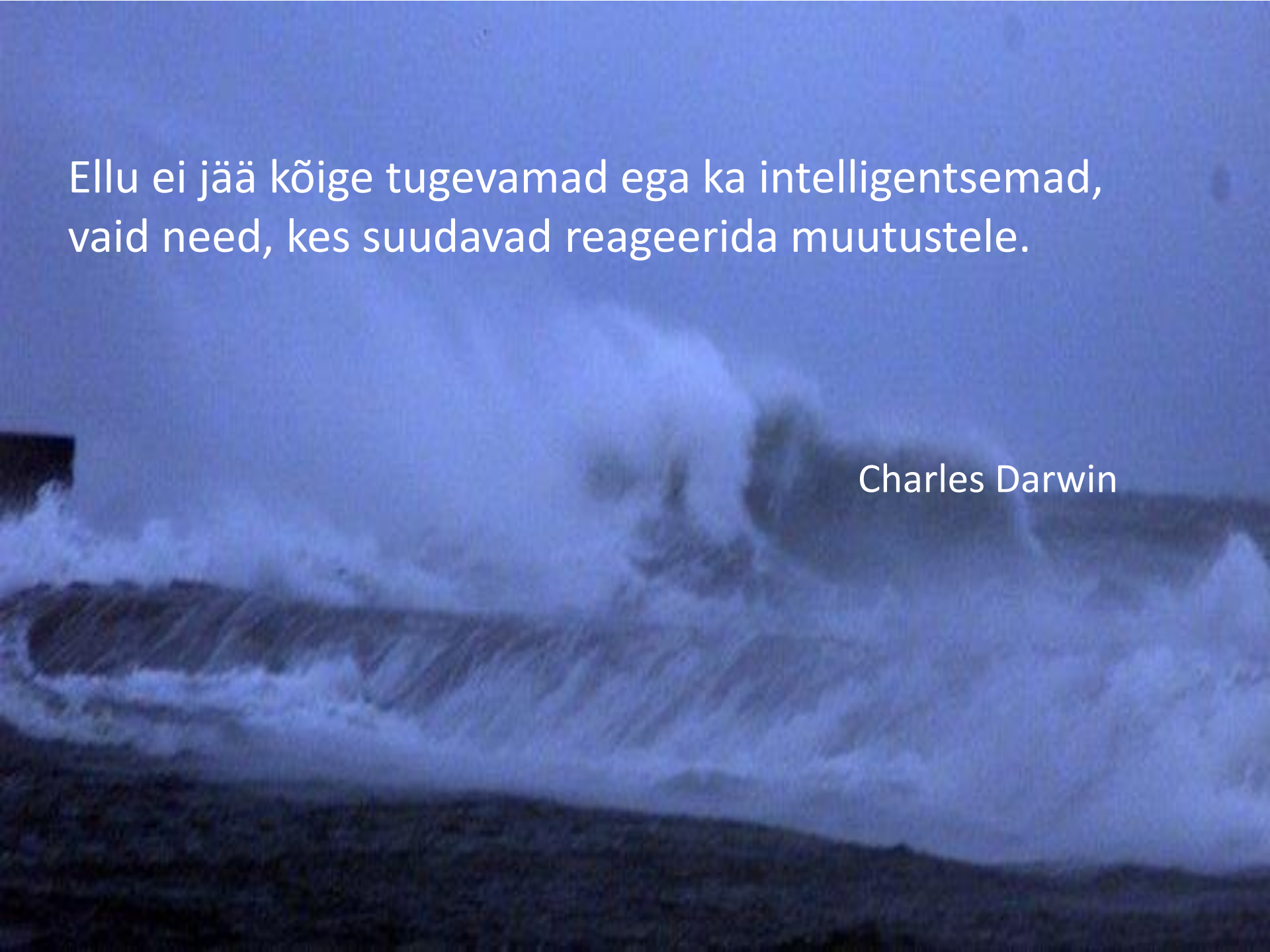


# Esmatasandi arengud Eestis

Diana Ingerainen  
Järveotsa Perearstikeskus  
perearst/juhataja  
25.10.2017

Ellu ei jää kõige tugevamad ega ka intelligentsemad,  
vaid need, kes suudavad reageerida muutustele.

Charles Darwin



# Järveotsa Perearstikeskus

- 2003 rakendus pereõe iseseisev vastuvõtt
- Esimesi e-Retsepti koostajaid
- Esimene e-tervisetõend
- Esimene e-saatekiri
- E-perearstikeskus  
<https://www.eperearstikeskus.ee/patient/>
- Pereõdede tegevusjuhend, tervisekeskuste infrastruktuur

# Järveotsa Perearstikeskus

- Kõik perearstid on resertifitseeritud
- 2014 Haigekassa kvaliteedi kriteeriumid täidetud kõikide nimistute osas 1,0
- 2015 4 nimistut 1,0, 2 nimistut 0,8 1 nimistut (nn.0-nimistut) ei ole täidetud
- <https://www.perearstiselts.ee/patsiendile/terviskeskused>

# Järveotsa Perearstikeskus

- Grupipraksis ~12000 patsienti
  - 7 perearsti, 14 pereõde, 1 lastearst
- Perearstid teevad tööpäevas
  - 140 vastuvõttu
  - 70 telefoni konsultatsiooni
- Pereõed teevad tööpäevas
  - 90 vastuvõttu
  - 150 telefoni konsultatsiooni

# Järveotsa perearstikeskuse saamislugu

- 1998 Väike-Õismäe Polikliiniku seitsmenda jaoskonnaarst
- 1999 FIE Diana Ingerainen 1700 patsienti
- 2001 Järveotsa Perearstikeskus, 2 nimistut 4000
- 2003 3 nimistut 5400
- 2005 5 nimistut 10 000
- 2007 6 nimistut 12 300
- 2017 7 nimistut 12 100



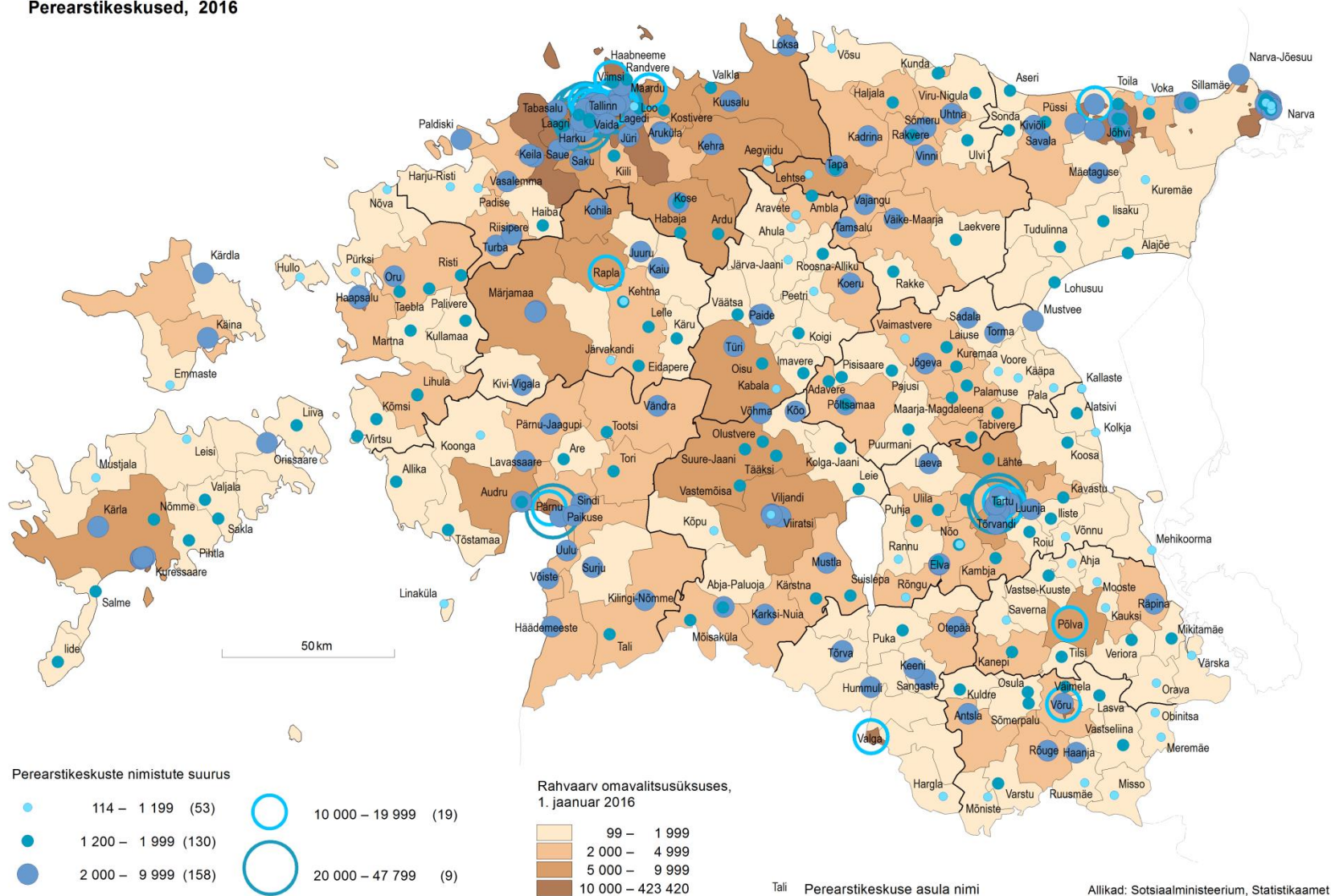








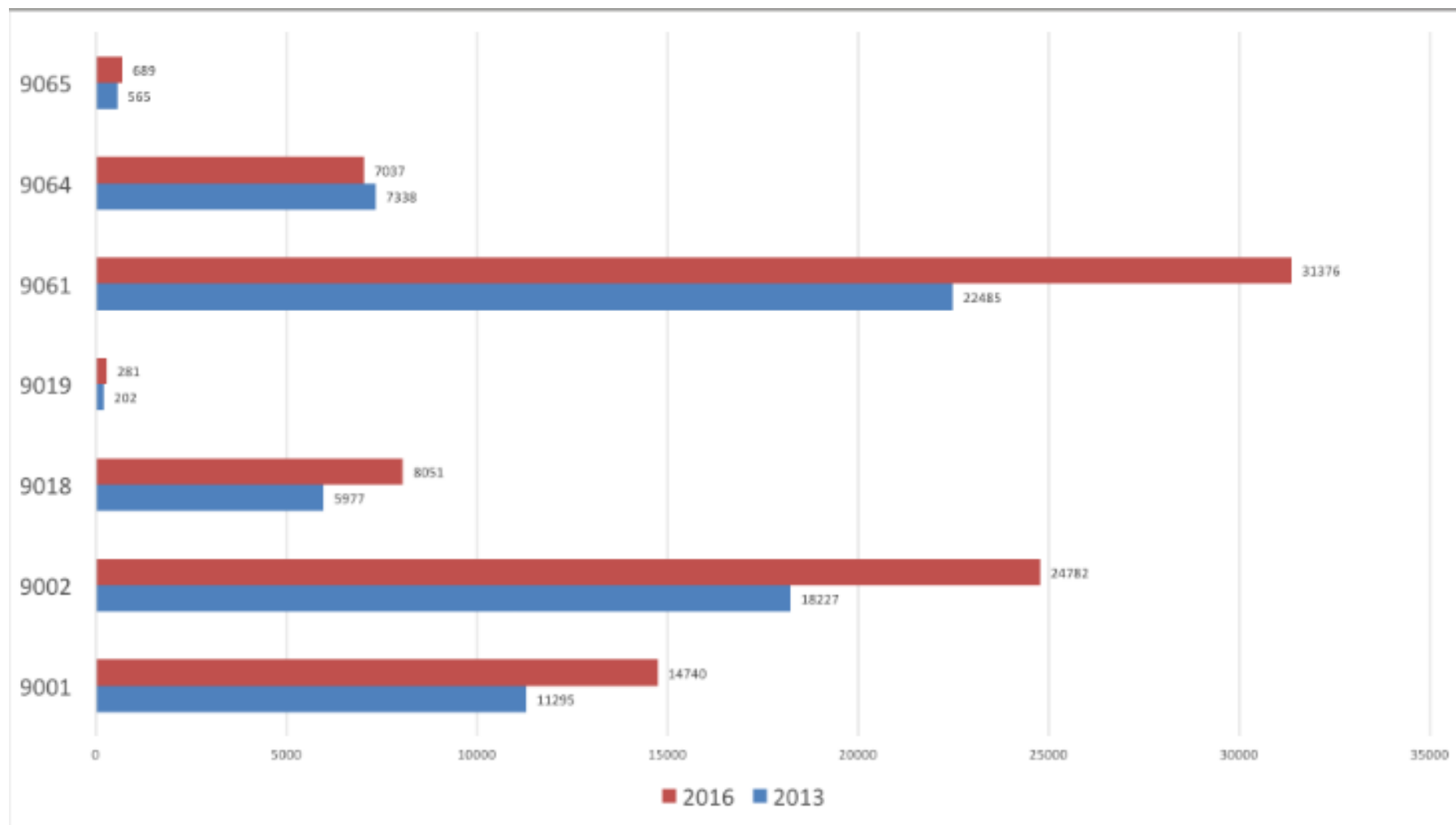
**Perearstikeskused, 2016**



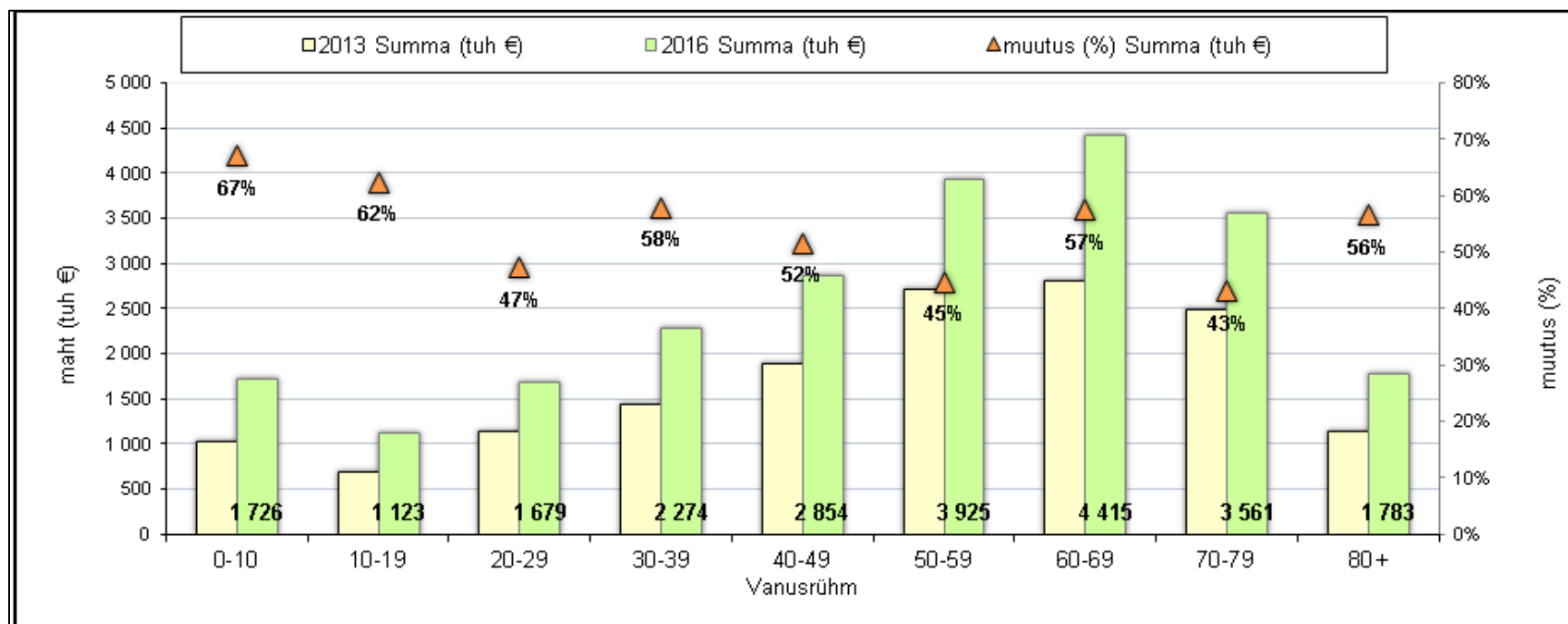
Tali Perearstikeskuse asula nimi

Allikad: Sotsiaalministeerium, Statistikaamet

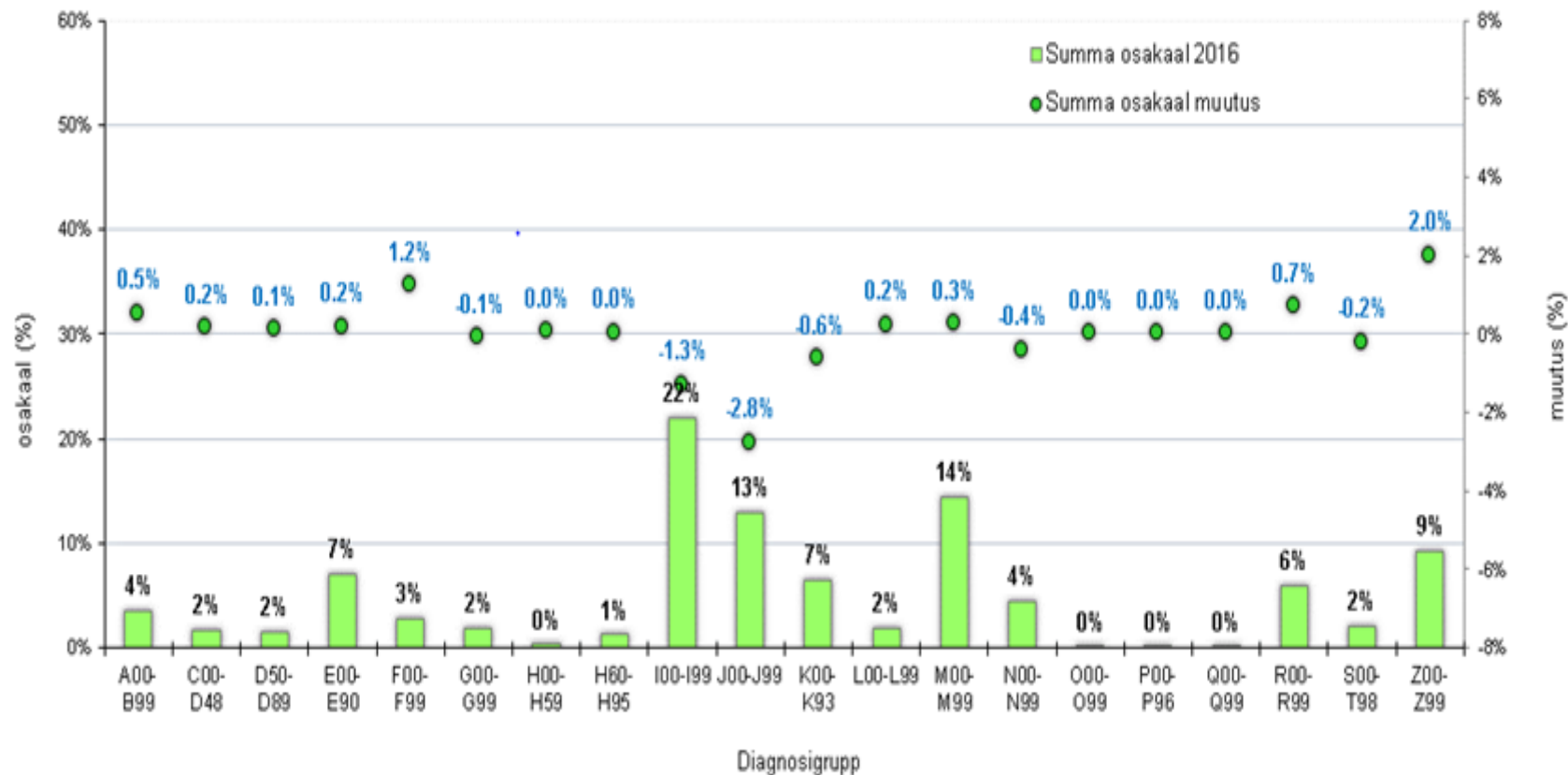
# Vastuvõttude arv kasvas pidevalt



# Kulud kasvavad, kasvavad, kasvavad...

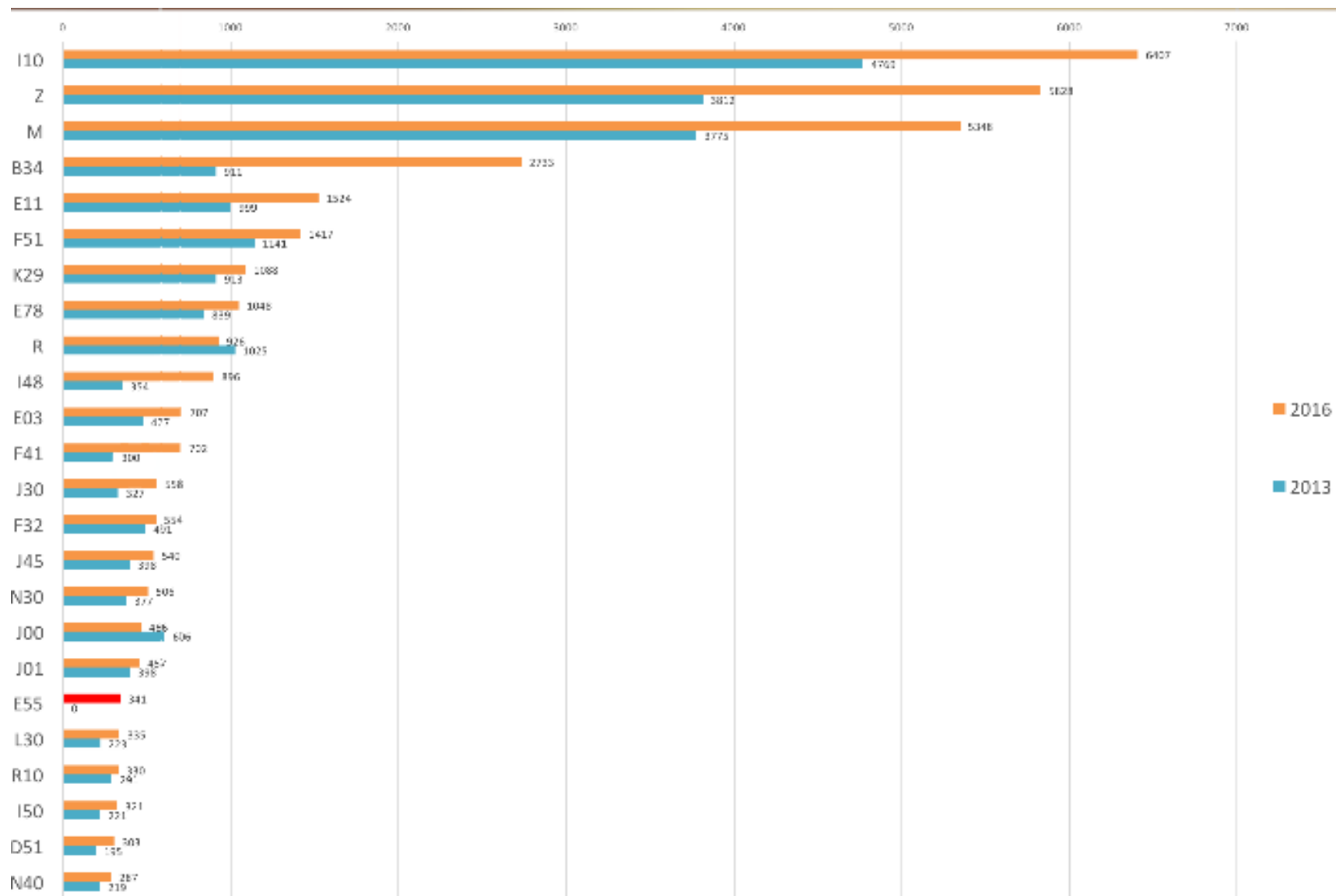


# Miks käiakse perearsti vastuvõtul?



oonis ... Üldarstiabi fondide kasutuse mahu osakaalud põhidiagnoosi grupiti 2016 ja 3 aastane muutus

# Järveotsa Perearstikeskus





# Tervelt elatud eluaastad vähenevad



# § 5. Üldarstiabi kättesaadavus

- (1) Perearsti vastuvõtuaeg on vähemalt 20 tundi nädalas. Sellele lisandub aeg § 3 lõigetes 4–7 loetletud muudele tegevustele.
- (2) Pereõe iseseisev vastuvõtuaeg on vähemalt 15 tundi nädalas. Sellele lisandub aeg § 4 lõigetes 4–7 loetletud muudele tegevustele.
- (3) Vastuvõtuajad peavad olema igal tööpäeval ajavahemikus kella 8.00–18.00. Vähemalt ühel päeval nädalas peab vastuvõtt olema kuni kella 18.00-ni. Perearsti tegevuskoht peab olema avatud ja patsientide vastuvõtule registreerimine tagatud tööpäeviti vähemalt kaheksa tundi päevas. Teave perearsti tegevuskoha lahtioleku- ja vastuvõtuaegade kohta ning andmed sidevahendite kohta peavad olema nähtaval kohal perearsti tegevuskohas ja veebilehel selle olemasolul.
- **(4) Üldarstiabi osutaja peab korraldama ägeda tervisehäirega patisendile vastuvõtu pöördumise päeval, teistel juhtudel viie tööpäeva jooksul. Tervisetõend, mis ei ole tervishoiuteenuse osutamisega seotud, tuleb patsiendile väljastada 15 päeva jooksul.**
- (5) Üldarstiabi osutaja peab teavitama inimesi, kuhu ja kelle poole saab pöörduda arstiabi või meditsiinilise nõu saamiseks väljaspool vastuvõtuaega.
- (6) Perearst võib sõlmida lepingu üldarstiabi osutamiseks väljaspool tööaega.
- (7) Perearst suunab lapsed määruse lisas «0–18-aastaste laste ennetavate tervisekontrollide kava» toodud vanustes hambaarsti ja silmaarsti juurde tervisekontrolli ning otoakustiliste emissioonide uuringule (edaspidi kuulmisuuring) juhul, kui viimati nimetatud uuring on sünnitusabi osutanud tervishoiuteenuse osutaja poolt tegemata.
- (8) Perearst konsulteerib vajadusel tema nimistusse kuuluva lapse tervise küsimustes lapsele koolitervishoiuteenust osutavat õde.
- (9) Õpilase põhikooli või gümnaasiumi ja kutseõppeasutusse vastuvõtmiseks ja ühest koolist teise üleminekuks edastab üldarstiabi osutaja lapsevanema nõusolekul lapse viimase tervisekontrolli andmed koolitervishoiuteenuse osutajale.
- (10) Õpilase nõustamiskomisjoni suunamiseks ja õpilase vastuvõtmiseks hariduslike erivajadustega õpilaste rühma või klassi koostab perearst väljavõtte lapse tervisekaardist. Väljavõtte peab sisaldama perearstile teadaolevaid lapsel diagnoositud haiguseid ja seisundeid, sh andmed operatsioonide ja traumade kohta ning andmeid määratud ravi kohta. Perearst edastab väljavõtte lapsevanema nõusolekul koolitervishoiuteenuse osutajale.

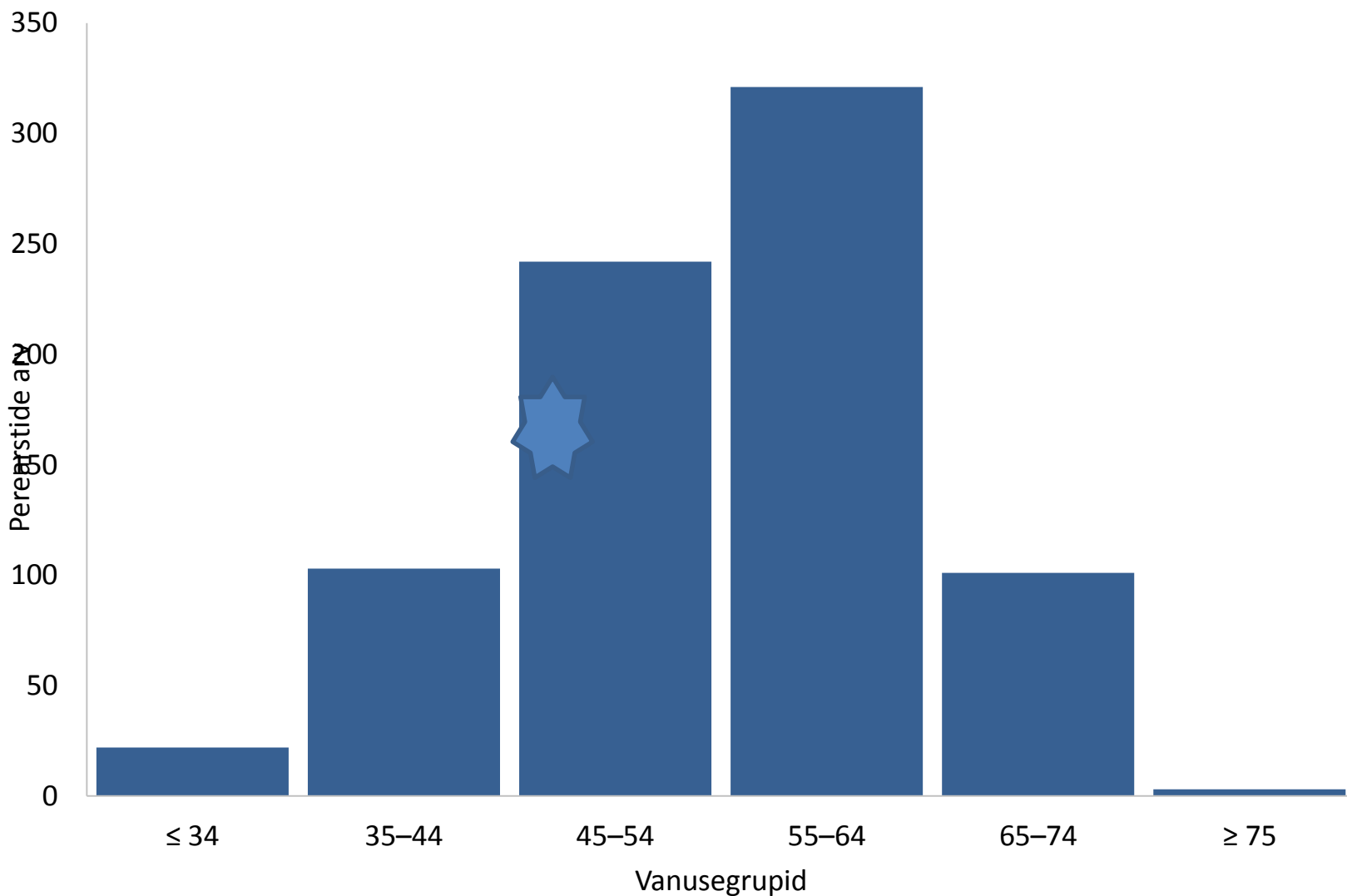
# Maailmapanga grupp aruanne „Ravi terviklik käsitus ja osapoolte koostöö Eesti tervishoiusüsteemis“

**Tabel 18: Vastavus diabeedi ravijuhendi soovitudele perearstide (PA) ja ambulatoorsete eriarstide (AE) osutatavate teenuste puhul (2013)**

Uuring	Ainult PA	PA ja AE	Vahe
Glükosüülitud hemoglobiin	72,8%	79,6%	6,8%
Kolesterool	74,9%	79,8%	4,9%
Kolesterooli fraktsioonid	68,2%	72,9%	4,7%
Albuminuuria	45,5%	48,4%	2,9%
Kreatiniin	75,0%	82,7%	7,7%
<b>Kõik</b>	<b>41,1%</b>	<b>44,2%</b>	<b>3,1%</b>
<b>Mitte ühtegi</b>	<b>20,0%</b>	<b>13,0%</b>	<b>-7,0%</b>
Õe nõustamine	65,7%	Andmed puuduvad	Andmed puuduvad

*Allikas: Maailmapanga meeskonna arvutused.*

# Nimistuga töötavate perearstide vanusejaotus 2014. aastal

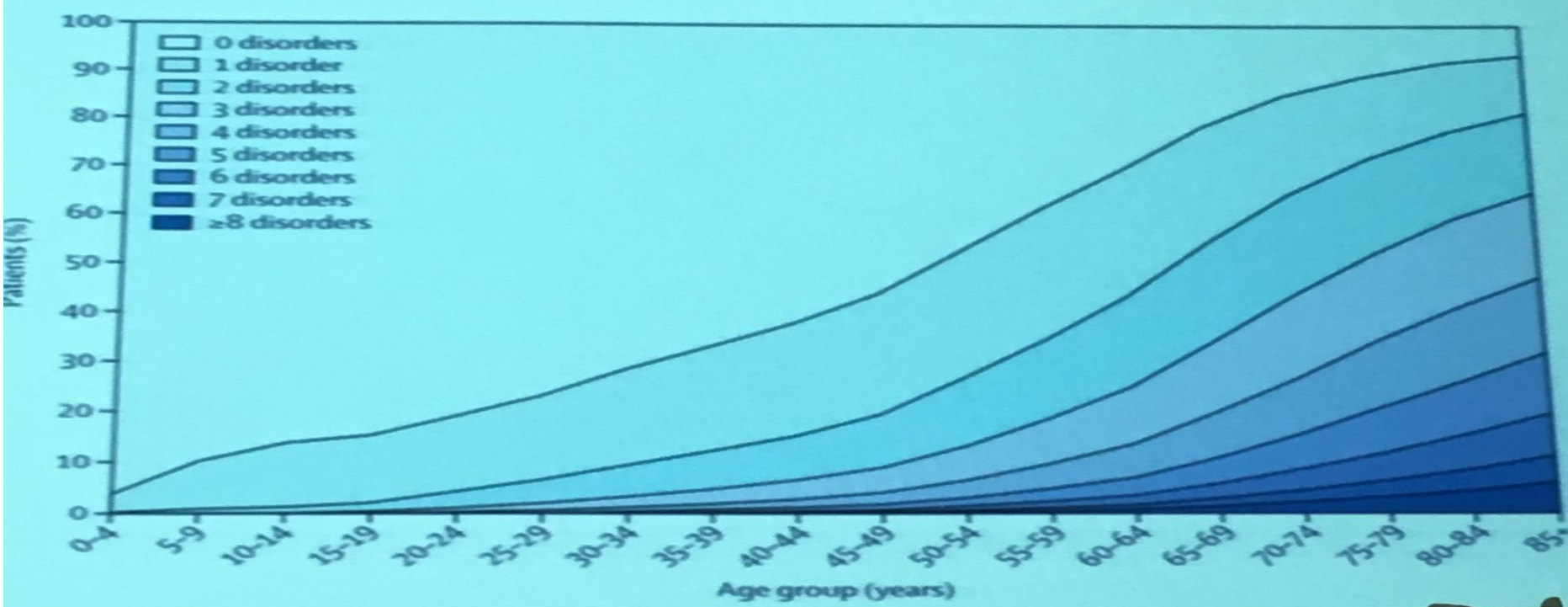


# 10 aastaga poole vähem arste

- Teeninduspiirkonnas ~40 000 inimest
- 10 aastat tagasi Õismäe polikliinikus
  - 9 jaoskonna arsti
  - 3 pediaatrit/jaoskonna arsti
  - 1 LOR
  - 2 neuroloogi
  - 1 ortopeed
  - 3 kirurgi
  - 1 endokrinoloog
  - 2 kardioloogi
- 2010 aastal 18 pereearsti, 18 pereõde ja LTHK 1 kirurg



y



# Võrdsus? Solidaarsus?

• **28** eurot

• 6 eurot  
(J.M nimistu)

Eurot  
krooniku  
kohta

(D.I nimistu)

• 696 000  
(435 nimistut)

E-  
konsultat  
sioon

• 577 600  
(361 nimistut)

• 170 000  
(107 nimistut)

Kvaliteed  
i süsteem

• 790 400  
(494 nimistut)

## Digisaatekirjade saatmise statistika mai 2017

- Amb. vastuvõtu saatekirju saadeti 716 perearstinimistu poolt
- Saatekirju tehti nimistuti 1-397 tk kuus, mediaan 63 tk.
- E-konsultatsiooni saatekirju saadeti 361 nimistu poolt

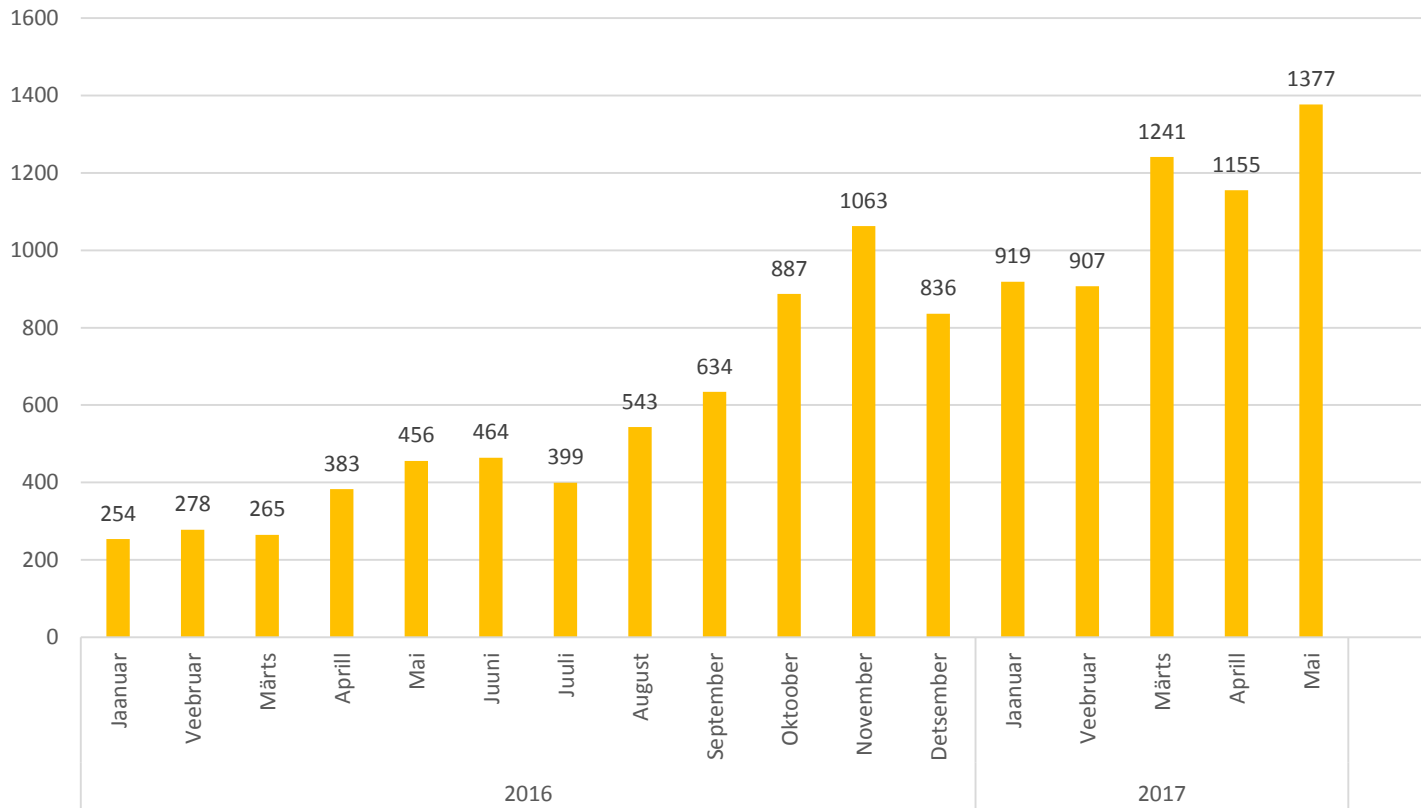
Nimistuid kokku 796 (10.juuni 2017)

- 96,4 % amb.vastuvõtu saatekirju maikuus juba uuel versioonil, vanemaid versioone saadavad veel mõned Ester tarkvara haiglad (EA-EA)

# Digisaatekirjad e-konsultatsioonile

## 2016 ja 2017

### Jaauar-mai kasv 3,4 x



Lisatasu	Kood	2015	2016	2017
Lisatasu kinnitatud nimistuga töötavale perearstile haigusi ennetava ja krooniliste haigete jälgimise tulemusliku töö eest	3061	3451,23	4332,83	4 332,83
Lisatasu kinnitatud nimistuga töötavale perearstile, kes saab lisatasu perearsti nimistut teenindava täistööajaga teise pereõe eest, haigusi ennetava ja krooniliste haigete jälgimise tulemusliku töö eest	3069	4486,60	5483,24	5 483,24
Lisatasu kinnitatud nimistuga töötavale perearstile erialase lisapädevuse eest	3062	862,81	958,68	958,68
Lisatasu üldarstiabi ravi rahastamise lepingut omava TTP kvaliteedihindamise tulemuste eest nimistu kohta	3050		159,78	159,78
Lisatasu kinnitatud nimistuga töötavale perearstile jämesoolevähi ennetuse eest	3083		958,68	958,68
Lisatasu üldarstiabi ravi rahastamise lepingut omava tervishoiuteenuse osutaja kvaliteedijuhtimise eest	3093			2194,92



# PKS

Koefitsient	Punkte	Nimistuid							
		2015				2016			
		N	%	N	%	N	%	N	%
0	0–126	152	19,0	331	41,3	184	23,0	307	38,3
	127–254	105	13,1			72	9,0		
	255–374	36	4,5			22	2,7		
	375–511	38	4,7			29	3,6		
0,8	512–575	94	11,7	94	11,7	69	8,6	69	8,6
1	576–639	302	37,7	377	47	204	25,5	425	53,1
	640–768	75	9,4			221	27,6		
	Kokku	802				801			

# Perearsti ja temaga koos töötavate tervishoiutöötajate tööjuhend

Sotsiaalministri 6. jaanuari 2010. a määrus nr 2

- **§ 3. Perearsti töövaldkonnad ja tegevused**

(2) Perearsti töövaldkonnad on:

- 1) tervise edendamine, mis hõlmab tervise riskitegurite hindamist, individuaalset tervisekasvatust ja meditsiinilist nõustamist;
- 2) haiguste ennetamine, mis hõlmab t immuniseerimist ja sõeluuringuid;
- 3) haiguste diagnoosimine;
- 4) haigete ravimine ja nõustamine;
- 5) patsiendi edasisele ravile suunamine;
- 6) tervishoiuteenuste osutamist tõendavate puudutavate dokumentide vormistamine, sealhulgas dokumenteerimine, kui patsienti on nõustatud sidevahendite teel;
- 7) tervishoiustatistika koostamine;
- 8) tervishoiualase majandustegevuse aruannete koostamine;
- 9) käesoleva lõike punktides 7 ja 8 nimetatud dokumentatsiooni esitamine maavanemale;
- 10) teiste õigusaktidega kehtestatud kohustuste täitmine.

9001



Rakendatud uuendus

Innovatsioon

Uuendatud rakendus?

# Tervikpilt eelkõige inimesele endale!

Nimi, isikukood ja kontaktnumber:

Lähedase nimi, lähedusside, kontaktnumber:

Järgmine plaaniline visiit: 1.11.2017.a.

Väärtused	Minu eesmärgväärtused	Minu eluviide muudatused
Vererõhk 140/90	120+/-20/80+/-10 mmHg	Uigun iga päev õues vähemalt 10 000 sammu
Veresuhkur 5,5⊕	Alla 6 mmol/l	Tasakaaluharjutused, võimlemine
Kolesterool 5,8	Alla 6 mmol/l	Tasakaalustatud toitumine, vähem süsivesikuid
Halb kolesterool 4,0⊕	Alla 3,5 mmol/l	Tubakat vähendada kuni 10 tk päevas
KMI 29⊕	Alla 28 (kehakaal alla 100 kg)	Pidev ravimite tarvitamine!

Minu haigused:

- Kõrgvererõhutõbi I10
- Düslipideemia, kõrge kolesterool E78
- Südame rütmihäired I48
- Radikuliit M54
- Põlveliigese artroos M17
- Psoriaas L40

Minu ravimid:

toimeaine	Raviminiimi	annustamine	Märkused
Klobetasool	Dermovate	Määrda nahale x 2	Psoriaasi lööbele
Metotreksaat	Trexani	10 mg x 1 nädalas	Psoriaasi baasravi
Floorhapi	Floverlan	5 mg x 1 nädalas	Psoriaasi baasravi
Lacipini	Lacipil	6 mg x 1	Vererõhu alandamiseks

Minu Järveotsa Perearstikeskus asub Haabersti tervisekeskuse III korrusel, avatud E 8-18, T- R 8-17,  
tel. 6747240, [info@tohter.ee](mailto:info@tohter.ee)

24/7 haigekassa perearsti nõuandetelefon on 1220

Kui hakkab halb: ei saa vabalt hingata, tekib tugev valu või ei saa liigutada kätt-jalga-nägu, siis peab helistama 112, et kutsuda kiirabi. Kui tervis lubab, aga probleem tundub erakorraline, siis võib EMO-sse pöörduda  
-Lääne-Tallinna Keskhaigla EMO, Paldiski mnt 68

-Ida-Tallinna Keskhaigla EMO, Ravi 18

-Põhja- Eesti Regionaalhaigla EMO, J. Sütiste tee 19

Kui te peaksite sattuma haiglaravile või EMOsse, siis palun kontakteeruge ise või kontakteerub Teie lähedane oma perearstikeskusega esimesel võimalusel!!!!

9006

# Oluline on selgitada haiguste olemust

## Minu haigused:

- |   |                                  |     |
|---|----------------------------------|-----|
| - | Kõrgvererõhutõbi                 | I10 |
| - | Düslipideemia, kõrge kolesterool | E78 |
| - | Südame rütmihäired               | I48 |
| - | Radikuliit                       | M54 |
| - | Põlveliigeste artroos            | M17 |
| - | Psoriaas                         | L40 |



# Miks ja mida jälgitakse?

Väärtused	Minu eesmärkväärtused
Vererõhk 140/90	120+/-20/80+/-10 mmHg
Veresuhkur 5,5😊	Alla 6 mmol/l
Kolesterool 5,8	Alla 6 mmol/l
Halb kolesterool 4,0😞	Alla 3,5 mmol/l
KMI 29😞	Alla 28 (kehakaal alla 100 kg)

# Ravijärjepidevus sõltub kui palju inimene saab aru otsesest kasust tervisele

## Minu eluviiside muudatused

Liigun iga päev õues vähemalt 10 000 sammu

Tasakaaluharjutused, võimlemine

Tasakaalustatud toitumine, vähem süsivesikuid

Tubakat vähendada kuni 10 tk päevas

Pidev ravimite tarvitamine!

## Minu ravimid:

toimeaine	Raviminimi	annustamine	Märkused
Klobetasool	Dermovate	Määrida nahale x 2	Psoriaasi lööbele
Metotreksaat	Trexani	10 mg x 1 nädalas	Psoriaasi baasravi
Foolhape	Floverlan	5 mg x 1 nädalas	Psoriaasi baasravi
Lacipini	Lacipil	6 mg x 1	Vererõhu alandamiseks

# Kokkuvõtlikult- tugeva esmatasandi arendamise põhilised eeldused

- Tugev laiapõhjaline meeskond- et esmatasandil saaks lahendada 80-90 % pt probleemidest
- Meeskonnasisene tööjaotus
- Koolitused, pidev professionaalne areng (motiveeritud)
- Finantseerimise vastavus suurenenud meeskonna vajadustele- võimalikud on erinevat tüüpi skeemid
- Piisav IT tugi nii perearsti meeskonnale kui patsiendile- töökeskkonnad funktsionaalsemaks
- IT lahendused kliinilise töö kvaliteedi enesehindamiseks
- Valdkondade ja tervishoiu osapoolte vahelised kokkulepped ja infovahetus – e-teenused, *clinical pathway* tüüpi algoritmid



# IT rakendused

- **Kiired (1-2 a jooksul)** –TIS-s päringute tegemise võimalused, e-konsultatsioon, e-teatised perearstile patsiendi haiglast lahkumisel või kiirabi teenuse osutamisest, ravimite koostoimete andmebaas, ravijuhendite integreerimine protokollidena töökeskkonda
- **Pikemaajalised (5 a perspektiivis-**
  - Perearsti tarkvara arendamine – võimalus süstemaatiliselt andmete kogumiseks patsiendi tervisenäitajate kohta ajaperioodis, tuvastada riskipatsiendid oma nimistus, jälgida nende tervisetulemit ja kutsuda neid vastuvõtule, tagasiside saamine süstematiseeritud vormis, koostada erinevaid kvaliteediaruandeid
  - ✓ Kliinilised otsustustoed nii perearstile kui patsiendile- riski, prognoosi hindamiseks, raviotsuse vastu võtmiseks ( jagatud otsuse tegemiseks)
  - ✓ TIS arendamine, et oleks võimalik kogutud andmete põhjal hinnata ravitulemusi, arstiabi kvaliteeti ja saada tagasisidet otsuste tegemiseks

Iga inimene on oluline!

Täna tähelepanu  
eest

