

Tervis ja hooldus

SHARE 7. laine (Eesti 4. laine)
Uute küsitlejate koolitus

Kaia Laidra
Tervise Arengu Instituut

Ülevaade

Elukäiguküsitlus

- **Elulooline**

- Haiguse tõttu töötamise katkestamine
- Terviselugu lapsepõlvest täiskasvanueani
- Tervishoiuteenuste kasutamine elu jooksul

- **Käesoleval ajal**

- Haigused, tegevuspiirangud, ravimid
- Arstiabi kasutamine
- Hooldusteenuste kasutamine
- Objektiivsed testid (mälutest, käe tugevus)

Elu lõpu intervjuu (ehk küsitlusest väljaarvamise intervjuu)

- Lahkunu seisund viimasel aastal enne surma

Tööelu: Iseseisvat elamist toetavad teenused (1)

- DQ017 Kas olete kunagi taotlenud **iseseisvaks elamiseks teenuseid** (nagu toetatud elamise teenust, toetust isikliku abistaja palkamiseks vmt)?
- DQ018 Mis aastal te taotlesite **toetatud elamise teenust** (ka kogukonnas elamise toetust) või **teenuseid isiku abistamiseks** (nagu koduteenus, isikliku abistaja teenus, tugiisiku teenus, täisealise isiku hoolduse teenus)?
- Teenused, mille osutamist korraldab **riik** või **kohalik omavalitsus**
- Toetavad inimese iseseisvat hakkamasaamist talle **harjumuspäras keskkonnas**
- Sisu sõltub teenuse saaja vajadustest ja varieerub nõustamisest ja motiveerimisest igakülgse füüsilise kõrvalabini

Tööelu: Iseseisvat elamist toetavad teenused (2)

- **Kohalike omavalitsuste** poolt eakatele ja puudega inimestele pakutavad **sotsiaalteenused**:
 - **Koduteenus** – sotsiaalteenus, mille eesmärk on **täisealise isiku** iseseisva ja turvalise toimetuleku tagamine **kodustes tingimustes**, säilitades ja parandades tema elukvaliteeti. Koduteenuse osutamisel abistatakse isikut toimingutes, mida isik terviseseisundist, tegevusvõimest või elukeskkonnast tulenevatel põhjustel ei suuda sooritada kõrvalabita, kuid mis on vajalikud kodustes tingimustes elamiseks, nagu kütmine, toiduvalmistamine, eluruumi ja riiete korrastamine ning väljaspool eluruumi toiduainete ja majapidamistarvete ostmine ja muu asjaajamine.
 - **Isikliku abistaja teenus** – sotsiaalteenus, mille eesmärk on suurendada **puuetega inimeste** iseseisvat toimetulekut ja osalemist kõigis eluvaldkondades, vähendades teenust saava isiku seadusjärgsete hooldajate hoolduskoormust. Teenuse osutamisel abistatakse teenuse saajat tegevustes, mille sooritamiseks vajab isik puude tõttu **füüsilist kõrvalabi** (nt liikumisel, söömisel, toidu valmistamisel, riietumisel, hügieenitoimingutes, majapidamistöodes).

Tööelu: Iseseisvat elamist toetavad teenused (3)

- Kohalike omavalitsuste poolt pakutavad sotsiaalteenused (järg):
 - **Tugiisikuteenus** – iseseisva toimetuleku toetamine olukordades, kus isik vajab sotsiaalsete, majanduslike, psühholoogiliste või tervislike probleemide tõttu oma **kohustuste täitmisel ja õiguste teostamisel** olulisel määral kõrvalabi (nt lastega pered, vanglast vabanenud isikud). Kõrvalabi seisneb juhendamises, motiveerimises ning isiku suurema iseseisvuse ja omavastutuse võime arendamises.
 - **Täisealise isiku hooldus** – kohaliku omavalitsuse üksus seab isiku taotluse alusel hoolduse täisealisele isikule, kes **vaimse või kehalise puude** tõttu vajab abi oma õiguste teostamiseks ja kohustuste täitmiseks. Hoolduse seadmisel määratakse kindlaks hooldava isiku ülesanded. Hooldust teostab kohaliku omavalitsuse üksuse määratud isik. Hooldus seatakse ja hooldav isik määratakse hooldatava nõusolekul.

Tööelu: Iseseisvat elamist toetavad teenused (4)

- **Erihoolekandeteenused** on riiklikud teenused psüühiliste erivajadustega inimestele, kes vajavad igapäevaelus juhendamist, nõustamist, kõrvalabi ja järelevalvet vastava eriala spetsialistilt.
 - **Igapäevaelu toetamise teenus** – igapäevaelu oskuste kujundamine
 - **Toetatud elamise teenus** – juhendamine majapidamise ja igapäevaelu korraldamisel
 - **Töötamise toetamise teenus** – juhendamine ja nõustamine võimetele sobiva töö otsimisel ja töötamisel
 - **Kogukonnas elamise teenus** – luuakse peresarnane elukorraldus, kus arendatakse iseseisva toimetuleku oskusi ühistegevuste kaudu

Tööelu: Kindlustus puude tekke vastu

- DQ021a Kas olete kunagi end ise **kindlustanud puude tekke vastu**? See võib olla isiklik poliis, mille ostsite kindlustusfirmast, või rühmapoliis, mida näiteks pakub tööandja.
- DQ021 Kas olete kunagi taotlenud **erakindlustushüvitist puude tekke vastu**?
- **Õnnetusjuhtumikindlustus**, mis võimaldab puude tekke korral teatud **regulaarset sissetulekut** või **ühekordset kompensatsiooni**.

Terviselugu: Tervis lapsepõlves

- HS004 Kas te puudusite lapsepõlves kunagi koolist tervise tõttu **kuu aega või rohkem?**
- HS005 Kas pidite veetma **vähemalt kuu** voodis või kodus?
- HS006 Kas pidite veetma **vähemalt kuu** haiglas?
- Lapsepõlv = sünnist kuni 15. eluaastani
- NB! Vähemalt kuu aega **järjest**

Terviselugu: Lapsena põetud haigused

- HS008, HS009 Kas teil oli **lapsepõlves** mõni kaardil loetletud **haigustest (või terviseprobleemidest)**?
- NB! Haiguste nimekiri **kahe** küsimuses / **kahel kaardil**
 - 96. **Mitte ükski** – vastajal ei olnud tõsiseid haigusi / haigust ei ole **sellel** kaardil
 - 97. **Muu tõsine tervise seisund** – vastaja nimetab haiguse, mida ei ole **kummalgi** kaardil

Terviselugu: Vigastused täiskasvanuna

- HS052 Kas teil on kunagi olnud **vigastusi**, mille tagajärjel on tekkinud **püsiv puue, invaliidsus või on piiratud teie igapäevased tegevused?**
- Täiskasvanuiga = alates 16. eluaastast
- Siin ja järgnevates küsimustes: ametlikult määratud puue ei ole vajalik, piisab **subjektiivsest tegevuspiirangust.**
- Kui “jah” → Millal?

Terviselugu: Halva tervise perioodid täiskasvanuna

- HS054 Mitu **halva tervise või puude** perioodi on teil täiskasvanuna olnud, mis kestsid üle aasta?
 - 0 / 1 / 2 / 3 / > 3 / olen olnud haige kogu elu
- **Kuni 3 perioodi kohta:** Millal algas? Mis haigus? Millal lõppes? Kas saite abi perelt ja sõpradelt? Kuidas mõjutas tööelu?
- NB! Haiguste nimekiri **kahe**s küsimuses / **kahe**l kaardil
 - 96. Mitte ükski – haigust ei ole **selle**l kaardil
 - 97. Muu – vastaja nimetab haiguse, mida ei ole **kummalgi** kaardil

Tervishoiuteenuste kasutamine elu jooksul: Regulaarne kontroll

- RH015 Kas olete kunagi külastanud **regulaarselt hambaarsti** kontrollimise või hambaravi eesmärgil?
- RH040 Kas te olete kunagi **kontrollinud oma vererõhku regulaarselt** mitme aasta jooksul?
 - NB! Arvesse läheb ka see, kui inimene ise mõõdab oma vererõhku.
- Pigem probleeme **ennetav** kontroll kui häda sunnil
- Kui “jah” → Kui sageli kontrollis?
 - 1. Vähemalt kord aastas
 - 2. Vähemalt kord kahe aasta jooksul
 - 3. Harvem
- Millal alustas? → Kas sellest ajast kontrollib? → Kui “ei” → Millistel eluperioodidel (15 a kaupa) ei kontrolli(nud)? → Miks ei kontrolli(nud)?

Tervishoiuteenuste kasutamine elu jooksul: Visiidist / ravimist loobumine

- RH780 Kas teil on kunagi olnud vajadus külastada **arsti**, kuid te **ei saanud seda endale lubada**?
- RH784 Kas teil on kunagi olnud vaja külastada **arsti**, kuid see ei olnud võimalik, kuna **visiidi aega tuli liiga kaua oodata**?
- RH788 Kas olete kunagi loobunud **kulude kokkuhoiu eesmärgil hambaarsti** külastamisest?
- RH792 Kas olete loobunud **ravimi** võtmisest selle **hinna tõttu**?
- Kui “jah” → Mitu korda? (0 – 999) → Mis aastatel?
- Aastaarvu küsitakse max 5 korra kohta.
- Kui kaks korda samal aastal, sisestage sama aastaarv kaks korda.

Objektiivsed testid: Mälutest

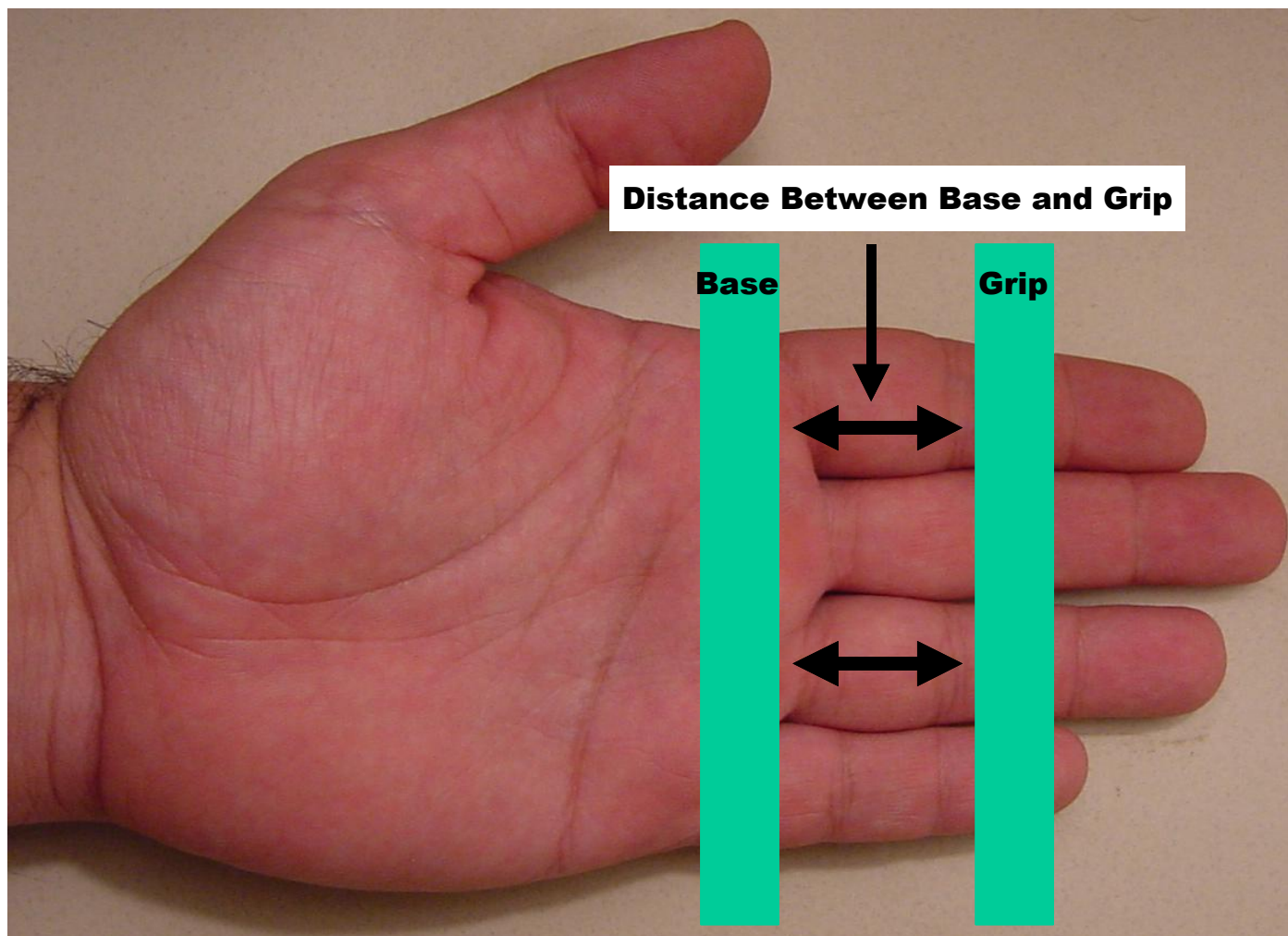
- **10 sõna, 4 varianti, 2 meenutamist:** vahetult ja viivitusega
- Sõnad on **eesti ja vene keeles erinevad.**
- Lugege ette **instruktsioon** ja veenduge, et vastaja sai sellest aru.
- Lugege ette ükshaaval ekraanile ilmuvad sõnad.
- Paluge vastajal nimetada sõnad, mis talle meelde jäid.
- Märkige õiged sõnad kõigepealt abilehele (**NB! õige variandi juurde**), siis arvutisse.
- Arvesse lähevad ainult **täpselt samad sõnad**, mis te ette lugesite.
- Vastamiseks on aega **üks minut**, jälgige ise selle möödumist.
- Ärge korrake sõnu ega andke vastajale vihjeid.
- Ärge hoiatage vastajat, et küsite neid sõnu hiljem uuesti.

Objektiivsed testid:

Käetugevuse mõõtmine (1)

- Lugege arvutist **instruktsioon**.
- **Näidake ette**.
- Paluge vastajal **sõrmused ära** võtta – need võivad haiget teha. Kui see ei ole võimalik, kirjutage vastav märkus (Ctrl + M).
- **Reguleerige käepide** vastaja käe järgi ja **lukustage**.
- Enne iga mõõtmist **nullige** dünamomeetri näit.
- Tehke mõõtmised: **kordamööda** kummagi käega 2 korda (vasak-parem-vasak-parem).
- Märkige mõõtmistulemused kõigepealt **abilehele**, kui kõik mõõtmised on tehtud, siis **arvutisse**.
- Märkige tulemused **täisarvuna**.
- **NB! Ärge ümardage 5 või 0-ga lõppeva arvuni**. Nt 23 kg sisestada kui 23, mitte 25.

Käepideme asend (1)



Käepideme asend (2)

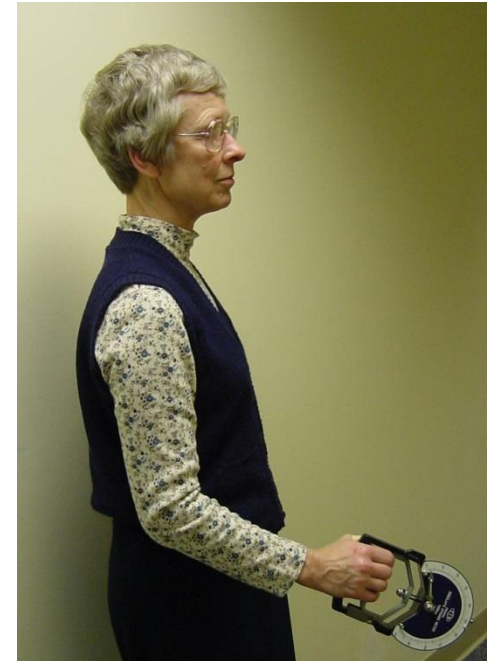


Vastaja asend

- Vastaja on püsti, vajadusel istub või lamab.
- Õlavars vastu keha
- Küünarliiges täisnurga all



Vastaja vale asend



Objektiivsed testid:

Käetugevuse mõõtmine (2)

- Paistetuse, põletiku, tugeva valu, hiljutise vigastuse või viimase 6 kuu jooksul toimunud operatsiooni korral vastava käega **mõõtmist mitte läbi viia!** Sel juhul teha mõõtmine ainult **ühe käega**.
- NB! Dünamomeeter on **õrn**, transportige ainult kaasasolevas **karbis**.

Tervis: Tervis käesoleval ajal (1)

- PH003 Enesehinnanguline tervis (suurepärane ... halb)
- PH004 Pikaajaliste terviseprobleemide olemasolu
- PH005 Tervisest tingitud piirangud tegevustes, mida **inimesed** igapäevaselt teevad
- PH006 Arsti poolt diagnoositud haigused / terviseprobleemid
 - Nimekiri terviseprobleemidest
 - Arvesse lähevad nii need haigused, mida ravitakse, kui ka need, mida ei ravita, kuid põhjustavad kaebusi.

Tervis: Tervis käesoleval ajal (2)

- PH089 Kas teile on viimase kuue kuu jooksul muret teinud mõni kaardil nimetatud tervises seisunditest?
 - 1. kukkumine
 - 2. hirm kukkumise ees
 - 3. peapööritus, minestamine või teadvusekaotused
 - 4. kehaline või vaimne kurnatus, väsimus
 - 96. mitte ükski neist
- Põhineb vastaja **enesetundel**, ei pea olema seotud arsti diagnoosiga.

Tervis: Ravimite tarvitamine (1)

- PH011 Kas te võtate praegu **vähemalt kord nädalas** ravimeid mõne kaardil nimetatud terviseprobleemi tõttu?
- NB! Huvitab **tervisprobleem**, mille pärast ravimeid võetakse.
- Arvesse lähevad nii **retseptiravimid** kui **käsimüügiravimid**, nii **arsti soovitusel** kui ilma.
- Arvesse **ei** lähe **looduslikud** ja **taimsed preparaadid**.
- **Vitamiinid jt toidulisandid** lähevad arvesse **ainult** siis, kui neid võetakse konkreetse **tervisprobleemi tõttu** (nt D-vitamiin osteoporoosi raviks), **mitte** aga siis, kui neid võetakse **ennetavalt**.
- Vajadusel vastusevariant
 - 97. Muid ravimeid teiste terviseprobleemidega seoses

Tervis: Ravimite tarvitamine (2)

- PH082 Kas te kasutate **igal tavalisel päeval** vähemalt viit **erinevat** ravimit? Võtke arvesse nii arsti poolt väljakirjutatud kui ka käsimüügiravimeid, samuti **toidulisandeid** nagu vitamiinid ja mineraalid.
- NB! Erinevalt eelmisest küsimusest võetakse siin **toidulisandid** arvesse.
- Küsimus hindab ravimite **kõrvaltoime** ja kahjuliku **koostoime riski**. Mida rohkem ravimeid, seda kõrgem risk.
- 5 ravimit peetakse kõrgenenud riski lävendiks.

Tervis: Raskendatud tegevused

- PH048 Kas teil on terviseprobleemide tõttu raskusi mõne kaardil nimetatud tegevusega?
 - 100 m kõndimine / toolilt tõusmine pärast pikka istumist / kummardumine, põlvitamine või kükitamine / käte tõstmine õlast kõrgemale /...
- PH049 Kas teil on mõne füüsilise, vaimse, emotsionaalse või mäluprobleemi tõttu raskusi mõne kaardil nimetatud tegevusega?
 - Riietumine / söömine / tualeti kasutamine / toidukaupade ostmine / ravimite võtmine / ...
- Raskused on kestnud **vähemalt 3 kuud.**

Tervishoiuteenuste kasutamine:

Arstiabi kasutamine

- HC602 Mitu korda olete alates ____ mõne **arsti** või **meditsiiniõega** oma tervisest rääkinud või neid külastanud?
- Perearst, eriarst, õde
- Arvesse **ei lähe** haiglas viibimine ega hambaarstivisiit (nende kohta eraldi küsimused).
- NB! Arvestage ka **telefoni** ja **e-posti** teel toimunud kontakte (**lugege INT tekst vastajale ette**).

Tervishoiuteenuste kasutamine:

Haiglas viibimine (1)

- HC012 Kas te olete viimase 12 kuu jooksul ... olnud vähemalt ühe öö haiglas? Arvestage viibimisi **ravi- ja psühhiaatriaosakondades ja -haiglas, välja arvatud taastus-, hooldus- ja järelravi osakonnas või taastus- ja hooldusravihaiglas.**
- HC064 Kas te olete viimase 12 kuu jooksul olnud ravil **järelravi-, taastusravi- või hooldusravi(osakonnas)haiglas** vähemalt ühe öö? Arvestage siin ka viibimist **arsti soovitatud taastusravi- protseduuridel spaades** (endised sanatooriumid), kus protseduuri kooskõlastab arst. Ärge arvestage hooldekodus oldud aega.
- HC012 puudutab viibimist **aktiivravi**haiglates/-osakondades, mis ravivad ägeda haigusega patsiente. **Aktiivravi** osutatakse ebastabiilses seisundis haigetele ja haigetele, kes vajavad suure riskiastmega diagnostilisi või raviprotseduure.
- HC064 puudutab viibimist **järelravi-, taastusravi- ja õendus-** (end hooldusravi-) haiglates/osakondades.

Tervishoiuteenuste kasutamine:

Haiglas viibimine (2)

- **Järelravi** on vahetult aktiivravile järgnev ravi, mis aitab kaasa organismi paranemisele, tüsistuste vältimisele, haiguse korralikule väljapõdemisele.
- **Taastusravi** eesmärk on häirunud funktsioonide taastamine, säilitamine või puudega kohanemine. Taastusravi vajavad patsiendid raske haiguse, operatsiooni või trauma järgselt.
 - **Spaas / sanatooriumis** viibimine läheb arvesse ainult siis, kui seal viibiti **taastusravil**, protseduurid kooskõlastas **arst**.
 - Arvesse **ei lähe spaapuhkused** (heaolu- ja lõõgastuspaketid), mis ei ole seotud tervishoiuteenuse saamisega.

Tervishoiuteenuste kasutamine: Haiglas viibimine (3)

- **Statsionaarne õendusabi ehk hooldusravi** on suunatud püsiva tervisekahjustusega inimestele, kes on stabiilses seisundis ega vaja pidevat arstiabi. Eesmärk on säilitada ja võimaluse korral parandada patsiendi tervislikku seisundit ja toimetulekuvõimet, leevendada tema vaevusi.
- **Kumbki küsimus ei arvesta hooldekodus viibimist** (selle kohta on eraldi küsimus HC029).

Tervishoiuteenuste kasutamine: Hooldekodus viibimine

- HC029 Kas te olete viimase 12 kuu jooksul ... olnud vähemalt ühe öö **hooldekodus**?
- **Hooldekodu** on hoolekandenasutus (mitte tervishoiuasutus), mis on mõeldud inimestele, kes ei saa enam oma igapäevaelu toimingutega iseseisvalt hakkama ning vajavad ööpäevaringset abi ja hoolitsust. Teenus sisaldab eluruumi ja sööki, ööpäevaringset abistamist ja järelevalvet.

Tervishoiuteenuste kasutamine:

Hooldusteenuste kasutamine

- HC127 Kas viimase 12 kuu jooksul ... olete te saanud **oma kodus** ükskõik millist kaardil nimetatud **professionaalset või tasulist teenust** oma füüsiliste, vaimsete, emotsionaalsete või mäluprobleemide tõttu?
 - 1. Abi **isikuhooldusel** (nt voodist tõusmisel või sinna heitmisel, riietumisel, üle keha pesemisel)
 - 2. Abi **majapidamistöodes** või **koduhoolduses** (nt koristamisel, triikimisel, söögitegemisel)
 - 3. Toidu kojutoomine (st **valmistoidud**, mida korraldab kohalik omavalitsus või eraettevõtte)
 - 4. Abi muudes tegevustes (nt ravimite doosidesse jagamine)
 - 96. Mitte ühtegi neist
- NB! Valmistoidu kojutoomine = variant 3; toiduainete kojutoomine = variant 2
- Kui “jah” → Mitu nädalat sai teenust? Mitu tundi nädalas?
- (vt slaide iseseisvat elamist toetavate teenuste kohta)

Sissetulekud

- EP671 Kas saite aastal 2016 sissetulekut mõnest loetletud allikast?
 - 12. Riiklik hoolduskindlustus
- Eestis see sissetuleku liik puudub.

Elu lõpu intervjuu:

Tervisega seotud teemad

- Lahkunu peamine surma põhjus
- Lahkunu seisund viimasel aastal, tervishoiuteenuse kasutamine (haiglas, hooldekodus, hospiitsis viibimine) ning kulud
- Lahkunu suutlikkus tegeleda igapäevaste tegevustega (nt riietumine, söömine, tualeti kasutamine), kõrvalise abi saamine

Elu lõpu intervjuu: Kus suri?

- XT014 Kas ta suri...
 - 2. haiglas, kuid mitte **hooldus- ehk õendushaiglas** või **hospiitsis**
 - 6. **hooldus- ehk õendushaiglas** või **hospiitsis**
- **Hooldus- ehk õendushaigla** on mõeldud krooniliste haigustega patsientidele, eakatele ja surijatele, et osutada neile õendus-protseduure, sümptomaatilist ravi ja pöetust.
- **Hospiits** – hospiitsteenusele suunatakse haiged, kelle haigusele ei ole enam tervendavat ravi, kes vajavad **palliatiivset ehk sümptomeid leevendavat ravi**, et tagada parim võimalik elukvaliteet. Sellisteks haigusteks on eelkõige vähk, kuid ka kopsuhaigused, südame-haigused, neeruhaigused, Alzheimeri tõbi, infarkt, kooma jne.
- Eestis on hospiitsid 3 haigla juures: **Ida-Tallinna Keskhaigla, Tartu Ülikooli Kliinikum, EELK Diakooniahaigla.**

Elu lõpu intervjuu: Tervishoiukulud (1)

- XT119 Kui palju ta maksis **oma taskust** perearstiabi / eriarstiabi / hoolduskodu / hospiitsi / ravimite / abivahendite ja seadmete / isikuhoolduse / majapidamistöödel abistamise eest elu viimasel aastal?
- Arvesse lähevad kulutused, mida haigekassa / tervisekindlustus / **keegi kolmas** ei kompenseeri.
- **“Keegi kolmas” saab olla ainult asutus või organisatsioon, mitte isik.**
- Näiteks kui lapsed maksid, siis läheb see arvesse kui oma taskust maksmine.

Elu lõpu intervjuu: Tervishoiukulud (2)

- Eesti elanikud on valdavalt (sh **kõik pensionärid**) ravikindlustatud Eesti Haigekassas.
- Visiidi- ja voodipäevatasud haigekassa hinnakirja järgi (2017):
 - Visiit perearsti juurde – tasuta
 - Perearsti koduvisiit – kuni 5 EUR
 - Visiit eriarsti juurde – kuni 5 EUR
 - Voodipäevatasu haiglas – kuni 2,50 EUR/päev
 - Voodipäevatasu statsionaarse õendusabi (end hooldusravi) korral – 9,75 EUR/päev
- Erasektoris / tasuliste vastuvõttude puhul summad oluliselt suuremad

Elu lõpu intervjuu: Tervishoiukulud (3)

- Kui vastaja vastab kulude küsimustele “**ei tea**” (Ctrl + K), tulevad uued küsimused summade vahemike kohta. Eesmärk on saada **ligikaudnegi vastus**.

Üldised märkused

- Pöörake tähelepanu **INT märkustele**.
- Mõne küsimuse puhul on vaja osa küsimusest ise **õigesse käändesse panna**.
- Küsimusi ette lugedes **rõhutage perioode**, mille kohta küsimused käivad, nt
 - kuni 15. eluaastani
 - alates eelmisest küsitlusest
 - viimased 12 kuud
 - viimane nädal