

# Oleme üks meeskond!

Juhtusin hiljuti televiisorit vaatama ja sealt jäid silma mitmed reklaamid. Küll soovitati sooja pesu, siis pesukaitsmeid, aga kõige tobedamad paistsid ikka ravimireklaamid. Eriti hullutav tundus mulle “valu kohe leevendav” geel – kui vanaema ei saa oma liigesevalude tõttu hästi liikuda, siis koer/kass/laps toob geelituubi ja ongi vanaema jälle korras!

**M**õtlesin taas, et kuidas saab niimoodi inimesi eksitada ja kes on need inimesed, kes sellise lubaduse peale apteeki tormavad; aga siis, keset kõige mustemaid mõtteid, tabas mind helgem tunne – vähemalt ei ole me üksil! Reklaami lõpus on selgelt öeldud, et vajadusel küsi nõu arsti või apteekri käest. Meil on ühine teadmine haigustest, haiguste põhjustest, ravijuhistest, ravimitest. Meil on suur ühisosa – inimeste tervis ja heaolu – ning nii arstid kui ka apteekrid soovivad oma tööst rõõmu tunda ja patsienti aidata.

Tervishoiu alarahastamine ja killustumine on surunud tervishoiutöötajad üksteisest kaugele. Pideva ajasurve tingimustes on keeruline leida aega kolleegiga rääkimiseks ja sageli piirdume üksteisega suhtlemiseks paberile kirjutatud teatega, mille kohalejõudmine sõltub patsiendist.

Ma arvan, et esimene vajadus arstide-apteekrite koostöös on turvaline kolmepoolne (patsient, arst, apteeker) suhtluskanal. Terviseinfosüsteemi uuendamise projekt UpTIS 2 annab selleks head võimalused ja praegu on ka õige aeg vastava sisendi andmiseks.

Mul oli suur rõõm kohtuda hiljuti esmatasandi arengukava koostamise raames apteekrite esindajatega (Silja Nellis, Ly Rootslane, Triinu Entsik-Grünberg, Külli Teder, Pille Sonn jt).

Koos jõudsimme lisaks omavahelise e-konsultatsiooni arutamisele ka mitmete teiste oluliste teemade, mis vajavad koos mõtlemist ja lahendamist. Esmatasandi arengukava koostamine

annab hea võimaluse sõnastada ühised eesmärgid ja peamised sammud, mida eesmärkide saavutamiseks on koos vaja teha.

## Tervishoius tuleb läbi viia oluline reform

Tervishoiu probleemid on põhjalikult ära kaardistatud juba aastaid tagasi, viimati 2021. aastal Arenguseire Keskuse koostatud raportis „Tuleviku tervishoid“. Lühidalt ja lihtsustatult: elanikkond vananeb ja tervishoiu ressurss väheneb.

Minu arvates peab tervishoius läbi viima olulise reformi, mis lähtuks patsiendi ohutuse põhimõttest. Alustama peaks inimestele arusaadavalt nende endi terviseandmete kättesaadavaks tegemisest. Lisaks tuleb terviseplaani luua nn konto osa, kus igaüks näeb, kui palju on ta panustanud ravikindlustusse ja milliseid kulutusi teinud. Kindlasti peaks tekkima võimalus ise oma ravikindlustuse kontole rahaliselt juurde panustada ja kasutada seda vajadusel tõenduspõhiste tervisteenuste (nt hambaravi, füsioteraapia, nõustamine jne) jaoks.

Järgmisena peab kaardistama kõik tervisevajadused ja need katma, arvestades kogu tervishoiu ressursi (esmatasand, eriarstiabi, kiirabi, apteegid, füsioteraapiakeskused). Samas peab ka kohe arvestama integreerimise vajadust sotsiaalhoolekandega, eriti esmatasandi tervishoiu vaates. Mõistlik on ära kirjeldata tervishoiuteenused – võttes arvesse kogu tervisesüsteemi konteksti –, mida saab apteeker pakkuda lisaks juba praegu pakutavale raviminõustamisele.

## DIANA INGERAINEN

perearst  
Järveotsa  
Perearstikeskus  
esmatasandi  
arengukava  
kvaliteeditöörühma  
liige



Kiiremas korras näen ühe lahendusena isepikenevate retseptide juurde kuuluvate testide ja patsiendipoolsete tervisedeklaratsioonide (nt valideeritud küsimustikud AKT, EEK 2, IPPS jne) täitmist. Oluline on võita minuteid ja tunde digiteerimise ning automatiseerimise abil – kui kõik tingimused on retsepti tekkimiseks olemas, siis ei tohiks asi takerduda selle taha, et „ei saanud arsti kätte“. Alustada võiks statiinidest.

## Apteekrid võiksid saada juurdepääsu patsiendi terviseplaanile

Kõige suurem uuendus tervishoius on toimunud tänu ravimitele, oluliselt on paranenud võimekus täpsemaks diagnoosimiseks, aga ilma õigete ravimitega ei ole võimalik enamasti patsiente aidata. Eestis on suur murekoht halb ravisoostumus. Ma näen siin suurt potentsiaali just apteekrites, aga selleks peavad apteekrid nägema tervikpildi patsiendi terviseplaanist.

Tõenduspõhine tervisenõustamine on võimalik ainult patsiendi tausta teades. Õnneks on apteegis ID-kaardi kasutamine juba harjumuseks saanud ja ma näen võimalusi, kus patsient saab anda apteekrile nõusoleku oma terviseplaani nägemiseks ja nõustamiseks. Kõik samud, et apteekrid saaksid maksimaalselt panustada inimeste tervisesse, peab läbi analüüsima ja vajadusel ära tegema ka vastavad seadusemuudatused. Liigagi kaua on edasi lükatud minu arvates väga vajalikke otsuseid, alustades apteekrite tervishoiutöötajateks nimetamisest kuni raviskeemide tervikpildi nägemiseni.