



SÄÄSTAME ENERGIAT, ET TAGADA NARVA HAIGLA JÄTKUSUUTLIK ARENG!  
СЭКОНОМИМ ЭНЕРГИЮ – ОБЕСПЕЧИМ УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ НАРВСКОЙ БОЛЬНИЦЫ!

## Septembris algas Narvas kahe eriala õpe

29. augustil õppeaasta avaaktusel Tartu Tervishoiu Kõrgkooli rektor Ulla Preenen ja Narva Haigla juhatuse liige Ago Kõrgvee sõlmisid koostöölepe, mille kohaselt hakati sellest õppeaastast Narvas ühiselt koolitama hooldustöötajaid ja tegevusjuhendajaid.

Õppimine toimub Narva haigla baasil loodud koolituskeskuses, kus alustas õpet 45 õpilast.

„Narva Haiglal on heameel alustada koostööd Tartu Tervishoiu Kõrgkooliga meie äärmiselt vajalike meedikute koolitamisel.

Toetame igakülgset koolitustegevuse läbiviimist ja arengut,” kinnitas Narva Haigla juhatuse liige Ago Kõrgvee.

„Tervishoiu – ja sotsiaalvaldkonna töötajate puudus on laialdaselt teada murekoht enamikule osapooltele ja üks viis tõhusamalt piirkonna heaks probleemi lahendada on koolitada töökohal. See on kahtlemata kõrgkoolile väljakutse, kuid motiveeriv on teadmine, et piirkonnas kohapeal õppetööd korraldades saavad võimaluse õpinguteks needki, kes muidu ehk perekondlikel või majanduslikel põhjustel nende õppekavade tasemeharidusele ligi ei pääseks,” selgitas Tartu Tervishoiu Kõrgkooli rektor Ulla Preenen.



▲ SA Narva Haigla juhatuse liige Ago Kõrgvee ja Tartu Tervishoiu Kõrgkooli rektor Ulla Preenen.

Член правления больницы Аго Кыргызев и ректор Тартуской высшей школы здравоохранения Улла Преэден.



## С сентября в Нарве началось обучение двум специальностям

29 августа в Тартуской высшей школе здравоохранения прошел торжественный акт в честь начала учебного года, где член правления Нарвской больницы Аго Кыргызев и ректор Тартуской школы здравоохранения Улла Преэден заключили договор о сотрудничестве.

Согласно договору, на базе Нарвской больницы, в специально оборудованном учебном центре, с сентября началось обучение двум специальностям – работник по уходу и инструктор деятельности. К обучению приступило 43 будущих специалистов. «Нарвская больница рада

начать сотрудничество с Тартуской высшей школой здравоохранения в обучении крайне необходимых для нас медиков. Мы всесторонне поддерживаем учебную деятельность и ее развитие», – заключил член правления Нарвской больницы Аго Кыргызев. «Недостаток работников в социальной сфере и в обла-

сти здравоохранения является проблемой для большинства сторон. Один из самых действенных способов решить эту проблему – это обучать на рабочем месте. Безусловно, для школы это вызов, но мотивирует знание того, что организуют учебную работу в регионе на месте, доступ к образованию получают и те, кто по семейным или экономическим причинам не смог бы этого сделать», – пояснила ректор Тартуской школы здравоохранения Улла Преэден.

Selle aasta juunis toimus Kirurgiakliinikus intensiivravipalati avamine. Tänu selle palati avamisele tõuseb märgatavalt haiglas pakutava ravi kvaliteet. Tulevikus planeeritakse seal keerulisemate operatsioonide läbiviimist.

**K**aasaegse tehnikaga varustatud palatis saab osutada abi kuuele 1. ja 2. astme kirurgiapatsiendile operatsioonieelsel ja – järgsel perioodil. Peaarst Olev Sillandi sõnul on kirurgias alati raskelt haigeid olnud, kes vajavad täiendavaid uuringuid ja jälgimist aparatuuri abil.

„Siia tulevad haiged enne operatsiooni, aga eriti pärast operatsiooni, ning need, kel on diagnostilised probleemid, patsiendid, kes pärast uuringuid suunatakse kõrgema tasemega haiglasse,“ täpsustab haigla juhtkonna liige Ago Kõrgvee.

Haigla juht rääkis, et intensiivravipalati kohad ei pea pidevalt täis olema, sest palat on mõeldud kõige raskemate haigete jaoks. Kui neil parem hakkab, viiakse nad tavalistesse palatitesse. Siin aga peab alati olema 1-2 vaba kohta erakorraliste haigete jaoks.

Samuti soetati Kirurgiakliiniku statsionaaraviosakonna uroloogide jaoks uus aparatuur, mis võimaldab laseri abil läbi viia kivide kontaktset purustamist erituselundkonnas. Selle varustusega töötavad kliiniku arstid juba mitu kuud ning töö tuleneb üldiselt väga head.

Haiglas loodetakse, et peagi hakatakse siin ka keerulisemaid operatsioone läbi viima, näiteks puusaliigese proteesimine. „Selleks, et kõik tõesti kõrgeimal tasemel toimiks, vajamegi intensiivteraapiat uuel tasemel,“ ütles Ago Kõrgvee.

## Intensiivravipalati avamine



## Открытие палаты интенсивной терапии

**В июне этого года в Хирургической клинике состоялось открытие палаты интенсивной терапии. С открытием этой палаты в больнице значительно смогут повысить качество лечения. В будущем там планируют проводить более сложные операции.**

**В**оборудованной современной техникой палате можно оказывать помощь шести хирургическим пациентам первого и второго уровня в пред- и пост-операционный период. По словам главного врача Олева Силланда, тяжелые больные всегда были в хирургии и нуждались в дополнительном обследовании и слежении с помощью аппаратуры.

„Сюда поступают больные и перед операцией, и особенно после операции, также те, у кого есть диагностические проблемы, пациенты, которые после проведения обследований, будут направлены в больницы более высокого уровня“, – уточняет член правления больницы Ago Kõrgvee.

Руководитель больницы рассказал, что палата интенсивной терапии не должна быть заполнена постоянно, потому что она предназначена для самых сложных больных. Когда им становится лучше, их переводят в обычные палаты. А здесь всегда должны быть свободны одно-два места для экстренных пациентов.

Также в стационарное отделение Хирургической клиники была приобретена новая аппаратура для урологов, которая позволяет с помощью лазера проводить контактное дробление камней в отделах мочевыделительной системы. С этим оборудованием врачи клиники работают уже несколько месяцев, и результаты работы отличные.

В больнице надеются, что вскоре здесь начнут заниматься и более сложными операциями, например, протезированием тазобедренного сустава. «Для того, чтобы все действительно было на высшем уровне, нам и нужна интенсивная терапия на новом уровне», – сказал Ago Kõrgvee.



▲ Pildil vasakult paremale: hooldaja Julia Tsimbota, ülemarst Olev Silland, Kirurgia kliiniku juhataja kohusetäitja Igor Nechipor, kirurg Vjatšeslav Nuždin, Kirurgia kliiniku ülemõde. Natalja Tarasjuk.

На снимке слева направо: сестра по уходу Юлия Цимбота, главный врач Олев Силланд, и.о. заведующего Хирургической клиникой Игорь Нечипор, хирург Вячеслав Нуждин, главная сестра Хирургической клиники Наталья Тарасюк.

## Külalised Narva haiglas

15. juulil külastasid Narva haiglat Terviseameti ja Haigekassa esindajad. Viisiidi eesmärgiks oli arutada teemasid, mis on seotud COVID-19, koroona-patsientide isoleerimisvõimaluste parandamise ja vaktsineerimisega.

Visiidi käigus käisid külalised COVID-19 raviosakonnas, erakorralise meditsiini osakonnas ja Vaktsineerimiskeskuses. Narva haigla pälvis tänukirja oma panuse eest COVID-19 vastu võitlemisel.



▲ Terviseameti juht Birgit Lao ja Terviseameti hädaolukorra meditsiini juht Urmas Sule.

На снимке слева направо: руководитель Департамента здоровья Биргит Лао и медицинский руководитель кризисной комиссии Урмас Суле.

## Гости в Нарвской больнице

15 июля Нарвскую больницу посетили представители Департамента здоровья и Больничной кассы. Целью визита стало обсуждение тем, связанных с COVID-19, улучшением возможностей изоляции пациентов с коронавирусом и вакцинацией.

В ходе визита гости посетили отделение для лечения пациентов с COVID-19, отделение экстренной медицины и Центр вакцинации. Нарвской больнице была вручена грамота за вклад в борьбе с COVID-19.

# Tervise – ja tööminister Peep Peterson: „Arenngusse on vaja investeerida“

22. augustil külastas Narva haiglat tervise – ja tööminister Peep Peterson. Minister koos haigla juhtkonnaga arutas haigla lähiaastate arenguplaane ja investeerimisvõimalusi püstitatud eesmärkide saavutamiseks. Minister avaldas oma rahulolu haigla tööga, öeldes, et inimesed on haigla tööst hea sõnaga rääkima hakanud.

**P**eamiseks aruteluteemaks oli aktiivravihoone rajamine ja perearstide keskuse loomine. „Meie jaoks on oluline meelitada siia võimalikult palju perearste, et areneks kogu tervishoiuteenuste osutamine. Siis tunnevad inimesed end kaitstuna,“ kommenteeris Peterson. Minister juhtis tähelepanu ka elektrooniliste konsultatsioonide arendamisele ka tulevikus.

Tõstatati küsimus uute spetsialistide haiglasse meelitamisest. „Minu jaoks on väga hea uudis, et on algamas koostöö Tartu Tervise Kõrgkooliga hooldustöötajate ja tegevusjuhendajate koolitamise vallas. Teine küsimus on, kuidas arste siia meelitada.“

Peterson ütles, et kirjutas alla määrusele ühekordse hüvitise andmise kohta arstidele, kes



▲ Pildil vasakult paremale: SA Narva Haigla juhatuse liige Ago Kõrgvee, ülemarst Olev Silland, tervise- ja tööminister Peep Peterson, SA Narva Haigla nõukogu esimees Katri Raik, ülemõde Natalja Metelitsa, tervise- ja tööministri nõunik Laila Talunik.

На снимке слева направо: член правления больницы Аго Кьргвез, главный врач Олев Силланд, министр труда и здоровья Пезп Петерсон, председатель совета Нарвской больницы Катри Райк, главная сестра Наталья Метелица, советник министра труда и здоровья Лайла Талуник.

on valmis asuma tööle väljaspool Tallinna ja Tartut. Perearstidele eraldatakse toetusena 45 000 eurot ja eriarstidele 30 000 eurot. „Võib-olla tänu sellele tulevad sügisel siia uued arstid, kes arendavad meditsiini kõrgeimal tasemel,“ ütles Peterson. Ministri sõnul on nii Tartus kui ka Viljandis arste, kes on valmis meie piirkonda tööle tulema, kuid nende tulekuks on vaja luua head töötingimused.

Narva haigla teeb juba teist aastat tihedat koostööd Tartu Ülikooli Kliinikumi eriarstidega ning minister avaldas lootust, et selles vallas hakatakse koostööd tegema ka Tallinna arstidega.

Küsimusele, kuidas hinnata haigla üldist seisukorda, vastas Peterson: „Tänu remondiks kulunud rahale näeb kõik palju parem välja kui paberil, aga arengusse tuleb investeerida ja investeerida.“

## Министр здоровья и труда Пезп Петерсон: «В развитие надо инвестировать»

22 августа Нарвскую больницу посетил министр здоровья и труда Пезп Петерсон. С руководством больницы он обсудил планы развития больницы на ближайшие годы и возможности инвестиций для реализации поставленных задач. Также министр выразил удовлетворенность работой больницы, сказав, что люди стали намного лучше отзываться о ее работе.

**Г**лавной темой обсуждения стало строительство корпуса активного лечения и создание центра семейных врачей. «Для нас важно привлечь сюда как можно больше семейных врачей, чтобы развивалась вся медицинская служба. Тогда люди будут чувство-

вать себя защищенными», – прокомментировал Петерсон. Также министр обратил внимание на необходимость дальнейшего развития электронных консультаций.

Был поднят вопрос и о привлечении в больницу новых специалистов. «Для меня очень радостная новость, что начинается сотрудничество с Тартуской школой здравоохранения в области обучения работников по уходу и руководителей деятельности. Второй вопрос – это как привлечь сюда врачей».

Peterson рассказал, что подписал указ об оказании единовременных пособий для врачей, готовых приступить к работе за пределами Таллина и Тарту. Для семейных врачей поддержка будет составлять 45 000 евро, а для врачей-специалистов – 30 000 евро. «Может быть, благодаря этому,

уже этой осенью сюда придут работать новые врачи, чтобы развивать медицину на самом высоком уровне», – сказал Петерсон. По словам министра, есть врачи как в Тарту, так в Вильянди, готовые приехать работать в нашем регионе, но для их приезда необходимо создать хорошие условия для работы.

Нарвская больница уже второй год ведет тесное сотрудничество со специалистами Клиники Тартуского университета, и министр выразил надежду, что сотрудничество в этой области также будет и с врачами из Таллинна.

На вопрос, как можно оценить общее состояние больницы, Петерсон ответил: «Благодаря потраченному на ремонт деньгам, все выглядит намного лучше, чем на бумаге, но в развитие надо инвестировать и инвестировать».

# Julia Beljajeva: „Arsti töö seisneb selles, et õpime kogu elu»

**Rääkisime noore spetsialisti, üldarsti Julia Beljajevaga. Julia on pärit Kohtla-Järvelt, kasvas seal üles ja lõpetas kooli.**

**– Julia, miks sa arsti elukutse valisid?**

– Oma tulevast ametit kujutasin ette ainult meditsiinis. Koolis meeldis mulle alati bioloogia ja ma kaldusin alati meditsiini poole. Seejärel astusin Peterburi Riikliku Meditsiiniülikooli üldarstiteaduskonda. Seal õppisin 6 aastat ja lisaks 3 aastat erialal „Sünnitusabi ja günekoloogia“. Töötasin Peterburis 3 aastat sünnitusmajas.

**– Kuidas sattusid tööle Narva haiglasse?**

– Minu sugulased elavad Eestis ja mind on alati tagasi koju tõmmanud, mistõttu otsustasin oma kodukanti naasta. Arstipraktika alustamiseks Eestis läbisin diplomi kinnitamise protseduuri, mis hõlmas neljakuulist praktikat ja seejärel tuli sooritada teooriaeksam. Kuna elan Kohtla-Järvel, siis tuli valida Ida-Viru Keskhaigla ja Narva Haigla vahel. Narva haigla kasuks otsustasin, sest seal on head võimalused erialaseks kasvuks ja suurepärase baas praktiliste kogemuste omandamiseks. Suurt rolli mängis ka asjaolu, et siin kohtusin suurepärase juhi – Veronika Iljinaga (märkus – sisehaiguste kliiniku juhataja). Ta võttis mind tööle sisehaiguste osakonda, kus mind kollektiiv väga südamliselt vastu võttis. Hoolimata sellest, et teraapia on günekoloogiast erinev eriala, ei hirmutanud see mind ja olin valmis ümber õppima, sest arsti töö seisnebki selles, et me õpime kogu elu. Sõltumata, et pean tööle sõitma Kohtla-Järvelt, tahaksin pärast praktika läbimist siin töötada.

**– Räägi mõne sõnaga, milline on sinu tööpäev?**

– Hommikuti toimub osakonnas infotund, kus õed annavad infot raskete haigete kohta, kes ööpäeva jooksul on sisse tulnud, kelle seisund nõuab erilist tähelepanu. Seejärel algab töö: ringkäigud, patsientide läbivaatused, ravi määramine, uute patsientide vastuvõtt. Nüüd on igal arstil keskmiselt 12 patsienti. Narva Haigla pakub noortele arstidele häid praktilisi võimalusi, kuna tegemist on erialaselt patoloogiliste patsientidega. Seejärel tuleb iga päev midagi uut õppida.

**– Millised on tulevikuplaanid?**

– Eestis sooritasin iseseisva arstipraktise alustamiseks arstieksamit ja on aeg



omandada eriala. Võttes arvesse viimase aasta jooksul sisehaiguste osakonnas omandatud kogemusi, otsustasin siduda oma elu selle meditsiinivaldkonnaga. Juba septembrist alustan õpinguid Tartu Üli-

koolis ravi erialal. Narva haiglast ei taha jäädavalt lahkuda ja plaanin ka edaspidi nädalavahetustel valves olla ning pärast lõpetamist siia tagasi tööle tulla.

# Юлия Беляева: «Работа врача состоит в том, что мы учимся всю жизнь»

**Мы побеседовали с молодым специалистом, врачом общей практики, Юлией Беляевой. Юлия родом из Кохтла-Ярве, там же выросла и закончила школу.**

**– Юлия, как ты пришла к профессии врача?**

– Свою будущую профессию я всегда представляла только в медицине. В школе мне всегда нравилась биология, и я всегда склонялась в сторону медицины. Затем я поступила в Санкт-Петербургский Первый медицинский университет на факультет лечебного дела. Там я отучилась 6 лет, а затем еще 3 года по специальности «Акушерство и гинекология». В Санкт-Петербурге 3 года проработала в роддоме.

**– А как ты пришла работать в Нарвскую больницу?**

– В Эстонии живут мои родные, и меня всегда тянуло к дому, поэтому я решила вернуться в родные края. Для начала врачебной практики в Эстонии прошла процедуру подтверждения диплома, которая включала в себя четырехмесячную практику с последующей сдачей теоретического экзамена. Поскольку я живу в Кохтла-Ярве, то выбор стоял между Ида-Вируской Центральной Больницей и Нарвской больницей. Но я решила оставить свой выбор на Нарвской больнице ввиду хороших возможностей для профессионального роста и наличия отличной базы для получения практического опыта. Не последнюю роль сыграло и то, что здесь я встретила замечательного руководителя – Веронику Ильину (прим. – заведующая клиникой внутренних болезней), которая и взяла меня на работу в отделение терапии, где меня встретил очень душевный коллектив. Несмотря на то, что терапия – это отличная от гинекологии специальность, меня это не испугало, и я готова была переквалифицироваться, так как работа врача состоит в том, что мы учимся всю жизнь. Несмотря на то, что приходится ездить на работу из Кохтла-Ярве, после прохождения практики я бы хотела работать именно здесь.

**– Расскажи, как выглядит твой рабочий день?**

– Утром проходит конференция внутри отделения, где медсестры дают информацию о тяжелых пациентах, о том, кто поступил за сутки, чье состояние требует особого внимания. Потом начинается работа: обходы, осмотры пациентов, назначения, прием новых пациентов. Сейчас в среднем каждый врач ведет 12 пациентов. Нарвская больница дает хорошие практические возможности для молодых врачей, так как мы сталкиваемся с пациентами с патологией смежных специальностей. Поэтому каждый день приходится учиться чему-то новому.

**– Какие планы ставишь перед собой?**

– В Эстонии я сдала врачебный экзамен на то, чтобы начать самостоятельную врачебную практику, и пришло время получить специальность. Учитывая опыт, полученный в течение последнего года в отделении терапии, решила связать свою жизнь именно с этим направлением медицины. Уже с сентября начинаю учебу в Тартуском Университете по специальности «Терапия». Однако расставаться навсегда с Нарвской больницей я не хочу и планирую продолжать дежурить по выходным, а по окончании учебы планирую вернуться сюда на работу.

**– Какие планы ставишь перед собой?**

– В Эстонии я сдала врачебный экзамен на то, чтобы начать самостоятельную врачебную практику, и пришло время получить специальность. Учитывая опыт, полученный в течение последнего года в отделении терапии, решила связать свою жизнь именно с этим направлением медицины. Уже с сентября начинаю учебу в Тартуском Университете по специальности «Терапия». Однако расставаться навсегда с Нарвской больницей я не хочу и планирую продолжать дежурить по выходным, а по окончании учебы планирую вернуться сюда на работу.

**– Какие планы ставишь перед собой?**

– В Эстонии я сдала врачебный экзамен на то, чтобы начать самостоятельную врачебную практику, и пришло время получить специальность. Учитывая опыт, полученный в течение последнего года в отделении терапии, решила связать свою жизнь именно с этим направлением медицины. Уже с сентября начинаю учебу в Тартуском Университете по специальности «Терапия». Однако расставаться навсегда с Нарвской больницей я не хочу и планирую продолжать дежурить по выходным, а по окончании учебы планирую вернуться сюда на работу.

## Muutused raamatukogu struktuuris

**Haigla tegevuse ümberkorraldamise käigus toimusid muutused ka raamatukogu töös: raamatud jaotati haigla erinevate organisatsioonide ja kliinikute vahel laiali.**

Väljaanded, mis kujutavad endast ajaloolist väärtust, edastati haigla muuseumile. Meditsiinalase kirjanduse kogu leidis kasutust meedikute seas, kuid osa raamatuid anti sotsiaalorganisatsioonidele. Ühe raamatukogu asemel on nüüd kliinikutes lugemisnurgad, kust ravil viibivad patsiendid võivad omale lugemist leida. Meditsiinalane kirjandus jõuab nüüd ka haigla õppekeskuse riiulitele, vajadusel saavad õppijad seda alati kasutada.

Üks raamatukollektsioon anti üle Eesti Hoiuraamatukogule, kus raamatud leiavad endale uue kodu. Teenitud puhkusele läks raamatukogutöötaja Ljudmila Žurina, kes töötas väsimatult raamatukoguhoidjana alates 1978. aasta 1. detsembrist. Narva haigla kollektiiv soovib Ljudmila Žurinale tervist ja oodatavat ning viljakat puhkust!

**Изменения в структуре библиотеки**

## Изменения в структуре библиотеки

**В ходе реорганизации деятельности больницы, произошли изменения в работе библиотеки – собрание книг было распределено в различные организации и клиники больницы.**

Издания, представляющие историческую ценность, были переданы в музей больницы. Собрание медицинской литературы нашло применение среди медиков, а часть книг была передана в социальные организации. Вместо единой библиотеки, в клиниках теперь есть читательские уголки, где пациенты во время пребывания на



▲ Pildil vasakult paremale: kantsleji juhataja Jekaterina Naberežneva, juhatuselise Ago Kõrgvee, raamatukoguhoidja Ljudmila Žurina, ülemarst Olev Silland, sekretär Svetlana Semikova, majandusteenistuse juhataja Svetlana Melnikova.

На снимке слева направо: заведующая канцелярией Екатерина Набережная, член правления Аго Кьоргвее, библиотекарь Людмила Журина, главный врач Олев Силланд, секретарь Светлана Семикова, начальник хозяйственной службы Светлана Мельникова.

лечении могут выбрать себе книгу. Медицинская литература также появится и на полках в учебном центре больницы, при необходимости учащиеся всегда смогут ей воспользоваться.

Коллекция книг была передана на хранение в Эстонскую сберегательную библиотеку (Eesti Hoiuraa-

matukogu), где книги смогут обрести новый дом. На заслуженный отдых отправилась сотрудница библиотеки Людмила Журина, которая беспрерывно работала библиотекарем с 1 декабря 1978 года. Коллектив Нарвской больницы желает Людмиле Журиной здоровья и хорошего плодотворного отдыха!

# Sügis on gripi vastu vaksineerimiseks parim aeg

**Euroopa Liidu riikidest on Eestis täheldatud kõrgeimat suuremust gripi tüsistustesse. Seetõttu tehakse sügisel tasuta gripivaktsiin kättesaadavamaks.**

**E**uroopa Liidu riikidest on Eestis täheldatud kõrgeimat suuremust gripi tüsistustesse. Seetõttu tehakse sügisel tasuta gripivaktsiin kättesaadavamaks.

Gripp on äge viirushaigus, mis levib peamiselt piisknakusena ning millesse haigestumisel võivad esineda tõsised tüsistused. Viirus levib kergesti inimeste vahel, kui haige inimene köhib, aevastab või lihtsalt räägib vestluskaaslasega.

Maailma Terviseorganisatsiooni andmetel on efektiivselt gripivastane vahend vaktsiin, sest just vaktsiin tagab kaitse nende gripiviiruse tüvede vastu, mis levivad käesoleval viirushooajal.

Kui vaktsiin organismi viiakse, ei saa see haigestumist esile kutsuda, kuid tootes kaitsvaid antikehi, stimuleerib see immuunsüsteemi infektsiooniga võitlema.

**Vaksineerimist soovitatakse kõigile elanikkonna gruppidele, eriti aga pooleaastastele ja vanematele lastele, kroonilisi haigusi põdevatele inimestele, rasedatele naistele ning inimestele, kelle elukutse soodustab haigestumiskohat: meditsiinitöötajad, õpetajad, üliõpilased, teenindussektori töötajad.**

Rasedad naised, olenemata rasedusstaadiumist, kujutavad endast riskirühma, sest organismis toimuvate loomulike füsioloogiliste muutuste tõttu suureneb raseduse ajal tüsistusoht 18 korda. Tüsistused aga on ohtlikud nii emale kui lapsele. WHO lubab ja soovib vaksineerimist igas rasedusstaadiumis.

Paljud keelduvad gripi vastu

vaksineerimast, kuna arvavad, et vaktsiin võib tervist kahjustada ning et sellest pole kasu. Tegelikult pole vaktsiin ohtlik ega tekita tüsistusi, äärmisel juhul võib tekkida süstimiskohata punetus, mis möödub 2-3 päevaga, või tekib väike pala-

vik. Isegi kui inimene haigestub grippi, kulgeb haigus kergelt, tüsistusteta.

Gripi vastu vaksineerimine on **vastunäidustatud** ägedat haigust põdevatele inimestele nende täieliku tervenemiseni, neile, kel eelmine vaktsiinidoos või mõni vaktsiini komponent põhjustas anafülaktilist reaktsiooni, või kuni 6-kuusetele lastele.

## Gripihooaeg 2021-2022 (oktoober-mai)

Gripi haigestus  
**15 272 inimest**

**385 inimest** vajasis haiglaravi

Tüsistuste tagajärjel suri  
**10 inimest**

Gripi ravile on kulutatud ligikaudu  
**1,6 miljonit eurot**

Allikas: Haigekassa andmed, Tervise Arengu Instituudi andmebaas (TAI)



## Vaksineerimine 2022-2023

Sel hooajal vaksineeritakse **INFLUVAC TETRA** vaktsiiniga. Oktoobrist saavad tasuta gripi vastu vaksineerida:

- elanikud, kes saavad erilisi hooldusteenuseid;
- üle 60-aastased;
- kuni 7-aastased lapsed;
- alaealised vanusevahemikus 8-18, kel on südame-veresoonkonnahaigused, onkoloogilised haigused, immunodefitsiit, suhkruhaigus või obstruktiivne kopsuhaigus.

Tasuta vaksineerida saavad ka riskigrupi kuuluvad sõjapõgenikud.

Patsiendid, kes kuuluvad riskigrupi ja kes saavad stationaarset või ambulatoorset ravi, võivad samuti tasuta vaksineerida.

Patsiendid, kes ei kuulu riskigrupi, võivad end Vaksineerimiskeskuses vaksineerida lasta tasu eest siis, kui vaktsiin keskusesse jõuab.

Vaktsiini kättesaadavuse ja Vaksineerimiskeskuse töötamise aja kohta võib küsida, helistades telefonile 3563003, või kirjutades aadressile [vaksineerimine@narvahaigla.ee](mailto:vaksineerimine@narvahaigla.ee). Vaksineerimiskeskus asub aadressil Haigla 1.



**Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска – медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания.**

### **Сезон гриппа 2021-2022 г. (октябрь-май)**

Гриппом заболело **15 272 человека**

**385 человек** нуждались в лечении в больнице

От осложнений умерло **10 человек**

На лечение гриппа потрачено **около 1,6 миллиона евро**

Источник: счета Больничной Кассы, база данных Института Развития Здоровья (TAI)

сезоне и входят в ее состав.

Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путем выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией.

Беременные женщины вне зависимости от срока беременности представляют собой отдельную группу риска – в силу естественных физиологических изменений организма **при беременности увеличивается риск развития осложнений в 18 (!) раз**, которые опасны как для матери, так и для ре-

бенка. Вакцинация от гриппа разрешена и рекомендована ВОЗ на всех сроках беременности.

Многие отказываются делать прививку от гриппа, считая что вакцина может нанести вред здоровью и от нее нет пользы. На самом деле вакцина не опасна и не вызывает осложнений, в крайнем случае может появиться покраснение на коже в месте укола, которое проходит в течение 2-3 дней, или небольшое повышение температуры. Даже если человек заразится гриппом, болезнь будет протекать в легкой форме, без осложнений.

Вакцину от гриппа **нельзя** делать человеку с острой стадией какого-либо заболевания до его полного выздоровления тем, у кого ранее наблюдалась анафилактическая реакция на предыдущую дозу вакцины или какой-либо компонент вакцины, детям до 6 месяцев.

# Осень – лучшее время, чтобы вакцинироваться от гриппа

**Из стран Европейского Союза в Эстонии зафиксирована самая высокая смертность от осложнений, вызванных гриппом, поэтому этой осенью расширяется доступность бесплатного вакцинирования от гриппа.**

**Г**рипп – это острое вирусное заболевание, передающееся (в основном) воздушно-капельным путем с возможностью тяжелых осложнений. Вирус легко передается от человека к человеку воздушно-капельным путем, когда больной человек кашляет, чихает или просто разговаривает.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом

## Вакцинация 2022/2023

Вакцинация в этом сезоне проводится вакциной **INFLUVAC TETRA**. С октября пройти бесплатно вакцинацию против гриппа смогут:

- жители, получающие общие и специальные попечительские услуги;
- люди старше 60 лет;
- дети до 7 лет;
- несовершеннолетние от 8 до 18 лет с сердечно-сосудистыми заболеваниями, онкологическими заболеваниями, иммунодефицитом, сахарным диабетом или обструктивной болезнью легких.

Вакцинироваться бесплатно смогут также принадлежащие к группам риска военные беженцы.

Пациенты, входящие в группу риска, находящиеся на стационарном или амбулаторном лечении, также могут пройти бесплатную вакцинацию.

Пациенты, не входящие в группу риска, смогут провакцинироваться платно в Центре вакцинации с момента поступления вакцины в Центр вакцинации.

Информацию о наличии вакцины и времени работы Центра вакцинации можно узнать по телефону 3563003 или написав на адрес [vaktsineerimine@narvahaigla.ee](mailto:vaktsineerimine@narvahaigla.ee). Центр вакцинации находится по адресу Хайгла 1.

# Narva haigla edukas kiirabi kutsemeisterlikkuse võistlusel



▲ Pildil vasakult paremale: Narva kiirabi brigaadi võistluse osalejad Pavel Raudsepp, Maria Raudsepp, Tatjana Udalova.

На снимке слева направо: участники соревнований Нарвской бригады скорой помощи Павел Раудсепп, Мария Раудсепп, Татьяна Удалова.

**25. augustil toimus Tartus kiirabibrigaadide võistlus, kus Narva haigla kiirabibrigaad, millesse kuulusid Maria Raudsepp, Pavel Raudsepp ja Tatjana Udalova, tunnistati võistluse tulemuste põhjal Ida-Eesti parimaks.**

Ürituse korraldajateks olid Tartu Kiirabi ja Eesti Kiirabi Liit, see toimus ERMi piirkonnas. Ürituse eesmärgiks oli tõsta Eesti kiirabi professionaalsuse taset.

Terve päeva jooksul lahendas 22 kiirabibrigaadi erinevatest Eesti regioonidest 11 olukorda inimelu päästmiseks. Teiste ülesannete hulgas oli kriitilises seisus lapse päästmi-

ne, tõsise traumaga patsiendile abi osutamine, elustamine südame seiskumise korral, abi osutamine suurõnnetuses kannata-da saanutele. Kiirabibrigaadide juhtidega kõrva võtsid üritusest osa ka arstibrigaadid.

Osavõtjate sõnul mängiti kõik olukorrad läbi raskesti ligipääsetavates kohtades, kus oli vaja mitte ainult kiiret reaktsiooni – iga ülesande täitmiseks anti 20 minutit –, vaid ka loogilist mõtlemist, laia silmaringi ning head füüsilist vormi. Näiteks toimus üks reanimatsiooniülesanne Tagurpidi Majas Tartu külje all, kuhu sisenedes muutus ruumis orienteerumine keeruliseks. Elus on samamoodi – mugavat kohta reanimatsiooni jaoks pole, see võib ükskõik kus vajalikuks osutu-

## Kiirabi Äkkeküla perepäeval

28. augustil osales Narva haigla kiirabi perepäeval, mille korraldas SA Narva Linna Arendus. Ürituse raames sai piiluda kiirabiautosse, näha ihusilmaga selle varustust ning esitada kiirabitöötajatele nende tööd puudutavaid küsimusi. Huvi ilmutasid ürituse pisimad külalastajad kui ka nende vanemad.

## Скорая помощь на семейном дне в Äккеküла

28 августа скорая помощь Нарвской больницы приняла участие в семейном дне, организованном SA Narva Linna Arendus. Во время мероприятия можно было заглянуть в автомобиль скорой помощи, увидеть воочию его оснащение и задать сотрудникам скорой помощи интересные вопросы об их работе. Интерес проявили не только маленькие гости мероприятия, а также и их родители.

da. Olid ka ülesanded, mis polnud meditsiiniga seotud, näiteks ERMi eksponaatide uurimise ülesanne, kus kontrolliti osalejate tähelepanelikkust.

Maria, Pavel ja Tatjana tunnistavad, et võistlusel osalemine oli hirmutav, kuid võistluse jooksul asendus hirm adrenaliini, energia juurdevoolu ja kindlusega. Muljed olid igaühe positiivsed ja meie brigaadi edu motiveerib ka teisi kiirabitöötajaid tulevikus võistlusest osa võtma.

Narva haigla õnnitleb veel kord osalejaid ning soovib neile edu!

## Успешное выступление Нарвской больницы на соревнованиях скорой помощи

**25 августа в Тарту прошли соревнования для бригад скорой помощи, в которых бригада скорой помощи Нарвской больницы, в которую вошли Мария Раудсепп, Павел Раудсепп и Татьяна Удалова, по результатам соревнований была признана лучшей в Восточной Эстонии.**

Мероприятие, организованное Тартуской скорой помощью и Союзом скорой помощи Эстонии, прошло в окрестностях Эстонского национального музея. Цель мероприятия – повысить уровень скорой помощи Эстонии.

На протяжении всего дня 22 бригады скорой помощи с разных регионов

Эстонии решали 11 ситуаций по спасению жизни. В числе прочих состязаний было оказание помощи ребенку в критическом состоянии, помощь пациенту с тяжелой травмой, оживление при остановке сердца, помощь пострадавшим в тяжелом состоянии. Наравне с руководителями бригад скорой помощи, в мероприятии участвовали и врачебные бригады.

По словам ребят, все ситуации были инсценированы в труднодоступных местах, требовали не только быстрой реакции – на каждое задание давалось 20 минут, но и использования логики и общего кругозора, а также хорошей физической подготовки. Так, например, одна из реанимаций проходила в перевернутом доме под

Тарту, попадая в который, начинаешь испытывать трудности с ориентацией в пространстве. В жизни происходит так же – не бывает удобного места для реанимации, она может понадобиться в любом месте. Были и задания, не связанные с медицинской, например, как изучение экспонатов Эстонского национального музея, после которого участников проверяли на внимательность.

Мария, Павел и Татьяна признаются, что участвовать в соревнованиях было страшно, но во время соревнований страх сменяется адреналином, приливом энергии и уверенностью. Впечатления о мероприятии остались самыми положительными, и успех нашей бригады мотивировал и других сотрудников скорой помощи принять участие в соревнованиях в будущем.

Большую поддержку бригаде оказал руководитель отделения скорой помощи Евгений Гужовский и член правления больницы Аго Кыргвез.

Нарвская больница еще раз поздравляет участников с успехом и желает удачи!



# Õendusabist hospiitsteenuseeni

Narva haiglas töötab õendusabiosakond, kus patsiente ootavad tähelepanelikud ja osavõtlikud oma ala spetsialistid. Osakonnas on 85 kohta, millest 10 on ettenähtud hospiitsipatsientidele. Teenust pakutakse nii Narva kui ka teiste linnade elanikele. Kõik osakonna töötajad töötavad ühise eesmärgi nimel – garanteerida kõigile patsientidele maksimaalne võimalik mugavus.

**M**ie hospiits on meditsiiniteenus, kus tähtsaim roll on inimesel, kes vajab meie abi. Abi on väga mitmekülgne. Esmajärjekorras on selleks valu vähendamine, ravimatu haiguse sümptomite vähendamine või neist lahtisaamine. Sageli muutuvad raskelt haige jaoks oluliseks sotsiaalsed probleemid ja raske psühholoogiline seisund. Täisväärtusliku ja igakülgse abi osutamiseks selliste inimestele töötab hospiitsis meeskond, kuhu kuuluvad arst, medõed, psühholoog, sotsiaaltöötaja, füsioterapeudid, hooldusõed. Patsiendi soovi korral võib kohale kutsuda ka vaimuliku. Hospiitsis ollakse tänulikud ka vabatahtlike abi eest. Hospiitsis pööratakse tähelepanu ka patsiendi lähedastele, kes vajavad sageli lisainformatsiooni, psühholoogilist tuge ja tähelepanelikku suhtumist.

Viimase poole aasta jooksul on osakonnas vastu võetud 85 patsienti ning keskmise osakonnas viibimise kestus oli 14,89 päeva. Osakonda pääseb perearsti saatekirjaga



või selle osakonna eriarsti saatekirjaga, kus haige varem viibis.

Õendusabiosakonnas statsionaaris viibimise kulud katab 85% ulatuses Haigekassa, 15% kuludest tuleb ise katta.

Tasu iga hospiitsis veedetud päeva eest on 2,5 eurot päevas, alates 10. päevast tasu

ei võeta. Osakonnas viibimise kestus sõltub patsiendi seisundist.

Detailsema informatsiooni saamiseks pöörduge õendusabiosakonna vanemõe **Galina Kuznetsova** poole, tel. 35 79 092 või vastutava õe **Natalja Ivanova** poole, tel. 35 79 094.

## От сестринской помощи до услуги хосписа

**В Нарвской больнице работает отделение сестринской помощи, где пациентов встретят внимательные и чуткие профессионалы своего дела. Отделение насчитывает 85 мест, 10 из которых предназначены для пациентов хосписа. Услуга предоставляется как для жителей Нарвы, так и для пациентов из других городов. Все сотрудники отделения трудятся ради одной цели – обеспечить всем пациентам максимально возможный комфорт.**

**Н**аш хоспис сегодня – это медицинская услуга, где главную роль играет человек, который нуждается в нашей помощи. И помощь эта очень разносторонняя. В первую очередь – купирование боли, снятие или ослабление всех симптомов, с которыми приходится столкнуться человеку с неизлечимым заболеванием. Очень часто у тяжелобольных пациентов на первый план выхо-

дят социальные проблемы и тяжелое психологическое состояние. Для оказания полноценной и разносторонней помощи таким людям в хосписе работает команда сотрудников, в состав которой входят врач, медицинские сестры, психолог, социальный работник, физиотерапевты, сестры по уходу. По желанию пациента можно вызвать священнослужителя. В хосписе всегда охотно принимают волонтерскую помощь. Деятельность хосписа распространяется и на близких пациента, которые часто нуждаются в дополнительной информации, психологической поддержке и просто во внимательном отношении.

За последние полгода отделение приняло 85 пациентов, и средняя продолжительность пребывания в отделении составила 14,89 дней. Попастъ в отделение можно либо по направлению от семейного врача, либо по направлению врача-специалиста отделения, где пациент пребывал ранее.

Пребывание в стационаре отделения сестринской помощи на 85% финанси-



руется Больничной кассой, 15% составляет самофинансирование.

Плата за каждый день пребывания в отделении хосписа – 2,5 евро в день, свыше 10 дней плата не взимается. Длительность пребывания в отделении зависит от состояния пациента.

За более подробной информацией обращайтесь к старшей сестре отделения сестринской помощи **Галине Кузнецовой**, тел. 35 79 092, или ответственной сестре **Наталье Ивановой**, тел. 35 79 094.

# Panus patsiendiohutuse uuringutesse

2022. aasta augustis lõppes rahvusvaheline projekt PATSAFE, mille eesmärk oli koostöös Hispaania ja Madalmaade juhtivate patsiendiohutuse uurimiskeskustega laiendada Tartu Ülikooli kliinilise meditsiini instituudi uurimispotentsiaali patsiendiohutuse valdkonnas ning kaasata teadlasi patsiendiohutuse uuringutesse.

Projekti raames osales Narva Haigla uurimistöös „Patsiendiohutuse ja patsiendi ohutuskultuuri mõõtmise instrumentid“. Projekti kuraatoriks Narva haigla poolt oli taastusraviosakonna va-

nemfüsioterapeut Tatjana Kanaš.

Uuringu käigus paluti statsionaarse ravi patsientidel täita ankeet, hinnates oma ravil viibimise ohutust, haigla töötajatel aga hinnata ohutuskultuuri haiglas.

Uuringu eesmärk oli valideerida (katsetada sobivust) ja kohandada rahvusvaheliselt välja töötatud meditsiinisüsteemi meetmeid patsiendiohutuse ja ohutuskultuuri hindamiseks Eesti haiglates. Eestis puuduvad hetkel haiglatele kohandatud patsiendiohutuse teemaga seotud küsimustikud.

Kui meetmed tunnistatakse põhjendatuteks, võivad uuringu tulemused anda ülevaate patsiendi-ohutusest ja ohutuskultuurist Eesti haiglates nii tervishoiutöötajate kui patsientide vaatenurgast.



▲ Pildil vasakult paremale: Vanemfüsioterapeut Tatjana Kanaš, õendus kvaliteedijuht Jelena Loik, ülemarst Olev Silland.

На снимке слева направо: старший физиотерапевт Татьяна Канаш, руководитель качества сестринской работы Елена Лойк, главный врач Олев Силланд.

## Вклад в исследование безопасности пациентов

В августе 2022 года завершился международный проект под названием PATSAFE, целью которого было расширение исследовательского потенциала Института клинической медицины Тартуского Университета в области безопасности пациентов при сотрудничестве с ведущими центрами исследования безопасности пациентов Испании и Голландии и

привлечение ученых в исследования безопасности пациентов.

В рамках проекта Нарвская больница приняла участие в исследовательской работе «Инструменты измерения безопасности пациента и культуры безопасности пациента». Куратором проекта от Нарвской больницы была старший физиотерапевт отделения восстановительного лечения Татьяна Канаш.

В ходе исследования пациентам стационарного лечения было предложено с помощью анкеты оценить безопасность своего пребывания на лечении, сотрудникам больницы – оценить культуру безопасности в больнице.

Целью исследования было валидировать (протестировать на пригодность) и адаптировать разработанные всемирной медицинской системой меры для оценки культуры безопасности пациентов в боль-

ницах Эстонии. В Эстонии на сегодня нет адаптированных под эстонские больницы анкет, связанных с темой безопасности пациента.

Если меры будут признаны обоснованными, то результаты исследования смогут дать обзор безопасности пациента и культуры безопасности в больницах Эстонии как с точки зрения работников здравоохранения, так и с точки зрения пациентов.

## MARAC aitab päästa elusid

6. septembril toimus MARAC projekti raames koolitus, milles osalesid Narva haigla esindajad.

Selle projekti eesmärk on tuvastada lähisuhevägivalla ohvreid, pakkuda neile kaitset koostöös erinevate ametiasutustega ning seeläbi vähendada vägivalla esinemist lähisuhetes.

MARAC-mudel sisaldab ohvri riskide tuvastamist ja hindamist, sekkumisplaani väljatöötamist ja rakendamist, juhtumikorraldusprogrammi koosolekuid, konfidentsiaalset ja kiiret infovahetust, vastutuse jagamist ja tulemuste hindamist.

Mudel juhendab sellest, et ükski asutus ega inimene ei näe ohvri elust täielikku pilti. Terviklik pilt

toimuvast kujuneb vaid süsteemse meeskonnatöö tulemusena. Lähisuhevägivalla ennetamise ja raskete juhtumitega tegelemise seiskohalt on väga oluline parandada regionaalset koostööd meditsiinisektoriga, sest just meditsiinitöötaja on üks neist, kes suudab vägivallaohvri ära tunda ja abi osutada.



## MARAC помогает спасти жизни

6 сентября прошло обучение в рамках проекта MARAC, в которой приняли участие представители Нарвской больницы.

Цель данного проекта – выявить жертв, подверженных риску насилия в близких отношениях, обеспечить им защиту при сотрудничестве разных учреждений, и тем самым, уменьшить случаи насилия в близких отношениях.

Модель MARAC включает в себя выявление и оценку рисков жертв, составление плана обеспечения безопасности и его выполнение, встречи участников программы куриро-

вания случаев, конфиденциальный и оперативный обмен информацией, распределение ответственности и оценку результатов.

Модель руководствуется тем, что ни одно учреждение или лицо не может увидеть полную картину жизни жертвы. Полная картина происходящего формируется только в результате системной командной работы. С точки зрения предотвращения насилия в близких отношениях и решения серьезных случаев очень важно, чтобы по регионам улучшалось сотрудничество с медицинским сектором, потому что именно медицинский работник один из тех, кто может распознать жертву насилия и оказать помощь.

# Rinnapiim on vastsündinu jaoks parim toit

Igal aastal 1.–7. augustil peetakse rahvusvahelist rinnaga toitmise nädalat. 2022. aasta sõnum on „Seisame rinnaga toitmise eest. Koolitame ja toetame“: Narva haigla naistekliinik on juba mitu aastat aktiivselt tegelenud rinnaga toitmise propageerimise ja noorte emade toetamisega.

**M**aailma Terviseorganisatsioon soovib ainult rinnaga toitmist esimese kuue elukuu jooksul. Imetamisega peaks alustama tunni jooksul pärast lapse sündi ja see peaks toimuma lapse „nõudmisel“, mitte mingi väljamõeldud süsteemi järgi. Rinnapiim sisaldab enam kui 500 imiku normaalseks arenguks vajalikku toitainet, on ohutu ja sisaldab vajalikke antikehi, mis aitavad kaitsta imikuid levinud lastehaiguste eest. Emapiima immuunsustugi on eluliselt vajalik kriitilistes olukordades, sealhulgas COVID-19 pandeemia ajal.

Rinnaga toimine on kasulik ka emadele, vähendades rinna- ja munasarjavähi, II tüüpi diabeedi ja sünnitusjärgse depressiooni riski.

Imetamine on loomulik jätk füsioloogilistele protsessidele nagu viljastumine, rasedus ja sünnitus.

Vanemämmaemanda Svetlana Kulpina sõnul peaks naine hakkama imetamiseks valmistuma juba raseduse ajal. „Imiku rinnaga toimine on suur töö, eriti esimesel kuul, kui imik harjub uute elutingimustega ja vajab rohkem tähelepanu, ema organismis toimuvad hormonaalsed muutused ning noor ema alles õpib last korralikult rinnale asetama, last mõistma ja tema eest hoolitsema.



▲ Pildil vasakult paremale: Naistekliiniku ämmaemandad Aleksandra Kovaltšuk ja Marina Dobrovolskaja.

На снимке слева направо: акушерки Женской клиники Александра Ковальчук и Марина Добровольская.

“Rinnaga toitmise kaudu rahuldab laps liisaks oma toiduvajadusele ka psühholoogilisi vajadusi. Just sellepärast laps rahunebki, kui ema ta sülle või rinnale tõstab.

Naistekliiniku ämmaemandad toetavad naisi imetamise protsessi korraldamisel, jagavad vajalikke soovitusi nii imetavale emale kui ka perele ning annavad psühholoogilist tuge. Kliinikus on imetamistuba, kust

saab tuge ja nõu imetamisega seotud probleemide korral. Imetavate emade nõustamiseks ja abistamiseks korraldatakse kliinikus ka koduviisiite.

**Registreerida imetamise nõustamisele ja koduviisidile saab tööpäeviti telefonil 35 61144, 35 71574; iga päev tel. 35 71545.**

## Грудное молоко – лучшее питание для новорожденного

**С 1 по 7 августа ежегодно проводится Всемирная неделя поддержки грудного вскармливания. Девиз 2022 года – «Поддержим грудное вскармливание. Обучим и поощрим». Женская клиника Нарвской больницы уже не первый год активно занимается популяризацией грудного вскармливания и поддержкой молодых мам в этом вопросе.**

**В**семирная организация здравоохранения рекомендует исключительно грудное вскармливание в течение первых шести месяцев жизни, причем оно должно начаться в течение часа после рождения и быть «по требованию» ребёнка, а не по каким-либо выдуманым системам. В грудном молоке содержится более 500 полезных веществ, необходимых для нормального развития младенцев, безопасно и содержит необходимые антитела, которые помогают защитить малышей от распространенных детских болезней. Им-

мунная поддержка материнского молока жизненно необходима в критических ситуациях, в том числе в период пандемии COVID-19.

Грудное вскармливание так же приносит пользу и матерям: снижает риск рака молочной железы и яичников, диабета II типа и послеродовой депрессии.

Грудное вскармливание – это естественное продолжение физиологических процессов, таких как зачатие, беременность и роды.

По словам старшей акушерки Светланы Кульпиной, женщина должна начать подготавливаться к грудному вскармливанию еще на стадии беременности. «Кормление ребенка грудью – это труд, особенно в первый месяц, когда ребенок привыкает к новым условиям жизни, ему необходимо больше внимания, когда у мамы происходят гормональные изменения в организме, когда молодая мама только учится правильно прикладывать ребенка к груди, понимать и ухаживать за малышом». Через грудное вскармли-

вание ребенок удовлетворяет не только свою пищевую потребность, но и психологическую. Именно поэтому, когда мама берет ребенка на руки и прикладывает к груди, ребенок успокаивается.

Акушерки Женской клиники оказывают поддержку женщинам в организации процесса грудного вскармливания, дают необходимые рекомендации как кормящей маме, так и семье, оказывают психологическую поддержку. В клинике работает кабинет грудного вскармливания, где можно получить поддержку и совет при возникновении проблем, связанных с грудным вскармливанием. Для обучения и помощи кормящим мамам в клинике организованы и домашние визиты.

**Записаться на прием по вопросам грудного вскармливания и на домашний визит можно по рабочим дням: тел. 35 61144, 35 71574; ежедневно: тел. 35 71545.**

# Iseseisvad õendusvastuvõttud aitavad nii patsiente kui arste

Eesti medõed ja ämmaemandad on kõrgharidusega spetsialistid, kes võivad iseseisvalt patsiente vastu võtta, patsientidele nõu anda, analüüse teha, oma professionaalse kogemusele toetudes uuringuid läbi viia. See aitab vähendada arstide koormust, lühendada järjekordi eriarsti juurde ning leida võimalikult kiire lahendus patsiendi probleemile.

**N**arva haigla esimene iseseisev õendusvastuvõtt toimus 2008. aastal endokrinoloogia erialal. Medõde Larissa Šakirova, kes tänini haiglas töötab, viis läbi diabeetilise jala hooldust puudutavat konsultatsiooni. Kõige rohkem õendustöötajate vastuvõtte toimus 2020.-2021. aastal – lausa kümme.

Reeglina on kõigil õdedel, kes iseseisvalt patsiente vastu võtavad, kõrgharidus ja suur töökogemus statsionaaris, enne vastuvõttudega alustamist koolitatakse neid ka töökohal.



▲ SA Narva Haigla ülemõde Natalja Metelitsa.

Наталья Метелица, главная сестра SA Narva Haigla.

Praeguseks on Narva haiglas avatud üle 19 iseseisva õendusvastuvõtu erinevatel erialadel. Käesoleval aastal lisandub veel kaks: onkoloogiaõe vastuvõtt ja õe vastuvõtt, kes tegeleb mõne

elundi ligipääsetavuse parandamiseks tehtud kunstlike avause raviga.

Haiglas juba võtavad patsientide vastu Tartu ja Tallinna onkoloogid ning nende hulk kasvab

veelgi, seetõttu on onkoloogiaõe vastuvõttud eriti olulised. „Õde konsulteerib arstiga telefonitsi, arst ütleb, millised uuringud teha kohapeal, milliseid analüüse ja protseduure tuleb teha. Kui arst kohale tuleb, näeb ta juba n-õ tervet pilti ja omab ülevaadet patsiendi kaebustest,“ selgitab Narva haigla peaõde Natalja Metelitsa.

„Näiteks, kui varem pidi keemiaravi kõrvalmõjudega maadlev patsient arsti juurde minema, siis praegu saab ta pöörduda õe poole, kes aitab kõrvalmõjude sümptomitest lahti saada ja rahustab patsienti konsulteerides vajadusel telefonitsi või video vahendusel patsienti raviarstiga.“

Kui arsti esmase vastuvõtu tarbeks on eraldatud 25 minutit ja kordusvisiidiks 15 minutit, siis õe vastuvõtt kestab 30 minutit. Sellest ajast piisab, et saada põhjalik konsultatsioon, esitada kõik olulised küsimused või oma muret kurta.

„Iseseisvad õendusvastuvõttud on head mitte vaid patsientidele, vaid tervishoiusüsteemile tervikuna,“ ütleb Narva haigla peaõde Natalja Metelitsa.

## Самостоятельные сестринские приемы помогают и пациентам, и врачам

**В Эстонии медицинские сестры и акушерки являются специалистами с высшим образованием, которым разрешено вести самостоятельные приемы, консультировать пациентов, брать анализы, проводить исследования в рамках своего профессионального опыта. Это позволяет снизить нагрузку на врачей, сократить очередь к врачам-специалистам и обеспечить пациенту как можно быстрее решение его проблемы.**

**П**ервый сестринский самостоятельный прием в Нарвской больнице был организован в 2008 году по специальности «Эндокринология». Прием по лечению диабетиче-

ской стопы вела сестра Лариса Шакирова, по сей день работающая в больнице. Больше всего открытий самостоятельных сестринских приемов пришлось на 2020-2021 год, когда было открыто 10 новых приемов.

Как правило, все сестры самостоятельных приемов имеют высшее образование и большой опыт работы в стационаре, и перед началом ведения самостоятельных приемов проходят обучение на рабочем месте.

На сегодняшний день в Нарвской больнице открыто 19 самостоятельных сестринских приемов по разным специальностям. В этом году откроют еще два приема: прием сестры по лечению стом (искусственно созданного отверстия, обеспечивающего доступ из вне в полость ка-

кого-либо органа) и прием сестры, которая занимается консультированием онкологических пациентов.

В больнице уже ведут приемы онкологи из Тарту и из Tallinna, и это количество будет увеличиваться, поэтому открытие приема сестры, консультирующей онкологических больных, является особенно важным. «Сестра консультируется с врачом по телефону, врач говорит, какие исследования сделать на месте, какие анализы взять и какие процедуры провести. Когда врач приезжает, то он смотрит уже готовую картину, знает о пациенте, знает его жалобы», – поясняет главная сестра Нарвской больницы Наталья Метелица.

«Например, если раньше пациент при побочных эффектах химиотерапии должен

был ехать к врачу, то сейчас он сможет обратиться к сестре, которая поможет снять побочные симптомы и успокоить пациента, при необходимости проконсультируется по видеосвязи и телефону с лечащим врачом пациента»

Если на первичный прием врача выделяется 25 минут, а на вторичный 15 минут, то сестринский прием длится 30 минут. Этого времени хватит, чтобы получить развернутую консультацию, задать все интересующие вопросы, и если надо, то просто выговориться.

«Самостоятельные сестринские приемы – это огромная помощь не только пациенту, но и всей системе здравоохранения в целом», – говорит главная сестра Нарвской больницы Наталья Метелица.

# Pädevuse hindamine motiveerib personali

Üheks kvaliteetse terviseabi tingimuseks on meditsiinitöötajate pädevus. Pädevuse hindamine on meediku töös vajaminevate teoreetiliste ja praktiliste oskuste hindamine. Pärast pädevuse hindamist määratakse teatav kategooria.

Elmisel aastal töötati Narva haiglas välja medõdede ja spetsialistide atesteerimise süsteem, mille eesmärgiks on toetada nende professionaalset arengut. Hoolimata sellest, et atesteerimine on vabatahtlik, on selle tänaseks päevaks läbinud juba 188 töötajat: õed, füsioterapeudid, ämmaemandad, radioloogiatehnikud, kiirabitehnikud. 108 töötajale omistati I kategooria, 64 töötajale II kategooria ja 16 töötajale III kategooria. Atesteerimata on käesoleval hetkel 80 töötajat, kuid pädevuse hindamist viiakse läbi mitu korda aastas, nii et soovi korral võivad selle kõik läbi teha.

Hindamiskomisjoni jaoks said pädevuse hindamisel olulisemateks kriteeriumideks töökogemus, õendus- või spetsialistiharidus, vähemalt kaheaastane tööstaaž, keeleoskus, täiendav õpe, aga ka aktiivne panus haigla tegevusse ja osakonna arengusse projektides osalemise või mentorluse näol. Kategooria omistatakse kolmeks aastaks, kuid kui töötaja soovib parandada kategooriat, saab ta seda alati ka varem teha.

Pädevuse hindamise läbinud töötajad saavad palgale lisaks täiendavat taset, mille suurus sõltub nende omistatud kategooriast. Selline süsteem innustab personali õppima, kogemusi omandama ja end professionaalselt arendama.



## Аттестация как способ мотивации персонала

Одним из условий оказания качественной медицинской помощи является компетентность медицинских работников. Аттестация – это оценивание теоретических и практических навыков медика, необходимых в его работе. После проверки знаний присваивается определенная категория.

В прошлом году в Нарвской больнице была разработана система аттестации сестер и специалистов, целью которой ста-

ла поддержка их профессионального развития. Несмотря на то, что аттестация является добровольной, на сегодняшний день ее прошло 188 сотрудников – это сестры, физиотерапевты, акушерки, радиологические техники, техники скорой помощи. 108 сотрудников получили I категорию, 64 сотрудника II категорию и 16 сотрудников III категорию. Неаттестированными на данный момент остаются 80 сотрудников, но аттестация будет проводиться несколько раз в год, поэтому при желании ее смогут пройти все.

Самыми важными факторами при аттестации для оценочной комиссии стали опыт работы, образование сестры или специалиста, стаж работы не меньше двух лет, знание языка, прохождение дополнительного обучения, а также активное участие в деятельности больницы и развитии отделений, например, как участие в проектах, менторская работа. Категория выдается на три года, но если работник хочет улучшить категорию, то тогда он всегда может сделать это раньше времени.

Сотрудники, прошедшие аттестацию, получили доплаты к заработной плате в зависимости от полученной категории. Такая система стимулирует у персонала желание учиться, получать опыт и развивать профессиональные навыки.

## Aitame kaasa sõjapõgenike abistamisel

Pärast ajutise kaitse taotlemist saavad sõjapõgenikud Narva haiglas läbida üldise tervisekontrolli, mille käigus patsient saab ettekujutuse oma tervises seisundist, läbib infektsioonikontrolli, vajadusel vaktsineeritakse ja saab vajalikud retseptid. Üldise tervisekontrolli raames tehakse täiskasvanutele vereanalüüs ja kop-suröntgen.



Arst dokumenteerib tervisekontrolli tulemused riiklikus tervishoiusüsteemis ning neid saab hiljem vaadata teiste arstide poole pöördudes. Kabinetis on loodud tihe kontakt perearstidega, arst oskab vajadusel alati suunata teise

spetsialisti poole. Samuti on sõjapõgenikel õigus pöörduda erakorralise meditsiini osakonda ja kutsuda kiirabi.

Patsiendi soovil on üldise tervisekontrolli alusel võimalik saada teatud ametikohtadel tööle asumiseks vajalik tõend.

Vastuvõttu saab vajalikku infot Eesti riigi poolt sõjapõgenikele osutatava abi kohta ja kuidas seda saada. „Teeme kõik selleks, et aidata inimestel uues riigis kergemini kohaneda ja anda neile täielik ülevaade sotsiaalkaitsest, millele neil on õigus,“ ütleb dr Anžela Prima.

Vastuvõttu viib läbi ukraina keelt valdav dr Anžela Prima aadressil Vestervalli 15, kabinet 245, telefon 35 71852. Vastuvõtuajad: teisipäeval 8.30–15.30, neljapäeval 8.30–15.30, reedel 08.00–14.00.

## Содействие в помощи военным беженцам

**После подачи ходатайства о получении временной защиты в Нарвской больнице военные беженцы могут пройти общий медицинский осмотр, во время которого пациент получит представление о состоянии своего здоровья, пройдет инфекционный контроль, при необходимости сделает прививку и получит необходимые рецепты.**

В ходе медицинского осмотра взрослым делают анализ крови и рентген легких.

Результаты медицинского осмотра врач документирует в государственной системе здравоохранения, которые впоследствии будут доступны для просмотра при обращении к другим врачам. В кабинете тесно налажен контакт с семейными врачами, врач всегда подскажет к какому врачу можно обратиться. Также военные беженцы имеют право обращаться в отделение экстренной медицины и вызывать скорую помощь.

По желанию пациента на основании общего медицинского осмотра можно получить справку для трудоустройства, которая необходима для работы на определенных должностях.

На приеме можно получить необходимую информацию о помощи, оказываемой Эстонией военным беженцам, и узнать, как ее получить. «Мы делаем все, чтобы помочь людям легче адаптироваться в новой стране и дать им полный обзор социальной защиты, на которую они имеют право», – говорит доктор Анжела Прима.

Прием ведет доктор Анжела Прима, владеющая украинским языком, по адресу Вестервалли 15, кабинет 245, телефон 35 71852. Время приема: вторник 8.30–15.30, четверг 8.30–15.30, пятница 08.00–14.00.

## Elektrienergia kallinemine vähendab haigla arenguvõimalusi

**Elektrienergia tõusu on tunnuda saanud ka Narva haigla, kus elektriarved on kasvanud ligi 5 korda. Kui nii edasi läheb, on haigla sunnitud tasuma elektriarveid arenduse arvelt.**

**H**aigla ei saa peaaegu üldse vähendada elektritarbimist, sest kogu haigla tegevus põhineb elektril. Haiglasiseselt toimus arutelu teemal, milliseid viise elektritarbimise vähendamiseks kasutada.

Otsustati, võimaluse korral asendada tavalised lambid LED-lampidega nendes ruumides, kus seda veel tehtud ei ole. Samuti otsustati paigaldada ruumidesse ja õue liikumisandurid. Oluline on ka personali endi motiveerimine ja koolitamine elektrisäästmiseks - selleks paigaldatakse haiglasse infosildid.

Samuti plaanib haigla pöörduda Terviseameti ja linna poole, et välja selgitada, millist abi antud probleemi lahendamisel võiks loota.



## Подорожание электроэнергии уменьшает возможности развития больницы

**Подорожание электроэнергии ощутила на себе и Нарвская больница, где счета за электричество выросли почти в 5 раз. Если так пойдет и дальше, то больница будет вынуждена оплачивать счета за счет развития.**

**Б**ольница почти не может снизить потребление электроэнергии, поскольку вся ее деятельность основана на электричестве. Внутри больницы прошло обсуждение на тему, какие способы для снижения потребления электричества можно использовать.

Было решено по возможности заменить обычные лампы на светодиодные в тех поме-

щениях, где это еще не сделано. Также в помещениях и на улице будут устанавливаться датчики движения. Немаловажной является мотивация и обучение самого персонала экономии электроэнергии – для этого в больнице будут установлены информационные таблички.

В результате обсуждения была создана комиссия, члены которой должны будут провести анализ потребления электроэнергии и внедрить способы, призванные сократить потребляемый расход. Также больница планирует обратиться в Департамент здоровья и к городу, чтобы выяснить на какую помощь в решении данной проблемы можно надеяться.



## Narva Haigla noortekabinet

**pakub TASUTA nõustamist kuni  
26-aastastele neidudele ja noormeestele.**

Nõustamisele on oodatud need, kellel on tekkinud küsimusi oma füüsilise või seksuaalse arengu kohta, emotsioonide kohta, keha muutuste kohta jne. Õe poole saab pöörduda üksi, koos partneri või mõnede sõpradega.

Kõik kabinetis räägitu on konfidentsiaalne.

### Noorte nõustamise kabineti teenused:

- ▶ nõustamine sobiva rasestumisvastase vahendi leidmiseks;
- ▶ rasestumisvastasele vahendile retsepti väljastamine;
- ▶ nõustamine häda-abi olukorras;
- ▶ raseduse kindlakstegemine (ultraheliuuring, test veeniverest);
- ▶ nõustamine soovimatu raseduse korral;
- ▶ nõustamine rasedusega seotud teemadel;
- ▶ neidude günekoloogiline läbivaatus ja vajadusel analüüside võtmine;
- ▶ nõustamine ja ravi sugulisel teel levivate haiguste korral (noormeeste ka);
- ▶ testimine sugulisel teel levivate haiguste suhtes (klamüdioos, gonorröa, süüfilis, B- ja C-hepatiit, herpes, HIV);
- ▶ nõustamine seksuaalsuse ja lähedussuhete teemal;
- ▶ nõustamine seksuaalse vägivalla juhtumi korral;
- ▶ nõustamine seksuaalidentiteedi teemal.

Vastuvõtt toimub kolmapäeviti  
**kell 16-18**, 3.korrus, kab 4.

Vastuvõtu aja broneerimine telefonil **35 61144**.

## Молодежный кабинет

**Нарвской больницы приглашает  
на БЕСПЛАТНЫЕ консультации  
девушек и юношей до 26 лет.**

Специалист поможет найти ответы на вопросы своего физического и сексуального развития, эмоционального состояния, изменений с телом. В кабинет можно обратиться одному, с партнером или с другом.

Все, сказанное в кабинете, останется конфиденциальным.

### Консультации по вопросам:

- ▶ подбор подходящего противозачаточного средства;
- ▶ выдача рецепта на противозачаточное средство;
- ▶ консультирование в экстренных случаях;
- ▶ определение беременности (УЗИ, анализ венозной крови);
- ▶ консультирование при нежелательной беременности;
- ▶ консультирование по вопросам, связанным с беременностью;
- ▶ гинекологический осмотр девочки и при необходимости сдача анализов;
- ▶ консультирование и лечение заболеваний, передающихся половым путем (в том числе молодых мужчин);
- ▶ тестирование на венерические заболевания (хламидиоз, гонорея, сифилис, гепатиты В и С, герпес, ВИЧ);
- ▶ консультирование по вопросам сексуальности и близости;
- ▶ консультирование в случае сексуального насилия;
- ▶ консультирование по вопросам сексуальной идентичности.

Прием проводится по средам  
**с 16.00 до 18.00**, Хайгла 1, 3 этаж, каб. 4.

Записаться на прием можно  
по телефону регистратуры **35 61144**.

## Tänuavaldused

### Naistekliinik, juuni

Täna ginekoloog Larissa Moltšanovat, kes saatis mu kiiresti operatsioonile. Suur tänu dr Aleksandr Misenkovile ja tema abilistele mulle tehtud operatsiooni eest. Samuti olen tänulik kogu meditsiinipersonalile operatsiooni järgse ravi, hoolduse ja hoolitsuse eest.

### Sisehaiguste osakond, august

Täna kogu haigla personali hooliva suhtumise eest patsientidesse. Suur tänu kokkadele maitsva toidu eest, suur tänu arstidele tähelepaneliku suhtumise eest haigetesse, aitäh hoidjatele, et nad meie, patsientide, eest hoolitsesid. Aitäh meditsiinitöötajatele, et nad on alati valvs ja ükskõik mida me ka ei paluks, aitavad alati. Olen väga tänulik kõigile oma tervise eest.

### Kirurgiaosakond, juuli

Olen tänulik dr Šiškovile ja med-õele tähelepaneliku suhtumise eest minusse läbivaatuse ajal. Soovin, et kõik arstid ja õed oleksid sellised. Ma väga kartsin, aga läks hoopis teisiti.

### Naistekliinik, juuli

Täna ginekoloogiaosakonna töötajaid tähelepanu, hoolivuse ja heatahtlikkuse eest. Eriline tänu Galina Dimitriadile ja õdedele.

### Kirurgiakliinik, august

Avaldan tunnustust Narva Haigla kirurgiaosakonnale tütre suurepärase hoolduse eest. Väga sõbralik ja abivalmis personal, meeldiv kirurg ja uroloog. Suur tänu kogu kirurgiaosakonnale!

### Sisehaiguste osakond, august

Narva haigla patsiendina olen väga rahul saadud raviga ning avaldan siirast tunnustust ja lugupidamist oma arstile dr Veronika Iljinale ja tema kollektiivile.

### Õendusabi, mai

Täna haigla n-ö hooldusosakonna töötajaid nende raske töö, tundlikkuse, südamlikkuse ja tähelepanu eest taastumisel. Nad aitavad meil, haigetel, jalu le tõusta. Täna heade sõnade, mis nad minu jaoks rasketel aegadel leidsid, ja optimismi eest.

### Erakorralise meditsiini osakond, mai

Suur tänu teile ja sügav kummardus raske töö, professionaalsuse, soojuse ja südamlikkuse eest. Soovin teile kogu südamest tervist, heaolu kõigis eluvaldkondades, rahulikku taevast pea kohal ja õitsengut! Tänu teile olen ma elus!



## Нас благодарят

### Женская клиника, июнь

Благодарю гинеколога Ларису Молчанову, которая срочно назначила мне операцию. Большое спасибо доктору Александру Мишенкову и его помощникам за проделанную мне операцию. Также благодарна всему медицинскому персоналу за лечение, заботу и уход после операции.

### Терапевтическое отделение, август

Хочу объявить благодарность всему коллективу больницы за чуткое отношение к больным. Спасибо огромное поварам за вкусную еду, огромное спасибо врачам за внимание к больным, спасибо нянечкам за то, что они заботились о нас, о больных. Спасибо медицинскому персоналу за то, что они всегда на посту, и что бы мы не попросили, всегда помогут. Я очень благодарна всем за мое здоровье.

### Хирургическое отделение, июль

Хочу выразить благодарность за внимательное отношение ко мне при обследовании доктора Шишкова и медсестры. Желаю, чтобы все врачи и медсестры были такие. Я больше боялась, а вышло совсем по-другому.

### Женская клиника, июль

Благодарю персонал гинекологического отделения за внимание, заботу и доброжелательность к больным. Особая благодарность Галине Димитриади и медсестрам.

### Хирургическая клиника, август

Хочу выразить слова благодарности хирургическому отделению Нарвской больницы за очень хороший уход за моей дочерью. Очень приветливый и отзывчивый персонал, приятные в общении хирург и уролог. Спасибо большое всему отделению хирургии!

### Терапевтическое отделение, август

Как пациент Нарвской больницы очень доволен получаемым лечением и выражаю искреннее признание и уважение моему лечащему врачу доктору Веронике Ильиной и ее коллегам.

### Отделение сестринской помощи, май

Благодарю коллектив отделения больницы «хоолдус» за их нелегкий труд, чуткость, сердечность и внимание в выздоровлении. Они очень помогают нам, больным, встать на ноги. Спасибо за ласковые слова, которые они нашли для меня в тяжелые минуты и оптимизм.

### Отделение экстренной медицины, май

Огромное спасибо вам и низкий поклон за ваш нелегкий труд, профессионализм, теплоту и сердечность. От всей души хочу пожелать вам здоровья, благополучия во всех сферах жизни, мирного неба над головой и процветания. Благодаря вам я живу!



Narva haigla on siiralt tänulik jalgpalliklubile Narva Trans 23. juuli heategevusmatši organiseerimise eest. Kogutud vahendid lähevad Narva haigla sünnitusosakonnale. Täname toetuse eest!

Нарвская больница искренне благодарит футбольный клуб «Нарва Транс» за организацию благотворительного матча 23 июля, средства с которого пошли родильному отделению Нарвской больницы. Спасибо за поддержку!