

TERVISE HEAKS



Eesti
Haigekassa

INFOTEATMIK 2021



Eesti
Haigekassa



Eesti Vähiliit

SINA OLED OMA RINNA HOIDJA

Sa hoiad oma lähedasi ja kodu. Hoiad igapäevaelul silma peal.
Sa hoiad kätt, kui keegi vajab abi, ja tasakaalu, kui see läheb paigast.
Hoiad alati pea püsti. Kuid kas sul on meeles hoida iseennast?

**Tule rinnavähi sõeluuringule.
See on lihtne, valutu ja ülioluline.**

2021. aastal kutsumet asuta sõeluuringule naisi, kes on sündinud aastatel:
1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969, 1971.

soeluuring.ee

Sisukord

RAVIKINDLUSTUS

Meie ühine ravikindlustus.....	5
--------------------------------	---

ARSTIABI

Perearstiabi.....	10
Perearst või EMO?	13
Eriarstiabi.....	18
Õendusabi.....	20

HÜVITISED JA SOODUSTUSED

Töövõimetushüvitised	21
Hambaravihüvitised	25
Soodusravimid	29
Täiendav ravimihüvitis	30
Meditatsiooniseadmed	32

ENNETUS

Sõeluuringud.....	33
Laste tervis.....	36

ARSTIABI VÄLISRIIGIS

Vajaminev arstiabi Euroopa ravikindlustuskaardi alusel	39
Plaaniline arstiabi välisriigis	41

PÕNEVAID FAKTE

Ravikindlustuse andmed 2020. aasta kohta	42
--	----

KASULIKUD NÕUANDED	44
--------------------------	----

KASULIKUD KONTAKTID	45
---------------------------	----



Hea lugeja!

Eesti Haigekassa tähtsaim ülesanne on võimaldada ravikindlustatud inimestele vajadusel tervishoiuteenuseid, ravimeid, meditsiiniseadmeid ja hüvitisi, samuti võimalusi haiguste ennetamiseks.

Soovime inimesi aidata nende tervise hoidmisel ja tervisemurede lahendamisel. Ühise ravikindlustuse kaudu hoolitseme koos ühise eesmärgi – eestimaalaste hea tervise eest!

Just tervise hoidmisest saab järgmistel aastakümnetel meie riigina toimetuleku võti ja vastus küsimusele, millist ravi ja kui suure summa eest riiklik ravikindlustus suudab pakkuda.

Tervishoid on valdkond, mis puudutab meid kõiki. Teie käes on teatmik, kuhu oleme koondanud valiku inimestele enim huvi pakkuvatest ravikindlustuse ja Eesti tervishoiusüsteemiga seotud teemadest.

Huvitavat lugemist soovides

Rain Laane
Eesti Haigekassa juhatuse esimees



Ravi- kindlustus



Meie ühine ravikindlustus

Eestis kehtib ühine riiklik ravikindlustus, mille abil tagame võrdse kvaliteediga arstiabi kõigile kindlustatud inimestele. Arstiabi all peame silmas nii siin kui ka edaspidi kogu ravimeeskonna tööd (arstid, õed, ämmaemandad, füsio- ja tegevusterapeutid, logopeedid jt). Võrdsus tähendab, et tervisemurega inimeste juurdepääs arstiabile ei sõltu vanusest, sissetulekust või elukohast.

KUIDAS RAVIKINDLUSTUS TOIMIB?

Meie ühise ravikindlustuse raha tuleb töötavate inimeste palgalt makstud sotsiaalmaksust, millest 13% läheb ravikindlustusse. Ravikindlustusse tehtud sissetulekute eest tasub haigekassa inimese haigestumisel raviteenuste eest, hüvitab vajadusel retseptiravimid, maksab ajutise töövõimetuse korral hüvitisi jne. Alates 2018. aastast hakkas riik panustama ravikindlustusse lisaraha vanaduspensionäride eest.

Ühine ravikindlustus tähendab seda, et arstiabi ja tervisega seotud hüvitised rahastatakse ühiselt maksudest ning kõigile kindlustatud inimestele pakutakse võrdse kvaliteediga arstiabi. Arstiabi saamine ei sõltu sellest, kas kindlustatud abivajaja maksab või ei maksa haigestumise ajal makse. Samuti ei sõltu

abi sellest, kui suur või väike on olnud inimese palk, millelt on makse makstud. Täiskasvanueas tööil käies panustame maksudega ravikindlustusse, mis rahastab lisaks meie endi vajadustele ka nende inimeste arstiabi, kes ei saa praegu ise tervishoiuteenuste eest maksta (lapsed, pensionärid, töötud, rasedad). Vanemaks saades või muul ajal abi vajades toetab ühine ravikindlustus omakorda meie vajadusi.

RAVIKINDLUSTUSE SAAMISE VÕIMALUSED

Ravikindlustusega inimeste ravikulud tasub haigekassa. Kindlustatud on inimesed, kelle eest maksab sotsiaalmaksu tööandja või inimene ise.

Lisaks nendele on Eestis õigus ravikindlustusele alla 19-aastastel lastel, õpilastel, üliõpilastel, ajateenijatel, asendusteenistujatel, rasedatel, töötutel, lapsehoolduspuhkusel olijatel, ülalpeetaval abikaasadel, pensionäridel, puudega inimeste hooldajatel, osalise või puuduva töövõimega inimestel, doktoranditoetuse saajatel, loometoetuse saajatel, usulise ühenduse registrisse kantud kloostri nunnadel ja munkadel ning haigekassaga vabatahtliku kindlustuslepingu sõlminutel.

TÖÖTAJAD

Ravikindlustus kehtib töötavatele inimestele, kelle eest makstakse või kes maksavad ise enda eest sotsiaalmaksu.

Nendeks on:

- töölepingu alusel töötajad
- võlaõigusliku lepingu (VÕS) alusel töö- või teenustasu saajad
- juriidilise isiku juhtimis- ja kontrollorgani liikmed
- füüsilisest isikust ettevõtjad (FIE-d) ja nende tegevuses osalevad abikaasad
- ettevõtlustulult maksu maksjad (nn ettevõtlus-kontot kasutavad inimesed)

Ravikindlustusele on õigus töötajatel, kelle tööleping kehtib kauem kui üks kuu ja kelle töötamine on registreeritud maksu- ja tolliameti töötamise registris. Töötajate ja FIE-de ravikindlustus kehtib pärast töölepingu lõppemist veel kaks kuud. Juhtimis- ja kontrollorgani liikme, ettevõtlustulult maksu maksjal ning VÕS lepingu alusel töö- ja teenustasusid saaval inimesel tekib ravikindlustus järgmisel päeval pärast tulu- ja sotsiaalmaksudeklaratsiooni (TSD) esitamise tähtaega.

Ravikindlustuse tekkimiseks peab tööandja tasusid maksuma iga kuu ning deklareerima makse tähtjaks. Kindlustuskaitse tekib töötajal ainult siis, kui üks või mitu maksjat on tema eest ühes kuus deklareerinud sotsiaalmaksu kokku vähemalt sotsiaalmaksu miinimumkohustuse ulatuses.

Rohkem infot oma ravikindlustuse kohta saate haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee -> Ravikindlustus

haigekassa klienditefonilt
+372 669 6630

külastades riigiportaali www.eesti.ee.

TÖÖTUD

Ravikindlustusele on õigus töötukassas registreeritud töötutel. Infot töötuks registreerimise ning töötutoetuste ja -hüvitiste kohta leiate töötukassa kodulehelt www.tootukassa.ee.

LAPSED

Haigekassa võtab lapsed kindlustatuna arvele rahvastikuregistrist saadud andmete alusel. Lapsed on kuni 19-aastaseks saamise päevani ravikindlustatud.

ÕPILASED, ÜLIÕPILASED JA DOKTORANDID

Õigus ravikindlustusele on Eesti õppeasutuses või välisriigi samaväärses õppeasutuses:

- põhiharidust omandavatel õpilastel
- üldkeskharidust omandavatel õpilastel
- kutseõppe tasemeõppes õppivatel õpilastel
- Eesti alalisest elanikest üliõpilastel
- doktorandidoetust saavatel doktorantidel, kelle eest riik tasub sotsiaalmaksu

Eestis õppijate kindlustusandmed saab haigekassa haridus- ja teadusministeeriumilt. Välisriigis õppijad peavad õppimist tõendava dokumendi haigekassale ise esitama.

AJATEENIJAD JA ASENDUSTEENISTUJAD

Ravikindlustuse saamiseks esitavad haigekassale andmeid Kaitseväge ja Kaitseressursside Amet.

Ravikindlustus kehtib üldjuhul veel kuu aega pärast aja- või asendusteenistuse lõppemist. Kui ajateenistuse lõpetanud inimene ei ole selle aja jooksul saanud muul alusel kindlustust, pikeneb tema kindlustus veel kahe kuu võrra.

RASEDAD

Ravikindlustuse taotlemiseks tuleb rasedal esitada haigekassale arsti või ämmaemanda väljastatud tõend raseduse tuvastamise kohta. Kindlustus lõpeb kolm kuud pärast arsti määratud eeldatavat sünnituskuupäeva.

LAPSEVANEMAD

Ravikindlustus on:

- Eestis elaval alla 3-aastast last kasvataval vanemal või inimesel, kes kasutab vanema asemel vanemapuhkust
- Eestis elaval vanemal, kes kasvatab kolme või enam alla 19-aastast last, kellest vähemalt üks on alla 8-aastane
- Eestis elaval vanemal, kes kasvatab seitset või enam alla 19-aastast last
- Eestis elaval eestkostjal või hooldajal, kellega on sõlmitud kirjalik perekonnas hooldamise leping lapse/laste kasvatamiseks

Ravikindlustuse saamiseks esitab haigekassale andmed sotsiaalkindlustusamet.

ÜLALPEETAVAL ABIKAASAD

- Ravikindlustus on kindlustatud inimese ülalpeetaval abikaasal, kellel on vanaduspensionieani vähem kui viis aastat.

Ravikindlustuse saamiseks tuleb inimesel esitada taotlus haigekassale.

- Ravikindlustus on kindlustatud inimese ülalpeetaval abikaasal, kes kasvatab:
 - vähemalt ühte alla 8-aastast last
 - 8-aastast last kuni I klassi lõpetamiseni
 - vähemalt kolme alla 16-aastast last

Ülalpeetava abikaasa peab sellisel juhul olema kindlustatud töötajana, avaliku teenistujana, juriidilise isiku juhtimis- või kontrollorgani liikmena, VÕS lepingu alusel töö- või teenustasusid saava inimesena või füüsilisest isikust ettevõtjana. **NB!** Kui ülalpeetava abikaasa saab samal ajal ka vanemahüvitist, ei ole ülalpeetaval tema abikaasana võimalik ravikindlustust saada.

Ravikindlustuse saamiseks tuleb dokumendid esitada sotsiaalkindlustusametisse, kes edastab vajalikud andmed haigekassale. Täpsemat teavet vajalike dokumentide kohta saate sotsiaalkindlustusametilt www.sotsiaalkindlustusamet.ee.



NB! Ülalpeetavate abikaasade puhul peavad inimesed olema ametlikus abielus.

PENSIONÄRID

Kõik inimesed, kes saavad Eestis määratud riiklikku pensioni, on haigekassas kindlustatud.

Ravikindlustuse saamiseks esitab inimese andmed haigekassale sotsiaalkindlustusamet.

OSALISE VÕI PUUDUVA TÖÖVÕIMEGA INIMESED

Õigus ravikindlustusele on inimestel, kellel on tuvastatud osaline või puuduv töövõime. Ravikindlustuse saamiseks esitab töötukassa inimese andmed haigekassale.

PUUDEGA INIMESE HOOLDAJAD

Õigus ravikindlustusele on ka inimestel, kelle eest vald või linnavalitsus maksab puudega inimese hooldamise toetuselt sotsiaalmaksu. Kohalikust omavalitsusest edastatud andmed kindlustuse saamiseks esitab haigekassale sotsiaalkindlustusamet.

VABATAHTLIK KINDLUSTUS

Juhul kui inimene ei kuulu ühtegi eelkirjeldatud rühma, on võimalik sõlmida haigekassaga vabatahtlik kindlustusleping.

Vabatahtliku kindlustuslepingu sõlmimisel tuleb haigekassale tasuda kindlustusmaksid.

Lepingu saab sõlmida Eesti alaline elanik ja Eestis tähtajalise elamisloa või elamisõiguse alusel elav inimene, kes:

- on lepingu sõlmimise kuule eelneval kahel aastal olnud vähemalt 12 kuud kindlustatud kas:
 - töödandja poolt
 - riigi poolt
 - õpilase või üliõpilasena
 - FIE või FIE tegevuses osaleva abikaasana
- on välisriigist pensioni saav inimene, kes ei pea olema eelnevalt ravikindlustatud
- on lepingu sõlmimisele eelneval kalendriaastal enda eest maksnud või tema eest on maksnud sotsiaalmaksu vähemalt kaheteistkordse sotsiaalmaksu kuumäära ulatuses.

Need inimesed võivad sõlmida lepingu kas iseenda või oma ülalpeetava kindlustamiseks.

Alates 2020. aastast on laevapere liikmel võimalik Eestis ravikindlustuse saamiseks sõlmida haigekassaga vabatahtlik kindlustusleping, kui ta on lepingu sõlmimise kuule eelneva 12 kuu jooksul töötanud laevapere liikmena vähemalt ühe meretöölepingu või muu lepingu alusel.

HAIGEKASSA HÜVITAB LEPINGUPARTNERITE JUURES OSUTATUD TERVISHOIUTEENUSED

Haigekassa eelarvest rahastatakse tuhandeid tervishoiuteenuseid. Arstiabi kättesaadavuse tagamiseks sõlmib haigekassa igal aastal perearstide ja ravisutustega lepingud. Neis lepitakse erialade kaupa kokku, millise summa ulatuses rahastatakse ravisutustes kindlustatutele pakutavaid raviteenuseid.

Haigekassa eesmärk on tagada, et ravi rahastamise lepingute kaudu saaksid Eesti ravisutused inimestele osutada vajalikke teenuseid ning oleksid motiveeritud haiglatevaheliseks koostööks ja teenuste kvaliteedi järjepidevaks parandamiseks.

Oluline on teada, et haigekassa hüvitab vaid need tervishoiuteenused, mille osutamiseks on ravisutusega sõlmitud leping. Lepingu sõlmimisel tekib ravisutusel õigus haigekassa kindlustusraha eest patsiente ravida ja see teave peab olema kõigile patsientidele nähtavas kohas.

See, milliseid teenuseid ravikindlustus katab ning kui suur on patsientide omaosalus visiititasude ja retseptiravimite puhul, on kehtestatud seaduste ja teiste õigusaktidega. Neis on täpselt paika pandud haigekassa hüvitatavate teenuste ja soodusravimite loetelu ning nende hinnad, samuti rahaliste hüvitiste määrad ja nende maksmise põhimõtted.

Tervishoiuteenuste ning soodusravimite loetelu uuendatakse igal aastal, lisades sinna uusi teenuseid.

Haigekassa tasub ainult nende tervishoiuteenuste eest, mille vajaduse üle on otsustanud arst ja mis on Eesti Haigekassa tervishoiuteenuste loetelus.



Kõikidel ravikindlustatud inimestel on võimalik patsiendiportaalis www.digilugu.ee vaadata endaga seotud raviarveid, mille eest on haigekassa tasunud ravisutustele.



Haigekassa lepingupartnerite kohta leiate täpsema info (kontaktandmed, asukoht, teenused) haigekassa kodulehelt: www.haigekassa.ee
Arstiabi » Arstiabi Sinu lähedal



Kust raha tuleb?

Töötavate inimestelt,
kelle palgalt tasutakse 13%
ravikindlustumaksu.

Üle 620 500 maksumaksja



ÜHINE RAVIKINDLUSTUS



Üle 1,3 miljonil inimesel

Kuhu raha läheb?

Töötavad inimesed + alaealised
(kuni 19 a), üliõpilased, rasedad ja
vanemapuhkusel olivad, ajateenijad,
töötud, töövõime kaotanud inimesed,
pensionärid jpt.





Arstiabi

Perearstiabi

Tervisemurega inimese esimeseks kontaktiks tervishoiusüsteemis on tema perearst, kes koostöös pereõega diagnoosib ja ravib enamikku haigusi.

Perearst koostöös pereõega jälgib laste arengut ja kroonilisi haigeid. Lisaks teeb perearst väiksemaid kirurgilisi operatsioone, suunab patsiendi uuringutele ja võtab analüüse, vaktsineerib, seob haavu, eemaldab niite ning teeb vajadusel koduviisi. Ta nõustab kõiki oma patsiente hooldusvajaduse, vigastuste või mürgistuste korral ning annab nõu ka haiguste ennetamiseks. Vajadusel väljastab perearst saatekirja ja suunab patsiendi eriarsti juurde.

Oluline roll on ka pereõel, kes iseseisvatel vastuvõttudel nõustab ja juhendab patsiente tervisega seotud

küsimustes ning jälgib kroonilisi haigeid. Vajadusel konsulteerib pereõde perearstiga või suunab inimese perearsti visiidile.

Nendele, kes ei ole endale ise perearsti valinud, määrab perearsti terviseamet. **Perearsti nimistusse registreerimiseks või arsti vahetamiseks tuleb valitud arstile esitada nimistusse võtmise avaldus.** Avalduse vormi saab perearstilt või terviseameti kodulehelt.

Perearstil on õigus keelduda inimest oma nimistusse võtmast, kui perearsti nimistule kehtestatud maksimaalne piirsuurus on ületatud. Eestis on perearsti nimistu maksimaalne suurus 2000 inimest (või 2400, kui perearsti juures töötab ka abiarst).



Igal inimesel on õigus valida endale perearst.

Oma elukoha lähedal tegutsevate perearstikeskuste kontaktandmed leiate www.haigekassa.ee
Arstiabi » Arstiabi Sinu lähedal

Kõik vastsündinud registreeritakse automaatselt oma ema perearsti nimistusse. Taotluse peate esitama vaid juhul, kui soovite oma lapsele enda perearstist erinevat perearsti.

Perearst teavitab inimest nimistusse registreerimisest või registreerimisest keeldumisest ja selle põhjustest kirjalikult või elektrooniliselt seitsme tööpäeva jooksul alates registreerimisavalduse kättesaamisest. Perearsti nimistusse kantakse inimene hiljemalt avalduse esitamisele järgneva kuu esimesest kuupäevast.

PEREARST JA PEREÕDE AITAVAD KROONILISI HAIGUSEID KONTROLLI ALL HOIDA

Vananedes kasvab ka tõenäosus krooniliste haiguste tekkeks. Kroonilistesse haigustesse (nt südame ja veresoontehaigused, suhkurtõbi, hingamisteede haigused, liigesehaigused, neeruhaigused) haigestub üha enam inimesi. Kui krooniline haigus on juba välja kujunenud, siis on tervise säilitamiseks ja toimetuleku toetamiseks väga oluline järgida arsti soovitatud elustiili-, liikumis- ja toitumisnõuandeid, tarvitada regulaarselt arsti määratud ravimeid ja kasutada meditsiiniseadmeid.

Pereõde ootab kroonilise haigusega inimesi enda vastuvõtule vähemalt kord aastas. Vastuvõtul saab pereõde kontrollida olulisi tervisenäitajaid, arutada patsiendiga tema toimetulekut haiguse ja igapäevase eluga ning haiguse kulgu mõjutavat käitumist. Kui inimesel on tekkinud uusi tervisekaebusi, analüüsides tulemusi ei ole päris korras või on vaja teha muudatusi ravis, suunab pereõde kroonilise haigusega patsiendi perearsti vastuvõtule.

UUED TERVISEKESKUSED

Kõigile inimestele peab kiirelt, tasuta ja elukoha lähedal olema kättesaadav esmane vajalik nõustamine ning arstiabi.

Uued tervisekeskused parandavad arstiabi kättesaadavust ja kvaliteeti. Tervisekeskuste tööle hakkamisega laieneb inimeste jaoks perearsti pakutavate tervishoiuteenuste valik. Tervisekeskustesse koonduvad lisaks perearstile ja -õele ka füsioteraapia, ämma-

mandusabi ja koduõenduse teenused. Sõltuvalt kohapealsetest vajadustest võib seal töötada ka teisi spetsialiste.

2021. aasta alguse seisuga tegutseb Eestis rohkem kui 35 tervisekeskust.

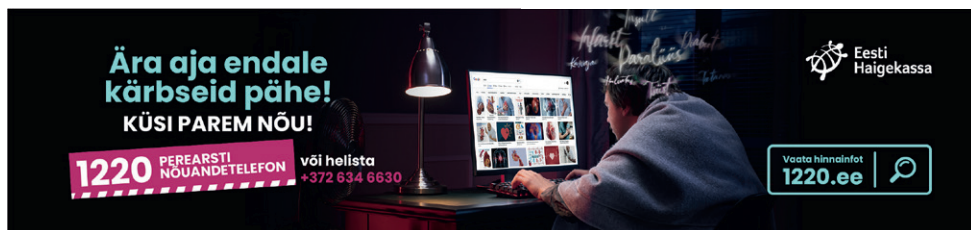
PEREARSTI TOETAB E-KONSULTATSIOON

Inimestele õigeaegse ja kvaliteetse arstiabi andmisel on väga oluline perearstide koostöö eriarstidega. **Koostöö tõhustamiseks on perearstide jaoks loodud e-konsultatsiooni võimalus.** See tähendab, et perearstil on võimalik tervise infosüsteemi kaudu konsulteerida eriarstidega oma patsiendi diagnoosi täpsustamiseks ja ravi määramiseks.

Patsient näeb e-konsultatsiooniga seonduvat infot patsiendiportaalis www.digilugu.ee: arstile suunamise saatekirja plokis „Kehtivad saatekirjad“ ja vastuseid „Saatekirjade vastused“ plokis.

E-konsultatsioon säästab patsiendi aega, sest patsient ei pea ise eriarsti poole pöörduma – perearst konsulteerib eriarstiga elektroonselt. Kui e-konsultatsiooni käigus siiski selgub, et patsient vajab eriarstiabi või täiendavaid uuringuid, kutsuv eriarst patsiendi vastuvõtule.

Praeguseks toimib e-konsultatsiooni teenus juba 29 erialal ja haigekassal on plaanis e-konsultatsiooni võimalusega erialade valikut veelgi laiendada.



PEREARSTI NÕUANDETELEFONILT SAAB KIIRELT NÕU

Kui inimesel on tervisemure, aga tema perearst ei ole parajasti kättesaadav, tasub helistada perearsti nõuandetelefonile. Sellel liinil nõustavad perearstid ööpäevaringselt nii eesti kui ka vene keeles. Samuti on võimalik saada ingliskeelset nõustamist iga päev kell 15–17. Nõustaja aitab välja selgitada probleemi tõsiduse ning annab suuniseid, millest peaks tervisemure lahendamisel alustama. Nõuandetelefoni arstil on inimese loal võimalik näha ka tema terviseandmeid, et täpsemat nõu anda.

Kui helistaja tervises seisund kõne ajal ootamatult halveneb või on tegemist vältimatut abi vajava patsiendiga, suunatakse kõne edasi häirekeskuse numbrile 112, kust saadetakse vajadusel välja kiirabi.

Perearsti nõuandetelefonile tasub helistada, kui:

- te ei saa perearsti kätte
- arvate, et terviseprobleem ei ole nii tõsine, et vajate perearsti
- viibite perearstist kaugel, nt teises maakonnas
- olete välismaal ega saa kohe oma perearsti poole pöörduda
- vajate nõu kellegi teise, nt lapse või lähedase tervise asjus

Meditatsioonilist nõu saab küsida lühinumbrilt 1220* või helistades telefonile +372 634 6630. Pikale numbrile saab helistada nii Eestist kui ka välismaalt.

Isikustatud konsultatsiooni saab esmaspäevast reedeni ajavahemikus 08.00–22.00. Reedel alates kella 22.00-st kuni pühapäeval kella 22.00-ni töötab isikustatud konsultatsioon ööpäevaringselt. Isikustatud konsultatsiooni saab eesti ja vene keeles.

Kui perearsti nõuandetelefoni meedik otsustab koroonatestimise vajalikkuse, suunatakse teid testi saatekirja vormistamisele. Saatekirju väljastatakse E–P 8.00–22.00.

* Helistades lauatelefoni numbrile +372 634 6630 (Eestist ja välismaalt), tasub helistaja kõne eest telefonioperaatori hinnakirja alusel. Helistades lauatelefonilt või mobiiltelefonilt lühinumbrile 1220, tasub helistaja kõne eest oma telefonioperaatori kehtestatud lühinumbri tavatariifi alusel kuni 30 senti minuti eest.



Perearst või EMO?

Ootamatu tervisemure puhul tekib igaühel küsimus, kust saada kiiresti abi. Vajalikku esmast abi osutab perearst või pereõde teie oma perearstikeskuses. Haiglate erakorralise meditsiini osakonnas (EMO) pakutakse vältimatut abi, s.o meditsiiniabi, mille osutamise edasilükkamine või osutamata jätmine võib põhjustada abivajaja surma või püsiva tervisekahjustuse.

Võrreldes EMO-ga, kuhu pöördujate keskmine ooteaeg ületab nelja tundi, saab visiidi aega perearsti ja

pereõde juurde planeerida. Samuti on perearstikeskuses võimalik saada rohkem teavet oma haiguse olemuse ning profülaktika kohta. EMO-s keskendutakse raskes seisundis patsiendi tervisehäire põhjuse väljaselgitamisele ja ravi alustamisele.

Selleks, et säästa nii oma aega kui ka tervishoiuasutuse ressursi, soovitame teil valida sobivaima variandi. Järgmistelt lehekülgedelt leiate tabeli, mis aitab otsustada, millisesse tervishoiuasutusse oma probleemiga pöörduda.

Kui laps haigestub

Erakorralise meditsiini osakonda (EMO) minge lapsega siis, kui kahtlustate, et tema tervislik seisund võib põhjustada tema surma või püsiva tervisekahjustuse.

Lastehaiglas osutavad erakorralist abi lastearst kuni 18-aastastele (kaasa arvatud) ning kirurg ja traumatoloog kuni 15-aastastele (kaasa arvatud) lastele.

LAPSED

MINGE PEREARSTI JUURDE

MINGE EMO-SSE

VALU

KESKMISE TUGEVUSEGA JA/VÕI PIKALT KESTNUD VALU

- peavalu
- liigesevalu
- alaseljavalu
- kõrvavalu
- kurguvalu
- kõhuvalu

TUGEV JA ÄKKI TEKKNUD VALU

- piinav peavalu, millega võivad kaasneda oksendamine ja tasakaaluhäired
- talumatu kõhuvalu
- kõhuvalu koos sapiseguse oksendamise ja/või verise väljaheitega
- süvenev kõhuvalu koos kerge palaviku ning iivelduse ja oksendamisega
- talumatu suukaudsetele ravimitele allumatu valu

NB! Näopiirkonna valu, sh hambavalu, jäsemete valu ja alaseljavalu ilma kõrge palavikuta ei ole eluohtlik ega vaja EMO abi! Nende valude puhul konsulteerige perearstiga või küsige nõu perearsti nõuandetelefonilt **1220** või **+372 634 6630**.

SONG, VESISONG

- valutu esilevõlvumus (muna) kubemes, munandikotis või nabas

POISTEL MUNANDI KEERDUMINE, PITSUNUD SONG

- järsku tekkinud valulik moodustus kubemes või munandikotis, eriti koos iivelduse ja oksendamisega

TRAUMA/ÕNNETUS

VÄIKSEM TRAUMA/ÕNNETUS

- trauma, millega ei kaasne vigastatud kehaosa tugevat paistetust, kuju muutust ega liikuvuse piiratust
- pisitrauma
- putukahammustus/puugihammustus

TRAUMA/ÕNNETUS

- värske trauma, vigastatud kehaosa tugev paistetust, kuju muutus ja liikuvuse piiratus, haavad, põletus, söövitus, elektritrauma, mürgistus jmt
- võõrkeha hingamisteedes, seedetraktis või mujal
- loomahammustus (kass, koer vms)

VEREJOOKS

VERITSUS

- veri väljaheites ilma muude haigusnähtudeta
- sagedased ninaverejooksud

ÄGE VEREJOOKS

- äge ninaverejooks
- mandlioperatsiooni järgne verejooks



LAPSED

MINGE PEREARSTI JUURDE

MINGE EMO-SSE

ÄGEDAD SEISUNDID

KERGEMATE HAIGUSTE ÄGEDAD SEISUNDID

- haigestumine külmetushaigustesse (nohu, köha, kurgu-, kõrva- ja peavalu jmt)
- haigestumine kõhuviirusesse või probleemid seedetraktis (iiveldus, oksendamine, kõrvetised, kõhuvalu, kõhulahtisus, kõhukinnisus, sooleparasitid jmt) üldise enesetunde olulise halvenemiseta
- allergianähud (dermatiit ehk nahapõletik, heinanohu)
- sage urineerimine, ebamugavus- või survetunne urineerimisel, urineerimistakistus, voolus suguelunditest
- eritis silmast, silmapõletik
- eritis kõrvast, kõrvapõletik
- krooniliste haiguste ägenemine
- nahakollasus imikul
- toitmisprobleemid imikul

ÄGEDAD SEISUNDID

- palavikualandajatele allumatu püsiv üle 38,5 °C palavik ja/või süvenev loidus, jõuetus ägeda haiguse ajal
- alla kolmekuusel lapsel palavik üle 38 °C
- esmakordne krampihoog
- hingeldus, õhupuudus, astmahoog
- äärmuslik nõrkus, jõuetus
- järsku, ilma traumata tekkinud hulgiverevalumid
- äge allergiline reaktsioon, millega kaasneb õhupuudus, kogu keha haarav ulatuslik lööve, keeleturse, neelamistakistus jmt
- insuldikahtlus – äkki tekkinud kõnehäire ja kehapoole halvatus või nõrkus või tundlikkuse langus (nt üks suunurk vajub allapoole), äkki tekkinud tasakaalu- häire või peapööritus, mälu või teadvusekaotus
- topeltnägemine
- järsku algav ja püsiv südameklappimishoog

NAHAPÕLETIKUD

NAHAPÕLETIKUD

- pindmised nahapõletikud, k.a paise, allergiline lööve, punased laigud nahal, sügelus, ketendus
- sissekasvanud küüs
- eesnahapõletik
- herpes
- kroonilised haavandid

ÄGEDAD NAHAPÕLETIKUD

- laialdased mädanikud ja mädakogumid, millega kaasneb valu ja palavik
- põletikuline haav, millega kaasneb palavik ja vigastatud piirkonnas kiiresti (tundidega) leviv turse (ulatuslik paistetus)

PSÜÜHIKA- JA MEELEOLUHÄIRED

MEELEOLUHÄIRED

- depressioon (masendus, huvipuudus ümbritseva suhtes, tegutsemisvõimetus), meeleolulangus
- ärevus
- käitumisprobleemid, kooli- või koduprobleemid

PSÜÜHIKAHÄIRED, MIS ON LAPSELE ENDALE VÕI TEISTELE OHTLIKUD

- äge psühhos (luulud, meelepetted, paranoia)
- segasusseisund
- enesetapukatse

Kui täiskasvanu haigestub

Paljusid terviseuresid saab kiiresti lahendada perearst, kes koostöös pereõega diagnoosib ja ravib enamikku haigusi. Erakorraline arstiabi on tagatud kõigile, kelle tervisemure tekib ootamatult ja on väga tõsine – näiteks äge haigestumine, trauma või mürgistus. Inimene peab ise pöörduma EMO-sse või kutsuma kiirabi.

TÄISKASVANUD

MINGE PEREARSTI JUURDE

MINGE EMO-SSE

VALU

KESKMISE TUGEVUSEGA JA/VÕI PIKALT KESTNUD VALU

- peavalu
- liigesevalu
- alaseljavalu
- kõrvavalu
- kurguvalu
- kõhuvalu

TUGEV JA ÄKKI TEKKNUD VALU

- tuim, pigistav, suruv või ängistav rindkerevalu
- äkki tekkinud tugev ja piinav peavalu, millega võivad kaasneda oksendamine ja tasakaaluhäired
- talumatu kõhuvalu korduva oksendamisega
- talumatu suukaudsetele ravimitele allumatu valu

TRAUMA/ÕNNETUS

VÄIKSEM TRAUMA/ÕNNETUS

- trauma, millega ei kaasne vigastatud kehaosa tugevat paistetust, kuju muutust ega liikuvuse piiratus
- pisitrauma
- putukahammustus, sh puugihammustus

TRAUMA/ÕNNETUS

- värske trauma, vigastatud kehaosa tugev paistetuse, kuju muutuse ja liikuvuse piiratus, haavad, põletus, söövitus, elektritrauma, mürgistus jmt
- võõrkeha hingamisteedes, seedetraktis või mujal
- loomahammustus (kass, koer vms)

VEREJOOKS

VEREJOOKS

- veri väljaheites
- verekiud rögas
- sagedased ninaverejooksud

ÄGE VEREJOOKS

- kestev seedetrakti verejooks
- kuse-suguteede verejooks
- äge ninaverejooks
- äge verikõha

NAHAPÕLETIKUD

NAHAPÕLETIKUD

- nahaaluse koe mädanikud (paise, mädamuhk jmt)
- nahapõletik – võib esineda lööve nii täppidena kui ka laikudena, sügelus, kipitus, ketendus jms
- kroonilised haavandid
- herpes

ÄGEDAD NAHAPÕLETIKUD

- laialdased mädanikud ja mädakogumid, millega kaasneb valu ja palavik
- põletikuline haav, millega kaasneb palavik ja vigastatud piirkonnas kiiresti (tundidega) leviv turse (ulatuslik paistetuse)



TÄISKASVANUD

MINGE PEREARSTI JUURDE

MINGE EMO-SSE

ÄGEDAD SEISUNDID

KERGEMATE HAIGUSTE ÄGEDAD SEISUNDID

- haigestumine külmetushaigustesse (nohu, köha, kurgu-, kõrva- ja peavalu jmt)
- haigestumine kõhuviirusesse või probleemid seedetraktis (iiveldus, oksendamine, kõrvetised, kõhuvalu, kõhulahtisus jmt)
- allergianähud (dermatiit ehk nahapõletik, astma, heinanohu, keele- ja neeluturse)
- enam kui 48 tundi tagasi tekkinud südamerütmihäire, millega ei kaasne õhupuudust ega valu rinnus ning patsient ei tarvita antikoagulante (verevedeldajaid)
- sage urineerimine, ebamugavus- või survetunne urineerimisel, urineerimistakistus, voolus suguelunditest, suguhaiguse kahtlus
- nägemisteravuse langus, eritis silmast, silmapõletik
- kuulumislangus, kohin/helid kõrvus, eritis kõrvast
- krooniliste haiguste ägenemine (kõrgenenud vererõhk jmt)

ÄGEDAD SEISUNDID

- insuldikahtlus – äkki tekkinud kõnehäire ja kehapoole halvatus või nõrkus või tundlikkuse langus (nt üks suunurk vajub allapoole), äkki tekkinud tasakaaluhäire või peapööritus, mälu või teadvusekaotus
- äärmuslik nõrkus, jõuetus
- palavikualandajatele allumatu püsiv üle 38,5 °C palavik, kõrge palavik eakatel
- kõrge palavik ja/või lakkamatu oksendamine keemiaravi patsiendil
- hingeldus, õhupuudus, raske astmahoo (hingamisraskus vilistava väljahingamisega)
- äge allergiline reaktsioon, millega kaasneb õhupuudus, kogu keha haarav ulatuslik lööve, keeleturse, neelamistakistus jmt
- uriinipeetus
- kuni 48 tundi tagasi tekkinud südamerütmihäired või enam kui 48 tundi kestnud südamerütmihäired, millega kaasneb õhupuudus ning valu rinnus
- tromboosikahtlus – äkki tekkinud valu ja turse jäsemel, enamasti sääremarja või kogu jäsme värvumine valgeks või punakaslillaks

PSÜÜHIKA- JA MEELEOLUHÄIRED

MEELEOLUHÄIRED

- depressioon (masendus, meeleheide, huvipuudus ümbritseva suhtes), meeleolulangus
- ärevus ja unehäired
- käitumis- ja sõltuvusprobleemid

PSÜÜHIKAHÄIRED, MIS ON INIMESELE ENDALE VÕI TEISTELE OHTLIKUD

- äge psühhoo (luulud, meelepetted, paranoia)
- segasusseisund
- enesetapukatse

Eriarstiabi

Eriarstiabi vajab inimene siis, kui tema tervismure vajab perearsti hinnangul kitsama eriala spetsialisti sekkumist.

Eriarstile pöördumisel kehtib saatekirja nõue, mille väljastab perearst. **Ilma saatekirjata saab pöörduda silmaarsti, naha- ja suguhaiguste arsti, günekoloogi ning psühhiaatri juurde.** Kindlustatul on õigus valida endale sobiv eriarst ning vastuvõtuaeg ükskõik millises ravisutuses, kellel on haigekassaga leping. Haigekassa lepingupartnerid teenindavad kõiki ravikindlustatud sõltumata nende elukohast.

Eriarstiabi jaguneb kolmeks: ambulatoorne ravi, päevaravi ja statsionaarne ravi.

Ambulatoorne ravi tähendab tervismure lahendamiseks ühte või mitut arsti, õe või ämmaemanda vastuvõttu koos vajaminevate uuringute (vereanalüüs, kardiogramm vms), protseduuride ja teraapiatega. Ravisutusse inimene pikemalt ei jää.

Päevaravi puhul viibib patsient ravisutuses pikemalt kui neli tundi, kuid ei jää sinna ööseks. Päevaravi on näiteks keemiaravi või lühemad operatsioonid.

Statsionaarse arstiabi osutamisel peab patsient jääma üheks ööks või kauemaks ravisutusse.

Eriarsti visiidi eest on ravisutusel õigus patsiendilt küsida visiiditasu kuni viis eurot, v.a rasedatelt, alla kaheaastastelt lastelt ning juhtudel, kui inimene suunatakse samas ravisutuses teise arsti juurde, või vältimatu abi osutamisel, kui sellele järgneb haiglaravi.

Haiglas viibimisel võib ühe voodipäeva eest küsida patsiendilt tasu 2,50 eurot päevas, maksimaalselt 25 eurot ühe haiglasoleku kohta.

MIKS TEKKIVAD RAVIJÄRJEKORRAD?

Ravikindlustuse eesmärk on tagada olemasolevate vahendite juures parim ravikvaliteet ja teenuste kättesaadavus kõigile Eesti inimestele, kellel on ravikindlustus. Eestis on enam kui 620 500 tööl käivat maksumaksjat ja 1,3 miljonit ravikindlustatud inimest, kellele peame arstiabi tagama. Meie ressursid on piiratud, aga nõudlus arstiabi järele suur. Abivajajaid on alati rohkem kui ressursse, seega peame me kõik teatud raviteenuste saamisel arvestama pikemate ootejärjekordadega.

Eriarstiabi vajajad pannakse ravijärjekorda sõltuvalt nende terviseprobleemi tõsidusest. Kui inimesel on väga kiireloomuline tervismure, otsivad perearst ja eriarst koos võimaluse järjekorda ringi tõsta nii, et abi saab kiiremini. Teised, kelle haigus ei ole nii ajakriitiline, saavad arstiabi sellise aja jooksul, mil nende tervislik seisund oluliselt ei halvene.

Juhul kui inimene tunneb, et ta on jäänud vajaliku arstiabita, siis on oluline haigekassa poole pöörduda, et saaksime omalt poolt asjaolusid selgitada. Oma probleemi edastamiseks tuleb digitaalselt allkirjastatud avaldus saata aadressile **info@haigekassa.ee**.

Kui digiallkirjastamise võimalus puudub, tuleb avaldus kirjutada paberile, allkirjastada ja saata see postiga aadressile Lastekodu 48, Tallinn 10113. Kui oleme avalduse kätte saanud, on meil õigus konkreetse juhtumi menetlemiseks isikuandmeid töödelda ja vajadusel küsida lisainformatsiooni tervishoiuteenuse osutajalt.



Eriarstiabi teenuseid pakkuvate lepingupartnerite kohta leiate täpsema info (kontaktandmed, asukoht, teenused) **www.haigekassa.ee**

Arstiabi » Arstiabi Sinu lähedal



RAVIJÄRJEKORDI MÕJUTAVAD:

Inimeste isiklikud valikud – eelistatakse eriarstiabi, konkreetseid arste ja raviasutusi.

Vastuvõtule tulemata jäänud patsiendid – mõnel erialal võib olla selliseid patsiente 8–10%.

Suur tagasikutsete arv – kui tagasikutseid eriarstile on palju, kasvab ka ootavate inimeste arv.

Raviasutuste vähene võimsus – vähe arste, kabinette, operatsioonitube või aparatuuri, kehv töö planeerimine.

Tervishoiuteenuste rahastamine – arstiabi rahastus ja lepingumahud ei ole piisavad.

MIDA SAAB INIMENE ISE TEHA?

Tervisemurega alustage perearstist või pereõest – koostöös pereõega diagnoosib ja ravib perearst enamikku haigusi ning kaasab vajadusel ka eriarsti.

Teavitage raviasutust, kui te ei saa arsti, õe, ämmaemanda või tugispetsialisti vastuvõtule minna – õigeaegse teavituse korral (vähemalt 24 h enne visiiti) saab vastuvõtutaja teine abivajaja.

Uurige, kus raviasutuses on kõige lühemad järjekorrad ja minge sinna – inimesel on õigus valida endale sobiv tervishoiuteenuse osutaja ning vastuvõtuaeg ükskõik millises raviasutuses üle Eesti. Raviasutuste ooteajad on seejuures väga erinevad.

Õendusabi

Õendusabi on toeks patsiendile, kes ei vaja pidevat arstiabi. Haigekassa tasub nii statsionaarse õendusabi teenuse eest, mida osutatakse haiglas, kui ka koduõendusteenuse eest, mille puhul käib öde patsiendi kodus. Alates 2020. aastast rahastab haigekassa õendusteenust ka üldhooldekodudes.

Õendusabi eesmärk on patsiendi tervisliku seisundi ja toimetuleku säilitamine ning parandamine, püsivas seisundis patsiendi lühi- või pikaajaline ravi ja toetamine ning vajadusel vaevuste leevendamine. **Õendusabi osutatakse vastavalt patsiendi vajadustele kas kodus, haiglas või hooldusasutuses.**

Õendusabi saamiseks on vaja pere- või eriarstilt saatekirja.

Koduõendusteenus on mõeldud patsiendile, kelle tervislik seisund ei nõua haiglas viibimist, kuid kes vajab siiski asjatundlikku meditsiinilist tuge. Samuti võib kodust õendusabi vajada piiratud liikumisvõimega inimene, kes ei suuda oma haiguse tõttu ise arsti juurde minna. Koduõde on seega ka oluline ühenduslülili perearsti või raviarsti ja abivajaja vahel. Patsiendi võib vajadusel edasi suunata ka õendushaiglasse. **Koduõendusteenus on ravikindlustatud inimesele tasuta.**



Statsionaarses õendusabis viibiva ravikindlustatud patsiendi ühe voodipäeva maksumusest tasub 85% haigekassa ja 15% patsient. Lisaks on haiglal õigus küsida esimese 10 haiglapäeva eest täiendavalt 25 eurot. Ambulaatorised hooldusraviteenused, sh koduõendusteenused, on inimesele tasuta. Õendusabiteenuste kohta saate küsida perearstilt või haigekassa klienditelefonilt 669 6630.

Iseseisev statsionaarne õendusabi ehk õendusabi osutamine haiglas on mõeldud patsiendile, kes on püsivas, muutusteta seisundis ega vaja pidevat arstiabi, kuid vajab öe pidevat hoolt ja raviprotseduure.

Patsient võib sellist abi vajada pärast traumat, rasket haigust või kroonilise haiguse ägenedes, aga ka rasket haigusest tingitud vaevuste leevendamiseks. Õendushaiglasse suunamise vajaduse otsustab perearst või eriarst kas ise või koos õega.

Õendushaiglas viibimise aeg ja osutatavad teenused sõltuvad patsiendi tervislikust seisundist ja õendusabi vajadusest.

Õendusteenus üldhooldekodus on mõeldud hooldekodu elanikule, kellel on väike või mõõdukas tervisemure. Öde jälgib hoolealuse terviseseisundit, teeb raviprotseduure ja annab tervisenõu.

Õendusteenus üldhooldekodus on inimesele tasuta ehk selle eest tasub haigekassa. Hooldusteenuste, ravimite ja abivahendite kulud on jätkuvalt inimese või tema lähedase kanda.

Lisainfot kõikide õendusteenust pakkuvate üldhooldekodude kohta leiate haigekassa kodulehelt: www.haigekassa.ee/oendusabi.



Hüvitised ja soodustused

Töövõimetushüvitised

Töövõimetushüvitisi makstakse töötavale inimesele, kellel jääb ajutise töövabastuse tõttu saamata töötasu. Töövõimetushüvitiste alla kuuluvad haigushüvitis, hooldushüvitis, sünnitus-hüvitis ja lapsendamishüvitis.

Töötava inimese haigestumise korral avab arst töövabastuse tõendamiseks haiguslehe ja lõpetab selle inimese terveks saamisel. Peale haiguslehe lõpetamist maksavad tööandja ja haigekassa inimesele ajutise töövõimetuse hüvitist.

Haigekassa võtab töövõimetushüvitiste arvestamise aluseks hüvitise saaja eest eelmisel kalendriaastal arvestatud või makstud sotsiaalmaksuandmed, mis saadakse maksu- ja tolliametilt. Tööandja arvutab haigushüvitise suuruse töötaja viimase kuue kuu keskmise palga põhjal. Nii tööandja kui ka haigekassa

arvutavad andmete põhjal välja töötaja keskmise päevatulu ning haigushüvitist makstakse päevatulust 70% ulatuses. Hüvitiselt peetakse kinni tulumaks.

Töövõimetushüvitist on kindlustatul õigus saada järjest 182 (tuberkuloosi korral 240) kalendripäeva eest. Haiguslehe võib arst väljastada ka pikemaks ajaks, kuid sellisel juhul hüvitist enam ei maksta.

Lisainfot kõigi töövõimetushüvitiste kohta leiate haigekassa kodulehelt:
www.haigekassa.ee/inimesele/haigekassa-huvitised.

Hea teada

- Töövõimetushüvitistega seotud infot saate vaadata riigiportaalist www.eesti.ee -> Tervis ja tervisekaitse -> Tervishoid ja arstiabi -> Ajutine töövõimetus.
- Kontrollige riigiportaalist, et haigekassa andmekogus oleks olemas teie arvelduskonto number, kuhu haigekassa töövõimetushüvitise kannab. Hüvitis kantakse viimati edastatud kontole.
- Sotsiaalmaksuandmed saab haigekassa maksu- ja tolliametist. Oma andmetega saate tutvuda e-maksuametis või riigiportaalis www.eesti.ee. Meeles tuleb pidada, et hüvitiselt peetakse kinni ka tulumaks.
- Lisainfot töövõimetushüvitiste kohta saate www.haigekassa.ee, klienditefonilt 669 6630 või e-posti aadressil info@haigekassa.ee.
- Haigekassa infotelefonile helistades saate kasutada isikustatud kõnevõimalust. Autentimisteenuse abil saate telefoni teel turvaliselt ja kiiresti informatsiooni oma ravikindlustuse, hüvitiste ja muu teabe kohta.



EESTI HAIGEKASSALE AVALDUSTE SAATMISE VÕIMALUSED

Avaldused palume haigekassasse edastada:

- elektronpostiga info@haigekassa.ee
- posti teel aadressil Lastekodu 48 Tallinn, 10113

Lisainfot võib alati küsida haigekassa klienditefonilt 669 6630.

Klienditelefonile vastame:

E – N 8.30–16.30; R 8.30–14.00



Avaldused leiate haigekassa kodulehelt
www.haigekassa.ee
Inimesele » Avaldused

TÖÖVÕIMETUSHÜVITISE MAKSMINE SÕLTUB TÖÖVÕIMETUSLEHE LIIGIST JA TÖÖVÕIMETUSE PÕHJUSEST

Hüvitiste maksmise võrdlustabel alates 1.01.2021 (seisuga veebruar 2021)

Tööst vabastamise põhjus	Lehe liik	Hüvitamise kord	Hüvitist makstakse
Haigestumine	Haigusleht	Tööandja maksab hüvitist haigestumise 2. päevast kuni 5. päevani. Haigekassa maksab alates 6. päevast, hüvitise määr on 70%.	Kuni 182 päeva (tuberkuloosi korral kuni 240 päeva)
Olmevigastus	Haigusleht	Tööandja maksab hüvitist haigestumise 2. päevast kuni 5. päevani. Haigekassa maksab alates 6. päevast, hüvitise määr on 70%.	Kuni 182 päeva
Liiklusvigastus Liiklusvigastuse tagajärjel tekkinud tüsistus/haigestumine	Haigusleht	Tööandja maksab hüvitist haigestumise 2. päevast kuni 5. päevani. Haigekassa maksab alates 6. päevast, hüvitise määr on 70%.	Kuni 182 päeva
Karantiin	Haigusleht	Tööandja maksab hüvitist 2. päevast kuni 5. päevani. Haigekassa maksab hüvitist alates 6. päevast. Hüvitise määr on 70%.	Kuni karantiini lõpuni
Kutsehaigestumine	Haigusleht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise 2. päevast, hüvitise määr on 100%.	Kuni 182 päeva
Tööõnnetus Tööõnnetus liikluses Tööõnnetuse tagajärjel tekkinud tüsistus/haigestumine	Haigusleht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise 2. päevast, hüvitise määr on 100%.	Kuni 182 päeva
Vigastus riigi või ühiskonna huvide kaitsel või kuriteo tõkestamisel	Haigusleht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise 2. päevast, hüvitise määr on 100%.	Kuni 182 päeva
Üleviimine kergemale tööle	Haigusleht	Haigekassa hüvitab kergemale tööle üleviimisega kaasnenud palgavahe juhul, kui inimese töötasu kergemale tööle üleviimise ajal on väiksem kui tema eelmise kalendriaasta keskmine tulu. Kui inimene vabastakse töölt kergema töö puudumise tõttu, makstakse talle hüvitist alates 2. päevast määraga 70%. Hüvitist on võimalik saada ainult raseduse korral kuni rasedus- ja sünnituspuhkuseni.	Kuni rasedus- ja sünnituspuhkuseni

Tööst vabastamise põhjus	Lehe liik	Hüvitamise kord	Hüvitist makstakse
Haigestumine või vigastus raseduse ajal	Haigusleht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise 2. päevast, hüvitise määr on 70%.	Kuni 182 päeva
Alla 12-aastase lapse põetamine või alla 19-aastase kindlustatud inimese põetamine, kellel on puue	Hooldusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 80%. NB! Kindlustatud inimesel on hoolduslehe alusel õigus saada hooldushüvitist alla 12-aastase lapse põetamise korral kuni 60 kalendripäeva, kui haigestumise põhjuseks on pahaloomuline kasvaja ja lapse ravi algab haiglas.	Kuni 14 päeva
Haige perekonnaliikme põetamine kodus	Hooldusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 80%.	Kuni 7 päeva
Alla 3-aastase lapse või alla 16-aastase puudega lapse hooldamine lapse ema haiguse või sünnitusabi osutamise ajal	Hooldusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 80%.	Kuni 10 päeva
Rasedus- ja sünnituspuhkus	Sünnitusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 100%.	140 päeva
Alla 10-aastase lapse lapsendaja puhkus	Lapsendamisleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 100%.	70 päeva
Elundi või vereloome tüvirakkude annetus	Haigusleht	Haigekassa maksab alates esimesest päevast, hüvitise määr on 100%.	



Hambaravihüvitised

Haigekassa abil saavad ravikindlustatud inimesed erinevaid hambaravihüvitisi. Tasuta hambaravi saavad lapsed, vältimatut abi vajavad inimesed ja sügava vaimse või füüsilise puudega inimesed.

Tasuta hambaravi, vältimatut abi või hambaravihüvitist saab kasutada ainult haigekassaga lepingu sõlminud hambaarstide juures. Hüvitatav hambaraviteenus peab olema kirjas Eesti Haigekassa tervishoiuteenuste loetelus.

Hambaravi hüvitamise eest arveldamine toimub hambaarsti ja haigekassa vahel automaatselt. Kui hambaarsti osutatud teenusele kehtib hüvitis, arvestatakse hüvitatav summa raviarvelt maha kohe maksmise hetkel.

LASTE HAMBARAVI

Laste hambaravi on Eestis alla 19-aastastele lastele haigekassa lepingupartneri juures tasuta.

Haigekassa tasub ka laste ortodontia (sh breketid) eest, kuid ainult teatud diagnooside korral.

VÄLTIMATU ABI

Samuti on õigus tasuta hambaravile vältimatut abi vajades, mida osutatakse siis, kui abi edasilükkamine või selle andmata jätmine võib põhjustada abivajaja surma või püsiva tervisekahjustuse. Seda, kas tegemist on vältimatu abiga, otsustab hambaarst. Juhul kui inimesel ei ole ravikindlustust, on vältimatu abi talle siiski tasuta. Ravikindlustuseta inimeste vältimatu abi eest tasutakse riigieelarvest.

HAMBARAVI FÜÜSILISE VÕI VAIMSE PUUDEGA INIMESELE

Tasuta hambaravi saavad füüsilise ja vaimse puudega inimesed, kes ise ei suuda oma suuhügieeni eest hoolt kanda.

Vaimse või füüsilise puudega inimeste hambaravi (sh narkoosis hambaravi) eest tasub haigekassa saajaprotsendiliselt.

Oluline on tähele panna, et tasuta hambaravi saavad vaimse või füüsilise puudega inimesed, kellele on perearst või eriarst määranud eluaegse hambaravi diagnoosi. Haigekassa on seadnud kindlad

Hea teada

- Hambaravihüvitist saab kasutada ainult haigekassaga lepingu sõlminud hambaarstide juures. Haigekassa hambaravi lepingupartnerite info leiate www.haigekassa.ee/hambaravi.
- Hambaravihüvitist saab kasutada täies mahus ühe kalendriaasta jooksul ja selle kasutamata osa ei kandu edasi järgmisesse aastasse.
- Hüvitise summa arvestatakse automaatselt maha hambaarsti juures. Arst ja haigekassa arveldavad omavahel.
- Hambaarst võib patsiendilt küsida visiiditasu kuni viis eurot (v.a rasedatelt).
- Hüvitise suurust ja jääki saab kontrollida riigiportaalist www.eesti.ee ->Tervis ja tervisekaitse -> Tervishoid ja arstiabi -> Arstiabi.

tingimused, millele puudega inimese tervises seisund peab tasuta hambaravi saamiseks vastama. Eelkõige tuleb konsulteerida puudega inimese raviarstiga ja veenduda, et see diagnoos on määratud ja nähtav ka tervise infosüsteemis ning riigiportaalis www.eesti.ee.

Puudega inimestele saavad tasuta hambaraviteenust osutada raviasutused, kes on haigekassaga sõlminud laste hambaravi lepingu ja koos sellega ka lisalepingu puudega inimeste raviks.

HAMBARAVIHÜVITIS TÄISKASVANULE

Ravikindlustatud täiskasvanutele kehtib hambaravihüvitis kuni 40 eurot aastas.

Patsient tasub ise 50% teenuse hinnast. Hambaravihüvitist saab kasutada ühe kalendriaasta jooksul ning selle kasutamata osa ei saa järgmisesse aastasse edasi kanda.

Hüvitis kehtib esmavajalikele hambaraviteenustele:

- hambaarsti esmane või korduv vastuvõtt
- diagnostika (sh röntgenülesvõtted)
- ravimi asetamine ja ajutise täidise paigaldamine
- püsiva täidise paigaldamine
- hamba eemaldamine
- mädakolde avamine ja ravimine
- juureravi
- igemealuse hambakivi eemaldamine kirurgiliselt
- tuimestus

40-eurose hambaravihüvitise näide

Kui teie hambaravi arve on näiteks 80 eurot, siis tuleb endal tasuda 50% raviarvest ehk 40 eurot ja teise 50% hüvitab haigekassa.

Kui teie raviarve on näiteks 100 eurot, siis tasub haigekassa sellest korraga aastase hüvitise määra ehk 40 eurot ja teil jääb maksta ülejäänud 60 eurot.

Kogu hüvitatavate hambaraviteenuste nimekirja koos hindadega leiate haigekassa kodulehelt.

Kõigi nende teenuste eest, mis ei kuulu hüvitatavate teenuste nimekirja, tuleb tasuda täishinda.

Täiskasvanute hambaravihüvitis aitab tagada vajalikud hambaraviteenused. Hoolitsege oma suutervise eest ja käige igal aastal kontrollis, nii on võimalik ennetada tõsisemaid probleeme hammastega!

HAMBARAVIHÜVITIS SUURENENUD HAMBARAVI VAJADUSEGA INIMESTELE

Rasedad, alla üheaastase lapse emad, vanadus- ja töövõimetuspensionärid, osalise või puuduva töövõimega inimesed ning suurenenud ravivajadusega inimesed saavad aastas 85 eurot hüvitist ning tasuvad arvest vähemalt 15% ise.

85-eurose hambaravihüvitise näide

Kui teie hambaravi arve on 100 eurot, siis tasute ise 15 eurot ning haigekassa hüvitab raviarvest 85 eurot. Samal kalendriaastal haigekassa teie eest hambaraviteenuseid rohkem ei hüvita ehk järgmisel korral tasute raviarve täies ulatuses ise.

Kui teie üks hambaravi arve on näiteks 60 eurot, siis tasute ise sellest 9 eurot ehk 15% ja haigekassa hüvitab 85% ehk 51 eurot. Kuna esimesel korral hüvitas haigekassa 51 eurot, aga hüvitist saab ühes aastas kuni 85 eurot, siis hüvitab haigekassa ka järgmise raviarve eest kuni 34 eurot.



PROTEESIDE HÜVITAMINE

Proteeside hüvitist saab kasutada ainult haigekassaga lepingu sõlminud proteesitegijate juures. Proteeside hüvitise summa on kolmeks aastaks 260 eurot.

Proteesihüvitisele on õigus järgmistel ravikindlustatud inimestel:

- töövõimetuspensionärid
- vanaduspensionärid
- osalise või puuduva töövõimega inimesed
- üle 63-aastased ravikindlustatud eakad

Kui pensionäridele pole varem hambaproteese valmistatud, siis hakatakse kolmeaastast perioodi arvestama päevast, millal tema proteesid valmis said. Hüvitisest kasutamata jäänud osa järgmise perioodi edasi ei kandu.

Proteeside hüvitise summa arvestatakse raviarvelt maha kohe hambaarsti juures maksmise hetkel. Patsient ei pea tagantjärele haigekassale taotlust esitama, sest arveldus toimub otse proteesitegija ja haigekassa vahel.

Kolmeaastast perioodi hakatakse arvestama päevast, mil proteesid valmis said. Uuesti tekib proteesihüvitise kasutamise õigus, kui sellest kuupäevast on möödunud kolm aastat ning inimene pöördub proteeside parandamiseks või uute tellimiseks hambaarsti juurde.

Rohkem infot hambaravihüvitise kohta saate:

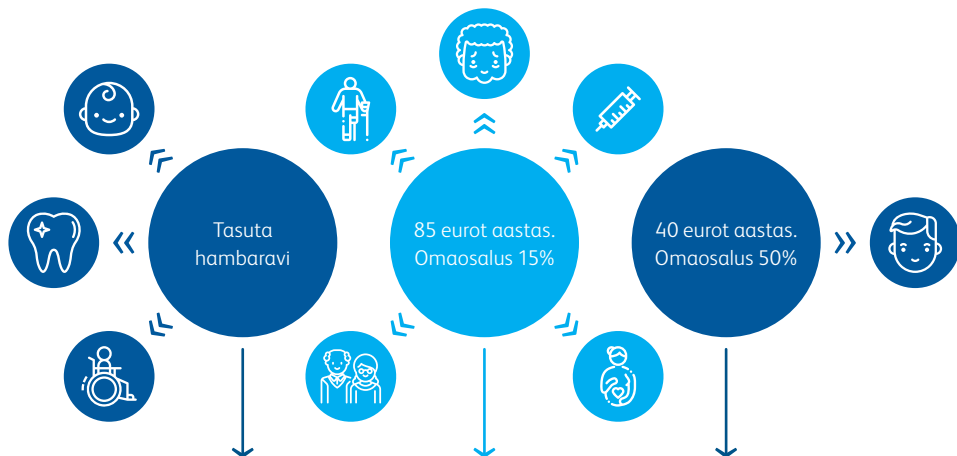
Haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee/hambaravi

Haigekassa klienditelefonilt +372 669 6630

Klienditeenindustest info@haigekassa.ee

Riigiportaalist www.eesti.ee -> Tervis ja tervisekaitse -> Tervishoid ja arstiabi -> Arstiabi

HAMBARAVIHÜVITIS



- alla 19-aastaste laste hambaravi
- laste ortodontia (teatud diagnooside korral)
- vältimatu hambaravi
- füüsilise või vaimse puudega inimesed, kellele on raviarst määranud eluaegse hambaravi diagnoosi

- töövõimetuspensionär või vanaduspensionär
- osalise või puuduva töövõimega inimene
- üle 63-aastane kindlustatud inimene
- rase või alla üheaastase lapse ema
- inimene, kellel on ravi tagajärjel tekkinud suurenenud vajadus hambaravi järele

- täiskasvanud kindlustatud inimesed

PROTEESIHÜVITIS

- töövõimetuspensionär või vanaduspensionär
- osalise või puuduva töövõimega inimene
- üle 63-aastane kindlustatud inimene



NB! Hüvitise summa arvestatakse maha kohe maksmise hetkel.

Soodusravimid

Retseptiravimid võivad olla väga kallid, mistõttu aitab osa nende maksumusest tasuda haigekassa.

Haigekassa tasub selliste ravimite eest, mis uuringute kohaselt toimivad hästi haiguse ravimisel või sümptomite leevendamisel. **Ravimeid hüvitatakse erineva soodustusega: 50, 75, 90 või 100%.** Ravimid, mida Haigekassa hüvitab, on kirjas soodusravimite nimekirjas. Kõikidele retseptiravimitele ei kehti haigekassa soodustus.

Iga retsepti eest tuleb ravimi ostjal alati tasuda retseptitasu, mis on kõikide retseptide korral 2,5 eurot. Ülejäänud ravimi hinnast arvutatakse haigekassa soodustus vastavalt määratud protsendile ja patsient tasub soodustusest üle jääva osa. Kui turul on palju sama toimeainega erinevate tootjate ravimeid, kehtestatakse kogu sama toimeainega ravimite grupile piirhind, millest arvutatakse haigekassa soodustus. Näiteks kui apteegis on valikus sama toimeainega ravimeid hinnaga 5.60, 8.30, 10.50, 12.80, siis määratakse piirhinnaks reeglina hinnalt teise soodsaima ravimi hind (selle näite puhul 8.30) ja haigekassa soodusprotsent arvutatakse sellest summast. Juhul kui ravimi ostja eelistab kallimat ravimit, siis tuleb lisaks määratud omaosalusele tasuda apteegis ka piirhinda ületav osa.

Soodusravimite nimekirja uuendatakse neli korda aastas (1. jaanuaril, 1. aprillil, 1. juulil ja 1. oktoobril), et nimekirjas oleksid alati hästi toimivad ja tänapäevased ravimid. Samaaegselt võivad muutuda ka ravimite piirhinnad. Ravim, mis näiteks juuni lõpus on patsiendile soodsaim, ei pruugi seda juuli algusest enam olla. **Seega tasub iga ostu juures küsida apteekrilt nõu soodsaima ravimi kohta.**

HAIGUST RAVIB JA LEEVENDAB RAVIMI TOIMEAINE, MITTE KAUBAMÄRK

Sama toimeainega ja samal kujul (tabletid, siirup vm) ravimeid on Eestis müügil erinevatelt ravimitootjatelt. Seejuures vastavad need kõik toime, ohutuse ja

Riigiportaalis www.eesti.ee on igaühel võimalik hõlpsalt veenduda, kas retsept kirjutati välja toimeainepõhiselt ja kas ostetud ravim kuulus hinnalt soodsamate hulka.

Oma retsepte saate vaadata riigiportaali retseptikeskuses ->
E-teenused -> Kodanikule ->
Tervis ja tervisekaitse -> Retseptid.

Ravimihüvitiste kohta leiate rohkem infot haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee -> Ravimid.

kvaliteedi osas ühesugustele nõuetele ning patsiendi jaoks seisneb erinevus peamiselt hinnas. Eelkõige on hinnaerinevus originaalravimite ja geneeriliste ravimite vahel. Aasta jooksul võite soodsamat ravimit ostes säästa kümneid eurosid.

MIS ON TOIMEAINEPÕHINE RETSEPT?

Kõigil arstidel on kohustus välja kirjutada toimeainepõhiseid retsepte. Arst kirjutab retseptile ravimi toimeaine nimetuse, mitte ravimi kaubamärgi nime.

See annab inimesele apteegis võimaluse valida endale sama toimeainega ravimite hulgast hinnalt sobivaima. Sama toimeainega ravimid töötavad sama hästi ja on sama ohutud.

Kui arst kirjutab retseptile konkreetse ravimi kaubamärgi nime, siis peab selleks olema meditsiiniline põhjus. Sellisel juhul patsiendil apteegis valikuvõimalust ei ole, välja tuleb osta ravim, mille nimi retseptil kirjas on.

Küsige arstilt toimeainepõhist retsepti ja apteekrilt soodsaimat ravimit!

Täiendav ravimihüvitis

Ravimitele keskmisest rohkem raha kulutavad inimesed saavad apteegist suuremat soodustust. Tavapärasele ravimisoodustusele lisandub täiendav ravimihüvitis.

Täiendavat ravimihüvitist saavad kindlustatud, kes tasuvad soodusretseptide eest kalendriaastas vähemalt 100 eurot (mitte arvestades piirhinda ületavat summat). Soodusretseptiga ostetud ravimite hüvitamisele kehtivad järgmised põhimõtted:

- kui summa jääb aastas alla 100 euro, siis täiendavat ravimihüvitist ei arvestata
- kui summa on aastas 100–300 eurot, hüvitatakse 100 eurot ületavast osast 50%
- kui summa ületab aastas 300 eurot, hüvitatakse 300 eurot ületavast osast 90%

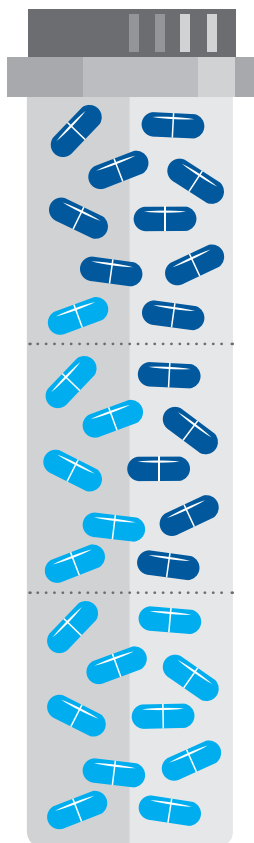
Ravimihüvitis on automaatne ning lisasoodustuse saab kindlustatu juba ravimi väljaostmisel apteegist. Hüvitise saamiseks pole vaja haigekassale taotlust esitada.



Kõikidele retseptidele kehtib retseptitasu 2,5 eurot. Ravimitele kulutatud summast arvestatakse enne täiendava ravimihüvitise arvutamist maha piirhinda ületav summa.

Ravimitele kulunud summa	Haigekassa hüvitab	Näide
Alla 100 euro	Täiendavat ravimihüvitist ei arvestata	Näiteks kui inimene on kulutanud ravimitele 85 eurot, siis ta haigekassalt täiendavat soodustust ei saa.
100–300 eurot	100 eurot ületavast osast 50%	Näiteks kui inimene on kulutanud ravimitele 250 eurot, saab ta haigekassalt 75 eurot täiendavat soodustust. Hüvitise arvutamine: $(250 - 100) \times 50\% = 75$ eurot
üle 300 euro	300 eurot ületavast osast 90%	Näiteks kui inimene on kulutanud ravimitele 500 eurot, saab ta haigekassalt kokku 280 eurot täiendavat soodustust: 50% 100–300 euro vahele jääva summa pealt ja 90% 300 eurot ületava summa pealt. Hüvitise arvutamine: 1. osa: $(300 - 100) \times 50\% = 100$ eurot 2. osa: $(500 - 300) \times 90\% = 180$ eurot Haigekassa hüvitab kokku 280 eurot

TÄIENDAVAT RAVIMIHÜVITIST SAAVAD APTEEGIS KÕIK, KES ON
KULUTANUD ÜHE AASTA JOOKSUL SOODUSRAVIMITELE VÄHEMALT 100 EUROT



**Aasta jooksul
kulutanud
üle 300 €**

300 € ületavast osast
hüvitatakse 90%

**Aasta jooksul
kulutanud
100–300 €**

hüvitatakse 50%

**Aasta jooksul
kulutanud
alla 100 €**

hüvitist ei saa

Infot oma täiendava ravimihüvitise arvutamise kohta saate kontrollida riigiportaalis
www.eesti.ee -> Tervis ja tervisekaitse -> Tervishoid ja arstiabi -> Minu retseptid.

Täiendava ravimihüvitise soodustuse kohta on võimalik infot küsida ka apteegist
või vaadata apteegist saadud ostutšekilt.

Meditsiiniseadmed

Haigekassa hüvitab kindlustatutele selliseid kodus iseseisvalt kasutatavaid meditsiiniseadmeid, mille abil saab ravida haigusi ja vigastusi või mille kasutamine hoiab ära haiguse süvenemise. Meditsiiniseadmete loetelu ajakohastatakse igal aastal, lisades sinna vastavalt vajadusele uusi tooteid ja uuendades hinnakirja lähtuvalt seadmete tootjate esindajatega sõlmitud kokkulepetest.

Hüvitatavate seadmete hulka kuuluvad näiteks diabeetikutele veresuhkru mõõtmiseks vajalikud glükomeetri testribad ja lantsetid, insuliinõelad, diabeeti põdevatele lastele insuliini pumpraviks ja veresuhkru pidevaks jälgimiseks vajalikud seadmed, stoomide hooldusvahendid, ortoosid, põiekateetrid ja haavasidemed. Samuti kuuluvad hüvitatavate seadmete hulka unehäirete raviks mõeldud seadmed ja nende maskid, kompressioontooted põletushaigetele ning lümfitorsete, venoosse puudulikkuse ja haavandite raviks.

Meditsiiniseadme vajaduse määrab raviarst, kes väljastab soodustuse saamiseks digitaalse meditsiiniseadme kaardi. Seadme ostmiseks tuleb patsiendil pöörduda apteeki või haigekassaga lepingu sõlminud müüja poole ning esitada isikut tõendav dokument. Kui ostate seadmeid kellelegi teisele, siis on vaja teada selle inimese isikukoodi, kellele seadet ostate.



Haigekassa hüvitab meditsiiniseadmeid kas 90% või 50% soodusmääraga piirhinnast. Patsient peab ise tasuma vastavalt 10% või 50% seadme piirhinnast ja piirhinda ületava osa.

Hüvitatavate meditsiiniseadmete loetelu ja nende müüjad leiate haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee -> Meditsiiniseadmed.

LAIENES HÜVITATAVATE MEDITSIIINISEADMETE VALIK

Alates 1. jaanuarist 2021 kehtib uus meditsiiniseadmete loetelu, kuhu lisandus 102 uut haigekassa rahastatavat seadet.

Uute meditsiiniseadmete lisandumisega laienes hüvitatavate seadmete valik diabeetikutele, erinevate stoomide ja fistulitega, uneapnoega, diafragma stimulaatoriga, lümfitorsete või venoosse puudulikkuse ning haavadega patsientidele. Samuti laienes seadmete valik trauma- või operatsioonijärgselt ortoosse vajavatele patsientidele.

2021. aastast hakkas haigekassa hüvitama pideva glükoosimonitooringu süsteemi lisaks diabeediga lastele ka 1. tüüpi diabeediga rasedatele ja emadele kuni nende lapse üheaastaseks saamiseni, samuti dialüüsi vajavatele või neerusiirikuga patsientidele. 1. tüüpi diabeediga patsientidele hüvitatakse nüüd ka korduvkasutatavat insuliini süstevahendit. Lisaks laiendas haigekassa haavasidemete hüvitamist arteriaalse haavandiga patsientidele. Trahheostoomiga patsientidele hüvitatavate meditsiiniseadmete valik laienes kaelapaelte, kõneklappide ja nebulisaatori võrra.

Haigekassa suurendas aasta algusest ka mitmete meditsiiniseadmete hüvitatavaid koguseid, et katta diabeediga laste, süsteravil 2. tüüpi diabeedi või rasedusdiabeediga, stoomi ja fistuliga, *Epidermolysis bullosa* ning lümfitorsetega patsientide ravivajadusi. Nende meditsiiniseadmete sekka kuuluvad diabeeditarvikud, stoomihooldusvahendid, haavasidemed ja kompressioontooted.



Ennetus

Sõeluuringud

Vähi sõeluuringutes osalemine aitab ennetada ja avastada vähki enne, kui see on kaugele arenenud. **Vähi sõeluuring on eelkõige hea võimalus kontrollida oma tervist, veendumaks, et olete terve.**

Vähi sõeluuringud on terviseuuringud, mis on mõeldud eelkõige ilma kaebuste ja sümptomiteta kindlas vanusegrupis inimestele, et avastada võimalikud kõrvalekalded võimalikult vara, mil need on veel hästi ravitavad.

Eestis tehakse täiskasvanutele riigi rahastusel emaka-kaelavähi, rinnavähi ja jämesoolevähi sõeluuringuid.

Varem on haigekassa tasunud vaid ravikindlustatud inimeste sõeluuringute eest, kuid alates 2021. aastast on sõeluuringud tasuta nii ravikindlustatud kui ka ravikindlustamata inimestele.

RINNAVÄHI SÕELUURING

Enamasti pöörduetakse arsti juurde tervise kontrollimiseks siis, kui tuntakse rinnas valu või rinda katsudes rinnas olevat n-ö tükki. Teised ohumärgid võivad olla muutunud rinna või nibu kuju (nt naha sissetõmme rinnal), eritis rinnanibust, rinna nahavärvi muutus

2021. aastal kutsutakse rinnavähi sõeluuringule nii ravikindlustatud kui ka ravikindlustamata naised sünniaastatega 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969 ja 1971.

Rohkem infot rinnavähi sõeluuringu kohta ja mammograafiabusside asukohad ning ajakava leiате haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee -> Haiguste ennetamine ja uuringud -> Vähi sõeluuringud naistele. Veel infot: www.soeluuring.ee.

või kaenlaaluste lümfisõlmede suurenemine. Tihti on haigus aga selleks ajaks, kui kaebused tekivad, juba organismis kaugemale levinud ja seda on raskem ravida.

Rinnavähki on võimalik avastada enne, kui kasvaja on endast märku andnud ja kehas levima hakanud. Üks varase avastamise võimalus on rinnanäärme radioloogiline uuring ehk mammograafia. Väikese kiirgusdoosiga mammograafia on tervisele ohutu.

Varakult avastatud rinnavähk on paremini ravitav ning annab võimaluse vältida suuremaid operatsioone.

Rinnavähi sõeluuringule kutsutakse 50–69-aastaseid naised iga kahe aasta tagant.

EMAKAKAELAVÄHI SÕELUURING

Emakakaelavähi peamine tekitaja on inimese papilloomiviirus (HPV), mis levib puutekontakti kaudu, sealhulgas sugulisel teel. Nakkusallikaks on papilloomiviirusega nakatunud teine inimene. Viirus tekitab rakkudes muutusi, mida saab avastada HPV-analüüsiga. HPV-analüüs sarnaneb günekoloogilise läbivaatusega, mille käigus võetakse emakakaela limaskestadelt väikese harjakesega proov.

Kuna emakakaelavähi varajased sümptomid jäävad naisele tihti märkamatuks ning ta tunneb ennast täiesti tervena, siis on väga oluline HPV-testi regulaarselt teha. Emakakaela rakkude muutused on sõeluuringute käigus lihtsalt avastatavad.

Viiruse tekitatud rakumuutused võivad vähiks areneda 10–25 aastaga. Regulaarsel kontrollimisel ja õigel ajal avastatuna on need kergesti ravitavad. **Seega oleks võimalik ennetada peaaegu kõiki kaugelearenenud emakakaelavähi juhtumeid.**

Sõeluuringule kutsutakse 30–65-aastaseid naisi iga viie aasta järel.

Alates 2021. aastast saab emakakaelavähi sõeluuringul käia ka esmatasandi tervisekeskustes.

2021. aastal kutsutakse emakakaelavähi sõeluuringule nii ravikindlustatud kui ka ravikindlustamata naisi sünniaastatega 1956, 1961, 1966, 1971, 1976, 1981, 1986 ja 1991.

Rohkem infot emakakaelavähi sõeluuringu kohta leiате haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee -> Haiguste ennetamine ja uuringud-> Vähi sõeluuringud naistele.
Veel infot: www.soeluuring.ee.

VAKTSINEERIMINE HPV VASTU

Emakakaelavähist hoidumiseks on võimalik end vaktsineerida. HPV-vaktsiin on ohutu ja efektiivne ning pakub pikaajalist kaitset. Alates 2018. aastast

rahastab riik tütarlaste HPV vastu vaktsineerimist, kuna 80% inimestest nakatub elu jooksul mõne HPV tüvega, millest ohtlikumad põhjustavad vähki.

Vaktsineerida soovitatakse enne võimalikku kokkupuudet viirusega ehk orienteeruvalt 12-aastaselt. Vaktsineeritakse üksnes tütarlapsi. Esimese ja teise annuse vaheline minimaalne intervall peab olema vähemalt 6 kuud, kuid mitte rohkem kui 13 kuud.

Oluline on HPV vastu vaktsineerida enne suguelu algust. Tütarlapsi vaktsineerib koolis kooliõde. Ühtegi last ei vaktsineerita ilma lapsevanema nõusolekuta. Koolitervishoiuteenuse osutaja teavitab lapsevanemat ning küsib selleks nõusolekut vähemalt üks nädal enne plaanivat vaktsineerimist.

Rohkem infot leiab aadressilt **www.vaktsineeri.ee**.

JÄMESOOLEVÄHI SÕELUURING

Jämesoolevähk on tõsine haigus, mis ohustab nii naisi kui ka mehi. Jämesoolevähi sõeluuring on hea võimalus kontrollida oma tervist ja ennetada vähki. Uuringule kutsutakse nii naisi kui ka mehi.

Jämesoolevähk on sageli esinev haigus. Eestis haigestub jämesoolevähki peaaegu tuhat inimest aastas. **Jämesoolevähk on vähisurmade arvult teisel kohal kõikide vähkide seas.**

Jämesoolevähk tekib aeglaselt ja järk-järgult ning selle algaasis tekkivate healoomuliste kasvajate varane avastamine võimaldab vähki ära hoida. Soolestiku esimeste muutuste avastamine sõeluuringu abil aitab haigusele õigel ajal jälile saada ja alustada varakult raviga.

Kuna jämesoolevähk on aeglase ja astmelise tekkega, siis vanuse kasvades suureneb ka risk haigestuda vähki. Haigestumise risk suureneb alates 50. eluaastast.

Jämesoolevähi avastamiseks tuleb teha väljaheite-testil põhinev uuring (peitveretest) ja vajadusel jämesoole uuring (sõelkoloskoopia).

Sõeluuringule kutsutakse 60–69-aastaseid mehi ja naisi iga kahe aasta tagant.

KUIDAS SÕELUURINGUTEL OSALEDA?

Sõeluuringule on kutsutud need inimesed, kelle sünniaasta kuulub sõeluuringu sihtrühma. Nendele naistele ja meestele saadab vähi sõeluuringute register nimelise kutse. Sõeluuringute kutsed saadetakse elektrooniliselt, kasutades selleks eesti.ee teavitusteenust. E-kutse saavad kõik sõeluuringu sihtrühma kuuluvad inimesed, kellel on isikukood@eesti.ee e-post suunatud igapäevaselt kasutuses olevale meiliaadressile või kel on rahvastikuregistrisse märgitud isiklik meiliaadress.

Kui vähiregister ei saa infot inimese e-posti aadressi kohta, saadetakse talle paberkutse rahvastikuregistris märgitud aadressile. Kui sealsed andmed ei ole täpsed, ei pruugi kutse uuringule oodatud inimeseni jõuda.

Uuringul osalemiseks ei pea jääma kutset ootama. Kui kuulute sõeluuringu sihtrühma, siis broneerige endale sobiv vastuvõtuaeg juba praegu.

2021. aastal kutsutakse jämesoolevähi sõeluuringule nii ravikindlustatud kui ka ravikindlustamata mehi ja naisi sünniaastatega 1953, 1955, 1957, 1959 ja 1961.

Rohkem infot jämesoolevähi sõeluuringu kohta saate oma perearstilt või haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee ->

Haiguste ennetamine ja uuringud -> Jämesoolevähi sõeluuring või www.soeluuring.ee.

Sõeluuringu saatikirja leiate patsiendiportaalist digilugu.ee (terviseandmed -> saatikirjad) sõeluuringuaasta algusest.

Registreerimisel kontrollitakse teie sünniaastat ja uuringule minnes võtke kaasa isikut tõendav dokument.



Laste tervis

Väga oluline on laste tervist kontrollida ja jälgida nende kasvamist ning arengut. Selleks on Eestis välja töötatud tervisekontrollide juhend.

Laste tervisekontroll on perearstide, lastearstide ja teiste arstide koostöös välja töötatud kava, mille abil jälgitakse lapse kasvu ja arengut, kuulmist, nägemist ja kõnet, antakse teavet vaktsineerimisega ennetatavate nakkushaiguste kohta, vaktsineeritakse, aidatakse kaasa tervislike toitumis- ja liikumisharjumuste kujunemisele ning nõustatakse lapsevanemaid.

Vastsündinutele tehakse juba sünnitusosakonnas või lastehaigla vastsündinute osakonnas sõeluuringud mitmete pärilike ainevahetushaiguste ja kaasasündinud kuulmishäirete varajaseks avastamiseks.

Vastsündinud registreeritakse automaatselt oma ema perearsti nimistusse. See tähendab, et te ei pea oma lapsele perearsti saamiseks enam eraldi taotlust esitama. Taotluse peate esitama vaid juhul, kui soovite oma lapsele enda perearstist erinevat perearsti. Teavitage perearsti juba enne lapse sündi, et peatselt lisandub tema nimistusse uus liige.

Rohkem informatsiooni leiate
Terviseameti kodulehelt.

Tervet imikut jälgib esimese eluaasta jooksul kord kuus kas perearst või pereõde. Kui vastsündinu kirjutati sünnitusmajast koju varakult (s.o vähem kui 48 elutundi loomuliku sünnituse ja vähem kui 96 elutundi keisrilõike korral), siis tuleb beebiga hiljemalt 5.–7. elupäeval sünnitusmajja lastearsti juurde järelkontrolli minna. Kui vastsündinu viibis sünnitusmajas kauem kui 48 elutundi loomuliku sünnituse või 96 elutundi keisrilõike puhul, siis teeb esimese elunädala tervisekontrolli perearst või -õde kas perearstikeskuses või lapse kodus.

Ennetavaid tervisekontrole tuleb jätkata ka väikelapseas. 2–5-aastase lapsega on oluline igal aastal perearsti ja -õde külastada. Nendel visiitidel hinnatakse lapse kasvu ja igakülgset arengut. Kõrvalekallete varane avastamine loob eelduse õigeaegse ravi alustamiseks.

Enne kooli minemist on vaja lapsega külastada perearsti ja hambaarsti. 6–7-aastase lapsega tuleb käia perearsti juures koolieelses tervisekontrollis. Arst hindab lapse arengut ja vaatab, kas laps on valmis kooli minema. Muu hulgas kontrollitakse nägemis- ja kuulmisteravust ning kõne arengut. Tervise seisundi muutuse või normist erinevuse korral saab arst suunata lapse lisauuringutele, logopeedi või silmaarsti juurde. Juhul kui perearst probleeme ei tuvasta, siis ei ole kõrva-nina-kurguarsti ega silmaarsti külastus vajalik. Selles vanuses last peab ka vaktsineerima difteeria, teetanuse, läkakõha ja lastehalvatuse vastu.

Tervisekontrolli võiks minna aegsasti enne kooli, juba kevadest, siis jääb aega võimalike probleemide lahendamiseks. Näiteks saab vajadusel muretseda prillid, või kui laps vajaks mingit lisaabi või eritingimusi, on võimalik seda aegsasti korraldada.

KOOLITERVISHOID

Kooli vastuvõtmiseks tuleb esitada lapse tervisekaardi väljavõte, kus on kirjas oluline info varasemate vaktsineerimiste, krooniliste haiguste, pidevalt kasutatavate ravimite ja allergiate kohta. Teave on vajalik lapse tervise jälgimiseks koolis, aga ka õppekoormuse ja eluviisi kohaldamiseks.

Kooli tulles küsitakse lapsevanema nõusolekut koolitervishoiuteenuse osutamiseks. Kooliõde teeb tervisekontrole 1., 3., 7. ja 10. klassi õpilastele. Perearsti juures tuleb tervisekontrollis käia 5. ja 9. klassi õpilastel.

Enne igat vaktsineerimist peab kooliõde küsima lapsevanemalt kirjaliku nõusoleku.

Koolis last ei ravita, haige lapse ravi määrab ja seda koordineerib perearst või eriarst. Kui laps on koolis haigestunud või on juhtunud trauma, peab kooliõde andma talle esmast abi ja teavitama lapsevanemaid. Haigestumise korral tuleb pöörduda perearsti poole.

VAKTSINEERIMISKALENDER

Vanus	Vaktsiin
12 tundi	B-viirushepatiit, 1. annus*
1–5 päeva	Tuberkuloos
2 kuud	Rotaviirusnakkus, 1. annus
3 kuud	Poliomüeliit-difteeria-teetanus-läkaköha- <i>Haemophilus influenzae</i> tüüp b ja B-viirushepatiit, 1. annus ja rotaviirusnakkus, 2. annus
4,5 kuud	Poliomüeliit-difteeria-teetanus-läkaköha- <i>Haemophilus influenzae</i> tüüp b ja B-viirushepatiit, 2. annus ja rotaviirusnakkus, 3. annus**
6 kuud	Poliomüeliit-difteeria-teetanus-läkaköha- <i>Haemophilus influenzae</i> tüüp b ja B-viirushepatiit, 3. annus
1 aasta	Leetrid-mumps-punetised, 1. annus
2 aastat	Poliomüeliit-difteeria-teetanus-läkaköha- <i>Haemophilus influenzae</i> tüüp b ja B-viirushepatiit, 4. annus
6–7 aastat	Poliomüeliit-difteeria-teetanus-läkaköha, 5. annus
12 aastat	HPV***
13 aastat	Leetrid-mumps-punetised, 2. annus
15–17 aastat	Difteeria-teetanus-läkaköha, 6. annus
Täiskasvanud iga 10 aasta järel	Difteeria-teetanus

* Üksnes HBsAg-positiivsetel või raseduse ajal B-viirushepatiidi suhtes analüüsima emadel sündinud riskirühma kuuluvad vastsündinud.

** Üksnes rotaviirusnakkuse viievalentse vaktsiini korral.

*** Üksnes tütarlapsed. Esimese ja teise annuse vaheline minimaalne intervall vähemalt 6 kuud, kuid mitte rohkem kui 13 kuud.

LASTE HAMBARAVI

Laste õigete hügieeniharjumuste ja ennetavate hambaarstivisiitide abil on võimalik vältida olukordi, kus täiskasvanueas tekivad hammastega probleemid, mis vajavad põhjalikumat ja kallimat ravi.

Esimene hambaarsti külastus võiks toimuda lapse esimese hamba lõikudes või umbes aastase lapsega. Esimesi nõuandeid suutervise kohta saate juba ämmaemandalt või lapse esimesel eluaastal pereõelt.

Lisaks kodus suuhügieeni eest hoolitsemisele on oluline ka regulaarselt hambaarsti juures kontrollis käia. **Oluline on, et laps käiks kord aastas hambaarsti juures kontrollis.**

Kui koolis tuvastab kooliõde regulaarse läbivaatuse käigus lapsel hambaravi vajaduse, siis annab ta vanemale kaasa soovitus hambaarsti külastuseks. Kui laps vajab hambaravi, peab see kindlasti toimuma pere nõusolekul. Oluline on hambaarsti valides jälgida, kas hambaarstil on leping haigekassaga. Vaid lepingu olemasolul on teenus tasuta.

Hea teada

- Hambakaariest on lihtne vältida hambasõbralikult toitudes ja regulaarselt oma suuhügieeni eest hoolitsedes. Januga tuleb mahlavõi limonaadi asemel juua vett. Toidukordade vahel peab pidama pikemaid pause ehk vältida tuleks näksimist.
- Veel uusi ja põnevaid teadmisi nii lapsevanemale, lapsele kui ka õpetajale leiab veebilehelt www.suukool.ee.
- Haigekassa tasub kuni 19-aastaste laste ja noorte hambaravi eest oma lepingupartnerite juures.
- Haigekassa hambaravi partnerid leiab haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee/hambaravi-partnerid.





Arstiabi välisriigis

Vajaminev arstiabi Euroopa ravikindlustuskaardi alusel

Reisile minnes tasub kaasa võtta Euroopa ravikindlustuskaart, mis on välismaal tekkinud terviserikke korral oluline abimees. Euroopa ravikindlustuskaardi ettenäitamisel osutatakse Eesti kindlustatele Euroopa Liidus ning ka Inglismaal, Norras, Islandil, Šveitsis ja Liechtensteinis vajaminevat arstiabi võrdsetel tingimustel nendes riikides elavate kindlustatud inimestega.

Euroopa ravikindlustuskaart on ravikindlustusega inimestele tasuta ja seda saab taotleda riigiportaalist www.eesti.ee. Kaart jõuab teieni kümne päeva jooksul.

Vajaminevaks arstiabiks loetakse teises Euroopa Liidu riigis viibimise ajal ootamatult tekkinud terviserikke ravimist. See võib olla näiteks kõrge palavik, kõhuvalu, infarkt või õnnetuse tagajärjel tekkinud vigastus. Seda, kas tegemist on vajamineva arstiabiga, otsustab arst.

Vajaminev arstiabi ei ole täiesti tasuta – maksta tuleb patsiendi omaosalustasud (visiidi- ja voodipäevatasu jne) asukohamaa ehk reisisihtkoha hindade järgi. **Omavastutustasusid ega riikidevahelise transpordi kulusid haigekassa ei korva.**

Euroopa ravikindlustuskaardi alusel tuleb arstiabi saamiseks pöörduda riiklikku raviasutusse, mitte era-kliinikusse, sest **Euroopa ravikindlustuskaarti aktiveeritakse ainult riiklikku süsteemi kuuluvates raviasutustes.** Seetõttu soovitab haigekassa enne reisile minekut alati ka reisikindlustuse osta. Reisikindlustus, sõltuvalt kindlustuslepingust, katab üldjuhul ka need kulud, mida haigekassa ei kata. **Erakindlustus tuleb kindlasti hankida ka liikmesriikidest väljapoole reisis, kus Euroopa ravikindlustuskaart ei kehti ning kus toimunud õnnetuse korral tuleks patsiendil ka ravikulude eest ise tasuda.**

Juhul kui teil ei ole Euroopa ravikindlustuskaarti kaasas, siis tuleks tellida asendussertifikaat. Asendussertifikaati saab samuti tasuta tellida riigiportaali eesti.ee teenusest „Euroopa ravikindlustuskaardi tellimine“. Jätakuvalt saab sertifikaadi tellimusi esitada, saates e-kirja aadressile info@haigekassa.ee või helistades haigekassa klienditelefonile +372 669 6630. Asendussertifikaat saadetakse teile eesti.ee kaudu tellides riigiportaali postkasti. E-kirja või telefoni teel tellitud asendussertifikaadi saab vastavalt tellija soovile kätte e-kirja või posti teel.

Kui teil ei ole Euroopa ravikindlustuskaarti ega ka selle asendussertifikaati, siis tuleb esialgu kõik kulud ise tasuda. Tagantjärele hüvitise saamiseks tuleb haigekassale esitada kulude tagasimakse taotlus, maksmist tõendavad dokumendid (raviarve) ja ravi- loo kokkuvõte.

Igas Euroopa Liidu liikmesriigis on vähemalt üks asutus, mis aitab inimestel leida infot, kuidas saada välismaal arstiabi. Sellist asutust nimetatakse riiklikuks kontaktpunktiks. Eestis täidab riikliku kontaktpunkti ülesandeid haigekassa. Kontaktpunkti info leiate veebilehelt www.haigekassa.ee/kontaktpunkt. Sealt saab infot selle kohta, millistes välisriikides ja missugust arstiabi on ravikindlustatud inimestel võimalik saada. Samuti saab vastuseid küsimustele, kuidas õnnetuse korral toimida, kuhu pöörduda, milliseid kulutusi võib arstiabiga seoses tekkida, kuhu kulude hüvitamiseks pöörduda, millised dokumendid reisile kaasa võtta jne. Lisaks saavad kontaktpunktist informatsiooni ka teiste Euroopa Liidu liikmesriikide kindlustatud, kellele osutatakse arstiabi Eestis.

Karl läks Prantsusmaale lumelauaga sõitma. Lauaga sõites kukkus Karl nii õnnetult, et ta pidi paariks päevaks haiglasse jääma. Kuna Karl esitas haiglas Euroopa ravikindlustuskaardi, siis koheldi teda võrdsetel Prantsusmaa ravikindlustatud inimestega ning talle esitati arve ainult omavastutustasude (voodipäevatasu) eest. Selle arve esitas Karl erakindlustusele, mille ta oli enne reisile minekut vormistanud.



Hea teada

- Euroopa ravikindlustuskaarti ja selle asendussertifikaati saab tasuta tellida riigiportaalist www.eesti.ee -> Tervis ja tervisekaitse -> Tervishoid ja arstiabi -> Arstiabi ja ravi välismaal.
- Euroopa ravikindlustuskaart kehtib vaid koos isikut tõendava dokumendiga.
- Euroopa ravikindlustuskaarti ei tohi kasutada, kui kindlustus on lõppenud. Kodakondsus ei võrdu ravikindlustusega!
- Euroopa ravikindlustuskaart annab õiguse vajaminevale arstiabile riiklikes raviasutustes, kui viibitakse Euroopa Liidu riikides, Inglismaal, Liechtensteinis, Norras, Islandil ja Šveitsis.
- Kolmandate riikide kodanikud ei saa Euroopa ravikindlustuskaarti ja selle asendussertifikaati kasutada ravi saamiseks Inglismaal, Taanis, Islandil, Liechtensteinis, Norras ega Šveitsis. Nendesse riikidesse reisisid soovitage sõlmida eraldi tervisekindlustuse lepingu erakindlustuseltsiga.
- Kuigi Ühendkuningriiki lahkus Euroopa Liidust, saab seal endiselt Euroopa ravikindlustuskaardi alusel vajaminevat arstiabi.
- Euroopa Liidust väljapoole reisisid Euroopa ravikindlustuskaart ei kehti. Enne reisile asumist ostke reisikindlustus, seda ka Euroopa Liidus reisisid.
- Euroopa ravikindlustuskaart ei kata kõiki arstiabi kulutusi. Patsiendil tuleb maksta omaosalustasud (nt visiiditasu, voodipäevatasu, ravimite omaosalustasu) ja riikidevahelised sõidukulud.
- Välisriigist helistades on haigekassa klienditelefon number +372 669 6630. Lisainfot ravivõimaluste kohta leiate www.haigekassa.ee/kontaktpunkt.

Plaaniline arstiabi välisriigis

Plaaniline ravi tähendab olukorda, kus inimene läheb teise riiki eesmärgiga saada seal ravi. Selleks, et haigekassa hüvitaks välisriigis saadud plaanilise ravi, on kaks võimalust.

Esimene võimalus on taotleda haigekassalt eelluba vajalike ravikulutuste katmiseks välisriigi raviasutuses. See võimalus on mõeldud nendele kindlustatutele, kellele on meditsiiniliselt näidustatud selline tervishoiuteenus, mida Eestis ei osutata või mida ei ole võimalik osutada meditsiiniliselt õigustatud tähtja jooksul. Haigekassa toetub otsust langetades arstliku konsiiliumi hinnangule. Konsiiliumisse peab kuuluma vähemalt kaks eriarsti. Konsiilium annab hinnangu vastavalt sellele, kas taotletav tervishoiuteenus vastab seaduses kehtestatud kriteeriumitele. Positiivse otsuse korral väljastab haigekassa tasu maksmise ülevõtmist kinnitava dokumendi ning tasub välisriigis tekkinud meditsiinilised kulud.

Teine võimalus plaanilise arstiabi saamiseks välisriigis on Euroopa Liidu patsientide vaba liikumise direktiivi alusel. See tähendab, et eriarstile saatekirja saanud patsient võib valida ükskõik millise raviasutuse või arsti Euroopa Liidu piires (v.a Šveits) ja võib pärast ravi saamist taotleda haigekassalt hüvitist.

Oluline erinevus Eestis ja välisriigis saatekirja alusel eriarsti poole pöördumisel seisneb selles, et välisriigis tuleb kogu ravi eest esmalt ise tasuda ja seejärel tagasi koju saabudes haigekassalt kulude hüvitamist taotleda. Silmas tuleb pidada, et haigekassa tasub vaid nende tervishoiuteenuste eest, mida patsiendil oleks õigus saada haigekassa kulul ka Eestis.

Hüvitada ei ole võimalik arstiabi, mida Eestis ei osutata või ei hüvitata, samuti ei hüvitata inimesele meditsiiniliselt mittenäidustatud teenuseid. Kui välismaal saadud teenuse hind on kõrgem kui meie haigekassa tervishoiuteenuste loetelus märgitud hind, peab patsient hinnavahe ise tasuma. Patsiendi enda kanda jäävad ka omaosalustasud ja sõidukulud.

Pisikesel Annal on kaasasündinud raske südamerike, mida Eestis ei ravita. Anna ema tegi haigekassale taotluse suunata laps ravile Saksamaale. Haigekassa tegi taotluse suhtes positiivse otsuse, kuna sellist tervishoiuteenust Eestis ei osutata. Keeruline südameoperatsioon tehti Saksamaa haiglas ning operatsiooni eest tasus haigekassa. Anna ja tema ema sõidukulud ja omaosalustasud maksis prete ise kinni.



Hea teada

Välisriigis saadud plaanilise ravi eest hüvitise saamiseks direktiivi alusel tuleb esitada taotlus, mille avaldus on kättesaadav haigekassa kodulehel www.haigekassa.ee -> Avaldused, või klienditeenindusbüroodes.

Samuti tuleb haigekassale esitada raviteenuse originaalarved, maksmist tõendavad dokumendid, eriarsti saatekirja ja raviloo kokkuvõte. Rohkem infot plaanilise arstiabi kohta välisriigis leiata haigekassa kodulehelt www.haigekassa.ee -> Arstiabi välisriigis -> Arstiabi Euroopa Liidus ja mujal.

Põnevaid fakte

Ravikindlustuse andmed 2020. aasta kohta

1,3

Ravikindlustus oli
1,3 miljonil inimesel

1300

Haigekassal oli üle
1300 lepingupartneri,
kes osutasid
tervishoiuteenuseid

1,6

Tervishoiule kulus
üle 1,6 miljardi euro

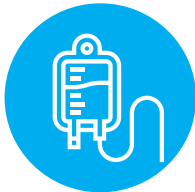
75

Haigekassaga oli rahul
75% Eesti elanikest



PEREARSTIABI

- **160 miljonit** eurot tasus haigekassa perearstiteenuste eest
- **7 miljonit** vastuvõttu tegid perearstid ja -õed
- **6,8 korda** käis inimene keskmiselt perearsti või -õe vastuvõtul
- **84%** Eesti elanikest jäi perearsti või pereõe vastuvõtuga rahule



ERIARSTIABI

- **772 miljonit** eurot tasus haigekassa eriarstiabi teenuste eest
- **730 000** patsienti kasutas eriarstiabi teenuseid
- **130 670** operatsiooni tehti tervishoiuasutustes
- **9 patsienti 10-st** jäi viimase eriarsti visiidiga rahule



ÕENDUSABI

- **7000** inimesele osutati üldhooldekodudes õendusteenust
- **45 miljonit** eurot tasus haigekassa õendusabi teenuste eest
- **11 780** inimest sai statsionaarset õendusabi
- **10 400** inimest sai koduõendusteenust



HAMBARAVI

- **55 miljonit** eurot tasus haigekassa hambaraviteenuste eest
- **284 527** täiskasvanu hambaravihüvitise eest tasusime **üle 14,4 miljoni** euro
- **58%** lastest vanuses 3–19 aastat käis hambaarsti juures
- **87%** elanikest jäi viimase hambaarstikülastusega rahule



TÖÖVÕIMETUSHÜVITISED

- **192 miljonit** eurot maksis haigekassa ajutisi töövõimetushüvitisi **209 000** inimesele
- **486 000** korda võeti töövõimetuslehte
- **6,98 miljoni** päeva eest maksis haigekassa töövõimetushüvitist



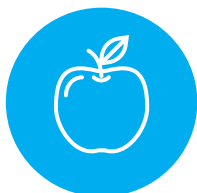
VÄLISRAVI

- Ligi **11,8 miljonit** eurot tasus haigekassa Eesti ravikindlustatute tervishoiuteenuste eest välisriikides
- **Üle 40 korra** käidi välisriikides eelluba vajaval plaanilisel ravil ja uuringutel, kõige rohkem Soomes, Saksamaal ja Rootsis



SOODUSRAVIMID JA MEDITSIIINISEADMED

- **152,7 miljoni** euro eest kompenseeris haigekassa ravimeid **832 000** inimesele
- **8,8 miljoni** soodusretsepti eest tasus haigekassa hüvitist
- **11,6 miljoni** euro eest hüvitas haigekassa meditsiiniseadmeid **78 000** inimesele
- **117** uut meditsiiniseadet lisati hüvitatavate seadmete loetellu



HAIGUSTE ENNETUS

- **Üle 116 600 inimese** käis erinevatel sõeluuringutel
- **17 miljonit** eurot tasus haigekassa haiguste ennetuse ja tervise edenduse eest



Kasulikud nõuanded

- Pöörduge alati haigekassa poole, kui teil on küsimusi arstiabi või ravikindlustuse kohta!
- Perearst on kõrge kvalifikatsiooniga arst, kes suudab diagnoosida ja ravida enamikku haigusi.
- Kui teil on tervisemure, aga teie perearst ei ole parajasti kättesaadav, tasub helistada perearsti nõuandetelefonile!
- Külastage hambaarsti regulaarselt ja laske kord aastas oma hambaid kontrollida!
- Küsige arstilt toimeainepõhist retsepti ja apteekrilt soodsaimat ravimit!
- Enne eriarsti juurde minekut uurige, kas perearsti saatekiri on vajalik!
- Kui te ei saa arsti vastuvõtule minna, tühistage alati oma broneeritud aeg, et teised abivajajad saaksid kiiremini arsti juurde.
- Kui lähete Euroopasse, võtke kaasa Euroopa ravikindlustuskaart ja tehke reisikindlustus kõiki- de välismaaareside korral!

MINU ANDMED JA E-TEENUSED

RIIGIPORTAAL

Sisenedes riigiportaali www.eesti.ee ID-kaardi, mobiil-ID või Smart-ID abil, saate kasutada järgmisi haigekassa e-teenuseid:

- tellida Euroopa ravikindlustuskaarti
- kontrollida oma õigust hambaravi- ja proteesi-

hüvitisele ja vaadata limiidi kasutust

- saada teavet oma töövõimetuslehtede kohta
- kontrollida ja muuta oma arvelduskonto andmeid
- kontrollida oma ravikindlustuse kehtivust ning perearsti andmeid
- vaadata oma ravimite ja meditsiiniseadmete retsepte

PATSIENDIPORTAAL

Patsiendiportaalist ehk digiloost www.digilugu.ee näete oma terviseandmeid. Kõikidel ravikindlustatud inimestel on võimalik digiloost vaadata endaga seotud raviarveid, mille eest on haigekassa raviasutustele tasunud.

ID-kaardi, mobiil-ID või Smart-ID omanikuna saate patsiendiportaalis:

- vaadata oma terviseandmeid ehk raviarstide koostatud ja tervise infosüsteemi saadetud meditsiinidokumente ja raviarveid
- määrata esindajaid erinevate toimingute tegemiseks (näiteks retsepti väljaostmiseks)
- esitada tahteavaldusi
- kontrollida nimeliselt, kes ja millal on teie terviseandmeid vaadanud
- raviarvete sisu kohta haigekassale tagasisidet anda

Kasulikud kontaktid



Arstiabi ja ravikindlustuse info



www.haigekassa.ee



+372 669 6630



info@haigekassa.ee



Eesti Haigekassa



Tervisekassa #tervisekassa

Ravi- ja patsiendijuhendid



www.ravijuhend.ee

Patsiendi terviseandmed patsiendiportaal



www.digilugu.ee



+372 694 3943

Mõistlik ravimikasutus ja toimeainepõhine retsept



www.haigekassa.ee/ravimikampaania

Perearsti nõuandetelefon



www.1220.ee



+372 634 6630 või 1220

Laste hammaste tervis



www.suukool.ee



info@suukool.ee



suukool



[suukool.ee](https://www.instagram.com/suukool.ee)

**Kuni 19-aastaseks saamiseni tasub
sinu hambaravi eest haigekassa.**



**Laste hambaravi lepingu-
partnerid leiad: www.haigekassa.ee**



Tee vaimse tervise vitamiinide test ja vaata soovitusi
www.peaasi.ee

TERVISEKASSA 



peaasi.ee

HAIGEKASSA INFO:

www.haigekassa.ee

info@haigekassa.ee

Klienditelefon 669 6630

Vastame teile:

E–N 8.30–16.30;

R 8.30–14.00

