

Vaimse tervise õe tegevused

Reet Tohvre RN, MSc

03.12.2015.



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

Õe õppekava

- Õe põhiõpe 210 EAP
- Spetsialiseerumine ühel neljast õenduse erialast (kliiniline õendus, terviseõendus, intensiivõendus, vaimse tervise õendus) 60EAP
- Õppekava maht Euroopa ainepunktisüsteemi ainepunktides (EAP): 270 EAP (õe põhiõpe 210 EAP + õe eriala koolitus 60 EAP) ja õppekava läbitakse kahes etapis
- Õppe nominaalkestus 4,5 aastat

Õppekava eesmärgiks on arendada kriitilist analüüsivõimet, iseseisvat otsustus- ja tegutsemisvalmidust töötamaks eriõena tervishoiusüsteemi erinevatel tasanditel.

Näited vaimse tervise õe õppe lõpetanu õpiväljunditest

- On valmis lahendama psühhiaatrilisi juhtumeid interdistsiplinaarses meeskonnas;
- valib rakendamiseks tõendus põhiseid meetmeid vaimse tervise probleemide ennetamiseks ja psühhiaatriliste probleemidega patsientide toimetuleku edendamiseks;
- teeb koostööd sotsiaalhoolekande- ja rehabilitatsiooniasutustega vaimse tervise häiretega patsientide elukvaliteedi parandamiseks;
- hindab õe pädevuse piires patsiendi vaimse tervise seisundit ning patsiendi ja tema lähedaste vajadusi õenduses;
- õpetab õe pädevuse piires patsienti ja tema lähedasi rahuldama tervisega seotud vajadusi;
- järgib psühhosotsiaalse rehabilitatsiooni ja võrgustikutöö põhimõtteid haiglavälises õenduspraktikas;
- orienteerub psühhiaatrilist abi, õiguste kaitset ning sotsiaalabi ja -teenuseid reguleerivates õigusaktides;
- oskab võtta asjatundlikku vaimse tervise anamneesi patsiendilt;
- orienteerub psüühikahäiretes, olles teadlik nende levimusest, riskifaktoritest, patogeneesist, ravi ja õendusabi põhimõtetest;
- oskab oma pädevuse piires jälgida patsiendi seisundite psühhofarmakonide toimete ja kõrvaltoimete suhtes;
- oskab anda esmaabi erakorraliste psüühikahäirete korral.

Õpiväljundid (aines „kliiniline psühholoogia“)

- Teab lapse emotsionaalse, sotsiaalse, kognitiivse, keelelise ja moraalse arengu etappe ning kriise ning oskab neist lähtuvalt hinnata lapse ja nooruki arengut.
- Tunneb psüühika tervikliku kliinilise hindamise põhimõtteid ja oskab hinnata psühholoogilise abi vajadust, kasutades sobivaid hindamisvahendeid oma pädevuse piires.
- Tunneb kognitiiv-käitumusliku teraapia, pereteraapia lahenduskeskse lühiteraapia ning motiveeriva intervjuerimise põhimõtteid ja tehnikaid ning oskab neid oma pädevuse piires praktikas kasutada.
- On valmis ennastjuhtivaks praktikaks vaimse tervise meeskonnas.

Vaimse tervise õdede arv Eestis

- Terviseameti tervishoiutöötajate registri andmed: psühhiaatriaõed 153, vaimse tervise õed 37
- TÜK psühhiaatriakliinikus k.a. seisuga 21 vaimse tervise õde ja 17 psühhiaatriaõde (spetsialiseerunud varem).

Vaimse tervise õe poolt osutatavad teenused haigekassa tervishoiuteenuste loetelus

- **Vaimse tervise õe/psühhiaatriaõe vastuvõtt HK kood 3015**
- Psühhoteraapia seanss ühele haigele grupis (grupis 7-8 haiget) kood 7602
- Raviplaani koostamine või muutmise (meeskonnas kas 3 või 4 liiget), koodid vastavalt 7617 ja 7618
- Polüsomnograafia kood 6432
- Rõhu testimine AUTO-CPAP aparaadiga (üks ööpäev), kood 6343
- Koguöö digitaliseeritud pulssoksümeetriline uuring, kood 6341

Kuni 31. detsembrini 2018. a võib tervishoiuteenust osutada ka psühhiaatria erialal töötav õde.

Kliinikumi psühhiaatriakliiniku praktika

Iseseisvad õe vastuvõttud :

- ✓ Vaimse tervise õed
- Unehäirete õed
- Söömishäirete õed
- Laste ja noorukite vaimse tervise õed

Vaimse tervise õe iseseisva vastuvõtu kirjeldus

- Patsiendi terviseseisundi hindamine.
- Ravimite manustamine ja ravimiinfo jagamine (otseselt kontrollitavad ravimid, metadoon, deppooravimid jms), ravimiannuse alandamise skeemi järgimise õpetamine.
- Ravimiseire uuringud (nt liitium, valproaat, bensodiasepiinid jms).
- Patsiendiõpetus ja vajadusel nõustamine, sh toitumispäeviku, alkohopäeviku, unepäeviku täitmise õpetus ja analüüs.
- Testide tegemine koos patsiendiga (AUDIT, EEK-2, Uppsala uneküsimustik, Mini-Mental jms).
- Struktureeritud intervjuude läbiviimine (peamiselt uuringupatsientidele).
- Analüüside võtmine, protseduuride teostamine (vastavalt raviplaanile ja/või arsti korraldustele).
- Pereliikmete ja lähedaste informeerimine või nõustamine.
- Patsiendi motiveerimine tervisliku eluviisi valimiseks/säilitamiseks.
- Üldise tervisliku seisundi jälgimine.
- Vajadusel grupiteraapiasse suunamine või kaasamine.
- Pulssoksümeetria uuringud, polüsomnograafia teostamine, rõhu testimine CPAP aparaadiga jms.
- Vajadusel psüühikahäirega patsiendi või tema eestkostja abistamine ja juhendamine ekspertiisitaotluste täitmisel.

Vaimse tervise kabinetid – kliinikumi psühhiaatriakliiniku praktika näitel

- Norra poolt rahastatava projekti raames avati vaimse tervise kabinetid Lõuna-Eesti haiglas Võrus, Põlva haiglas, Valga haiglas, Ida-Viru Keskhaiglas ja Narva haiglas eesmärgiga parandada laste ja noorte ambulatoorse vaimse tervise teenuse kättesaadavust.
- Töötajate koosseis: vaimse tervise õde (1,0), kliiniline psühholoog (1,0), sotsiaaltöötaja (0,5) ja arst-konsultant (0,25; kas psühhiaater või pediaater).
- Patsiendid kas pöörduvad ise või suunatakse.
- Esimese vastuvõtu praktikad erinevad- kas õde ja sotsiaaltöötaja koos või õde üksi või õde koos psühholoogiga või ka mõnikord kogu meeskonnaga-sõltub pöörduja taustast.
- Tulemused Põlva haigla näitel: IV aruandeperioodis pöördunutest ainult 10 % suunati edasi Kliinikumi psühhiaatriakliinikusse eriarsti vastuvõtule või statsionaarsele ravile peale konsultatsiooni psühhiaatriga.
- Peamised probleemid, millega pöörduakse (1 kabineti näitel):



LÕUNA-EESTI LASTE JA NOORTE
VAIMSE TERVISE KESKUS



IDA-VIRUMAA LASTE JA NOORTE
VAIMSE TERVISE KESKUS

Näide kohaliku haigla laste ja noorte vaimse tervise kabineti ühest tööpäevast

M/9a.	K	Laps, ema, VT õde	Õe vastuvõtt: jätkukohtumine, ema ja lapse suhted, senine konsultatsioonide kulg, edasised plaanid
M/9a.	K	Laps, ema, sotsiaaltöötaja	Sotsiaaltöötaja vastuvõtt: pere toimetulek
N/6a.	E	Laps, ema, VT õde	Õe vastuvõtt: esmane anamnees, probleemi selgitamine, olukord ja suhted lastekollektiivis
N/6a.	E	Laps, ema, sotsiaaltöötaja	Sotsiaaltöötaja vastuvõtt: pere olukorra kaardistamine, lähiring
M/7a.	K	Laps, ema , vend, VT õde	Õe vastuvõtt: tagasiside haigla uuringutest ja olukorrast, edasised plaanid
M/7a.	K	Laps, ema , vend, sotsiaaltöötaja	Sotsiaaltöötaja vastuvõtt: pere hetketoimetulek ja vajadused

M;8	K	Laps, kasvataja, psühholoog	Toimetulek (edusammud) suhteprobleemide ja käitumishäirega (pervasiivsed jooned)
N;6	K	Laps, kasvataja, psühholoog	Toimetulek enureesi ja käitumishäiretege
M; 3	K	Laps, kasvataja, psühholoog	Toimetulek (edusammud) kiindumushäire ja käitumisprobleemidega
N, 14	K	Laps, ema, isa, psühholoog	Toimetulek (edusammud ja edasiseks) depressiooni (psühhootilise sümptomaatikaga) ja suitsidaalse käitumisega
M; 12	K	Laps, ema, psühholoog	Toimetulek delinkventse käitumisega (psühhopaatilised jooned), vajalik uuring
M: 16	K	Laps, ema, õde, psühholoog	Toimetulek kooliprobleemide, depressiooni ja suitsiidi-mõtetega



LÕUNA-EESTI LASTE JA NOORTE
VAIMSE TERVISE KESKUS



IDA-VIRUMAA LASTE JA NOORTE
VAIMSE TERVISE KESKUS

Vaimse tervise õe tegevused alkoholismi ravi meeskonnas – võimalused ja valikud

- Võimalik vahelüli perearsti ja eriarsti (psühhiaater) vahel.
- Koostööpartner pereõele, patsiendi võrgustikule ja elanikkonnale alkoholismi ennetamisel.
- Vaimse tervise alase õendusteenuse osutamine.
- Juhtumikorraldaja?

Kokkuvõtteks

- Alkoholitarmitamise häirega patsiendi ravi saab vaimse tervise õde osutada õendusabi kas iseseisvalt või koos eriarstiga, teha koostööd teiste tervishoiu meeskonna liikmetega ning vajaduse korral ka sotsiaalabiasutustega.