

Tartu Ülikooli Kliinikumi visuaalse identiteedi juhend



Sissejuhatus	3		
Põhielemendid	4	Disainikeele ülevaade	19
Märk	5	Ülevaade	20
Logode ülevaade	6	Graafika seletus	21
Pikk logo	7	Plakat (A3 ja A4)	22
Kolmel real logo	8	Visiitkaart	23
Märk	9	Rinnasilt	24
Ringlogo	10	Ümbrikukujundus	25
Ringlogo erijuhtum	11	Dokumendipõhjad	26
Allüksuste logod	12	Dokumendikaaned	27
Logode värvikasutus	13	Patsiendiinfo trükised	28
Turvaala	14	Kliinikumi Leht	29
Keelatud kasutus	15	Esitluspõhjad 1	30
Põhivärvid	16	Esitluspõhjad 2	31
Kirjastiilid	17	Esitluspõhjad 3	32
Fotokeel	18	Logo meenetel	33
		Sotsiaalmeedia	34
		Sotsiaalmeedia profiili- ja päisepilt	35
		Töökuulutus	36
		Õnnituskaart	37
		Tänukiri	38
		Digiekraanid	39

Tartu Ülikooli Kliinikum on Eesti ainus ülikoolihaigla, millel on juhtiv roll Eesti meditsiinimaastikul. Kliinikumi missioon on tagada Eesti meditsiini kestmine ja areng läbi kõrgetasemelise integreeritud ravi-, õppe- ja teadustöö.

Visuaalne identiteet on Tartu Ülikooli Kliinikumi olemuse kandja. Selle keskne element on süda, mille haarad sümboliseerivad harmooniat ravimise, õpetamise ja teadustöö vahel. Süda kui ülemaailmselt tuntud armastuse ja hoolimise sümbol, kannab endas Kliinikumi patsiendisõbralikkuse sõnumit.

Uuenduskuuri läbinud stiiliraamat annab Tartu Ülikooli Kliinikumi visuaalsest keelest tervikliku ülevaate, kirjeldab ja selgitab erinevaid visuaalseid elemente ning annab detailsed juhised nende kasutamiseks.

Ühtne visuaalne keel annab Tartu Ülikooli Kliinikumile sise- ja välissuhtluses ühtse näo.

Põhielemendid

Tartu Ülikooli Kliinikumi märk on süda, mille haarad sümboliseerivad Kliinikumi kolme peamist tegevusala, milleks on ravi-, õppe- ja teadustöö.

Süda kui ülemaailmselt tuntud armastuse ja hoolimise sümbol, kannab endas Kliinikumi patsiendisõbralikkuse sõnumit.

Süda sümboliseerib ka elu, mille eest hoolitsemine on kogu Kliinikumi tegevuse mõte.



Tartu Ülikooli Kliinikumi logoperekonda kuulub neli erinevat tüüpi logo ja märk.

Pikk logo koosneb märgist ja ühel real olevast tekstist. Pikk logo on Kliinikumi peamine logo ja esimene eelistus kasutamiseks.

Kolmel real logo koosneb märgist ja kolmel real olevast tekstist. Kolmerealise tekstiga logo on soovitatav kasutada ainult siis, kui teisiti tõesti ei saa. Eelkõige tuleb eelistada pikka ja ringlogo.

Ringlogod koosnevad märgist ja ringis olevast tekstist. Ringlogo on soovitatav kasutada esinduslikel juhtudel (tänu- ja aukirjad, tunnistused, raamatud, kutsed, esindustrükised ja esindusürituste materjalid). Ringlogo kasutamist reklaamidel ja brošüürides tuleks vältida.

Logosid ei tohi kasutada koos (st ringlogo ja pikka logo ühel pinnal).

Pikast logost ja ringlogost on ka animeeritud versioon, mida saab küsida kommunikatsiooniteenistusest: kommunikatsioon@kliinikum.ee.

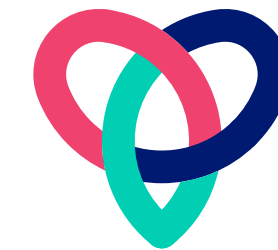
Pikk logo



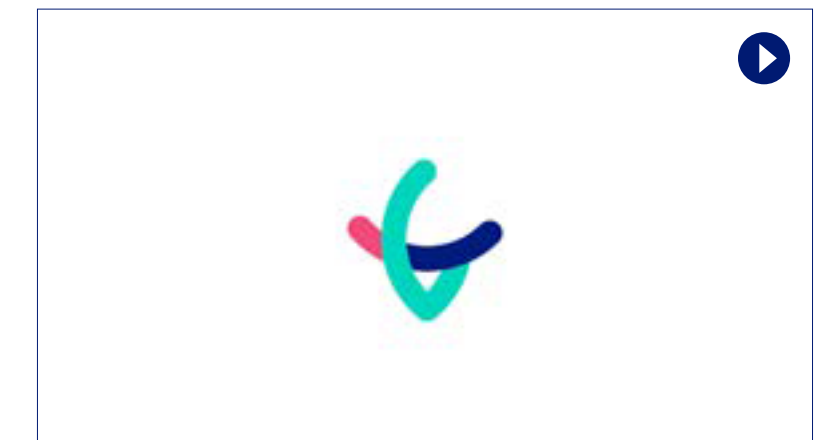
Kolmel real logo



Märk



Logoanimatsioon (pikk logo, ringlogo)



Ringlogo



Ringlogo (erijuhtum)



Pikk logo

7

Pikk logo koosneb märgist ja ühel real olevast tekstist.

Teksti puhul on kasutatakse kirjašrifti Dax Pro Bold ning sinist värvust "õpetamise sinine" (värvipalett leheküljel 16).

Pikk logo on Kliinikumi peamine logo.

Eesti keeles



Tartu Ülikooli Kliinikum

Vene keeles



Клиникум Тартуского университета

Inglise keeles



Tartu University Hospital

Tartu Ülikooli Kliinikumi märki võib ka eraldiseisvalt kasutada, kui ei ole võimalik kasutada terviklogo. Näiteks pindadel (meened), kuhu tekst ei mahu või sotsiaalmeedia postitustes.

Märgi kasutamise erijuhud tuleb kooskõlastada Tartu Ülikooli Kliinikumi kommunikatsiooniteenistusega kommunikatsioon@kliinikum.ee.

Märk



Ringlogo koosneb märgist ja ringis olevast tekstist. Ringlogo on soovitatav kasutada esinduslikel materjalidel (tänu- ja aukirjad, tunnistused, raamatud, kutsed, esindustrükised ja esindusürituste materjalid) ja pidulikel puhkudel (aastapäev, sünnipäev).

Eesti keeles



Vene keeles



Inglise keeles



Ringlogo erijuhtum

Tartu Ülikooli Kliinikumi haiglate ühendlogo kasutatakse kontserni (kuhu kuuluvad Tartu Ülikooli Kliinikum, Valga Haigla, Põlva Haigla ja Lõuna-Eesti Haigla) ühistel materjalidel, aga ka ühist tunnusgraafikat nõudvates olukordades (näiteks mastilipud).

Ringlogo



Logo neljal real



Allüksuste logosid ei tohi ise luua. Logo loomiseks tuleb võtta ühendust Tartu Ülikooli Kliinikumi kommunikatsiooniteenistusega kommunikatsioon@kliinikum.ee.



Tartu Ülikooli Kliinikum

Anestesioloogia ja intensiivravi kliinik



Tartu Ülikooli Kliinikum

Hematoloogia-onkoloogia kliinik



Tartu University Hospital

Surgery Clinic

Tartu Ülikooli Kliinikumi logo võib kasutada:

- värviline logo valgel taustal
- värviline negatiivlogo sinisel taustal
- hall logo valgel taustal (80% must)
- valge logo hallil taustal (80% must)
- must logo valgel taustal
- valge logo mustal taustal
- värviline negatiivlogo tumedal fototaustal
- värviline logo heledal fototaustal

Fototaustal tuleb jälgida, et logo oleks loetav.



Turvaala on ala, kuhu ei tohi ulatuda ükski teksti- ega pildiosa. Logo paigutamisel pildile või faktuurpinnale tuleb jälgida, et turvaalasse ei satuks graafiliselt aktiivseid pildiosi.

Turvaala tuleneb Tartu Ülikooli Kliinikumi märgi kõrgusest. Pool märgi kõrgusest on turvaala suurus.

Tähelepanu! Turvaala tuleb tuletada märgi kõrgusest, mitte laiusest. Kliinikumi märk ei ole võrdse kõrguse ja laiusega.

Pika logo turvaala



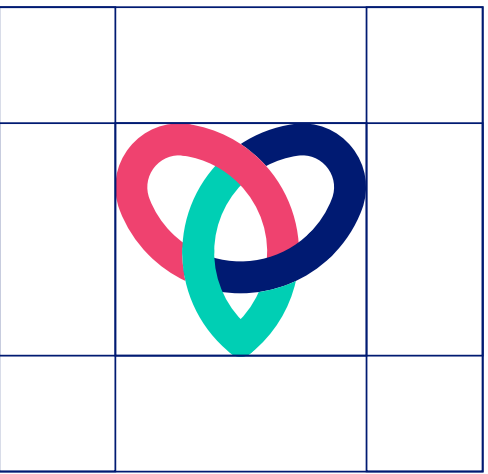
Ringlogo turvaala



Kolmel real logo turvaala



Märgi turvaala



Tartu Ülikooli Kliinikumi logos ei tohi muuta elementide värve ega kirjašrifti, deformeerida logo, muuta lisakirjade kirjašrifti, kasutada logo raskesti loetaval taustal, muuta märgi värve, kasutada logo ilma märgita, kasutada logo ainult kontuurina, muuta elementide proportsioone ega lisada logole eriefekte (nagu näiteks varjud).

Ära muuda logo elementide värve.



Ära muuda logo kirjašrifti.



Ära deformeeri logo.



Ära muuda logo lisakirjade kirjašrifti.



Ära kasuta logo raskesti loetaval taustal.



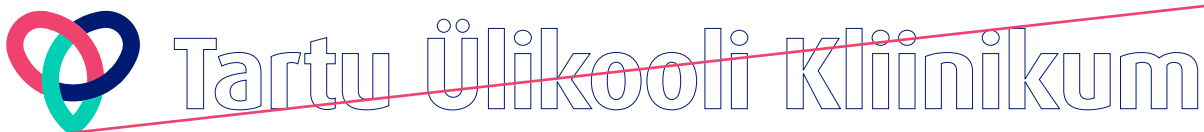
Ära muuda logo värve.



Ära kasuta logo tekstiosa ilma märgita.



Ära kasuta logo kontuurina.



Ära muuda logo elementide (nt lisakirja) proportsioone

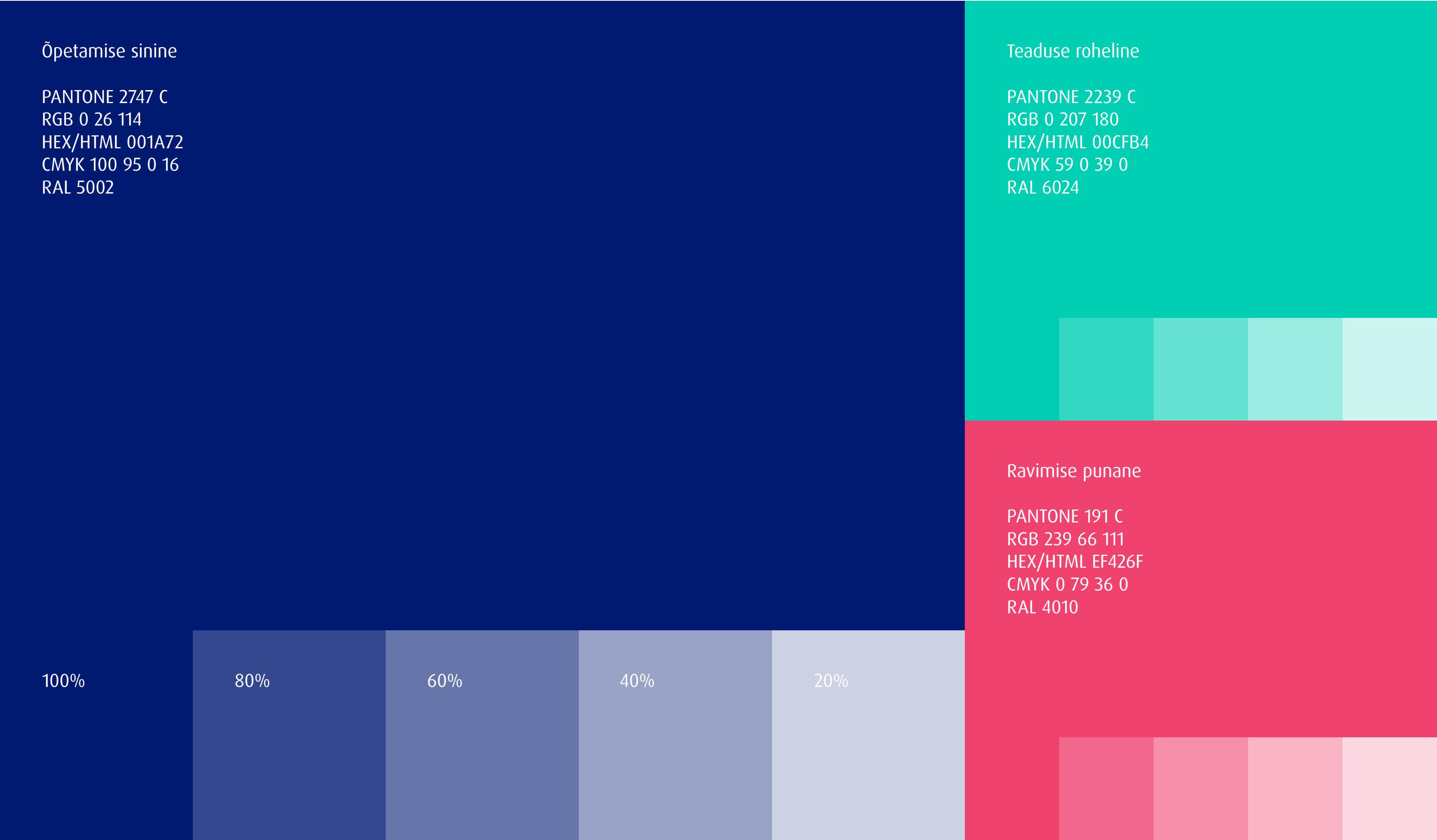


Ära lisa logole varju või muid kujudusefekte.



Tartu Ülikooli Kliinikumi visuaalsesse identiteeti kuuluvad kolm värvi, mis on ka Kliinikumi märgis esindatud – “õpetamise sinine”, “teaduse roheline” ja “ravimise punane”.

Välja on toodud ka pooltoonid kolmest värvist, mida võib kasutada kujundustel lisavärvidena.



Välja on toodud pooltoonide koodid kolmest värvist, mida võib kasutada kujundustel lisavärvidena.

100% RGB 0 26 114 HEX/HTML 001A72 CMYK 100 95 0 16	80% RGB 51 72 142 HEX/HTML 33488E CMYK 80 76 0 13	60% RGB 102 118 170 HEX/HTML 6676AA CMYK 60 57 0 10	40% RGB 153 163 199 HEX/HTML 99A3C7 CMYK 40 38 0 6	20% RGB 204 209 227 HEX/HTML CCD1E3 CMYK 20 19 0 3
100% RGB 0 207 180 HEX/HTML 00CFB4 CMYK 59 0 39 0	80% RGB 51 217 195 HEX/HTML 33D9C3 CMYK 76 0 10 15	60% RGB 102 226 210 HEX/HTML 66E2D2 CMYK 55 0 7 11	40% RGB 153 236 225 HEX/HTML 99ECE1 CMYK 35 0 5 7	20% RGB 204 245 240 HEX/HTML CCF5F0 CMYK 17 0 2 4
100% RGB 0 26 114 HEX/HTML EF426F CMYK 0 79 36 0	80% RGB 242 104 140 HEX/HTML F2688C CMYK 0 57 42 5	60% RGB 245 142 169 HEX/HTML F58EA9 CMYK 0 42 31 4	40% RGB 249 179 197 HEX/HTML F9B3C5 CMYK 0 28 21 2	20% RGB 252 217 226 HEX/HTML FCD9E2 CMYK 0 14 10 1

Dax Pro kirjad perekonna on loonud sakslasest tüpograaf Hans Reichel. Dax Pro kirjašrifti puhul hinnatakse selle selgust, elegantsust, ruumisäästlikkust ning humanistlikku tunnetust.

Dax Pro on Tartu Ülikooli Kliinikumi peamine kirjašrift. Pealkirjade jaoks kasutatakse bold paksust, sisuteksti jaoks regular paksust.

Juhul, kui Dax Pro kirjad perekonna kasutamine ei ole võimalik, tuleb kasutada alternatiivina Arial süsteemi-kirjad perekonda, mis on igas arvutis alati olemas.

Küsimuste korral ja Dax Pro kirjašrifti allalaadimiseks võtke palun ühendust Tartu Ülikooli Kliinikumi kommunikatsiooniteenistusega kommunikatsioon@kliinikum.ee.

Peamine kirjad perekond

Dax Pro Regular
Dax Pro Italic
Dax Pro Bold
Dax Pro Bold Italic

Alternatiivne kirjad perekond

Arial Regular
Arial Italic
Arial Bold
Arial Bold Italic

Fotode puhul tuleb kasutada Kliinikumi fotofiltrit, mis annab fotodele õrna sinaka tonaalsuse ning seob fotod ühtseks tervikuks.

Selleks tuleb võtta "õpetamise sinine" värv, valida 20% läbipaistvusega *blending mode*'i nimega "color" ning kasutada seda fotol.



Disainikeele ülevaade

Kliinikumi visuaalse identiteedi baaselemendiks on värvilised kastid ja logost tuletatud supergraafika. Kastid aitavad tekste ja pilte eristada, liigendada ning esile tõsta.

Vastuvõtupäe ülerigilises digiregistratuuris lk 3

Hapnikubaari mõju lk 4

Epilepsiaaie vastuvõtt lk 5



Kliinikumi Leht

Siisoleht nr 220, august 2019

klinikum.ee/leht



Kliinikum kutsub kokku patsientide nõukoja

Tartu Ülikooli Kliinikumi patsientide nõukoda saab olema patsientide ja nende lähedaste esindusühm, kes kaasatakse läbi nende kogemuste, arvamuste ja ettepanekute kliinikumikonserni tervishoiuteenuste arendamisse.

Kliinikumi juhatuse esimehe Priit Eelmäe sõnul on patsiendi- ja pereliikmete kliinikumi arengukavas strateegiliseks prioriteediks. „Aid on hea meel, et kliinikum astub esimesena samme, mille kaudu patsientidele saab päriselt uue tähenduse. Patsientide

nõukoja loomine haiglas on Eesti uudne, eriti seda toetab muu maailma praktikas. Olgu, et patsientide nõukoja loomine ei mõjuta otseselt ravi, on patsientide ja lähedaste kaasamine tulemuslik patsientideksse tervikliku tervishoiuteenuse osutamisel. Ühismeesed on kinnitunud, et patsientide nõukoda aitab näiteks parandada tööprotsesse, huviolust haiglatesse, patsientidele ja õpetuse suu ning suurendab ka patsientide rahulolu. Nõukoda on oodatud nä kliinikumi kui ka teiste konserni ettevõtete ehk Polva, Valga ja Lõuna-Eesti haiglate patsientide kogemused, arvamused ja ootused,” tutvustas Priit Eelmäe.

Kliinikumi juhatuse liikme-ravijuhja Andres Kotani sõnul on mõttekas kaasata tervishoiuteenuste planeerimisse patsiente,

Sügisiskonverents 2019

Koostöö haiglate vahel

16. mai

Dorpati konverentsikeskus

Tartu







Hooli endast ja tule rinnavähi sõeluuringule!

Mammograafiabuss peatub Kүүslaugufestivalil Kuremaal 25. augustil. Varakult avastatud rinnavähk on enamikul juhtudel ravitav.

Hea teada: End kontrollima on oodatud naised alates 45. eluaastast

Sõeluuringu sihtgruppi kuuluvus ja ravikindlustus ei ole oluline

Rinnavähi uuringule 25. augustil Kүүslaugufestivalil võib pöörduda ka ilma perearsti saatekirjata



2

1. augustist kuuluvad Ida-Viru Keskhaigla nõukokku Tartu Ülikooli Kliinikumi esindajateks doktorid Jana Jaal ja Tanel Laisaar.

Uued liikmed vahetavad välja seni nõukogus kliinikumi esindanud dr. Jana Eha ja Urmas Saigat.

Kuna vahki haigestumine on Eesti, nagu ka mujal maailmas, tõusuteel, peab kliinikumi hematoloogia-onkoloogia kliiniku radio- ja onkoterapeutilise osakonna juhataja dr. Jana Jaal oluliseks tagada vähktõve varast avastamist ning optimaalset ravi kättesaadavust kõikides Eesti piirkondades ning seda võimalikult lühel ajal. „Tartu Ülikooli Kliinikum on sel eesmärgil juba tööd alustanud ning näiteks 2019. aasta esimesed poolaastad on kliinikumi onkoloogide ambulatoorsete teenuste Ida-Viru keskhaglas kasutanud juba sama palju inimesi, kui 2018. aastal kaikk.“, selgitas dr. Jaal. Ta loodab ka kliinikumi ja Ida-Viru keskhagla vahelise teadus- ja arendusloose koostöö suurenemisele, et tagada ka Ida-Virumaal inimestele suurem võimalus osalemiseks kliinikutes ja akadeemilistes koolitussuuringutes. Dr. Tanel Laisaar, kes on juhtunud mitmete uute ravimeetodite kasutuselevõtu teel, loob nõukogule eelkõige kliinilise kompetentsi kaugistele haigetele vallas. „Joon oluliseks mitte ainult parandada Ida-Viru elanikkonna ravitavuse kättesaadavust, vaid veelgi tähtsam, hinnata ja läbi järgipädevalt osutada teenuse kvaliteeti.“, ütles dr. Laisaar. Ta rõhutas, et kaasaegne meditsiin sõltub aina enam keerukast meditsintehnoloogist, mistõttu on vajalik personali pidev täiendamine ja erinevate spetsialistide vaheline multidistsiplinaarne koostöö.

Ida-Viru Keskhaigla juhatuse esimees Tarmo Bolder hindab kliinikumi esindatust nõukogus: „Enam kui viieteistkümmet aastat jookslul kliinikumi esindajad andnud olulise panuse tervishoiuteenuste osutamisele Ida-Virumaal ja ka keskhagla senisele arengusse. Kindlasti on dr.

Dr Elmira Gurbanova kaitses doktoritööd

28. juunil kaitses Elmira Gurbanova filosoofiadoktori kraadi (PhD (arstiteadus)) taotlemiseks esitatud väitekirja „Specific characteristics of tuberculosis in low default, but high multidrug-resistance prison setting“ („Tuberkuloosi iseloomsed madala ravitavusega, kuid kõrge mitiraviresistentsusega isolaatsuvastates vanglatingsimustes“).

tööd juhendas professor Alan Abajja (dr. med. (meditsiin), Tüüklilise meditsiini instituut) ja dr. Kai Blöndel (dr. med. (meditsiin), Division of Communicable Disease Control, Royal United Health Care Services, Royal Free, London).

Töö oponentideks olid professor P. D. O. Davies (MA, DM, FRCP, Honorary Professor, University of Liverpool).

Tuberkuloosi (TB) haiglasuurem voolangates on muu elanikkonnaga võrreldes kindi suurem. Andmete puudumise diagnostiliste kriteeride mõju katta Tüüklilisevõimenduse (RR) TB haiglasuurem voolangates soodustab vananenud diagnostilise praktika jätkumist välismaal. Sageli esineb praktilises vastuvõtulisi rütmihäireid (RR) tundlikkuse määramistulemused ei sõltu sellest, kas neli Xpert MTB/RIF ja vedelikaalkuuri meetodid annab hea hald tulemusi, et tease selle põhjuste kohta on vahene.

Dr Elmira Gurbanova doktoritööd esitustööni osaks olid suuringute üldised eesmärgid olid hinnata kasulikkust soovitavate sisetavadele sõeluuringu, diagnostika ja ravi mõju TB/RR TB haiglasuurem voolangates haigestumise ja madala ravitavusestamine poolt seotumustades vanglatingsimustes. Kõik doktoritöösse arvatud suuringud viidi läbi Ameerika Ühendriikides, mis kuulub 30 kõrgema RR TB haiglasuurem voolangates hulla ja kus tuberkuloosi haigestumise voolangates on 18 korda suurem kui tavakliinikuma haigus. Diagnostiliste kriteeride läbiviimine vanglates sõeluuringute viis nelja aasta jooksul 3-, 10- ja 5-kordse haigestumise vähenemise vastavalt kõigi, bakterioloogilise positiivsuse ja RR TB juhtude osas ning parandas ravitavust. See on maksmatavale tulemus, kuna haigestumise vähenemise kaudu päästetakse inimesi. Nimetatud aspekti rõhutamiseks loomise ka sponsor prof P. Davies.



Profil 1

Foto autor

3

Kliinikumi vastuvõtupäe ülerigilises digiregistratuuris

8. augustist saab Tartu Ülikooli Kliinikumi eriarstide juurde broneerida vastuvõtupäe ka ülerigilises digiregistratuuris kaudu.

Kliinikumi juhatuse liikme Kati Korni sõnul toime ülerigilise digiregistratuuriga liitumine Tartu Ülikooli Kliinikumis plaanisarvest ja vastavalt tervise ja Heaolu Infosüsteemide Kesksuse (TIHK) kinnitatud graafikule. „Et jätta haiglate liitumist tekiv koormus ühtlaselt, liitus kliinikum nikkis registratuuriga augusti alguses.“, ütles Kati Korn.

Digiregistratuur teemase käivitamiseks olid vajalikud nii infosüsteemi arendustööd kui ka vastuvõtupraktika ühildamine. Andmete ühildamise käigus kontrolliti üle ligikaudu 500 000 vastuvõtupäe andmed ning nüüdset on digiregistratuuris leitavad kõikide kliiniku mi enilade vastuvõtupäed.“, selgitas Korn.

Ülerigilise digiregistratuur asub riiklikus patsientideportaalil www.digilugu.ee ning võimaldab broneerida, tühistada ja muuta enesest enesest vastuvõetava kõikides selle lahendusega liitunud Eesti tervishoiuteenustes. Lisaks nikkile digiregistratuuris jätkuvad kliinikumi patsientide jaoks alles ka kõik kolm seni kehtinud võimalust arstiga broneerimiseks: broneerimine telefoni teel, 10 kaardil kaardil mittedaava veebivormi kaudu ning kliinikumi patsientideportaalil ehtselt kaudu. Kati Korn sõnul jääb ehtselt portaal avatav paralleelselt digiregistratuuriga, sest lisaks vastuvõtupäe broneerimisele ja enda terviseandmete vaatamisele, saab ehtselt portaalile lisada ka raviravide. Täpsemat info vastuvõtupäe broneerimise kohta leavad patsiendi kliinikumi kodulehelt www.klinikum.ee.



Profil 2 - autor

Foto autor

Maailma Terviseorganisatsiooni kvaliteediekspert külastas kliinikumi

8. ja 9. juunil külastas Tartu Ülikooli Kliinikumi juhatuse esimeest Priit Eelmäe ja juhatuse liiget Andres Kotat Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) ravijuhendite eksperti professor Helge Schenemann. Kliinikum, kes oli esimest korda, mida eksperti meeskond külastas, et teha ülevaade kliinikumi ravitavusest ja ravitavusest.

Lisaks endi teadmise jagamisele, on otstarbekas kasutada ka teiste riikide teadmisi.“, lausus professor Helge Schenemann.

Kliinikumi ravijuhit Andres Kotat toonitas, et kui Eesti tervishoiu osakonnas on alustatud, on ja juurutamisega ravijuhendite nõukoda, mille tööd koordineerib Tartu Ülikooli ja tegevust tekitab Eesti Haiglasuurem voolangates teaduste kanda on oluline roll mitte ainult rahvusvaheliste juhendite eeskirjadesse seadmisel, vaid ka üldiselt tervishoiu osakonnas.

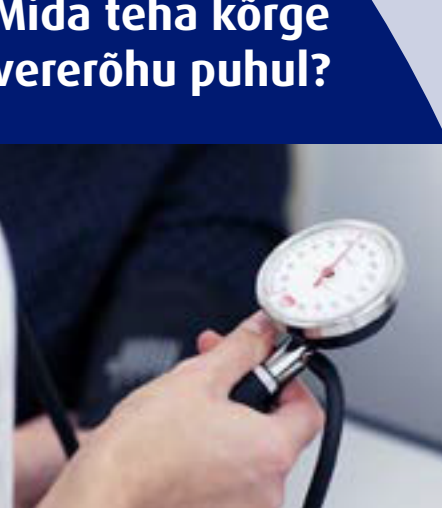


Profil 3

Foto autor

Patsiendiinfo

Mida teha kõrge vererõhu puhul?







**Tartu Ülikooli Kliinikum**

Informatsioonikeskus, arendusosakond

Tarmo Saig
spetsialist

Tel: 731 9993
Mobiiltelefon: 5331 3993
tarmo.saig@klinikum.ee
klinikum.ee

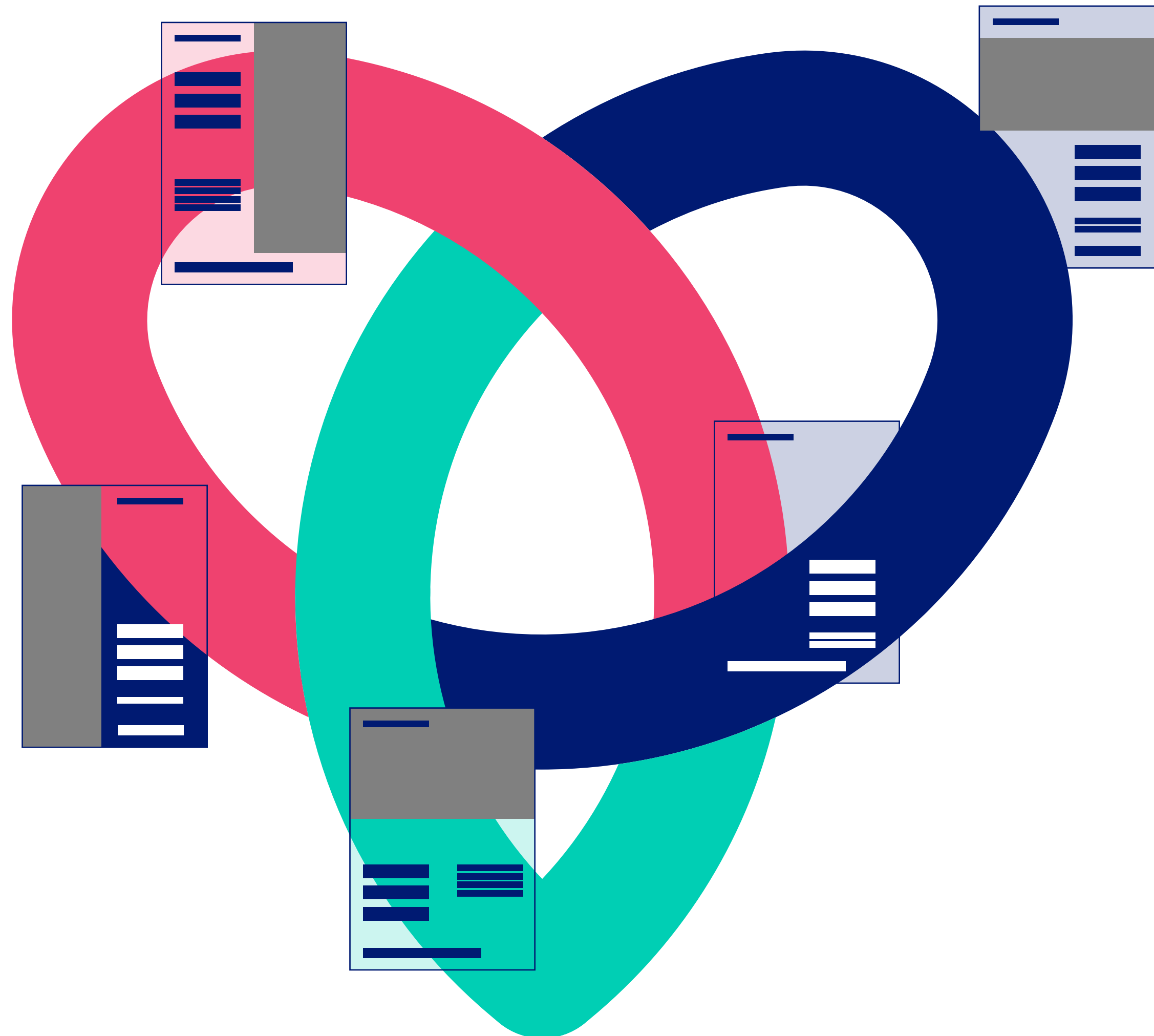
1. Pöörake 16. 50406, Tartu, Eesti

Kliinikumi üldiste materjalide kujundamisel on soovitatav kasutada logost tulenevad supergraafikat.

Supergraafika puhul tuleb jälgida paari lihtsat reeglit.

Juhul kui kasutada pooltoone kujunduse taustal, tuleb kasutada sama täisvärviga logo osa supergraafikana. “Õpetamise sinise” tausta puhul võib kasutada “ravimise punast” ja “teaduse rohelist” supergraafikat.

Kui kujunduses ei ole fotot, võib kasutada supergraafika osa.



Sügiskonverents 2019

Koostöö haiglate vahel

16. mai
Dorpati
konverentsikeskus
Tartu



 Tartu Ülikooli Kliinikum



Hooli endast ja tule rinnavähi sõeluuringule!

Mammograafiabuss peatub
Küüslaugufestivalil Kuremaal
25. augustil. Varakult avastatud
rinnavähk on enamikul juhtudel
ravitav.

Hea teada:
End kontrollima on oodatud
naised alates 45. eluaastast
Sõeluuringu sihtgruppi kuuluvus
ja ravikindlustus ei ole oluline
Rinnavähi uuringule 25. augustil
Küüslaugufestivalil võib pöörduda
ka ilma perearsti saatekirjata

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Kevadkonverents 2019
16. mai Dorpati konverentsikeskus, Tartu

Praktiline innovatsioon tervishoius



 Tartu Ülikooli Kliinikum

Visiitkaart on suuruses 85x55 mm, mis on standardne krediitkaardi mõõt.

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Jaak-Kristjan Jõeorg
vanemarst-õppejõud
Stomatoloogia kliinik, suukirurgia osakond

Telefon 5331 1234
jaak.kristjan.joeorg@kliinikum.ee
kliinikum.ee/stomatoloogia

kliinikum.ee

L. Puusepa 1a, 50406 Tartu, Eesti

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Eesnimi Perenimi
ametinimetus
Kliinik/Teenistus, osakond

Telefon 1234 1234
e-posti aadress
kodulehekülg

kliinikum.ee

Aadress

Rinnasildil on valgel taustal Dax Pro Bold’iga kirjutatud ees- ja perekonnanimi.

*November 2024 - rinnasilt uuendamisel



Tartu Ülikooli Kliinikum

Informaatikateenistus, arendusosakond

Anna-Maria

Liivakell-Tamm

osakonnajuhataja



Tartu Ülikooli Kliinikum

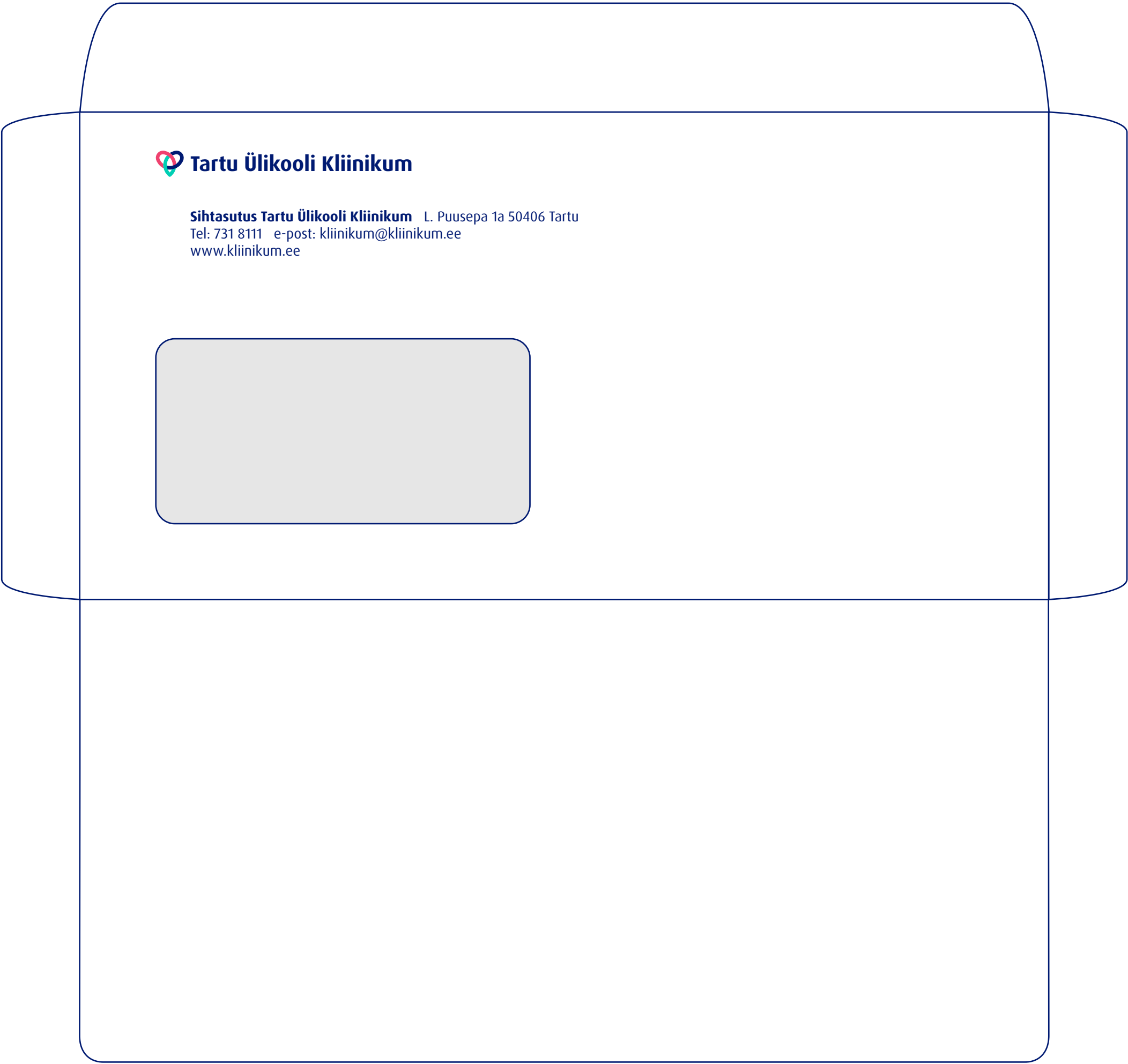
Informaatikateenistus, arendusosakond

Jüri Tamm

spetsialist

Ümbrikutel kasutatakse värvilist pikka logo.

Kliinikumi nimi toodud välja kirjašriftis Dax Bold,
ülejäanud informatsioon Dax Regular kirjašriftis.



Dokumendipõhja kujunduses kasutatakse logo päises ning kontaktandmeid jaluses. Jaluses olevate kontaktandmete puhul kasutatakse "õpetamise sinist" värvi.

Dokumendipõhja kirjašriftiks on Arial, mis on süsteemifont ning igas arvutis olemas.

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Saaja saatja
Saatmise viis

Kuupäev

Pealkiri

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi enim ad minim veniam, quis nostrud exerci tation ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestie consequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et iusto odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugait nulla facilisi.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi enim ad minim veniam, quis nostrud exerci tation ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consequat.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi enim ad minim veniam, quis nostrud exerci tation ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestie consequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et iusto odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugait

Allkirjastaja 1
Allkirjastaja amet

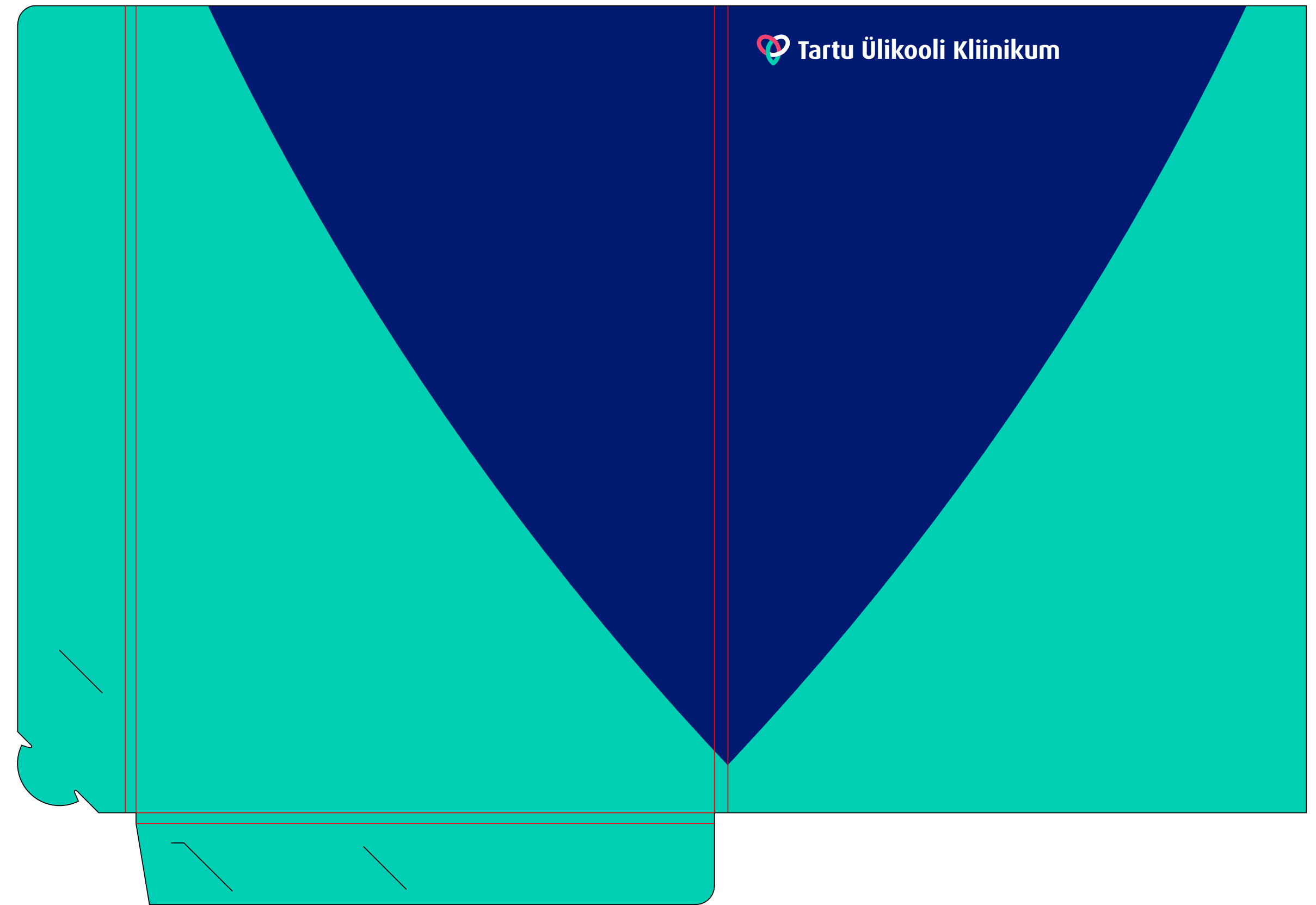
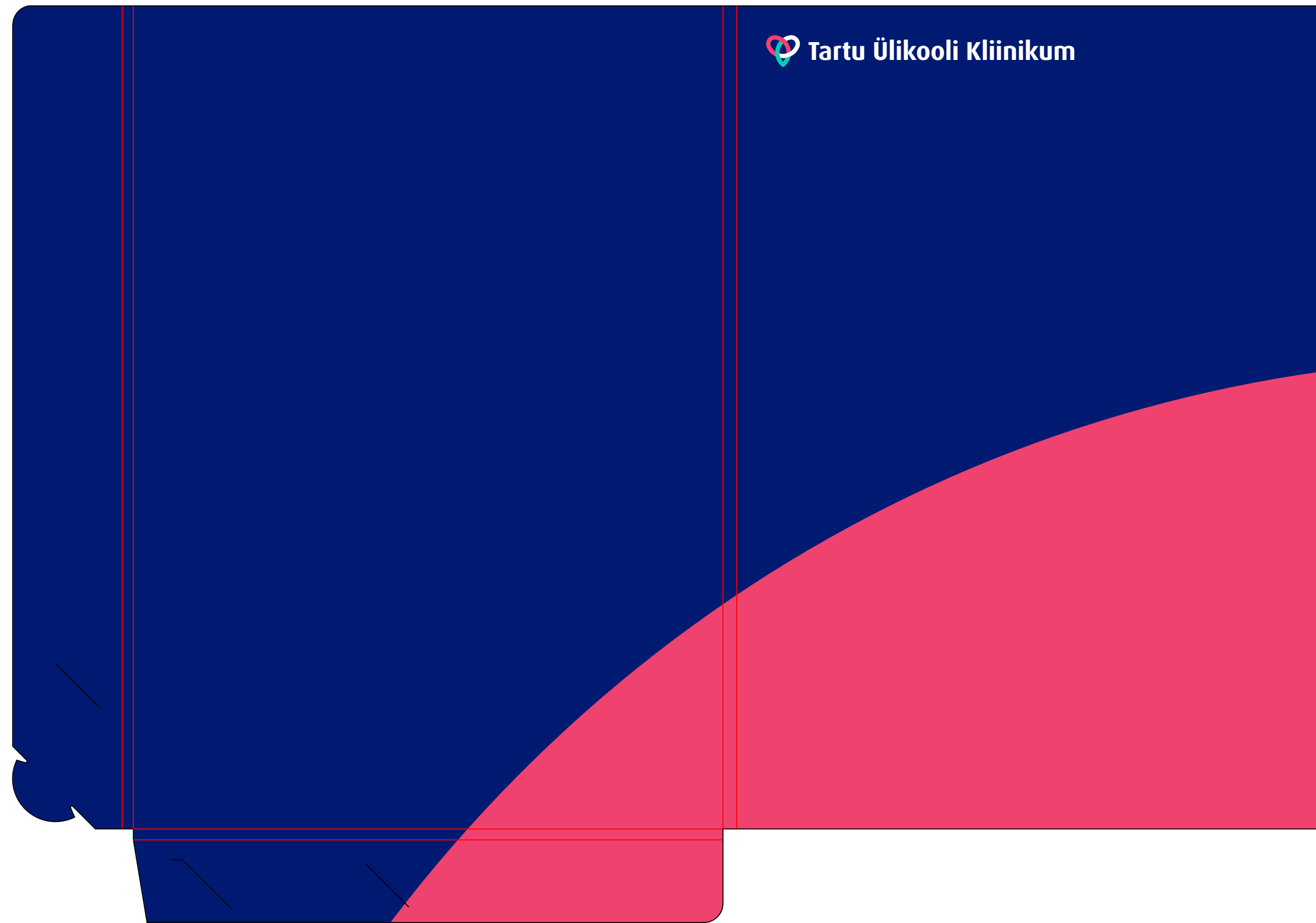
Allkirjastaja 2
Allkirjastaja amet

L. Puusepa 8
50406 Tartu

Tel 731 9401
Rg. kood. 90001478

kliinikum.ee
kliinikum@kliinikum.ee

Esinduslikel materjalidel kasutatakse “õpetamise sinist”, mida saab täiendada logo supergraafikaga.



Patsiendiinfo trükiste puhul tuleb lähtuda plakatikujunduse loogikast.

Juhul, kui fotot ei ole võimalik kasutada, saab kasutada ka ainult Kliinikumi logost tulenevat supergraafikat.

Patsiendiinfo

Mida teha kõrge vererõhu puhul?

L. Puusepa 1a
50406 Tartu
Telefon 731 9401
kliinikum@kliinikum.ee

1. Mis on vererõhk?

Vererõhu määramad põhiliselt veresoonte toonus ja südame kui pumba töö. Vererõhk registreeritakse numbrina, näiteks 120/80 mmHg (millimeetrit elavahobedasamast). Antud näiteks 120 on süstoolne (ülemine) vererõhk, mille määrab südamest aorti paisatava vere rõhk veresoonte seintel. Diastoolne ehk alumine vererõhk (antud näites 80) näitab südame löögastumis-aegset rõhku veresoontes ja sõltub peamiselt veresoonte toonusest. Vererõhk ei püsi ööpäeva vältel ühesugusena, vaid muutub vastavalt organismi vajadustele. Kõige madalam on vererõhk öösel, kõige kõrgem erutuse, stressi või kehalise koormuse korral.

2. Kuidas vererõhku mõõdetakse?

Enne vererõhu muutmist peaks istuma rahulikult vähemalt 5-10 min. Kohvi juua ega suitsetada ei tohiks vähemalt 30 min. enne mõtmist. Vererõhu mõõtmiseks kasutatakse sfügmomanomeetrit. Mansett kinnitatakse õlavarrele ja pumbatakse täis. Mansetti surub kinni veresoone, kui rõhk mansetis ületab rõhu arteris. Kuulates stetoskoobiga arteri kohal, lastakse aeglaselt mansetti tühjaks. Kui on kuulda esimeste rütmiliste toonide teke on rõhk mansetis võrdustunud süstoolse vererõhuga. Sel hetkel loetakse manomeetrigi süstoolse vererõhu väärtus. Edasi on toonid kuulda kuni hetkeni, mil rõhk mansetis võrdub madalaima vererõhuga veresoontes. Sel hetkel toonid kaovad ja saadakse diastoolse vererõhu väärtus. Uued automaatsed aparaadid muudavad vererõhu mõõtmise lihtsamaks. Siiski tuleb neid aparate aeg-ajalt kontrollida ja võrrelda

tavalise elavhõbe-sfügmomanomeetriga. Kui ühel mõõtmisel registreeritakse normist kõrgem vererõhk, siis tuleb vererõhku kontrollida veel mitmel korral, et kindlaks teha, kas vererõhu tõus on püsiv.

3. Mis on kõrge vererõhk?

Piiripealsete vererõhu väärtuse korral tuleks vererõhku kontrollida vähemalt üks kord aastas ja püüda järgida tervislikke eluviise.

4. Mis on kõrge vererõhu põhjused?

Püsivalt kõrget vererõhku nimetatakse hüpertensiooniks. Enamasti on tegemist iseseisva haigusega-kõrgvere-rõhk-tõvega. Kõrgvererõhk võib olla sageli esinev haigus, keskmiselt põeb seda ~ 30% täiskasvanutest. Selle haiguse tekkepõhjused pole veel täpselt teada, oluline osa on ilmselt päriliku eelsoodumusel ning ka elustiilil (liigne kehakaal, vaimne ping, ebapiisav kehaline koormus, liigne alkoholi tarvitamine). Harva võivad hüpertensiooni põhjustajaks olla ka muud haigused: neeruhaigused, hormonaalsed häired jn. Ka mõned ravimid, s.h. rasedustõrjehormoonid, põletikuvastased preparaadid, võivad mõnel juhul vererõhku tõsta.

5. Millist kahju teeb kõrge vererõhk?

Püsivalt kõrge vererõhk on lisakoormuseks südamele ning kahjustab veresooni, kiirendades oluliselt veresoonte lubjastumist. Tapajärgselt võivad olla südameinfarkt või ajuinsult, südame- või neerupuudulikkus. Nende tüsistuste

ohtu suurendavad veelgi häired rasvade ja süsivesikute ainevahetuses, mis sageli kaasnevad kõrgvererõhk-tõvega. Kõrge vererõhu korral ei teki alati kahe enesetunde häireid, kuid süda ja veresooned kahjustuvad ometi. Seetõttu on tarvis regulaarselt vererõhku kontrollida. Iga täiskasvanu peaks kontrollima oma vererõhku vähemalt korra iga kahe aasta järel. Juhul, kui suguvõsas on teada kõrgvererõhk-tõve, südameinfarkti või ajuinsulti esinemist, samuti kui vererõhu väärtused on piiripealsed (140/90), tuleks vererõhku mõõta vähemalt kord aastas.

6. Mida teha, kui vererõhk on kõrge?

Enamasti on kõrget vererõhku vaja ravida tablettidega. Siiski, ka mitmete lihtsate võtetega saab vererõhku mõnevõrra alandada ja üldist südamehaiguste riski vähendada. Loobuge tubaka tarimisest! Suitsetamine ei põhjusta otseselt püsivat vererõhu tõusu, kuigi kiirendab oluliselt veresoonte lubjastumist ning seega suurendab mitmekordset südameinfarkti ja ajuinsulti ohtu. Tähtis on teada, et suitsetamise lõpetamisel risk aja jooksul väheneb mittesuitsetaja tasemele, seetõttu pole kunagi liiga hilja suitsetamisest loobumiseks. Vähendage liigset kehakaalu! Liigne kehakaal on lisakoormuseks südamele, eriti kui süda peab toime tulema kõrgenenud vererõhuga. Kehakaalu vähendamine on tõhus abi vererõhu langetamiseks, näiteks 10 kg kaalukaotus langetab ölekaalulistel haigetel vererõhku kuni 10 mmHg võrra. Tervislik toiduvalik aitab säilitada normaalsel kehakaalu ning hoiab madalana ka vere kolesterooli sisalduse.

7. Kuidas ravitakse kõrget vererõhku?

Kuigi kergematel juhtudel aitavad vererõhku alandada eelpool toodud võtted, on enamasti vajalik tablettide ravi. Vererõhku alandavad ravimid toimivad mitmel erineval viisil. Kõrge vererõhu ravi määrab arst, kes valib paljude võimalike ravimite hulgas just Teile sobiva preparaadi või kombinatsiooni. Ravimite võtmine peaks jätkuma pidevalt, kui ravimi võtmisega kaasneb mingid häired Teile enesetundes, siis rääkige sellest

Patsiendiinfo

Mida teha kõrge vererõhu puhul?

L. Puusepa 1a
50406 Tartu
Telefon 731 9401
kliinikum@kliinikum.ee

Soovitav on vältida valget tausta. Vajadusel võib kasutada Kliinikumi värve ka 10-protsendilise läbipaistvusega.

Rinnanäärme kasvjad

Dr Peeter Pöld
Hematoloogia-onkoloogia kliinik
Tartu Ülikooli Kliinikum

 Tartu Ülikooli Kliinikum



- Hematoloogia-onkoloogia kliiniku kodulehekülg: www.kliinikum.ee/ho
- Loengud

Rinnanvähi sagedus



- Sagedasim pahaloomuline kasvaja naistel
- Igal aastal diagnoositakse Eestis ca 600 uut rinnavähijuhtu (2003. a. Vähiregistri andmed: 611 juhtu), standarditud haigestumus 49.4 juhtu 100 000 elaniku kohta aastas (2003)
- 19.7 % kõigist pahaloomuliste kasvajate esmasjuhtudest naistel Eestis.

Vähktõve esmasjuhud naistel Eestis 2003



Paige	RHK-10	Esmasjuhud		Haigestumiskordaja	
		Arv	%	Tavaline	Standarditud ^{a,b}
Rind	C50	611	19,7	83,7	49,4
Nahk	C44	444	14,4	60,8	26,6
Käärsool	C18	211	6,8	28,9	12,3
Emakakeha	C54	187	6,0	25,6	14,2
Magu	C16	183	5,9	25,1	11,5
Munasari	C56	169	5,5	23,2	13,7
Emakakael	C53	143	4,6	19,6	14,1
Pärasool	C19–C21	142	4,6	19,5	7,5
Kops	C33–C34	128	4,1	17,5	7,8
Neer	C64–C65	103	3,3	14,1	6,8
Kõik paikmed	C00–C97	3094	100,0	423,9	221,5

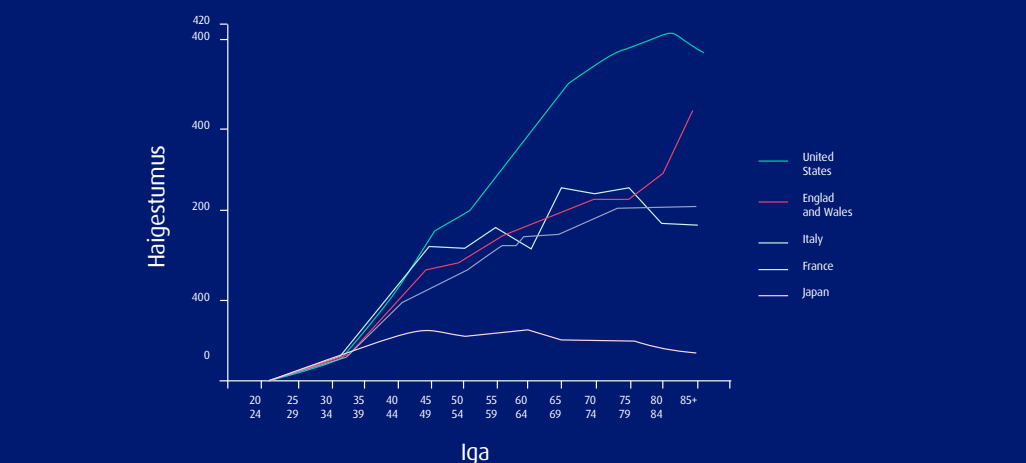
Rahvusvaheline haigestumus rinnavähki naistel*





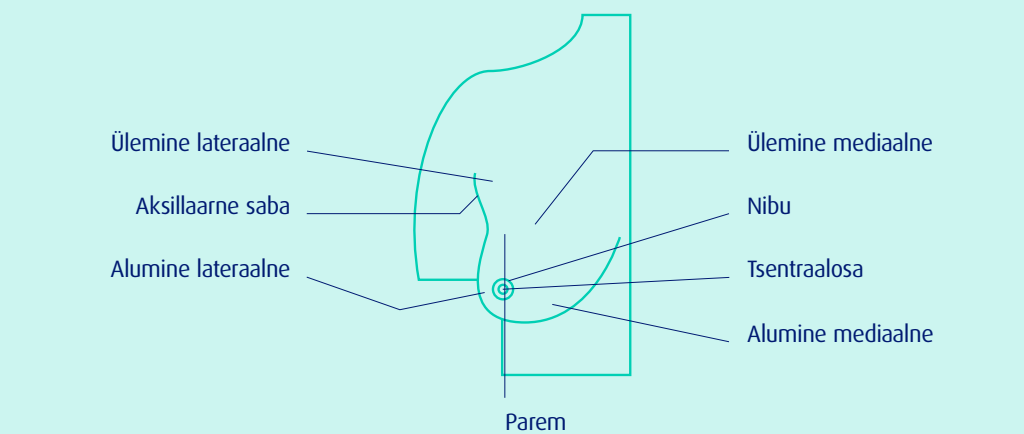
Rinnanvähi haigestumus vanuse järgi (per 100,000)





Rinnanvähi anatoomilised paikmed





Riskifaktorid



- Vanus
- Perekondlik anamnees
- Rinnanvähk anamnees
- Östrogeenide suurem toime
- Varane menarhe
- Hiline menopaus
- Hormoonasendusravi/suukaudsed kontratseptiivid
- Mittesünnitamine
- 1. rasedus pärast 30-t eluaastat
- Dieet ja eluviis (rasvtõbi, üleliigne alkoholi kasutus)
- Kiirgusekspositsioon alla 40 eluaastat
- Eelnevad beniigsed või premaliigsed rinna muutused
- In situ kartsinoom
- Atüüpiline hüperplaasia

Rinnanvähi haiguse kulg



- Kulg erinevatel patsientidel väga erinev
- Suhteliselt aeglane kasvutempo
- Tavaliselt on esinenud mitmeid aastaid enne diagnoosimist
- Pikk prekliiniline periood võimaldab varast avastamist
- Metastaatilise rinnavähiga ravi saades keskmine elumemus üle 2 aasta

Vajadusel võib kasutada Kliinikumi värve ka 10-protsendilise läbipaistvusega.

Rinnanäärme kasvajad

Dr Peeter Pöld
Hematoloogia-onkoloogia kliinik
Tartu Ülikooli Kliinikum

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Rinnanäärme kasvajad

Dr Peeter Pöld
Hematoloogia-onkoloogia kliinik
Tartu Ülikooli Kliinikum

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Rinnanäärme kasvajad

Dr Peeter Pöld
Hematoloogia-onkoloogia kliinik
Tartu Ülikooli Kliinikum

 Tartu Ülikooli Kliinikum



 Tartu Ülikooli Kliinikum

Rinnanäärme kasvajad

Dr Peeter Pöld
Hematoloogia-onkoloogia kliinik
Tartu Ülikooli Kliinikum

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Rinnanäärme kasvajad

Dr Peeter Pöld
Hematoloogia-onkoloogia kliinik
Tartu Ülikooli Kliinikum

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Rinnanäärme anatoomia



- Sagedasim pahaloomuline kasvaja naistel
- Igal aastal diagnoositakse Eestis ca 600 uut rinnavähijuhtu (2003. a. Vähiregistri andmed: 611 juhtu), standarditud haigestumus 49.4 juhtu 100 000 elaniku kohta aastas (2003)
- 19.7 % kõigist pahaloomuliste kasvajate esmasjuhtudest naistel Eestis.

Rinnanäärme anatoomia



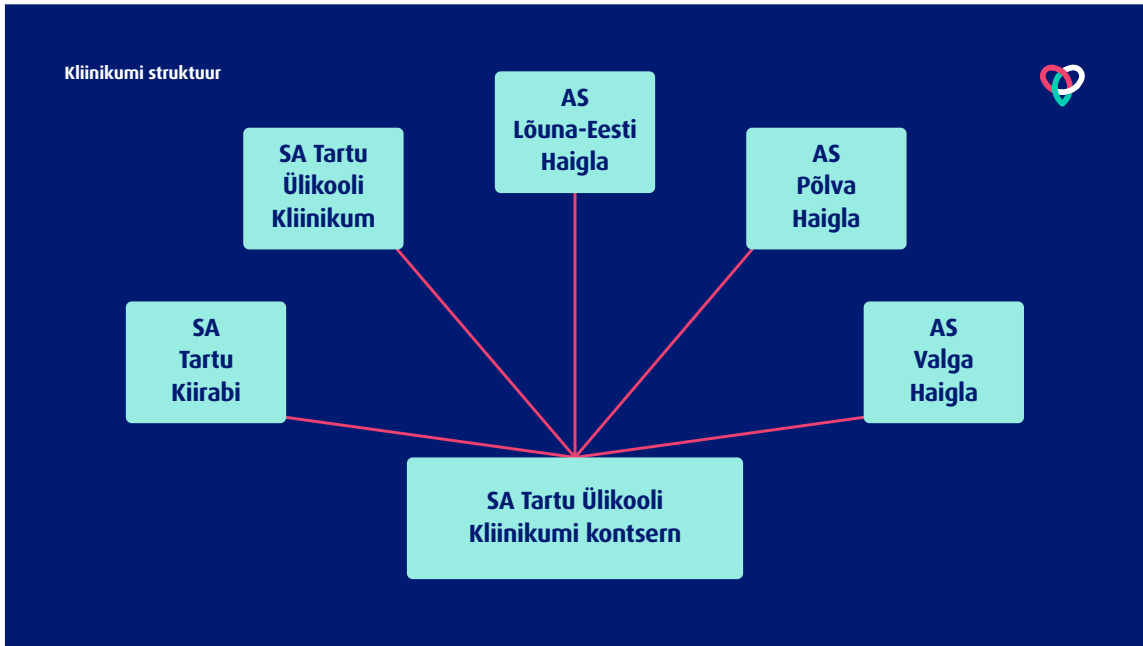
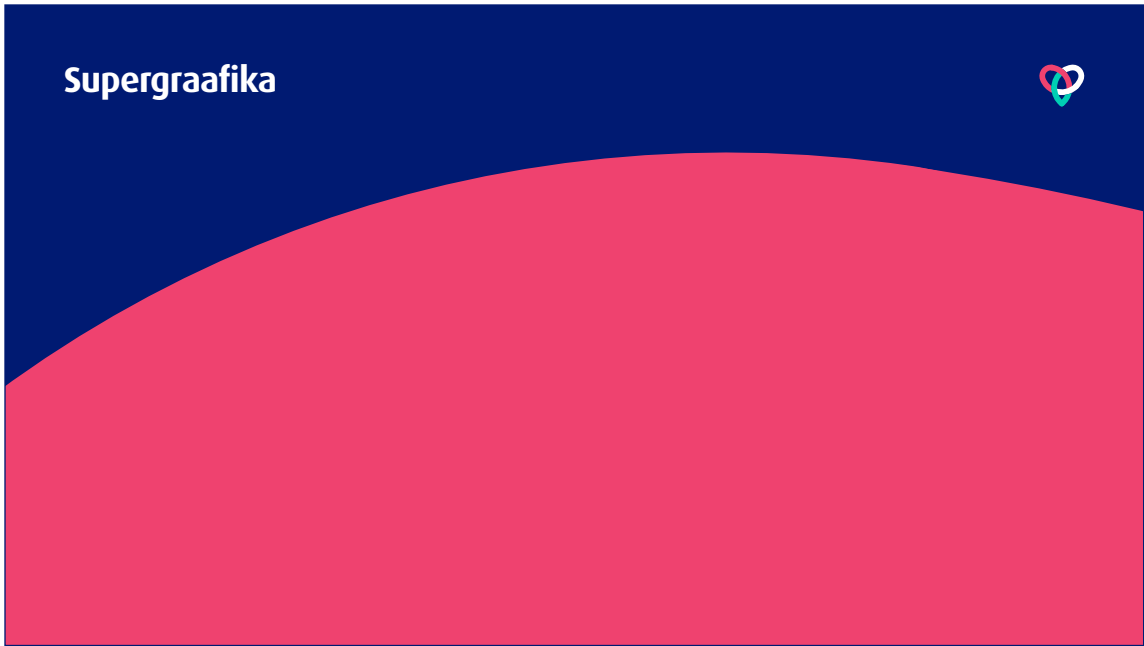
- Sagedasim pahaloomuline kasvaja naistel
- Igal aastal diagnoositakse Eestis ca 600 uut rinnavähijuhtu (2003. a. Vähiregistri andmed: 611 juhtu), standarditud haigestumus 49.4 juhtu 100 000 elaniku kohta aastas (2003)
- 19.7 % kõigist pahaloomuliste kasvajate esmasjuhtudest naistel Eestis.

Rinnanäärme anatoomia



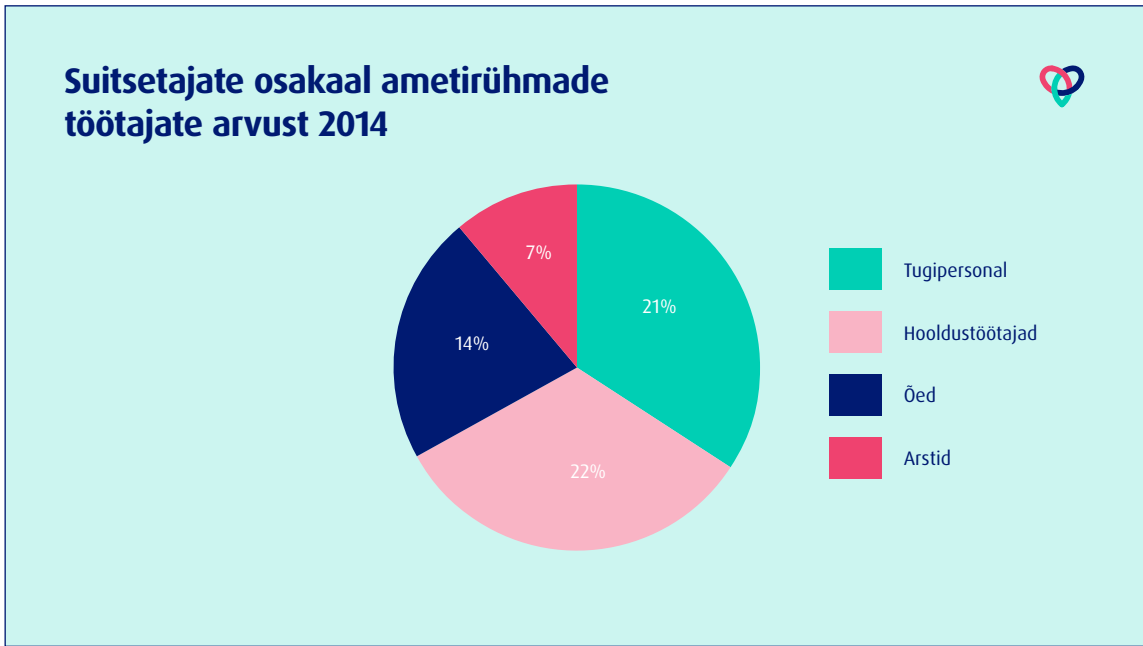
- Sagedasim pahaloomuline kasvaja naistel
- Igal aastal diagnoositakse Eestis ca 600 uut rinnavähijuhtu (2003. a. Vähiregistri andmed: 611 juhtu), standarditud haigestumus 49.4 juhtu 100 000 elaniku kohta aastas (2003)
- 19.7 % kõigist pahaloomuliste kasvajate esmasjuhtudest naistel Eestis.

Soovitav on vältida valget tausta. Vajadusel võib kasutada Kliinikumi värve ka 10-protsendilise läbipaistvusega.



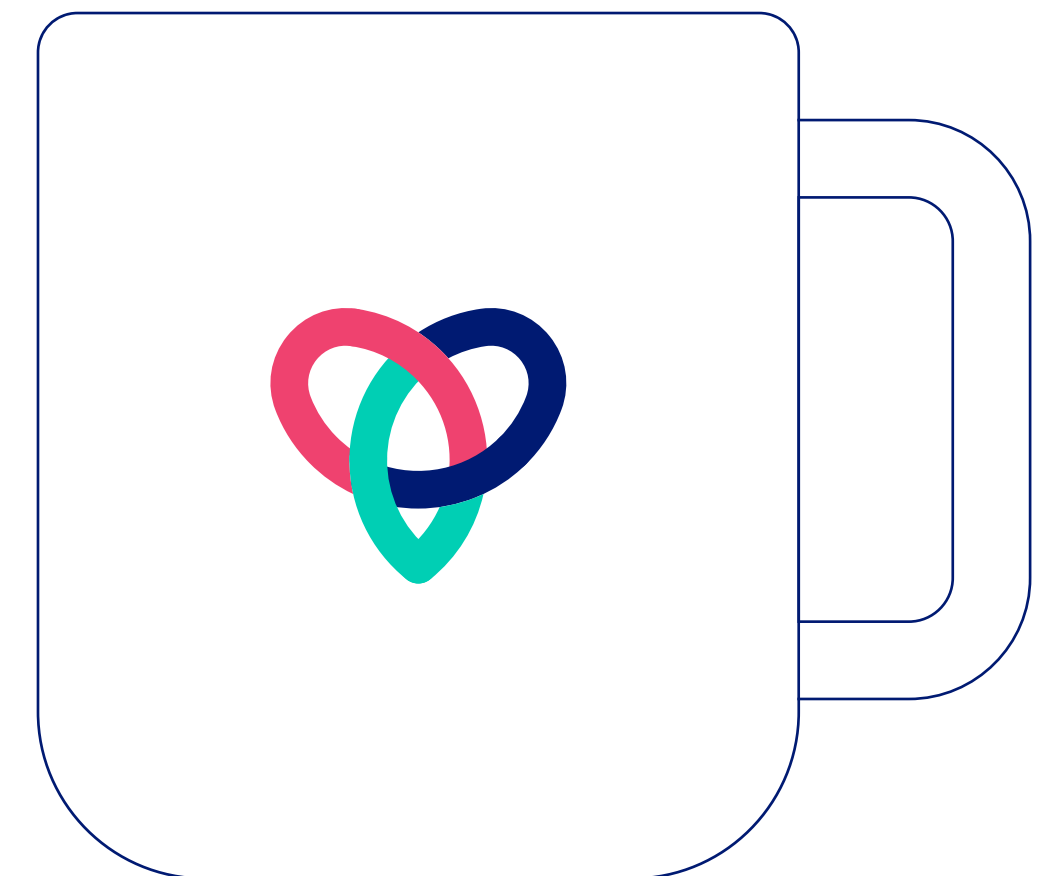
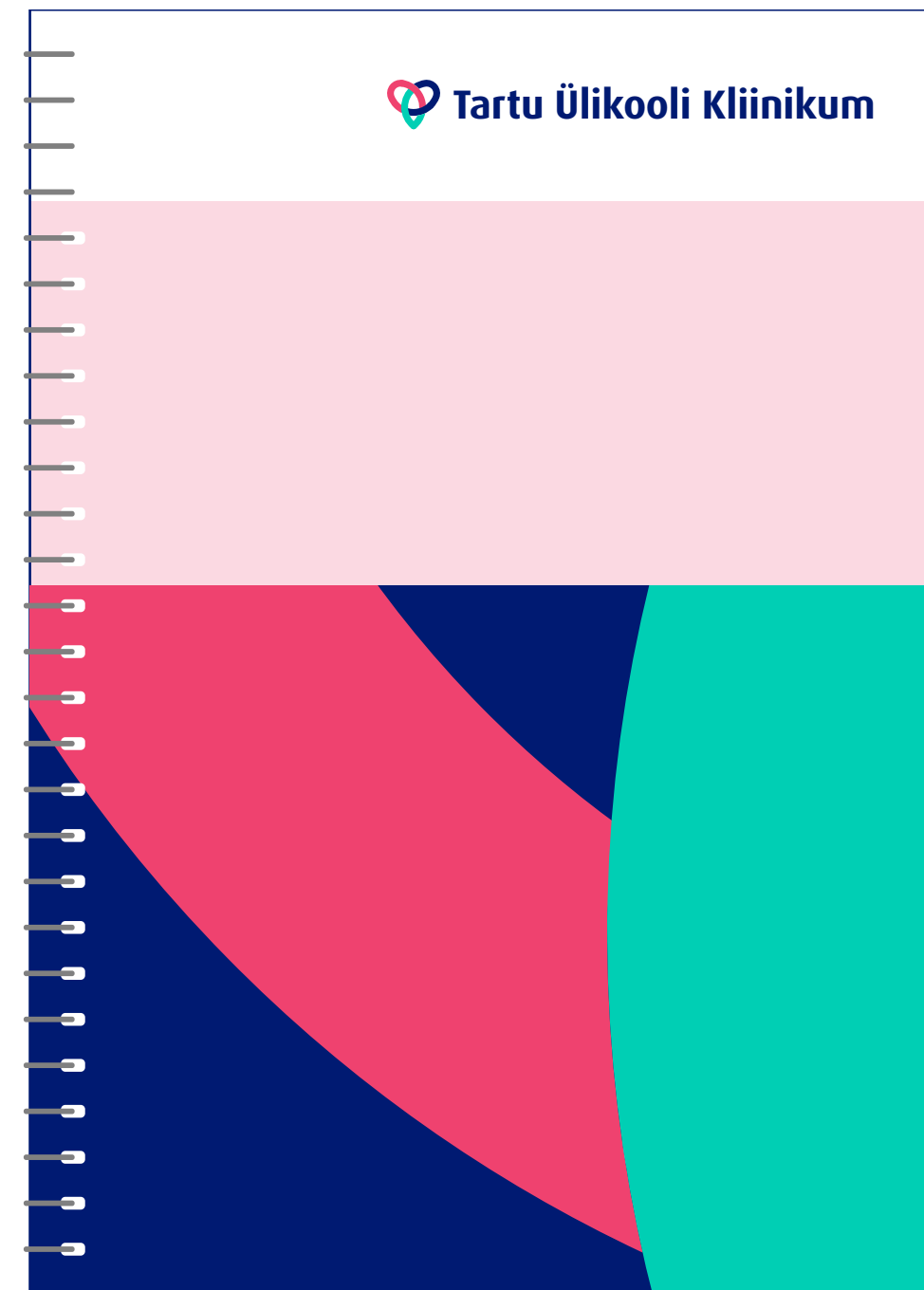
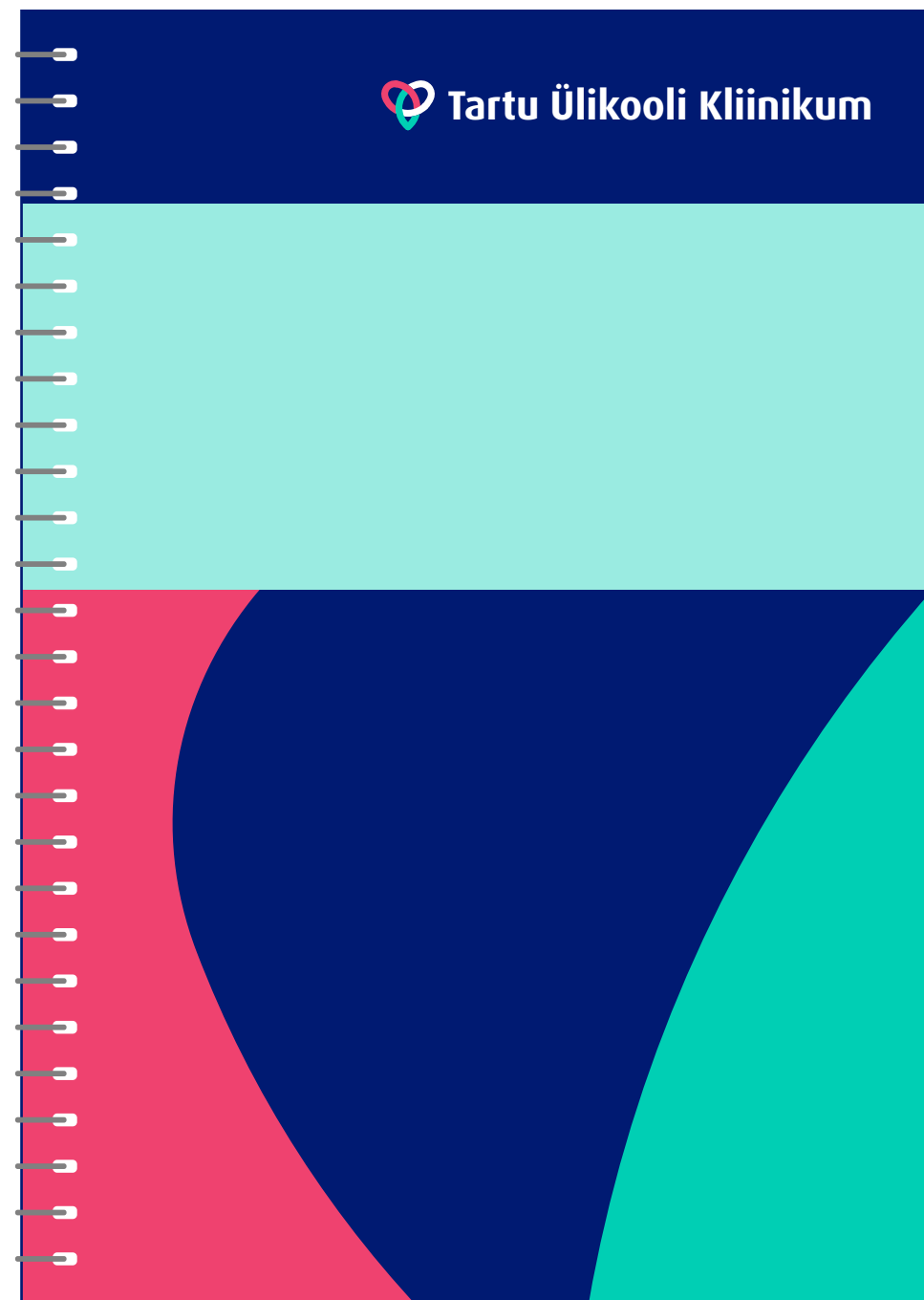
Rinnanäärme anatoomia

- Sagedasim pahaloomuline kasvaja naistel
- Igal aastal diagnoositakse Eestis ca 600 uut rinnavähijuhtu (2003. a. Vähiregistri andmed: 611 juhtu), standarditud haigestumus 49.4 juhtu 100 000 elaniku kohta aastas (2003)
- 19.7 % kõigist pahaloomuliste kasvajate esmasjuhtudest naistel Eestis.



Logo meenetel

Värvide kastsüsteemi saab kasutada ka erinevatel meenetel – paberkotid, pliatsid, märkmikud. Keerukamate objektide peal tuleb kasutada ainult Kliinikumi märki või Kliinikumi logo.

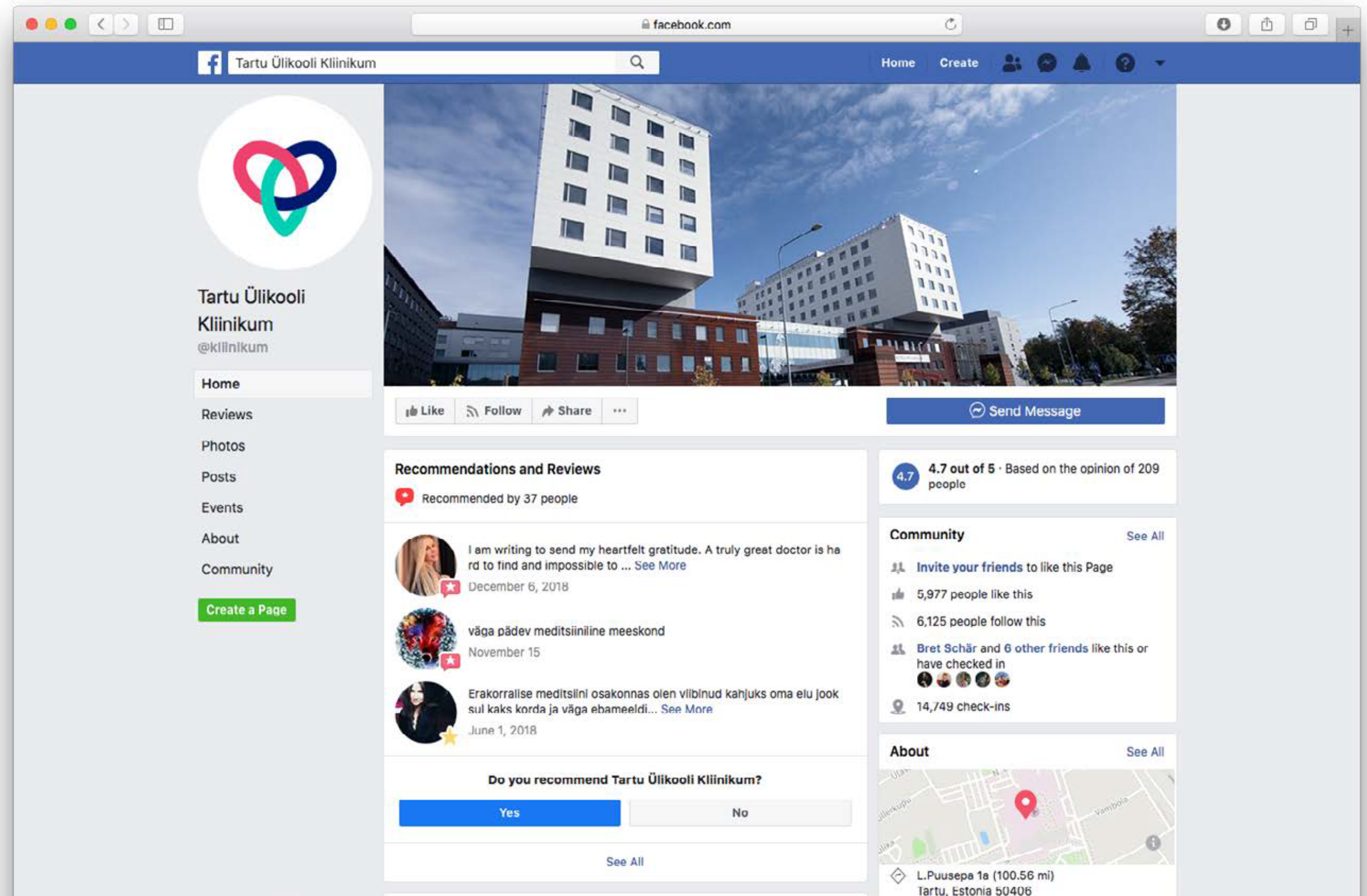


Et kõikidel Kliinikumi materjalidel oleks ühtne väljanägemine, kasutatakse värvilisi kaste ka sotsiaalmeedias.



Sotsiaalmeedia profiili- ja päisepilt

35



Võtame tööle arsti verekeskuse doonorluse osakonda

Tartu Ülikooli Kliinikumi verekeskus otsib doonorluse osakonna meeskonda täistööajaga (1.0 koormusega) arsti, kes tegeleb doonorite valikuga.

Kandidaadilt eeldame:

- kõrgharidust meditsiini valdkonnas
- pingetaluvust
- väga head suhtlemis- ja eneseväljendamisoskust
- soovituslikult inglise ja vene keele oskust (suhtlustasand).

Kandidaadile pakume:

- väljaõpet kohapeal
- huvitavat tööd kiiresti arenevas suures organisatsioonis
- lisapuhkust 7 kalendripäeva.

Kandideerimiseks palume saata elulookirjeldus aadressile helve.konig@kliinikum.ee.

Täpsem teave verekeskuse direktor Helve Königi aadressil helve.konig@kliinikum.ee.

Sihtasutus Tartu Ülikooli Kliinikum
L. Puusepa 1a 50406 Tartu
Tel: 731 8111
e-post: kliinikum@kliinikum.ee
www.kliinikum.ee



Võtame tööle arsti verekeskuse doonorluse osakonda

Tartu Ülikooli Kliinikumi verekeskus otsib doonorluse osakonna meeskonda täistööajaga (1.0 koormusega) arsti, kes tegeleb doonorite valikuga.

Kandidaadilt eeldame:

- kõrgharidust meditsiini valdkonnas
- pingetaluvust
- väga head suhtlemis- ja eneseväljendamisoskust
- soovituslikult inglise ja vene keele oskust (suhtlustasand).

Kandidaadile pakume:

- väljaõpet kohapeal
- huvitavat tööd kiiresti arenevas suures organisatsioonis
- lisapuhkust 7 kalendripäeva.

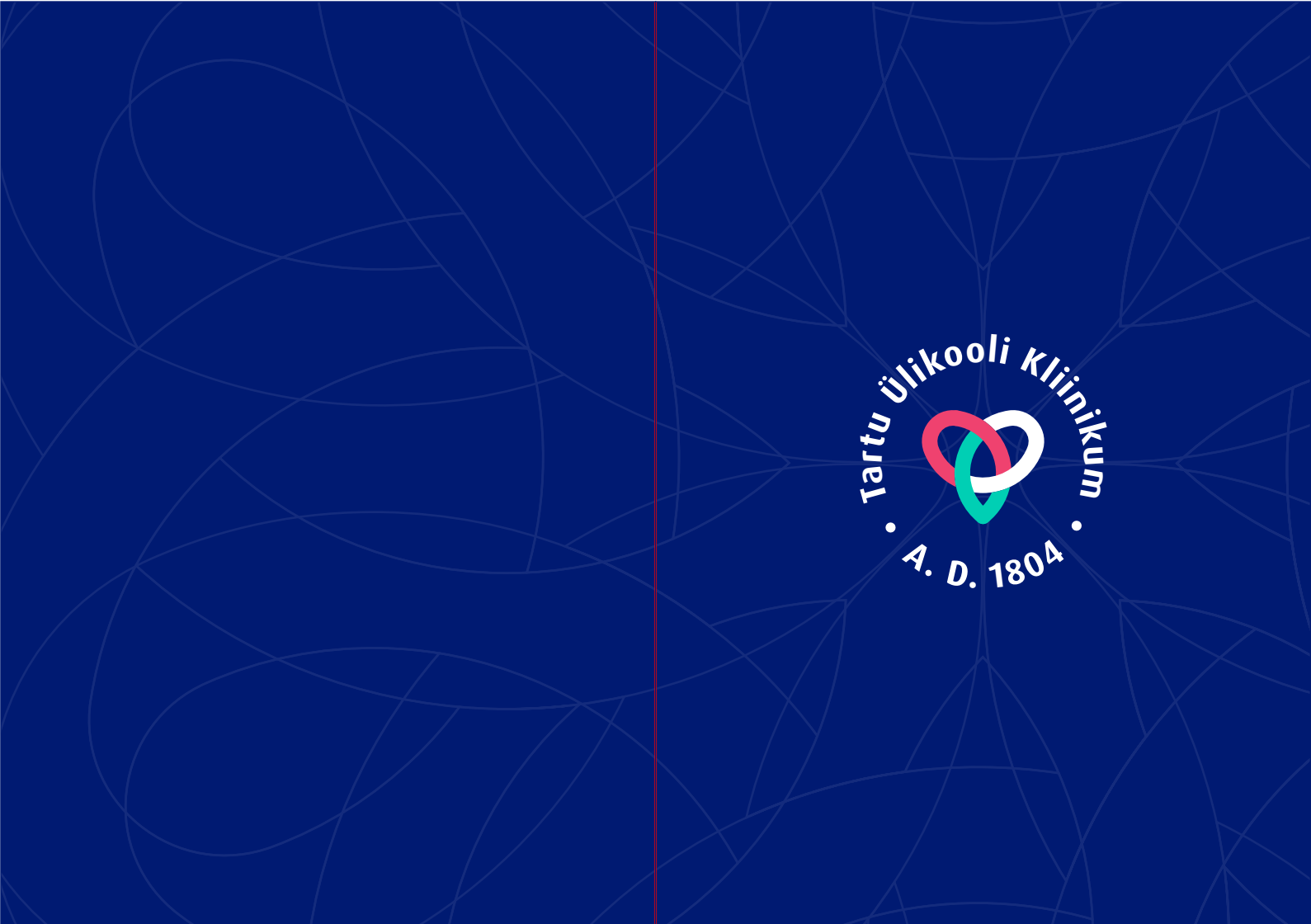
Kandideerimiseks palume saata elulookirjeldus aadressile helve.konig@kliinikum.ee.

Täpsem teave verekeskuse direktor Helve Königi aadressil helve.konig@kliinikum.ee.

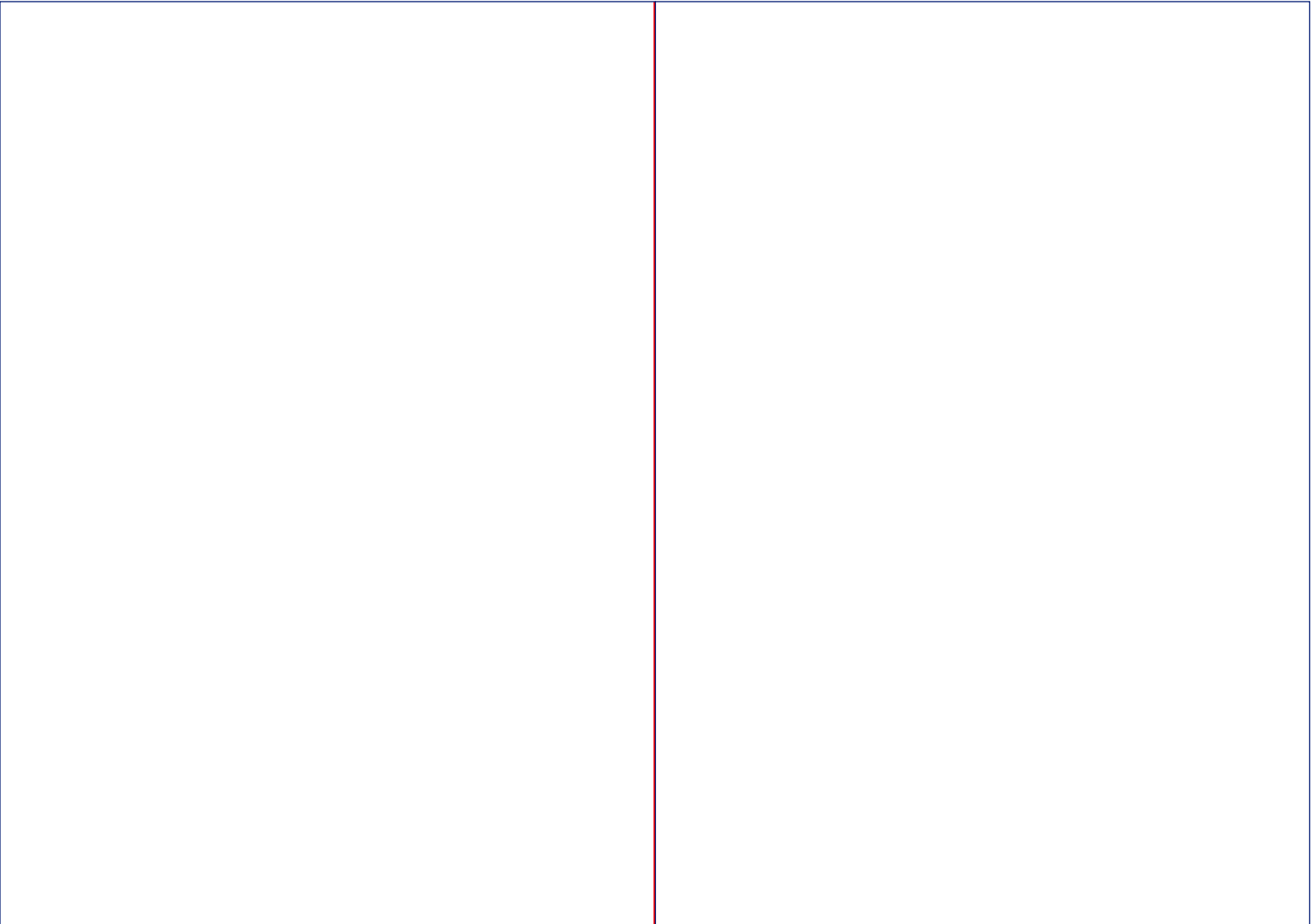
Sihtasutus Tartu Ülikooli Kliinikum
L. Puusepa 1a 50406 Tartu
Tel: 731 8111
e-post: kliinikum@kliinikum.ee
www.kliinikum.ee

Õnnituskaardi välisküljel kasutatakse ainult “õpetamise sinist”.
Võimaluse korral võib taustal olevat mustrit katta kohtlakiga.

Õnnituskaart väljast



Õnnituskaart seest



Tänukirjal kasutatakse ringlogo, mis on trükitud
höbedase fooliumiga.



Ka digiekraanide infokujunduse ning animatsiooni aluseks on info liigendamine värviliste kastide abil ja supergraafika kasutamine.

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Palun oodake oma järjekorranumbrit

 Tartu Ülikooli Kliinikum

Пожалуйста подождите ваш номер

Siin registratuuris registreeritakse kirurgiakliiniku ambulatoorsetele vastuvõttudele ning silmakliiniku, sisekliiniku ja hematoloogia-onkoloogia kliiniku arstide ning õdede vastuvõttudele, statsionaarsele ravile ja päevaravile.

Närvikliiniku, traumatoloogia ja ortopeedia kliiniku ning naistekliiniku registratuurid asuvad L. Puusepa tänava poole jääva sissepääsu juures.

Siin registratuuris registreeritakse silmaarsti (-õe), sisearsti, gastroenteroloogi, endokrinoloogi, reumatoloogia, nefroloogi, nakkusarsti ja sisekliiniku õdede vastuvõttudele, statsionaari ja päevaravisse.

EESTI KEEL

РУССКИЙ

ENGLISH

Hematoloogia-onkoloogiakliiniku, närvikliiniku, traumatoloogia- ja ortopeedia kliiniku, naistekliiniku registratuurid asuvad L. Puusepa tänava poole jääva sissepääsu juures.

Kasutamiseni!

Küsimuste korral võtke palun ühendust kommunikatsiooniteenistusega
kommunikatsioon@kliinikum.ee.

Ringlogo

Ringlogo koosneb märgist ja ringis olevast tekstist. Ringlogo on soovitatav kasutada esinduslikel materjalidel (tänu- ja aukirjad, tunnistused, raamatud, kutsed, esindustrükised ja esindusürituste materjalid) ja pidulikel puhkudel (aastapäev, sünnipäev).

Eesti keeles



Vene keeles



Inglise keeles



Ringlogo

Ringlogo koosneb märgist ja ringis olevast tekstist. Ringlogo on soovitatav kasutada esinduslikel materjalidel (tänu- ja aukirjad, tunnistused, raamatud, kutsed, esindustrükised ja esindusürituste materjalid) ja pidulikel puhkudel (aastapäev, sünnipäev).

Eesti keeles



Vene keeles



Inglise keeles



Ringlogo koosneb märgist ja ringis olevast tekstist. Ringlogo on soovitatav kasutada esinduslikel materjalidel (tänu- ja aukirjad, tunnistused, raamatud, kutsed, esindustrükised ja esindusürituste materjalid) ja pidulikel puhkudel (aastapäev, sünnipäev).

Eesti keeles



Vene keeles



Inglise keeles



Ringlogo koosneb märgist ja ringis olevast tekstist. Ringlogo on soovitatav kasutada esinduslikel materjalidel (tänu- ja aukirjad, tunnistused, raamatud, kutsed, esindustrükised ja esindusürituste materjalid) ja pidulikel puhkudel (aastapäev, sünnipäev).

Eesti keeles



Vene keeles



Inglise keeles



Ringlogo

Ringlogo koosneb märgist ja ringis olevast tekstist. Ringlogo on soovitatav kasutada esinduslikel materjalidel (tänu- ja aukirjad, tunnistused, raamatud, kutsed, esindustrükised ja esindusürituste materjalid) ja pidulikel puhkudel (aastapäev, sünnipäev).

Eesti keeles



Vene keeles



Inglise keeles

