

Kliinikumi Leht

Siseleht nr 295, mai 2026

www.kliinikum.ee

Kliinikumi preemia laureaat on professor Helle Karro

Tartu Ülikooli Kliinikumi preemia laureaat on 2026. aastal professor Helle Karro, kes on andud pikaajalise ja silmapaistva panuse sünnitusabi ja günekoloogia eriala ravitegevusse ning õppe- ja teadustegevusse.

Preemia komisjoni esimehe ja Kliinikumi ravijuhi dr Liis Salumäe sõnul on professor Helle Karro üks Eesti sünnitusabi ja günekoloogia võtmeisikuid, kelle tegevuse mõju ulatub patsientide igapäevasest ravimisest kuni tervishoiupoliitika kujundamiseni. „Tal on õnnestunud siduda tervikuks kliiniline töö, õpetamine, teadustöö ja erialane rahvusvaheline koostöö, suunates ja mõjutades seeläbi nii naiste tervist kui eriala arengut,“ lausub Kliinikumi ravijuht.

Prof Helle Karro eestvedamisel loodi Eesti raseduse infosüsteem ja meditsiiniline sünniregister, tänu millele on Eestis olemas kvaliteetne ja järjepidev andmestik kõigi sündide kohta alates 1991. aastast. Tegemist on ainulaadse registriga, mis võimaldab analüüsida ema ja lapse tervisenäitajaid, hinnata ravikvaliteeti ning toetada teaduspõhiste otsuste tegemist nii kliinilisel kui riiklikul tasandil. Lisaks registri loomisele on laureaadi töö mõjutanud seksuaaltervise haridust, viljatusravi arendamist ning emade ja laste tervise parandamist nii riiklikult kui rahvusvaheliselt.

Prof Helle Karro on lõpetanud Tartu Ülikooli arstiteaduskonna, pärast mida läbis ta sünnitusabi ja günekoloogia eriala internatuuri Tallinnas, kus muuhulgas pidas ka riigi tervishoiuministeeriumis peagünekoloogi ametit. 1997. aastal kaitses ta Tartu Ülikoo-



Prof Helle Karro

Foto: Merle Värvi

KOMMENTAAR

PROFESSOR, ÜLEMARST-ÕPPEJÕUD HELLE KARRO

Kliinikumi aastapreemia saamine on mulle suur tunnustus ja au. Olen uhke ja tänulik, et olen saanud töötada Tartu Ülikooli Kliinikumis – Eesti ainsas väärikas ülikoolihaiglas. Kliinikumi arengute ja muutuste juures olemine on olnud ühtaegu nii väljakutse kui ka

privileeg. Hindan kõrgelt Tartu Ülikooli ja Kliinikumi koostööd, mis on loonud tugeva akadeemilise keskkonna. Mulle meeldib töötada Kliinikumis, sest siin on võimalik ühendada ravitöö, õpetamine, teadustöö ja arendustegevus. Selline mitmekülgne keskkond hoiab vaimu erksana ning innustab pidevalt õppima ja ennast täiendama.

► **ALGUS LK 1**

lis doktorikraadi, uurides reproduktiivtervise ja raseduse tulemuste seoseid Eestis.

Aastast 1998 juhtis prof Karro Tartu Ülikooli naistekliinikut ning aastast 2007 kannab ta professori tiitlit. Prof Karro on ka pikaaegne Tartu Ülikooli Kliinikumi naistekliiniku juht, suunates kliiniku arenguid aastatel 1999–2023, jätkates tänaseni nii naistekliiniku ülemarst-õppejõuna kui ka ravitööga. Ta on andnud olulise panuse kujundades naistekliiniku tänaseks kaasaegseks, integreeritud ja patsiendikeskseks kliinikuks. Tema eestvedamisel on naistekliinik ka Euroopas akrediteeritud residentuuri õppebaas, mis näitab naistekliinikus pakutava erialase väljaõppe kõrget taset.

Märkimisväärne on ka prof Helle Karro panus eriala järelkasvu kujundamisse – ta on pühendunud uue põlvkonna arsti-

de ja teadlaste juhendaja ja mentor. Ka tema enda teadustegevus on mahukas ja mõjukas – ta on avaldanud üle 150 teaduspublikatsiooni, osalenud enam kui 20 teadusgrandi täitmises ning juhendanud 10 doktoranti. Tema uurimistöö keskendub reproduktiivtervisele, sünnitajate ohutusele ja tervishoiuteenuste kvaliteedile, pakudes tugevat teaduslikku alust kliiniliste otsuste tegemiseks ja tervishoiu arendamiseks.

Lisaks eriala arendamisele Eestis, on ta ka rahvusvaheliselt tunnustatud erialaliider ja hinnatud kolleeg. Helle Karro on Euroopa sünnitusabi ja günekoloogia eriala katusorganisatsiooni EBCOG peasekretär, Maaailma Terviseorganisatsiooni (WHO) ekspertrühmade ja juhtkomiteede liige, WHO Euroopa regiooni nõuandva paneeli juhataja ning IPPF Euroopa regiooni juhataja liige. Seeläbi seob tema tegevus Eesti meditsiini Euroopa erialase tippvõrgustikuga ning

suurendab Kliinikumi rahvusvahelist nähtavust ja mõju.

Prof Karro tööd WHO eksperdina on tunnustanud ka välisministeerium ning 2019. aastal tunnustati teda ka presidendi Eesti Punase Risti II klassi teenetemärgiga.

2026. aastal anti Kliinikumi preemia välja kahekümne kaheksandat korda. Preemia eesmärk on tunnustada Eesti tervishoiutöötajaid, kes on andnud olulise panuse oma eriala arengusse, kaasa aidanud tervishoiu üldisele arengule, selle maine tõstmisele üldsuse silmis, Eesti inimese tervise parandamisse ning olnud ühiskonna aktiivne liige kodanikuna. Eelmistel aastatel premeeritud tervishoiu mõjutajatega saab tutvuda Kliinikumi kodulehel.

KLIINIKUMI LEHT

Esmakordselt Eestis toimunud Põhjamaade Siirdamisühingu kongress tõi Tartusse erialaekspertid

20.–22. mail toimus Tartus Põhjamaade Siirdamisühingu kongress, kus käsitleti elundidoonorluse ja -siirdamise valdkonna trende ning tulevikuperspektiive nii Põhjamaades kui mujal maailmas. Tegemist oli järjekorras 32. kongressiga, mille korraldamisõigus anti Eestis Tartu Ülikooli Kliinikumile esmakordselt.

Tartu Ülikooli Kliinikumi ravijuhi dr Liis Salumäe sõnul on Põhjamaade Siirdamisühingu kongressi toimumine Tartus märgiline samm, mis ühest küljest toob ülikoolilinna nii ekspertteadmised ja -kogemused kui ka näitab head rahvusvahelist koostööd ja usaldust Põhjamaade siirdamiskeskuse vahel. „Elundisiirdamiste läbiviimiseks on vaja tipptasemel haiglaid, arste ja teisi tervishoiutöötajaid, et anda inimestele võimalus ka siis, kui nende enda organite tööst enam ei piisa. Meie saame Kliinikumis kui Eesti ainsas siirdamiskeskuses tagada ööpäevaringse valmisoleku, järjepideva õppe, riigisese ning rahvusvahelise koostöö ja muu vajaliku, ent vähemoluline ei ole ühiskonna valmisolek kuni iga üksikisiku tegutsemiseni doonoriks olemisel või vähemasti sellele mõtlemisel,“ rõhutas dr Liis Salumäe. Ta lisas, et Eesti kuulumine Scandiatransplanti kui Põhjamaade elundisiirdamiskeskuseid

liitvasse organisatsiooni, on suurendanud Eesti patsientide võimalusi doonorelundi saamiseks.

Mitte ükski elundisiirdamine ei saaks toimuda ilma doonoriteta

Kliinikumi transplantatsioonikeskuse juht Virge Pall kinnitas samuti, et Eesti patsientide ravivõimalused on oluliselt suurenenud, kuna väikese riigi elanikkonna seast võib olla keeruline leida doonorelundi õigel ajahetkel. Ja vastupidi – Eesti patsientidele mingil põhjusel mittesobivaid organeid pakutakse teistele Põhjamaade riikidele. „Täna on uue elundi ootel 75 Eesti patsienti. Vajame rahvusvahelist koostööd,

sest nii saame tagada eeldused, et lapsed, korduvsirdamiste ootajad ja väga kiiresti tekkinud raske elundipuudulikkusega patsiendid ei jääks abita. Põhjused, miks patsiendid uut elundit võivad vajada on erinevad – lastel on peamiseks siirdamise põhjuseks kaasasündinud arengurikked. Täiskasvanutel enamasti kroonilised haigused, aga ka ägedad haigused ja mürgistused,“ ütles Pall.

Scandiatransplant kui Eesti edulugu

Nii dr Salumäe kui dr Palli sõnul on olnud Eesti nimetamine Scandiatransplandi liikmeks Eesti edulugu, mis kannab ravitöö tunnustust kõrges rahvusvahelises mõõtmes. „1969. aastal loodud organisatsiooni liikmed olid selle loomisest alates Islandi, Norra, Rootsi, Soome ja Taani elundisiirdamiskeskused. Üheksa aastat tagasi, ►



Maksasiirdamine

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

► kui Kliinikum nimetati ühingu asotsieerunud liikmeks, oli see organisatsiooni ajaloos esimene laienemine ning eeldas ka põhikirja muutmist. Neli aastat hiljem, 2021. aastal omistati Kliinikumile täieõigusliku liikme staatus. Koos Eestiga kuulub nüüd elundisiirdamiskeskuseid liitvasse organisatsiooni 11 keskust eespool nimetatud kuuest riigist. Scandiatransplandi nõukogus, juhatuses ja erialapõhistes töögruppides esindavad Eestit Kliinikumi ekspertid,“ selgitas Virge Pall. Enne liikmelisuse saavutamist tuli Kliinikumil läbida alates aastast 2013 nelja-aastane periood, mille vältel veenduti Eesti siirdamismeeskondade pädevuses, võrdväärseks partneriks olemises ning jõuti veendumusele, et koostööst võidavad kõik osapooled.

Alates organisatsiooniga liitumisest, aastast 2017, on Kliinikumis siiratud elundeid 525 patsiendile ning 129 korral on siiratatav elund pärinenud mõnest teisest Scandiatransplandi keskusest. Väga oluline on ka Eesti teiste haiglate panus, kellega tehakse tihedat ja hindamatut koostööd kudedele ja elundite doonorluseks ning siirdamiseks. „Selleks, et Eesti edulugu jätkuks, vajame lisaks haiglatevahelisele koostööle ka riigi tuge. Näiteks doonorelundite riikidevahelise transpordi korraldamises, sest nii doonorielundite kui ka välisriigis siirdamist

vajavate patsientide transport on alati aegkriitiline. Paraku regulaarlide Eestisse napib ja ka võimalused tellimuslendude ööpäevaringseks korraldamiseks on üsna piiratud,“ osundas transplantatsioonikeskuse juht.

Kõige olulisem nüanss siirdamises – doonori otsus

Kui kõik eespool välja toodud nüansid – tipptasemel ravikvaliteet, ravimeeskonnad, riiklik ja rahvusvaheline koostöö ning toetavad teenused, nagu näiteks transport, on tagatud, ei saa jätta tähelepanuta doonorite rolli. „Mitte ükski elundisiirdamine ei saaks toimuda ilma doonoriteta ning olgu, et meditsiin on pidevas arengus, siis ei leidu siiani raske elundipuudulikkuse korral inimpäritolu elundite siirdamisele paremat alternatiivi. Samas vaid 5,5% Eesti täiskasvanud elanikkonnast on väljendanud läbi tahtevalduse soovi ja valmidust olla pärast oma surma elundidoonor. Vaadates laiemalt – Euroopas sureb iga päev keskmiselt 19–20 inimest, kelle elu oleks võinud jätkuda, kui vajalikul hetkel oleks olnud võimalik siirata doonorelund. Sealjuures näeme, et doonorelundite nappuse kõige olulisem põhjus on inimeste teadmatus ning sellest lähtuvad ekslikud eelarvamused ja tõekspidamised,“ selgitas Virge Pall.

Elunditest saab siirata südant, kopsu, neeru, maksa, pankreast, soolt ning erinevaid kudesid ja rakkusid. Elundi sobivus siirdamiseks sõltub eelkõige organi funktsioonist, sobivus konkreetsele patsiendile aga paljudest parameetritest nagu veregrupp, koosobivus, organi suurus jne. 2025. aastal tehti Kliinikumis 56 elundisiirdamist 55 patsiendile: 38 neerusiirdamist, 15 maksasiirdamist, 2 pankrease siirdamist ning 1 kopsude siirdamine. Lisaks toimus Helsingi Ülikooli haiglas 1 südamesiirdamine Eesti patsiendile. Uue elundi saanud patsientidest 3 olid alla 18-aastased. Lisaks tehti Kliinikumis ka kudedele ja rakkudele siirdamisi.

Eesti ja teiste Scandiatransplanti kuuluva te riikide kogemust oli võimalik kuulata 20.–22. mail V-Konverentsikeskuses Tartus, kus osales enam kui 200 osalejat 17 erinevast riigist. Kongress sai teoks erinevate osapoolte koostöös, sealhulgas ulatasid abikäe ka Tartu linn ja Tervisekassa. Programmi oli lõimitud ka Scandiatransplandi juhataja, nõukogu ja koordinaatorite töögrupi koosolekud.

KLIINIKUMI LEHT



Silver Kotter, Jana Lass ja dr Merilin Reimann

Foto: Timo Arbeiter

Ajakirja Eesti Arst parim teadusartikkel

Ajakirja Eesti Arst missiooniks on läbi aegade olnud eestikeelse arstiteaduse arendamine. Tartu Ülikooli Kliinikum soovib preemiaga tunnustada ajakirja Eesti Arst autoreid ja toetada eestikeelset arstiteadust selle kvaliteedis ning järjepidevuses. Parima teadusartikli preemia määrab autorile või autoritele Tartu Ülikooli Kliinikumi juhatus ajakirja Eesti Arst toimetuskolleegiumi poolt tehtud ettepanekute seast.

2025. aasta parima artikli preemia pälvis artikkel „Aspiriini ülitundlikkus ja desensibiliseerimine südame isheemiatõvega patsientidel“, autoriteks Silver Kotter, Merilin Reimann, Jana Lass. Artikkel andis ülevaate, kuidas ravida südamehaigusega patsiente, kes ei talu aspiriini. Selle välja selgitamiseks desensibiliseerisid Tartu Ülikooli Kliinikumi südamekliiniku abiarst Silver Kotter ja arst-õppejõud Merilin Reimann ning apteegi vanemproviisor Jana Lass kaks

kardioloogilist patsienti aspiriini suhtes. Desensibiliseerimine tähendab ajutiselt ravimi farmakoloogiliste ja immunoloogiliste reaktsioonide kliinilist kõrvaldamist, mis saavutatakse ravimi annuse järk-järgulise suurendamisega kuni säilitusannuseni. See on kiire ja tõhus ning absoluutsed vastunäidustused üliharvad. Südamekliinikus kasutati selleks Rossini jt raviprotokolli, ent muudeti seda mõlema patsiendi puhul neist individuaalselt lähtudes ja tuues aspiriini säilitusannuse koguse 100 mg-lt 75 mg-le.

Seni on desensibiliseerimise üheks takistuseks Eestis olnud väikestes annustes aspiriini kättesaadavus. Kõige väiksem aspiriinitablett sisaldab 75 mg toimeainet, ent desensibiliseerimiseks vajalike väiksemaid annuseid sisaldavate tablettide valmistamine on olnud ebatäpne ja keeruline. Tänu sellele, et Kliinikumi apteegis on 2024. aas-

tast aastast olemas 3D-tabletiprinter, on võimalik printida ravimeid vastavalt annuse vajadusele. Aspiriini desensibiliseerimise katse käigus prinditi Kliinikumi apteegis 1 mg, 5 mg ja 10 mg aspiriini närimistablette.

Mõlema patsiendi puhul osutus desensibiliseerimise katse edukaks ning see on Kliinikumi südamekliinikus aspiriini ülitundlikkusega südamehaigusi põdevate patsientide üheks võimalikuks raviskeemi osaks ka edaspidi. Läbiviidu tulemusel saab öelda, et raviprotokolle saab modifitseerida vastavalt patsiendi vajadustele. Aspiriini desensibiliseerimist saab samade, katsetatud raviprotokollidega läbi viia ka perifeersete arterite haiguse, isheemilise insuldi ja preeklampsia ennetuse puhul.

KLIINIKUMI LEHT

KOMMENTAAR

SILVER KOTTER

Nii uhke tunnustuse järgi võiks aimata, et täitsime inforuumis olulise lünka. Aspiriini ülitundlikkuse äratundmine, desensibiliseerimise kaalumine ja 3D-tabletiprinteri olemasolust teadmine, olid peamised punktid, mida lugejale edasi anda soovisime. Tegemist on suhteliselt levinud probleemiga ja loodan, et antud tunnustus toob lugejaid juurde ja tõstab teadlikkust veelgi. Täna veelkord kaasautoreid ja toonast juhendajat kardioloogia osakonnas dr Nelle Lõhmust.

DR MERILIN REIMANN

Ka minul on väga hea meel, et antud teema nii paljudele korda läks, sest tean, et aspiriini „talumatusest“ ning võimalikust desensibiliseerimise võimalusest oli kardioloogias juba aastaid räägitud. Aga mõttest kaugemale ei olnud jõutud. Tänapäeva võimalusi arvestades tundus see aga teostatav. Hea, et antud tegevus sai ka publitseeritud ning kirja sai tõenduspõhisele infole tuginev ja meie poolt standardiseeritud ühtne ravimi manustamise skeem. Aspiriin on ravim, mille kasutusala on väga lai – seda ei vaja mitte ainult obstruktiivse koronaarhaiguse patsiendid, vaid ka isheemilise insuldi läbiteinud ning oluliste perifeersete arterite haigusega patsiendid. Seega, kindlasti on patsiente, kes ravimi ülitundlikkuse korral veel desensibiliseerimisest kasu võiks saada.

Kliinikumi arvamislõunal arutleti, kuidas rahastada ravikvaliteeti

15. mail 2026 toimus Tartu Ülikooli Kliinikumi viies arvamislõuna, mis toob kevaditi kokku Eesti tervishoiujuhid ja arvamusiidrid. Sel korral peatuti teemal, kuidas rahastada ravikvaliteeti.

Rahvusvahelise kogemuse jagamiseks viibis Tartus Kliinikumi kutsel Hollandi haigla Gelre Ziekenhuis juhatuse liige Frido Kraanen, tehes ülevaate, mis juhtub tulemuspõhise rahastamisega siis, kui eesmärk liigub mahult väärtusele. Lähtudes Hollandi kogemusest, võib väärtuspõhine rahastamine tema hinnangul tõsta ühiskonna rahulolu tervishoiuteenustega vaid teatud kindlate põhimõtete järgimisel. Olulisimate momentidena väärtuspõhise rahastamise kasutuselevõtmisel tõi ta esile kogu ühiskonda hõlmavad järgnevad sammud:

1. Määratleda selge visioon, sealhulgas poliitiline, mida toetavad kõik sektori osapooled – kaasaarvatud patsientide esindajad.
2. Muudatustega tuleks alustada väikeste sammude kaupa – alustades näiteks väheste protseduuridega, mis on selgepiirilised, mitte liiga kompleksed, kuid omavad süsteemis tervikuna nähtavat mõju.
3. Muudatuste hindamiseks tuleb määratleda tulemusnäitajad, mis oleksid selged, kergesti mõõdetavad ja tooksid välja olulise väärtuse.
4. Väärtuspõhise rahastamise kasutuselevõtuks on vajalik laiapõhjaline

konsensus – sealhulgas klinitsistide, juhtkonna, tarbijate, valitsuse.

5. Uued meetodid tuleks lülitada õppeprogrammi.
6. Muudatuste eest seismine – vajalik on kõikide osapoolte panus ja veendumus selle vajalikkusest.

Eesti plaane tutvustas sotsiaalministeeriumi asekantsler Anniki Lai, kes osundas, et üks samm väärtuspõhise tervishoiu suunas on tervishoiu ja sotsiaalvaldkonna integreerimine. See võimaldaks siduda täna eraldi tegutsevad tervishoiu osapooled – olgu selleks eriarstiabi, ennetus, kiirabiteenus, esmatasand või omavalitsuse sotsiaalteenused. Kõigi osapoolte vahelise koostöö ühine eesmärk peaks olema inimesekeskus, mille tulemusel paranevad ka tervise- ja tulumid.

Mõlemad ettekandjad tõid välja, et vajadus väärtuspõhise rahastuse järgi tuleneb tervishoiukulude pidevast kasvust, vananevast ühiskonnast, tööjõupuudusest, tehnoloogia ja digitaliseerimise kasvust, ühiskondlikust nõudlusest, aga ka vajadusest omada paremat ülevaadet kuludest, mis omakorda võimaldab muuta efektiivsemaks juhtimist. Väärtuspõhine rahastus

vajab ka ühiselt kokku lepitud tulemusnäitajaid.

Kliinikumi juhatuse liige professor Joel Starkopf on omakorda varasemates aruteludes pakkunud, et hinnastamismudel võiks koosneda kolmest komponendist: valmisolek, mahupõhisus ja tulemuspõhine rahastus. Pikemalt saab arutlust lugeda ERRi veebis.

Tänane Eesti tervishoiuteenuste rahastusmudel, eriti eriarstiabis, on seni olnud paljuski mahupõhine. Samas on Eestis juba ka olemas head näited tulemus- ja väärtuspõhise rahastamisest: näiteks endoproteesimise ja insuldi raviteekonnad. Prof Joel Starkopfi sõnul on siin aga oluline mõista, et väärtuspõhine rahastusmudel ei too ilmingimata tervishoiukulude kokkuvõtet – ka nende kahe eriala näite juures on oodatud tulemuste saavutamisel peamiseks takistuseks ressursside nappus.

Arvamislõuna lõpetas ühine arutelu, kus osalesid sotsiaalminister dr Karmen Joller, prof Joel Starkopf, Agris Peedu, Kaija Kasekamp, Frido Kraanen ning dr Mihkel Plaas.

KLIINIKUMI LEHT

TARTU ÜLIKOOI MEDITSIIINTEADUSTE VALDKONNAS

Tartu Ülikooli uues kompetentsikeskuses aidatakse parandada tervise ja heaolu hindamise kvaliteeti Eestis

12. mail peeti TÜ tervise ja heaolu hindamisvahendite kompetentsikeskuses avalikku konverentsi „Tervise ja heaolu hindamine inimesest süsteemini“. Kompetentsikeskus ühendab ülikooli psühholoogia, kliinilise meditsiini ning peremeditsiini ja rahvatervishoiu instituudi ekspertteadmised. Keskuse eesmärk on tagada, et Eestis kasutatavad tervise ja heaolu hindamisvahendid oleksid tõenduspõhised, kvaliteet- sed ja usaldusväärsed ning aitaksid teha paremaid raviotsuseid. „Ühtsete ja tõenduspõhiste hindamisvahendite kasutamine aitab muuta ravi ühtlasemaks, toetab varasemat ja täp-

semat diagnoosimist ning loob paremad võimalused tervishoiuteenuse kvaliteedi järjepidevaks parandamiseks,“ rõhutas kompetentsikeskuse nõukogu esimees, kliinilise psühholoogia professor **Kirsti Akkermann**.

Kanada kuningliku kolleegiumi esindajad tutvusid Tartu Ülikooli residentuuriõppega

12. mail külastasid Kanada Kuningliku Arstide ja Kirurgide Kolleegiumi (The Royal College of Physicians and Surgeons of Canada) endine president ja nõukogu liige professor **Brian Hodges** ning kolleegiumi rahvusvaheliste partnerlussuhete koordinaator **Areta Sancartier** Tartu Ülikooli, et tutvuda siinse meditsiiniharidusega ja

panna alus edasisele koostööle residentuuriõppe arendamisel. Külalisi võtsid vastu TÜ meditsiiniteaduste valdkonna dekaan **Küllil Kingo**, arendusprodekaan **Sander Pajusalu**, kliinilise meditsiini instituudi juhataja **Pille Taba** ja Tartu Ülikooli Kliinikumi teadus-arendusjuht **Joel Starkopf**. Päeva teises pooles kohtus professor Hodges residentuuri üldjuhendajate ja residentuuri arendavate spetsialistidega, et tutvustada Kanada kogemust pädevuspõhise õppe rakendamisel.

EMILY LIEBERG

Tartu Ülikooli meditsiiniteaduste valdkonna kommunikatsioonispetsialist

Kliinikum valis aasta õe, ämmaemanda ja tervishoiuspetsialisti

12. mail, ülemaailmsel õdede päeval andis Tartu Ülikooli Kliinikum üle aasta õe, ämmaemanda ja tervishoiutöötaja tunnustuse. Kliinikumi aasta õde on Liis Lang, aasta ämmaemand Kätlin Mannas ning aasta tervishoiuspetsialist Karine Rüütel.

LIIS LANG töötab spordimeditsiini ja taastusravi kliinikus palliatiivravi osakonna õendusjuhina, olles läbi oma töö ja pühendumuse silmapaistvaks eeskujuks ka kolleegidele. Tema tegevus ei piirdu igapäevase palliatiivravi osakonna juhtimisega, ta on palliatiivravi arendamise eestvedaja ja visionäär, kelle panus ulatub laiemalt kogu valdkonna arengusse.

Ta on Kliinikumi palliatiivravi pilootprojekti juht, aidates kujundada ja juurutada patsiendikeskset ning kaasagset ravimudelit. Samuti on ta andnud olulise akadeemilise panuse palliatiivravi arengusse Eestis, olles magistritöö „Patsientide isikuautonoomia järgimine hosiiptravis: õdede kogemused“ autor. See käsitleb üht palliatiivravi keskset väärtust – patsiendi autonoomia austamist. Oma töö tulemusi tutvustab ta ka rahvusvahelisel tasandil Kanadas, esinedes suulise ettekandega konverentsil „26th International Nursing Ethics Conference: Pandemic and Disaster Preparedness and Response: Ethical and Cultural Perspectives“.

Lisaks teadus- ja arendustegevusele on ta loonud oma osakonnas turvalise ja toetava töökeskkonna, olles surmateemaliste vestlusringide algataja, mis aitavad töötajatel mõtestada oma tööd ning tulla paremini toime emotsionaalselt keerukate olukordadega. Tema praktiline panus väljendub ka palliatiivse sedatsiooni jälgimislehe koostamises, mis toetab kvaliteetset ja süsteemset patsiendihooldust. Kolleegide seas on Liis kõrgelt hinnatud, teda iseloomustavad hoolivus, professionaalsus ja inspireeriv juhtimisstiil. Tema töö loob väärtust nii patsientidele, nende lähedastele kui ka kolleegidele ning mõjutab positiivselt kogu palliatiivravi arengut Eestis.

Aasta ämmaemand **KÄTLIN MANNAS** töötab naistekliinikus, kus põimib oma erinevad ämmaemanda kompetentsid kergusega, jälgides ja toetades rasedaid, sünnitajaid ja värskeid vanemaid. Ta on üks väheseid ämmaemanda, kes töötab sünnitustoas, sünnitusjärgses osakonnas, neonatoloogia osakonnas ning jälgib ka



Kätlin Mannas, Liis Lang ja Karine Rüütel

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

rasedaid ambulatoorselt. Lisaks on ta töötanud nii intensiivravi osakonnas kui ka koduõena. Kätlin omab ämmaemanda tase 7 pädevust ning lisaks pädevusi nõustada gestatsiooni diabeedi ning imetamise osas, samuti on ta läbinud toitumise nõustaja koolituse ning koolitanud ise koos füsioterapeudiga sünnitusjärgse taastumise teemadel.

Kätlin on eeskujuks nii üliõpilastele kui ka kolleegidele ning tema tegutsemine on alati kaalutletud. Ka kriisilukorras jääb ta rahulikuks ja leiab lahenduse ega karda abi paluda, kui vaja. Kätlin on suurepärase meeskonnaliige, olles alati vastutulelik, sõbralik ning proovides leida lahendusi kõiki arvestades. Oma töös seab ta alati naise ja perekonna esimesele kohale. Eelnevat arvesse võttes on perede ja kolleegide tagasiside Kätlinile alati positiivne.

Aasta tervishoiuspetsialist **KARINE RÜÜTEL** töötab füsioterapeudina kopsukliinikus ambulatoorse pulmonoloogia osakonnas. Ta omab oma erialal väga laialdasi ja sügavaid teadmisi. Karine on alati valmis osalema erinevates projektides, panustades aktiivselt eriala arengusse. Ta viib läbi füsioterapiaalaseid koolitusi ning tegutseb lektorina, jagades oma teadmisi nii kolleegidele kui ka laiemale auditooriumile. Ta on osalenud töögruppides, aidates koostada erinevaid raviteekondi, sealhulgas vähipatsiendi raviteekonda. Karine on arendanud välja õiste hingamishäirete

käsitluse ning on praegugi ambulatoorses osakonnas selle eestvedaja. Ta on väga empaatiline ning alati täielikult kohal nii tööprotsessis kui ka kolleegide toetamisel, öeldes harva ära, kui temalt palutakse loengut või tööalast abi.

Karine on arendanud kopsuhaigete füsioterapiat ning on kaasajastanud ja rakendanud kopsufüsioterapia ja taastusravi meetodeid nii diagnostika kui ravi eesmärgil. Lisaks oma tööülesannetele tegeleb ta ka mitmete muude pulmonoloogide vajalike abiteenustega. Kolleegide sõnul on Karine väga töökas, pühendunud, suurte kogemustega, alati heatujuline, abivalmis, sõbralik ja väga meeldiv kolleeg, kes ei ütle kunagi „ei saa“ või „ei jõua“ ja aitab ka siis, kui see pole otseselt tema tööülesanne.

Kliinikumi aasta õendus- ja ämmaemandustöötaja ning aasta tervishoiuspetsialisti tunnustuse eesmärk on tõsta esile neid õendustöötajaid, ämmaemanda ja teisi tervishoiuspetsialiste, kes kannavad Kliinikumi väärtusi, on oma kutsealal eeskujuks professionaalsuse ja pädevusega, hoolides nii patsiendikeskusest kui ka oma teadmiste ja oskuste edasiandmisest. Laureate iseloomustab tahe vedada eest uuendusi, seda nii iseseisvalt kui ka meeskonnatööd väärtustades.

KLIINIKUMI LEHT

Kliinikumi parimad praktikajuhendajad on Marian Värton ja Elin Toomik

Tartu Ülikooli Kliinikum tunnustab koostöös Tartu Tervishoiu Kõrgkooliga neid Kliinikumi õendusvaldkonna töötajaid, kes lisaks kliinilisele tööle juhendavad ka praktilal viibijaid.



Marian Värton

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum



Elin Toomik

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Parimate praktikajuhendajate välja selgitamiseks viib kõrgkool igal kevadel tudengite seas läbi küsitluse. 2026. aastal valiti parimateks südamekliiniku kardiokirurgia osakonnas töötav õde Marian Värton ning lastekliiniku neonatoloogia osakonna õde Elin Toomik.

Tartu Tervishoiu Kõrgkooli õppekorralduse osakonna juhataja Valdek Rohtma sõnul esitati üliõpilaste poolt kokku 35 parima praktikajuhendaja kandidaati. „Need olid juhendajad, kes olid hoolivad, toetavad ja andsid innustava eduelamuse õppija arengusse,“ sõnas Rohtma.

MARIAN VÄRTONIT iseloomustasid tudengid nii:

- *Ta oli oma juhendamises konkreetne ja selge, mis aitas mul kiiresti mõista töö olemust ja ootusi. Samas andis ta mulle palju võimalusi iseseisvalt tegutseda, lähtudes põhimõttest, et mida rohkem ise teed, seda rohkem õpid. See lähenemine andis mulle enesekindlust ning aitas arendada nii praktilisi oskusi kui ka otsustusvõimet.*
- *Ta uskus siiralt inimestesse ja julgustas mind pidevalt uusi asju proovima, pakudes samal ajal alati tuge ja vajadusel suunamist.*
- *Praktikabaasi juhendaja oli väga toetav ja inspireeriv mentor.*
- *Tänu temale sain väärtusliku kogemuse mitte ainult õenduslastes oskustes,*

vaid ka suhtlemises, empaatiavõimes ja professionaalses käitumises.

- *Inimesena on ta suurepärase eeskju, alati lugupidav, hooliv ja positiivne nii töökaaslaste kui ka patsientide suhtes.*
- *Tema suhtumine ja tööetika on midagi, mida soovin ka ise tulevikus järgida. Olen talle väga tänulik kõige eest, mida temalt õppisin.*

Südamekliiniku õde Marian Värtoni sõnul on tegemist väga olulise tunnustuse ja auge tema jaoks. „Mulle meeldib väga praktikante juhendada. Olen ise kogunud praktikandina hetki, mis mõjutasid mind noore inimesena ja põhjustasid algusaastatel õe töös ka ebakindlust. Seepärast on mul tugev veendumus, et kõik praktika kogemused peavad olema võimalikult positiivsed, julgustavad ja inspireerivad praktikandi jaoks. Annan rõõmuga edasi tööstaazi jooksul kogunenud teadmisi ja oskusi ning noored annavad omakorda mulle vastu värsket energiat ja õhinat, et mina väärtusliku õena kestaks edasi.“

ELIN TOOMIKU puhul töid tudengid esile:

- *Oskas suunata vastuseid leidma loogiliselt mõeldes.*
- *Andis võimaluse proovida kõike ise.*
- *Tekitas tunde nagu töötaksin tema osakonnas koos temaga.*
- *Oli alati rõõmsameelne ja oli alati hea meel näha oma praktikanti.*

- *Seletas lihtsalt ja loogiliselt töö korraldusi ja iseloomu.*
- *Oli igati toetav ja sellega toetas ka õppimist.*

Lastekliiniku õde Elin Toomik hindas tunnustust kõrgelt: „Mul on selle tunnustuse üle siiralt väga hea meel ning olen südamest tänulik, et mind on märgatud. Praktikantide tagasisidet lugedes tekkis minus soe ja tänutunne. Praktikantide juhendamine ei ole minu jaoks olnud lihtsalt lisatöö, vaid võimalus anda edasi midagi tõeliselt väärtuslikku – teadmisi, praktilisi oskusi, aga ka julgust ja entusiasmi. Iga üliõpilane toob kaasa oma energia, mis rikastavad omakorda ka minu tööd. Praktikantide juhendamine on minu jaoks kogemus, mille kaudu saan pakkuda neile võimalust oma teadmisi rakendada, olemasolevaid oskusi kinnistada ja samal ajal uusi teadmisi ja oskusi omandada. Suurim rõõm ja väärtus on päeva lõpus näha särasilmset ja entusiastlikku üliõpilast, kes on saanud teha uusi praktilisi tegevusi ja kasutada oma olemasolevaid teadmisi“.

Parimate praktikajuhendajate tunnustused anti üle õdede päeva sündmuse raames 12. mail.

KLIINIKUMI LEHT

Dr Marjo Sinijärv ja dr Georgi Nellis on Kliinikumi parimad arst-õppejõud

Meditsiiniteaduste valdkonna üliõpilaskogu valib igal kevadel parimaid õppejõude nende seast, kes lisaks oma kliinilisele tööle juhendavad tudengeid Kliinikumis.



Dr Marjo Sinijärve õnnitlemine

DR MARJO SINIJÄRV töötab stomatoloogia kliinikus vanemarst-õppejõuna ning ühtlasi on ta Kliinikumi juhtkonna liige, juhtides 3. kliinilist valdkonda. Tudengid on tema puhul tõstnud esile järgmist:

- Kui küsida temalt abi, siis ta seletab, miks ta midagi soovib. Tihti tuleb ette, et õppejõud ütlevad, mida teha, aga ei selgita.
- Annab häid soovitusi, abivalmis, tuleb appi, kui ise ei saa hakkama, selgitab, õpetab.
- Esimene kohtumine õppejõuga leidis aset III kursusel sügissemestril, kui algas fantoomide endodontia kursuse. Dr Marjo Sinijärve poolt õpetatud materjal oli alati väga informatiivne,

2026. aastal toimus juhendajate esiletõstmine koostöös kliinilise meditsiini instituudi üliõpilaskoguga ja hambaarstiteaduse instituudi üliõpilaskoguga. Üliõpilaste hin-



Dr Georgi Nellise õnnitlemine

Fotod: Tartu Ülikooli Kliinikum

sisukas, täis mitte ainult teooriat, vaid ka kliinilisi juhtumeid õppejõu isiklikust kogemusest. See aitas meil omandada mitte ainult uute instrumentidega töötamise mehaanilisi käelisi oskusi, vaid ka mõista, kuidas juureravi hambaarsti kabineti päris patsientidega tehakse. Lisaks sisaldas kursus kohustuslikku eneseanalüüsi pärast igat tundi, mis aitas meil mitte ainult ennast ja oma edusamme hinnata, vaid ka saada õppejõult tagasisidet ja lahendada võimalikke küsimusi, mida pole alati võimalik pärast tundi arutada (mõnikord tekivad küsimused alles hiljem). Õppejõud andis alati väga detailset tagasisidet, vastas küsimustele ja jagas veelgi rohkem omaenda kliinilist kogemust.

Õppejõu kõige olulisem omadus oli see, et ta alustas meie kursust sellega, et me tulime klassiruumi õppima. Ta rõhutas alati, et on täiesti normaalne alustada nullist ja võib-olla teha vigu. Kuid ta rõhutas alati vajadust õppida nendest vigadest, uurida rohkem teaduskirjandust ja õppida teiste kolleegide vigadest.

DR GEORGI NELLIS töötab vanemarst-õppejõuna lastekliiniku neonatoloogia osakonnas ning tema puhul hindasid üliõpilased järgmisi omadusi:

- Dr Nellis on väga kirklik oma eriala osas ja süstib seda huvi ka tudengitesse.
- Dr Nellis on väga soe, sõbralik

KOMMENTAAR

DR MARJO SINIJÄRV

Mul on juba aastaid olnud kabinetis laua peal kiri tulevasele arst-õppejõule, aeg-ajalt ikka heidan pilgu peale, kui vaja endale meelde tuletada, et olen õiges kohas ja ajan õiget asja. Seal on kena Theodore Roosevelti tsitaat: „Inimesi ei huvita, kui palju sa tead enne, kui nad tunnevad, kui väga sa neist hoolid“. Lisaks on seal järgnevad soovitus, mida jagaksin kõikide kolleegidega Kliinikumis: „Enne meditsiinijuttu loo inimlik kontakt, ole olemas, küsi küsimusi, ära mõista hukka ja jää alandlikuks. Kui kasutad oma emotsionaalset intelligentsust sama palju kui oma teadmisi, jõuavad ka sinu õppijad samale rajale.“

Suur aitäh üliõpilastele tunnustuse eest. See tuli mulle suure üllatusena ja liigutas väga. Eriti praegu, kui olen päris sageli endalt küsinud, kas mul on õppejõuna teistele veel midagi anda. Veelkord, südamest aitäh.

DR GEORGI NELLIS

Tudengite tagasiside on kõige ausam peegel ning olen südamest liigutatud ja tänulik sellise tunnustuse eest. Minu jaoks on õpetamise juures kõige olulisem luua usalduslik ja vaba õhkkond – koht, kus hirm „valesti vastata“ või „valesti küsida“ ei takistaks uudishimu. Samas on tudengitel alati võimalus suunata õppejõudu endale enim huvi pakkuvate teemade juurde. Huumor ja avatud suhtlus on minu arvates parimad antidepressandid, mis aitavad keerulisi teemasid paremini omandada ning vähendavad asjatut pinget. See tunnustus on parim motivaator edasiseks ning see ei kuulu ainult mulle, vaid kõigile neile uudishimulikele tudengitele, kes julgevad küsida ja kaasa mõelda. Aitäh!



Professor Pille Taba tunnustust vastu võtmas

Foto: Timo Arbeiter

Professorid Pille Taba ja Katrin Õunap pälvisid Neinar Seli preemiad

Tartu Kultuurkapitali juurde Neinar Seli poolt asutatud meditsiini valdkonna alakapitali eesmärk on panustada Eesti tervishoiu edendamisse ja Tartu Ülikooli Kliinikumi teadustöö toetamisse. Selle eesmärgi saavutamiseks tunnustatakse Kliinikumi töötajaid kahes kategoorias: viimase kalendriaasta ja viimase viie aasta jooksul enim teadusartikleid publitseerinud autoreid, kes on märkinud oma töökohaks Tartu Ülikooli Kliinikumi. Otsuse tegemisel tugineb komisjon Kliinikumi meditsiiniinfo keskuse analüüsile.

Stipendium viimasel viiel aastal enim teadusartikleid publitseerinud autorile antakse välja mitte sagedamini kui kord viie aasta jooksul ning selle suurus on 4000 eurot. Ajavahemiku 2021–2025 aastate arvestuses pälvis stipendiumi Kliinikumi närvikliiniku juht professor Pille Taba.

Teise stipendiumi, mis antakse välja viimase kalendriaasta ehk 2025. aasta teaduspublikatsioonide eest, pälvis Kliinikumi geneetika ja personaalmeditsiini kliiniku ülemarst-õppejõud ja harvikaiguste kompetentsikeskuse eestvedaja professor Katrin Õunap. Viimase kalendriaasta teaduspublikatsioonide stipendiumi suurus on 2000 eurot.

KLIINIKUMI LEHT

- ▶ ja hea huumorimeelega õppejõud. Tema praktikumides võib südame-rahuga "lolle" küsimusi küsida, ta lausa nõuab neid, tehes praktikumi õhkkonna väga mugavaks.
- Dr Nellis andis endast kõik, et meile võimalikult palju praktikumides näidata. Ta oskas suurepäraselt tudengeid

KOMMENTAAR

PROFESSOR JA ÜLEMARST-ÕPPEJÕUD PILLE TABA

Tunnen suurt heameelt Kliinikumi ja Neinar Seli koostöös väljaantud stipendiumi üle, mille pälvisid enim publitseerinud Kliinikumi töötajad. See on ootamatu ja väga tore uudis, arvestades et ülikoolihaiglas on palju arste, kes on tugevad ka teadlastena. Stipendium on kahtlemata tunnustus närvikliinikule laiemalt – ilma meeskonnata ei ole võimalik kliinilisi uurimustöid teha ega publitseerida. Kliinilise teaduse eelduseks on

asjakohane idee, hea uuringumeeskond, koostöövalmid patsiendid ja tingimused – närvikliinikus on kõike seda kasvatatud läbi aastakümnete juba eelkäijate poolt ja toetatud Kliinikumi poolt. Järjepidevuseks on tähtis noorte põlvkonna kaasamine – innustame juba üliõpilasi teadustööd tegema, samuti on patsiendipõhises kliinilises teadustöös oluliseks toeks kliiniku kolleegide kaastöö. Täna ka koostööpartnereid teistest kliinikutest, Eesti haiglate neuroloogiakeskustest ja Tartu Ülikooli instituutidest.

PROFESSOR JA ÜLEMARST-ÕPPEJÕUD PROF KATRIN ÕUNAP

Ma olen väga tänulik Neinar Seli stipendiumi laureaadiks nimetamise eest! Minu suured tänusõnad kuuluvad esmalt Kliinikumi geneetika ja personaalmeditsiini kliiniku ülemarst-õppejõud ja harvikaiguste keskuse kolleegidele. Teiseks on minu Tartu Ülikooli teadusgrupi täitjate ja nooremteadurite panus väga oluline erinevate projektide läbiviimisel ning ka artiklite

kokku kirjutamisel. Siiras tänu neile koostöö ja abi eest! Auhinna saamine teeb südame soojaks ja annab suurt innustust teadustöö tegemiseks ka tulevikus. Kliinilises töös innustavad mind haruldaste haigusega patsiendid ja nende pereliikmed uurima uusi seoseid haiguste tekkel. Ka motiveerivad mind noored arst-residendid ja nooremteadurid oma suure entusiasmiga ja huviga teaduse vastu ikka alustama uusi uurimisteemasid.

Julgemalt läheneda ja nende tervist ka enesekindlamalt hinnata.

Parimate arst-õppejõudude tunnustused anti Kliinikumi juhatuse ja üliõpilaste koostöös õppetöö käigus üllatusvisiidina.

KLIINIKUMI LEHT

- praktikumidesse kaasata.
- Õppejõud, kes tõeliselt naudib enda eriala ja tutvustab suure entusiasmiga ka tudengitele. Praktikumides pole kunagi igav ja pole küsimust, mida küsida ei saaks. Kui varem tundusid vastasündinud hirmutavad, siis nende tundide järgselt saab iga tudeng neile

1. intensiivravi osakonnas algas patsiendi lähedaste rahulolu-uuring



1. intensiivravi osakond

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

1. mail 2026 algas Tartu Ülikooli Kliinikumi 1. intensiivravi osakonnas „Lähedaste rahulolu-uuring patsiendi käsitlemisega Tartu Ülikooli Kliinikumi 1. intensiivravi osakon-

nas“, mis hindab patsientide pereleikmete rahulolu suhtluse, info kättesaadavuse, emotsionaalse toe ning ravi- ja hoolduskeskkonnaga.

„Intensiivravi on lähedastele keeruline periood ning uuringu eesmärk on tuvastada rahulolu mõjutavad tegurid ja parandada patsiendikeskset ravi. Meile teadaolevalt teada ei ole sellist uuringut Eestis varem läbi viidud,“ sõnas Kliinikumi anestezioloogia ja intensiivravi kliiniku 1. intensiivravi osakonna juht dr Marek Eerme.

Uuringus kasutatakse rahvusvahelist küsimustikku FS-ICU 24R© ning uuringusse kaasatakse vähemalt 48 tundi intensiivravil viibivate patsientide lähedasi. Küsimustik on anonüümne ja vabatahtlik ning selle täitmine võtab umbes 15–20 minutit.

Andmeid kogutakse ajavahemikus 1.05.2026–30.04.2027 ning uuringu tulemusi tutvustatakse 2027. aasta teises pooles.

„Usume, et tulemuste analüüs aitab parandada intensiivravi teenuse kvaliteeti ja lähedaste kogemust Kliinikumis,“ sõnas dr Eerme.

KLIINIKUMI LEHT

Kõrge vererõhk on ennetatav

Hüpertensioon ehk kõrge vererõhk on üks olulisemaid ennetatavaid terviseohte nii maailmas kui ka Eestis. Iga-aastaselt tähistatakse 17. mail ülemaailmset hüpertensioonipäeva, mis kutsub üles regulaarselt oma vererõhku kontrollima ning pöörama tähelepanu riskiteguritele, mis võivad haigust soodustada.

Hüpertensioon kulgeb enamasti ilma sümptomiteta, kuid suurendab märkimisväärselt südame- ja veresoonehaiguste riski. Tartu Ülikooli Kliinikumi südamekliiniku juht, vanemarst-õppejõud dr Alar Irs rõhutas, et kõrge vererõhk on südameinfarkti ja insuldi peamine põhjus nii maailmas kui ka Eestis. „See on ülisage seisund, aga enamik inimesi ei tea, et neil see on, kuna inimesed pole harjunud enda vererõhku mõõtma. Regulaarne vererõhu mõõtmine on aga esimene ja lihtsaim samm kõrge vererõhu avastamiseks. Näitajad annavad selged juhised edasisteks tegevusteks,“ sõnas dr Irs.

Südamekliiniku juhi sõnul on optimaalne vererõhk alla 120/70 mmHg, kõrge vererõhk 120/70 kuni 140/90 mmHg ning



Vererõhu mõõtmine

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Optimaalne vererõhk on alla 120/70 mmHg

hüpertensiooniks ehk kõrgeks vererõhuks loetakse väärtusi alates 140/90 mmHg. Mõõtmist soovitab ta teha kodus, rahulik olekus istudes. „Võta mõõtja, mõõda vererõhku ja kirjuta tulemus üles. Kui ülemine number on üle 120, tasub oma elustiilile rohkem tähelepanu pöörata, ja kui üle 130, pea ka perearstiga nõu. Varajane tegutsemine võimaldab hinnata südame-veresoonehaiguste koguriski ning otsustada, kas on vaja alustada ravi, mis on tänapäeval lihtne ja tõhus,“ selgitas dr Irs.



Toitmisravi keskuse arutelu

Foto: Erakogu

Kliinikumi toitmisravi keskus liitus tipptasemel ravikeskuste võrgustikuga

Tartu Ülikooli Kliinikumi toitmisravi keskus on esmakordselt tunnustatud ja sertifitseeritud rahvusvahelise kliinilise toitmisravi koolituskeskusena, vastates kõigile Euroopa Kliinilise Toitumise ja Metabolismi Ühingu (ESPEN) kehtestatud kriteeriumidele.

Ametlikke rahvusvahelisi koolituskeskusi on kogu maailmas kõigest 44, neist 32 Euroopas, ning esmakordselt on nimekirjas ka Tartu Ülikooli Kliinikum – Eesti ainus toitmisravi keskus, mis on sellesse võrgustikku arvatud. Kliinikumi toitmisravi keskuse gastroenteroloogia eriala ülemarst-õppejõu professor Alastair Forbes sõnul kuuluvad võrgustikku Põhja-Euroopa piirkonnast lisaks Kliinikumile veel Vilniuse ja Kuopio haiglad. „Need üksikud keskused peegeldavad haiglate tugevat rahvusvahelist positsiooni ning kinnitavad toitmisravi kasvavat tähtsust ja vajadust,“ selgitas prof Forbes.

Tunnustus on pika, ligi aasta kestnud kandideerimisprotsessi tulemus, mis nõudis selgeid tõendeid keskuse kliinilisest ja akadeemilisest tugevusest ning valmisolekust võtta vastu praktikante üle maailma. „See oluline saavutus toetab suurepäraselt

Tartu Ülikooli Kliinikumi kiiresti arenevat kliinilise toitumise teenust, mis pakub ravi patsientidele nii Lõuna-Eestist kui ka kaugemaltki. Samuti haakub tunnustus hästi Tartu Ülikooli kliinilise toitumise magistriskursuse eesmärkide ja võimalustega,“ sõnas prof Forbes.

Toitmisravi keskuse töö on tihedalt seotud nii patsiendiravi kui ka õpetamisega. „Toitmisravi keskuses on regulaarselt magistrante, kellest mõned on arstid, näiteks sisehaiguste või laste residentuuris, aga ka õed, dietoloogid ja kliinilised toitumisspetsialistid teistest riikidest. Ainuüksi viimastel kuudel on keskus võõrستانud külastajaid neljalt erinevalt kontinendilt,“ rääkis prof Forbes. Tema sõnul näitab tunnustus Kliinikumis toimuva ravi ja õpetamise vastu kõrgelt lugupeetud välise asutuse usaldust.

„See tunnustus on midagi, mille üle institutsioon tervikuna saab uhke olla. Toitmisravi keskus on oma saavutuste üle uhke, kuid ei puhka loorberitel. Eesmärk on jätkuvalt kasvada ning pakkuda nii Kliinikumi patsientidele kui ka meie kogukonna inimestele laiemat teenust. Alatoitumus mõjutab paljusid inimesi ning seda ei tuvastata ega ravita sageli teiste haiguste kontekstis nii tõhusalt, kui võiks,“ lisas prof Forbes.

Toitmisravi vajavad lapsed ja täiskasvanud, kelle jaoks suukaudne söömine ei ole võimalik, ohutu või piisav. Toitmisravi eesmärk on tagada patsiendi vanusele, kehakaalule ja haigusseisundile vastav ravitoidu tüüp, kogus ja manustamisviis.

KLIINIKUMI LEHT

► Hüpertensiooni ennetamisel mängib peamist rolli tervislik eluviis. „Tasakaalustatud toitumine, sealhulgas Vahe-mere dieedi põhimõtted, soola tarbimise vähendamine alla 5 grammi päevas ning kaaliumirikaste toitade eelistamine, aitab vererõhku kontrolli all hoida. Oluline

on säilitada normaalne kehakaal, hoides kehamassiindeksi 20–25 vahemikus ning vööümbermõõdu meestel alla 94 cm ja naistel alla 80 cm,“ selgitas dr Irs. Ära ei tohiks unustada ka meelerahu, korralikku ööund ning regulaarset liikumist – isegi 30 minutit hoogsat kõndi päevas avaldab

positiivset mõju. Samuti tuleb vältida igas vormis nikotiini ja loobuda alkoholist või tarbida seda minimaalselt.

KLIINIKUMI LEHT

Kliinikumi soovitusindeks oli aprillis 87

Kliinikumi soovitusindeks ulatus aprillis 87 punktini, mis on väga kõrge tulemus, näidates patsientide kõrget rahulolu ning valmisolekut soovitada Kliinikumi teenuseid ka teistele.

Foto: Tartu Ülikooli Kliinikum

Soovitusindeksi määramine on üks meetoditest, mille kaudu koguda vahetut tagasisidet selle kohta, kuidas Kliinikumi patsiendid tervishoiuteenuseid hindavad ning mis seda hinnangut kõige enam mõjutab. Tagasiside küsimiseks saadetakse Kliinikumi külastanud patsientidele e-kiri, milles palutakse jagada oma teenusekogemust ning anda 10 palli skaalal hinnang, kui tõenäoliselt soovitatakse osutatud tervishoiuteenust oma sõbrale või lähedasele, kui need peaksid seda vajama. Saadud vastuseid analüüsitakse Kliinikumi üksustes.

Soovitusindeksi mõõtmine toimub NPS (Net Promoter Score) meetodil ning selle tulemus võib jääda vahemikku -100 kuni +100. NPS on rahvusvaheliselt tunnustatud kliendirahulolu mõõdik, mille puhul peetakse üle 50 punktist tulemust väga heaks ning üle 70 punktist erakordselt tugevaks. Seega, Kliinikumi aprillikuu 87-punktiline



soovitusindeks kinnitab patsientide usaldust meie töötajate professionaalsuse, hoolivuse ja kvaliteetse raviteenuse suhtes.

Täname kõiki patsiente, kes oma kogemusi on jaganud!

KLIINIKUMI LEHT

TÄNUAVALDUSI

Mai 2026

Südamekliiniku kardiointensiivravi osakond

Olen väga tänulik kõigile töötajatele, kes minuga tegelesid. Olete kõik toredad ja abivalmis.

Sisekliiniku ambulatoorne osakond

Käisin **dr Reet Kuuse** vastuvõtul. Temaga koos oli kabinetis arst-resident **dr Elena Selge**. Soovin neid südamest tänada hoolivuse ja asjalikkuse eest. Nad väga põhjalikult vaatasid minu raviskeemi alates 2020. aastast ning arutasid edasisi ravivõimalusi. Suured-suured tänud, au ja kiitus!

Kopsukliiniku kopsutuberkuloosi osakond

Tänan kogu osakonna töötajaid sõbraliku ja vastutuleliku suhtumise eest. Eraldi tänan **dr Lea Pehmet** hea ravi eest.

Lastekliiniku üldpediaatria ja neuroloogia osakond

Kõik töötajad kellega kokku puutusin olid väga hoolivad ja toetavad. Eriti raviarst. Alati rääkis kõik lahti ja selgitas toimunut. Ei pannud kordagi muretsema liialt. Super haigla ja väga hea meeskond siin!

Naistekliiniku sünnitusosakond

Suur aitäh **dr Pille Soplepmann**, **dr Anu-Liis Laar** ja ämmaemand **Ina Ossaar**, et aitasite 14. mai õhtul meie tütre turvaliselt ilmale.

Ortopeedia osakond

Suur suur aitäh **dr Jaan Laos** meeskon-naga.

Nahahaiguste kliiniku ambulatoorne osakond

Tänan südamest **õde Riina Kolki** tema hoolivuse, tähelepanelikkuse ja siira abivalmiduse eest.

Suu- ja hambahaiguste osakond

Dr Mare Liivamägi koos assistendiga olid ja on tohutult asjatundlikud ja kannatlikud patsiendi suhtes. Olen südamest tänulik.

Operatsiooniosakond

Tänan teid südamest professionaalsuse ja hoolivuse eest, mida minu operatsiooni ajal osutasite. Teie kindlad käed ja rahustav suhtumine, aitasid mul tunda end turvaliselt ka kõige ärevamal hetkel. Aitäh, et teete oma tööd sellise pühendumusega. Soovin teile palju jõudu ja kordaminekuid!

Kirurgiakliinik, ambulatoorse kirurgia osakond / patoloogiateenistus

Avaldan tänu: **dr Ceith Nikkolo**, **dr Anna Brigitta Rosenthal**, **dr Liisi Anette Torop**. Lisaks ka operatsiooniõed ja teised abilised. Minu haigusloo käsitletus oli väga professionaalne, sain oma murele kiire lahenduse.