

15 aastat Eesti Tervist Edendavate Haiglate ja Terviseteenuste Võrgustikku

Eestis on tervist edendavate haiglate võrgustik tegutsenud juba 15 aastat, mis on piisav aeg, et teha kokkuvõtteid ja arutleda tulevikuplaane.

On läbitud pikk arengutee saavutamaks püstitatud eesmärgid – tõsta tervishoiuteenuse kvaliteeti; integreerida terviseteenus (sh ennetus ja edendus) selgemalt raviteenuse juurde tervishoiuasutuste igapäevatoos ja kvaliteedijuhtimise süsteemis; parandada patsiendi, tema lähedaste ja haiglapersonali tervist ning rahulolu ja kujundada koostöös paikkonna institutsioonidega tervist soodustav keskkond elanikkonnale.

TE haiglate olulisteks tegevussuundadeks on orientatsiooni patsiendile (sh turvaline haiglakeskkond, kliiniliselt tõenduspõhine tervisedendus, kultuurilise tausta arvestamine), orientatsioon personalile (psühhosotsiaalsed tervisemõjurid ja stressiennetus, vananeva tervishoiukaadri oskuslik rakendamine tervishoiuasutustes, turvaline töökeskkond), orientatsioon paikkonnale ja rahvatervisele laiemalt.

Nagu kuulsime prof. Hanne Tonneseni ja prof. Jürgen Pelikani eelnevatest ettekannetest, mõtleme tänapäeval tervise edendamise all tervishoiuasutustes rohkem **kliinilist tervise edendamist, mis on integreerunud raviprogrammidesse ja mille tõttu on ravitulemused ja tervisenäitajad paranenud**. Kliiniline tervisedendus kätkeb endas olulisi tervisemõjureid: suitsetamine/tubakatarvitamine, alkoholi liigtarvitamine, vähene füüsiline aktiivsus, ebatervislik toitumine, ülekaal/alakaal, pingeline ja stressirohke töö jt.

Tänapäeval, mil rahvastik pidevalt vananeb ja krooniliste haiguste osakaal kasvab, on tähtis parendada elukvaliteeti ning säilitada funktsionaalne sõltumatus, et toime tulla igapäevaeluga ja sotsiaalse keskkonnaga. WHO rahvusvaheline HPH võrgustik soovibki juurutada selliseid programme, mis sisaldavad ka tubakast loobumise nõustamist, tervisliku toitumise ja alkoholi-alaseid interventsioone, füüsilise aktiivsuse tõstmist ja stressi ennetust. Oluline on tervishoiutöötajate kompetentsuse (harituse) tõstmine kliinilise tervisedenduse valdkonnas.

Idee Eesti haiglate liitumisest Rahvusvahelise Tervist Edendavate Haiglate Võrgustikuga tekkis 1998. aastal, mil töötasin Eesti Tervisekasvatuse Keskuses

lepingu alusel projektjuhina **Dr. Anu Kasmeli** juhtimisel. Ideed toetas ja aitas arendada **Dr. Katrin Saluvere**, tollane sotsiaalministeeriumi asekancler. Tallinna Järve Haigla peaarst **Dr. Helle Mäeltsemees** oli innukaks kaasalööjaks ja piloteerimise algatajaks tervise edendamise rakendamisel Järve haigla baasil. Eelpoolmainitud kolleegide osatähtsus on märkimisväärne ja väärrib võrgustiku loomisel tänu.

Selleks, et liituda rahvusvahelise HPH võrgustikuga, oli vaja teadmisi ja oskusi edasiminekuks. Sel eesmärgil osalesime koos Helle Mäeltsemehega 7ndal rahvusvahelisel tervist edendavate haiglate konverentsil Swansea's, Walesis, Inglismaal. Enne konverentsi olime kutsutud rahvuslike koordinaatorite nõupidamisele, mida juhatasid **Dr. Mila-Garcia Barbero** ja **Dr. Oliver Groene** (WHO integreeritud tervishoiuteenuste regionaalne büroo Euroopas, Barcelonas) ning **Prof. Jürgen M. Pelikan** ja **Dr. Christina Dietscher** (WHO kollaboreeriv keskus – tervise edendamine haiglates ja tervishoius – Ludwig Boltzmann Instituut, Viinis). Selle auväärse auditooriumi ees tuli minul ette kanda Eesti haiglate visioon, eesmärgid ja ootused, põhjendada liitumist rahvusvahelise võrgustikuga. Eksrompt inglisekeelne ja teemasse pürgiv ettekanne oli minule tõeliseks katsumuseks, mille kohta ütles Helle Mäeltsemees – tulid suurepäraselt toime! Samal nõupidamisel tulid end meile tutvustama Leedu ja Soome rahvuslikud koordinaatorid **Prof. Irena Miseviciene** ja **Maria Hallmann-Keiskoski**. Kindlasti tuleks siia juurde lisada Soome TEH Võrgustiku hilisem rahvuslik koordinaator – **Dr. Virpi Honkala**. Palju kogemusi ja häid praktikaid oleme saanud just eelpoolmainitud võrgustikelt juurutamiseks tervist edendavaid strateegiaid ja praktikaid Eesti haiglates. Tihe koostöö on kestnud senini **Jyväskylä, Seinäjoki ja Raahe haiglatega Soomes ja Palanga Rehabilitatsioonihaihlaga Leedus** eesotsas direktor hr. **Virginijus Biskysega** ja **TEH koordinaatori Dr. Vilma Levingeriga**.

Pärast rahvusvahelist HPH konverentsi Inglismaal, alustasime 1999.aastal pilootprojektiga „Järve Haigla – tervist edendav haigla“ ja juba samal aastal pidasime esimese samateemalise konverentsi, kus osalesid haiglate esindajad, tervisedendajad, tervishoiutöötajad, tervishoiujuhid jt.

Eesti Tervist Edendavate Haiglate ja Terviseteenuste Võrgustik asutati 25.jaanuaril 2000 aastal. Asutajaliikmeteks olid 8 haiglat: tollane Tallinna Järve Haigla (alates 2002. a. Ida-Tallinna Keskhaigla), Tartu Ülikooli Kliinikum,

Rapla Maakonna Haigla, Kuressaare Haigla, Elva Haigla, Valga Haigla, Põlva Haigla, Lõuna-Eesti Haigla. Samal 2000ndal aastal, kohe peale rahvusliku TEH võrgustiku asutamist, liitusime rahvusvahelise HPH võrgustikuga.

Eesti TEH Võrgustik arenes jõudsalt edasi ning suurendas oma liikmeskonda: **2002. a. liitusid Tallinna Lastehaigla, Fertilitas Erahaigla, Läänemaa Haigla, Rápina Haigla; 2003. aastal – Põhja-Eesti Regionaalhaigla, Viljandi Haigla, Hiiumaa Haigla; 2004. aastal – Ida-Viru Keskhaigla, Jõgeva Haigla, Mustvee Tervis; 2005. aastal - Pärnu Haigla, Narva Haigla; 2006. aastal – Rakvere Haigla; 2009. aastal – Tõstamaa Tervisekeskus; 2011. aastal – Eesti Kaitsevæ meditsiiniteenistus; 2012. aastal – Lääne-Tallinna Keskhaigla.**

Nüüdseks kuuluvad Eesti TEH Võrgustikku kokku 24 haiglat: 3 regionaal/piirkondlikku haiglat, 4 keskhaiglat, 11 üld/maakonna haiglat, Kaitsevæ meditsiiniteenistus, 1 erahaigla, 2 kohalikku haiglat, 2 tervisekeskust.

Tervist edendava liikumisega on kaasatud 19015 haiglatöötajat.

19 võrgustiku haiglat kuuluvad Eesti Haiglate Liidu koosseisu. Oleme saanud märkimisväärset toetust Eesti Haiglate Liidult eesotsas juhi **Dr. Urmas Sulega.** Eesti TEH võrgustiku initsiatiivil on Eesti Haiglate Liit sisse toonud Tubakapoliitika Rohelisse Raamatusse tubakavaba haiglakeskkonna loomise ettepaneku, mis on tervist edendavate haiglate üheks oluliseks eesmärgiks.

Eesti TEH Võrgustiku haiglatesisest tervise edendamist koordineerib kvalifitseeritud kaader: ravijuhid, kvaliteedijuhid, õendusjuhid jt tublid tervisedendajad-tervishoiutöötajad.

Kindlasti tuleks siin märkida parimatest parimad – **Lagle Suurorg** (Tallinna Lastehaigla SA, kvaliteediteenistuse juhataja), **Tiina Freimann** (Tartu Ülikooli Kliinikumi SA, ülemõde), **Jana Trolla** (Lõuna-Eesti Haigla AS, õendusjuht), **Margit Rikka** (Põlva Haigla AS, ülemarst), **Aili Tilgre** (Põlva Haigla AS, õendusjuht), **Alevtina Uustalu** (Ida-Viru Keskhaigla SA, õendusjuht), **Ülle Rohi** (Ida-Tallinna Keskhaigla AS, õendusjuht), **Sally Maripuu** (Ida-Tallinna Keskhaigla AS, töökeskkonnateenistuse juht), **Mari Põld** (Rapla Maakonna Haigla sisearst), **Enno Kase** (Viljandi Haigla SA, juhatuse liige), **Sirje Kiisküla** (Rakvere Haigla peaarst), **Kersti Lea** (Eesti Kaitsevæ peaarst, nüüdne Kaitseministeeriumi

ekspert), **Kai Tennisberg** (Läänemaa Haigla SA, ravijuht), **Kersti-Miia Sultsmann** (Räpina Haigla AS, juhatuse esimees), **Liidia Kiisk** (TÜK dieetarst) jt.

15-aastase tegevuse raames oleme üheskoos korraldanud 8 suvekooli (Tuksis, Kassaris, Saaremaal, Põlvas, Nelijärvel, Toilas ja 2 korda Jõulumäel) ja 1 sügiskooli (möödunud aastal Tallinnas). Oleme korraldanud 12 konverentsi, neist 2 rahvusvahelist – 2007 Tallinna teletornis „Tubakavaba keskkond haiglast kodudesse“ ja 2011 „Tubakas või tervis Eestis“. Oleme kirjastanud 2 kogumikku – 5 aastat TEH võrgustikku Eestis ja 15 aastat TEH Võrgustikku Eestis. Andnud oma kogemused „Tubakavaba töökoht – abiks tööandjale“ juhendmaterjalide kogumikku, mis on alles värskelt ilmunud (septembris 2014).

Eesti TEH Võrgustiku koordineerivaks keskuseks on **Tervise Arengu Instituut (TAI)**, mida juhib direktor **Maris Jesse**. Tervise edendamist haiglates edendab ja toetab TAI mittenakkushaiguste ennetamise osakonna juhataja **Anneli Sammel**. Eesti TEH Võrgustiku rahvuslikuks koordinaatoriks on **Tiiu Härm**. Aastatel 2012-2014 olin valitud rahvusvahelise HPH võrgustiku juhtkomiteesse, mille eesistujaks **Prof. Shu-Ti Chiou** (Taiwani HPH koordinaator ning Tervise ja Heaolu Ministeerium Taiwanis).

Sisutihe koostöö on aastaid arenenud WHO esindajatega Eestis - **Jarno Habichtiga** ja **Marge Reinapiga**.

Väga meeldiv, asjakohane, mõistev ja arendav koostöö on kujunenud rahvusvahelise HPH Võrgustiku koordineerivate keskustega: **International HPH Secretariat**, WHO Collaborating Centre for Evidence Based Health Promotion in Hospitals and Health Services, Bispebjerg University Hospital, Copenhagen, tegevdirector **Prof. Hanne Tonnesen**, tehnilised töötajad **Jeff Kirk Svane** ja **Thor Bern Jensen** ja **International HPH Conference Secretariat**, WHO Collaborating Centre for Health Promotion in Hospitals & Healthcare, Ludwig Boltzmann Institute, Health Promotion Research, Vienna, tegevdirector **Prof. Jürgen M. Pelikan** ja vanemteadur **Christina Dietscher**. TÄNUD TEILE!

Eesti tervistedendavad haiglad osalevad aktiivselt WHO-HPH programmides, HPH rakke- ja töörühmades. Nii liitus Eesti TEH Võrgustik 2005.aastal Euroopa Suitsuvabade Haiglate Võrgustikuga. 5 Eesti haiglat – Lõuna-Eesti Haigla, Põlva Haigla, Tartu Ülikooli Kliinikum, Rapla Maakonnahaigla, Ida-Tallinna Keskhaigla – kuuluvad **ENSH-Global (Euroopa globaalsesse tubakavabade**

tervishoiuteenuste võrgustikku). Vastavalt hindamise tulemustele on kõik viis haiglat saavutanud rahvusvahelises liikumises **tubakavaba haiglakeskkonna hõbetasandi**. TÜK Kopsukliiniku pulmonoloog ja tubakast loobumise nõustaja **dr. Ülle Ani** kuulub ENSH-Global kuldtasandile pürgivate haiglate hindamise züriisse ning on pälvinud rahvusvahelise tunnustamise.

Tihe koostöö on arenenud tunnustatud tubakaekspertidega **Euroopas - Christa Rustleriga ja Sibylle Fleitmanniga** Saksamaalt, **Ann Oriordaniga** Iirimaaalt, **Reetta-Maija Luhtaga** Soomest, **Esteve Fernandez'ega** Hispaaniast jt.

Eestis on välja arendatud suitsetamisest/tubakast loobumise nõustamisteenuse osutajate võrgustik. Teenus on kättesaadav kõigis maakondades, mistarvis on välja koolitatud ligi viiesaja-liikmeline tervishoiutöötajate kaader (arsti, õde, perearsti- ja pereõde, ämmaemandat, psühholoogi). Meditsiinilist intensiivset nõustamisteenust osutatakse 16 tervishoiuasutuse baasil. Patsiendile on teenus tasuta. Positiivsena võib märkida, et TLN teenuse osutamine on integreerumas esmatasandimeditsiini ja Eesti Kaitsevääsesse.

HPH laste ja noorukite tervise edendamise programmis haiglatele on aktiivselt tegev Tallinna Lastehaigla SA. **WHO-HPH Tunnustamisprojekti (WHO-HPH Recognition Project)** on kaastatud 2 haiglat – Ida-Viru Keskhaigla AS ja Põlva Haigla AS. Sellele eelnenud **HPH DATA Projekti** osalesid Tallinna Lastehaigla, Ida-Tallinna Keskhaigla ja Tartu Ülikooli Kliinikum.

Kolm haiglat – Ida-Tallinna Keskhaigla AS, Jõgeva Haigla SA ja Viljandi Haigla SA – kuuluvad Eesti tervist edendavate töökohtade (TET) võrgustikku ja seeläbi **Euroopa tervislike töökohtade võrgustikku (ENWHP)**. Kõik Eesti TEH võrgustiku haiglad osalesid **PRICE-HPH Projekti** (rahvusvaheline uuring, mille põhjal võrreldi kõiki TE haiglaid tervisedendamise rakendamise osas haiglatöös) ja rahvusvahelises **PITOC** (Population Information Tobacco Control) projektis.

Eesti TEH võrgustiku liikmed hindavad tervise edendamise rakendamise tulemusi oma haiglates (siseaudit) iga kahe aasta möödudes. Välishindamine sõltumatute ekspertide **dr. Kaja Põlluste** (TÜ sisehaiguste kliiniku vanemteadur) ja **dr. Eda Merisalu** (TÜ tervishoiuinstituudi töötervishoiu dotsent) poolt toimub iga nelja aasta järel. Tulemusi on ette kantud nii rahvuslikul kui rahvusvahelistel HPH konverentsidel (2009, 2012).

Parimaks enesetäiendamise vormiks on **osavõtmine rahvusvahelistest HPH konverentsidest**. 15 aasta jooksul on Eesti TEH võrgustik olnud HPH konverentsidel alati esindatud, alates 8ndast rahvusvahelisest konverentsist 2000.aastal Ateenas kuni käesoleval aastal toimunud 22.rahvusvahelise konverentsini Barcelonas. Selle aja jooksul on rahvusvahelistest HPH konverentsidest osa võtnud üle 200 haiglatöötaja Eestist. Igal HPH konverentsil on esitatud keskmiselt 6 ettekannet, mille arv kokkuvõtvalt pürgib 90 ni. Kogemuste vahetamise eesmärgil oleme külastanud 32 tervist edendavat haiglat eri maades.

Kuigi tervisedenduse standardid ja rakendamise strateegiad on HPH võrgustiku liikmetel ühesugused, võivad haiglad leida nende elluviimiseks eri väljundeid. Kogemusi ja häid praktikaid on jagamiseks ja vahetamiseks piisavalt. Nt. kaks pindalalt väikest riiki – **Eesti ja Taiwan** – on paljus sarnased ja paljus erinevad. **Eesti** pindala 45000 km², rahvastiku arv 1,3 miljonit, haiglaid poolesaja ringis, neist tervist edendavaid 24. **Taiwani** pindala 36000 km², keset põhisaart kulgeb 3900 meetri kõrguste mäetippudega Yü Shan mäeahelik, rahvastiku arv 23 miljonit, haiglaid 166, neist tervist edendavaid 93.

Parimaks koostöö näiteks võikski tuua **HPH AUTUMN SCHOOL'i in Estonia**, mis toimus 2013.aasta sügisel Tallinnas ja mille korraldajateks olid Eesti ja Taiwani TEH võrgustikud. Siinkohal kirjutan tänusõnad International HPH Network'i Governance Boardi juhile **Dr. Shu-Ti Chiou'le** (Taiwani HPH võrgustiku koordinaator). HPH Sügiskoolis said kliinilist tervisedenduse-alast haritust haiglate esindajad Eestist, Taiwanist, Soomest, Leedust ja Saksamaalt, kokku 80 tervisedenduse professionaali.

Uued strateegilised suunad Eesti tervist edendavate haiglate võrgustiku arengus 2013-2015 (kujunenud juba 2013.aasta sügiskoolist)

- Eakatesõbralikud haiglad ja terviseteenused
- Tervise edendamine vaimse tervise võrgustikes
- Tubakavaba tervishoiuteenus kirurgias
- Terviseharituse mõju tervisedendusele ja haiglakultuurile

Kogemuste ja heade praktikate vahetamine interaktiivses diskussioonis on küpse võrgustiku oluliseks tunnuseks. Kontaktide rohkus, pingevaba ja loov suhtlemine, initsiatiivi ja uuenduste toetamine – KOOSTÖÖ nii rahvuslikul kui

rahvusvahelisel tasandil – on iseloomulikud tervishoiuasutuste võrgustumisele tervisedenduse valdkonnas.

Veelkord sooviksin tänada – eelpoolmainitud koostööpartnereid ja teid kõiki saalis – märkimisväärse panuse eest Eesti TEH-võrgustiku arengusse. Läbi TEH võrgustiku oleme mõjutanud elanike tervist kogu vabariigis.

Lugupidavalt,

Tiiu Härm

Eesti TEH võrgustiku koordinaator