

Eesti Haigekassa tervist edendava projekti "Raseduskriisi nõustamine" kokkuvõte ja raseduskriisi nõustamisvaldkonna arenguga seotud tegevused 2017.a

1. Tervise edendamisele suunatud projekt "Raseduskriisi nõustamine"

Projekti periood: 01.jaanuar 2017 – 31.jaanuar 2018

Projekti juhid: Margit Emberg ja Kaia Kapsta Forrester

Projekti meeskonda kuulus vähemalt 14 raseduskriisi nõustajat üle-Eesti, kes on läbinud raseduskriisinõustajate 2-aastase täiendkoolituse ja kellel on vähemalt ühe-aastane praktilise nõustamise kogemus. Raseduskriisi nõustaja kasutab nõustamistehnikaid, milles ta omab raseduskriisi nõustaja 2-aastast täiendkoolitusel põhinevat pädevust, pidevat erialast enesetäiendust ning superviseeritud ja/või professionaalset kogemust.

Superviisorid 2017.a projektis:

Kristiina Uriko – psühholoog, TLU teadur ja lektor

Naatan Haamer - pereterapeut, leina- ja kriisinõustaja

Anneli Valdmann - psühholoog, superviisor, koolitaja

Andres Sild - psühhiaater, psühhoterapeut

2017.a projekti jooksul korraldati raseduskriisi nõustajatele 8 grupisupervisiooni.

Perelele on tagatud nõustamine vähemalt kahe nädala jooksul pöördumise hetkest, kiirete küsimuste puhul esimesel võimalusel. Kriisiväljakutse korral tervishoiuasutusest on olnud nõustajatel valmisolek reageerida kriisiväljasõiduga esimesel võimalusel (sageli 2-3h jooksul), kuid kuni 24h jooksul erinevatesse piirkondadesse üle Eesti. Projekti käigus on tagatud järjepidevalt klientide vajadustest, k.a sobivad vastuvõtuajad (sh. üle-eestiline tasuta telefoniliin, e-nõustamine kontakti loomiseks klientidega).

1.1 Projekti eesmärgid ja saavutatud tulemused:

Projekti eesmärgiks oli rasedust planeerivatele ja lapseootel naistele ning nende lähedastele (eelkõige partnerile) asjakohase raseduskriisi nõustamisteenuse kättesaadavuse tagamine eesmärgiga aidata neil langetada informeeritud otsuseid rasedusega seonduvates küsimustes. Samaaegselt tõstes teadlikkust võimalikest riskidest ja saades informeeritud riigi poolt pakutavatest tugiteenustest ja toetustest. Rasedusaegselt alustatud ja/või sünnituse järgselt kriisiolukorras nõustamisel, võib teenust osutada ka pärast lapse sündi kuni 6 kuud pärast sünnitust.

a) Projekti põhieesmärgiks oli pakkuda raseduskriisi nõustamisteenust sihtrühma esindajatele kuni 3500 nõustamiskorral tervishoiutöötaja suunamisel.

Perioodil 01.01.2017-31.12.2017 nõustati tervishoiutöötaja suunamisel 1514 erinevat isikut 3022 nõustamiskorral. Koostöös Haigekassa esindajaga otsustasime projekti pikendada ühe kalendrikuu võrra ning lõpetada projekt 31.01.2018 seisuga. Seega tervishoiutöötaja suunamisel on raseduskriisinõustamist käesoleva projekti (perioodil 01.01.2017-31.01.2018) jooksul saanud 1745 inimest kokku 3442 korral. Raseduskriisinõustajad tegid erakorraliselt 268 kriisiväljasõitu tervishoiuasutustesse. Väljasõite tehti Ida-Tallinna Keskhaiglasse, Lääne-Tallinna Keskhaiglasse, Tallinna Lastehaiglasse, Pärnu Haiglasse, Lõuna-Eesti Haiglasse, Põlva Haiglasse.

Lisaks on antud perioodil pöördunud raseduskriisi nõustamisele 252 isikut kokku 318 korral raseduskriisi nõustamistelefoni 8002008 ja www.rasedus.ee kodulehel asuva e-nõustamisvõimaluse kaudu.

b) Projekti teiseks eesmärgiks oli pakkuda raseduskriisi nõustamisteenust vähemalt 10 maakonnas ja 12 asutuses. Samuti üks lisaeesmärke oli võimalusel parandada teenuse kättesaadavust piirkondades, kus see on olnud raskendatud või piiratud.

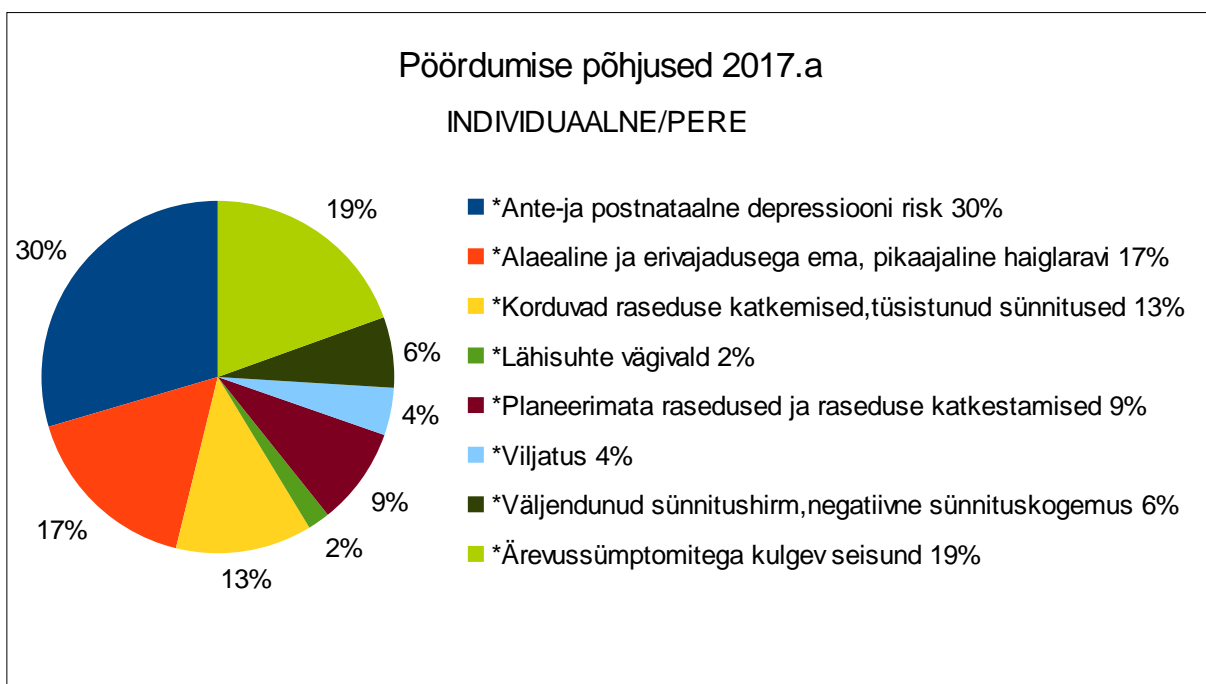
Projekti käigus tagati klientide vajadustest lähtuvalt kvaliteetne raseduskriisi nõustamisteenus erinevate piirkondlike tervishoiuasutuste ja sotsiaalabi- või perekeskuste juures kokku 11 maakonnas ja vähemalt 15-s erinevas asutuses. Lisaks taaskäivitati regulaarne raseduskriisi nõustamisteenuse pakkumine nii Järvamaa Haiglas kui Rapla Erakliinikus Praxis.

1.2 Projekti sihtrühm:

Raseduskriisinõustamine on suunatud eesti ja vene keelt valdavatele fertiilses eas olevatele naistele ja meestele, kes on sattunud raseduskriisi olukorda (nt planeerivad lapseootele jääda, soovivad rasedust katkestada, on toimunud raseduse katkemine või kellel on muid rasedusaegseid või sünnitusjärgsel perioodil esinevaid probleeme, nt kohanemiskasutused ema ja/või isa rolliga.

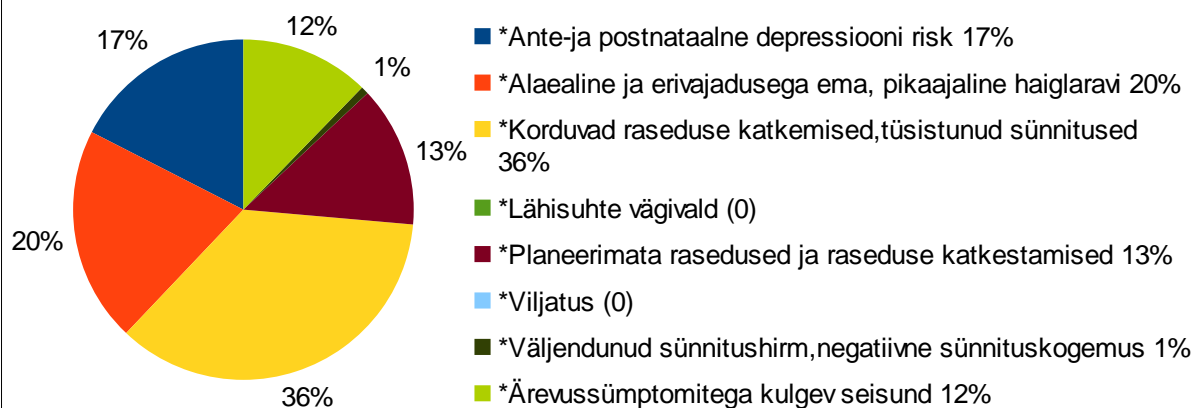
Projekti sihtrühmaks olid eeskätt lapseootel naised ja nende lähedased (eelkõige partner), kellel on tervishoiutöötaja hinnangul näidustus vaimse tervise ja rasedusega seotult ning kes vajavad asjatundlikku nõu rasedusega seotud otsuste tegemisel ja hirmude leevendamisel. Rasedusaegselt alustatud ja/või sünnituse järgselt kriisilukorras nõustamisel osutati teenust vajaduspõhiselt ka peale lapse sündi kuni 6-kuu jooksul. Sihtrühma kuuluvad nõustamised eriolukorras sünnitus- ja sünnitusjärgsetes osakondades viibivatele klientidele.

Pöördumise põhjused (Perioodil 01.01.2017-31.12.2017)

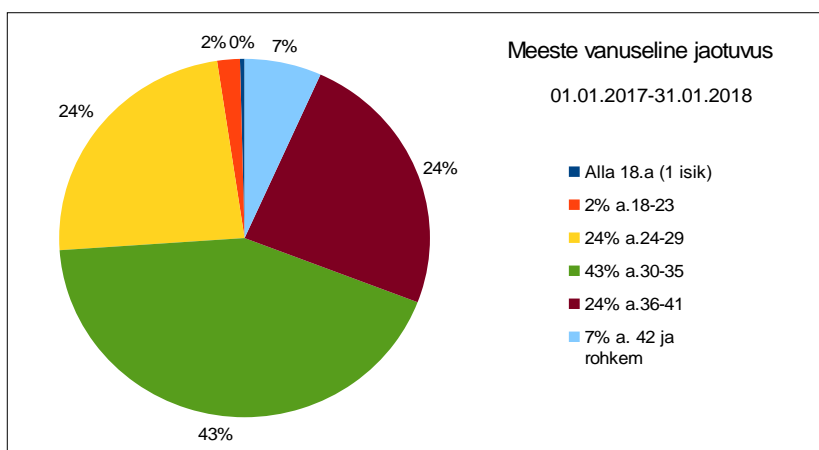


Joonis 1. Pöördumise põhjused 2017.a (saatekirjaga nõustamine individuaalselt või perele).

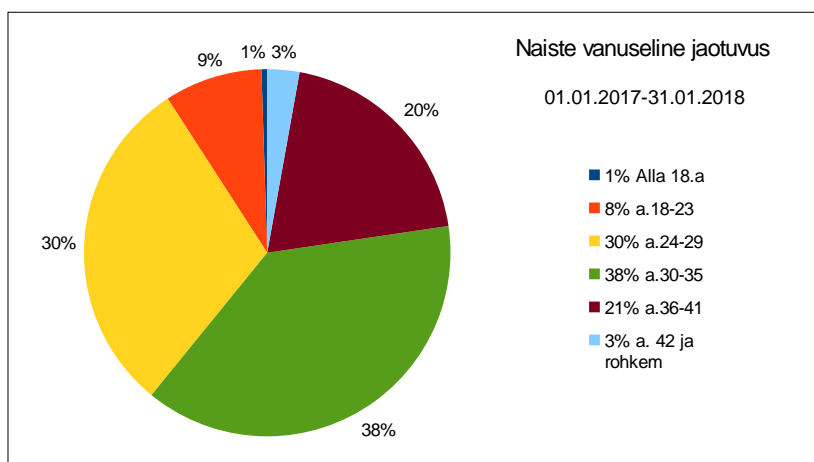
Pöördumise põhjused 2017.a KRIISIVÄLJASÕIT



Joonis 2. Pöördumise põhjused 2017.a (KRIISIVÄLJASÕIT tervishoiuasutusse).



Joonis 3. Meeste vanuseline jaotuvus



Joonis 4. Naiste vanuseline jaotuvus

1.3 Projekti sidusrühm:

Alates 2013.a saab tasuta raseduskriisi nõustamist tervishoiutöötaja suunamiskirja alusel.

Projekti sidusrühma moodustasid tervishoiuspetsialistid, kes tegelevad nimetatud sihtrühmaga praktikas - eelkõige ämmaemandad, günekoloogid, perearstid/pereõed ja lastearstid, kuid ka sotsiaaltöötajad, lastekaitsetöötajad jne. Käesoleva projekti raames kogutud statistika näitel oli suunajaks 45% naistearst, 34% ämmaemand, 10% perearst/pereõde, 9% lastearst, 2% muu spetsialist.

Projekti esmased koostööpartnerid on tervishoiuasutused, sotsiaal- ja perekeskused, kus teenust pakutakse. Lisaks eeldatavad koostööpartnerid on Eesti Raseduskriisi Nõustajate Selts; Eesti Naistearstide Selts; Eesti Ämmaemandate Ühing; Eesti Perearstide Selts; Eesti Seksuaaltervise Liit; Sotsiaalministeerium; MTÜ Vaikuse lapsed jne.

Viimases kvartalis saadeti täiendav info (koos uuendatud infolehega) nii raseduskriisi nõustamisteenuse kui suunamiskirja vormistamise kohta nii Eesti Perearstide Seltsile, Eesti Naistearstide Seltsile ja Eesti Ämmaemandate Ühingule.

1.4 Raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutse

2014.a kinnitati Kutsekojas Raseduskriisi nõustaja kutsestandard (tase 6). <http://www.kutsekoda.ee/et/kutseregister/kutsestandardid/10544102/pdf/raseduskriisi-noustaja-tase6.1.et.pdf13.04.2017>

Raseduskriisi nõustaja tase 6 kutsekomisjoni otsusega anti välja 2017.a esimesed 6 raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutset. Järgmine raseduskriisi nõustaja tase 6 kutse taotlemise voor kuulutatakse välja 2018.a alguses. Kutse andmisega seotud dokumendid on kättesaadavad: <http://save.ee/kutse-andmine/>

1.5 Tagasiside raseduskriisi nõustamisele

Nõustatutel palutakse võimalusel täita SA Väärtustades Elu koduleheküljel www.rasedus.ee olev tagasiside ankeet. Küsitlusele vastajatest 80% on hinnanud nõustamiskogemust väga heaks ehk 5-palli süsteemis maksimaalselt positiivseks; 10% heaks, hindegas 4 ja 10% rahuldavaks hindegas 2. Ükski vastaja ei hinnanud oma kogemust halvaks. Raseduskriisi nõustamist pidasid vajalikuks 90% vastanutest, 10% vastanutest ei pidanud nõustamist vajalikuks. Nõustaja tegevuses hinnati enim järgmiseid aspekte: paindlikku ja individuaalset lähenemist (40%), orienteeritust lahendustele (30%), head kontakti loomise võimet (10%) vajaliku info edastamist (10%); turvalise keskkonna loomist (10%). Vastuvõtule eelistatakse registreerida enim telefoni teel ja arsti/ämmaemanda kaudu. Vähem interneti teel ja perearsti kaudu.

Väljavõtteid tagasisidest:

"Olen väga tänulik, et sain abi. Mõtlen, et see on väga oluline asi, et naine saab nõustamist, ja psühholoogilist abi nii tähelepanuväärasel sündmusel nagu lapseootus. Üks kõik kes naine oli enne - rasedus muudab tema elu, keha, mõtteid. Harva saavad omakesed aru, mis toimub naisega ning just siis on raseduskriisi nõustamine väga vajalik."

"Kahjuks ma ei teadnud raseduskriisi nõustaja tegevusest, kui olin esimene kord rase. Loodan, et teised naised saavad sama abi, kui mina sain. Suur tänu teile!"

"Ülimalt vajalik teenus! Sain tuge, võimaluse leinata, nõustaja aitas näha ning iseenda jaoks mõtestada kogu olukorda, ning mis kõige olulisem, andis julguse edasi elada ja arusaama, et minu elu

läheb edasi, vaatamata hingematvalt valusale kogemusele, on mul siiski ka tulevikus lubatud olla rõõmus ja õnnelik. Olen südamest tänulik! "

"Nõustamine on väga vajalik. Annab tihti olulised pidepunktid ..."

1.6 Koostöö kirjeldus teiste projektide ja organisatsioonidega:

Kõikides tervishoiuasutuses, kus raseduskriisinõustamist süsteemselt osutatakse toimub pidev töö parendamine (haigla infosüsteem, saatekirjad, tagasiside korraldamine) ja igapäevane koostöö teiste tervishoiutöötajatega. Kuna käesoleval hetkel ei ole tegemist tervishoiuteenusega, siis erinevates haiglates on see süsteem korraldatud haiglale sobivaimal viisil.

Peredele on tagatud nõustamine vähemalt kahe nädala jooksul, kiirete küsimuste puhul esimesel võimalusel või vähemalt kahe tööpäeva jooksul. Kriisiväljakutsetele reageeritakse enamasti 2-3 tunni jooksul olenevalt asukohast ja nõustaja kättesaadavusest, kuid hiljemalt ööpäeva jooksul.

Nõustamissüsteemi jätkusuutlikkuse tagamiseks on toimunud kohtumised nii Sotsiaalministeeriumi, Eesti Haigekassa kui ka erinevate sidusgruppide ja erialade esindajatega. Näiteks HK-le on esitatud 31.12.2017 uuendatud taotluse teenuse „psühhosotsiaalne kriisinõustamine raseduse planeermise, raseduse ja sünnitusjärgsel ajal“ lisamiseks tervishoiuteenuste loetellu. Teenuse taotlusele on lisatud on Eesti Ämmaemandate Ühingu toetuskiri. Uuendatud taotlusele eelnevalt on toimunud kohtumised nii Haigekassa, Sotsiaalministeeriumi kui ka EÄÜ esindajatega.

Pelgulinna Sünnitusmajas on ka 2017.a jooksul jätkunud suurema koostööprojektiga (MTÜ Vaikuse Lapsed, SA Väärtustades Elu, Pelgulinna Sünnitusmaja ja Pelgulinna Simulatsioonikeskuse), mille eesmärk on patsiendikeskema haiglasüsteemi kujundamine läbi personali koolitamise. Koolitus „Pere toetamine lapse surma korral“ on suunatud personali teadlikkuse tõstmisele ja oskuste arendamisele olukorras, kus pere kaotab lapse ante- ja perinataalsel perioodil. Meeskonda kuuluvad: naistearst, ämmaemand, lastearst, raseduskriisi nõustaja, psühholoog, sotsiaaltöötaja ja Pelgulinna Simulatsioonikeskus. Koolitusel kombineeritakse teoreetilised käsitlused kogemuspõhise vaate ja simulatsiooni abil olukordade läbimängimisega.

Juunis osales raseduskriisi nõustaja Margit Emberg Nova Vita ümarlaul Nordic Hotel Forumis. Margit Emberg tegi ettekande ja viis läbi arutelu teemal „Psühholoogiline toetus viljatusravi vältel“, tutvustades ka raseduskriisi nõustamisvõimalust viljatusravi patsientidele ning planeerides edasist koostööd.

Oktoobris toimus ITKs sidusrühma esindajatele täiendkoolitus "Depressioon ja emadus", kus 60 min ettekande RKN teenusest tegi ka raseduskriisinõustaja Kairi Tozen-Pütsepp.

Oktoobris toimus kohtumine Pelgulinna vast-avatud vastsündinute intensiivosakonnas (Pille Saik, Karin Allik, Karistiina Salong, Margit Emberg) integreerimaks süsteemsemalt raseduskriisi nõustamisteenus intensiivosakonna töösse. Eesmärgiga Kristiina Salong, kes töötab raseduskriisinõustajana Tallinna Lastehaiglas hakkab nõustama neonataalosakonna pts. juba Pelgulinna Sünnitusmajas võimaldamaks peredele süsteemsemalt psühhosotsiaalset kriisiabi (integreeritult ja sama inimese poolt) erinevates haigla-keskkondades (nt Pelgulinna Sünnitusmajas ja Tallinna Lastehaiglas).

Osaleme jätkuvalt riikliku tervikkontseptsiooni tööprotsessis eesmärgiga integreerida sotsiaalpsühholoogilised tugiteenused tervishoiuteenustesse. Näeme psühhosotsiaalset

kriisinõustamist raseduse planeerimise, raseduse ja sünnitusjärgsel ajal psühhosotsiaalse tervishoiu tugiteenusena.

1.7 Avalikkusele suunatud info:

08.05 toimus SAVE emadepäevakonverents „Miks vägivald armastab vabadust“. Konverentsil jagati ka infot raseduskriisinõustamise võimaluse kohta.

Mais rääkis ämmaemand ja raseduskriisi nõustaja Margit Luigat telesaates "Meie Inimesed" lisaks ämmaemanda tööle ka raseduskriisi nõustamisest.
https://etv.err.ee/v/elusaated/meie_inimesed/videod/e73b8c61-788b-436a-adda-02e1f742ea1d/margit-on-ammaemand-hingehoidja-ja-raseduskriisi-noustaja

Septembris ilmus Kairi Tozen-Pütsepa kommentaaridega Pere ja Kodus ajakirjas artikkel raseduse katkemisest ja lapse kaotusest. Lisaks info raseduskriisi nõustamisteenuse kohta.

Septembris ilmus veel ka Kairi Tozen-Pütsepa kommentaaridega Anne ja Stiil ajakirjas artikkel/personilugu teemadel lapse surm, lein, kaotus. Lisaks info raseduskriisi nõustamisteenuse kohta.

6.11 toimus SAVE isadepäevakonverents „Aga mulle eest mees meeldib!“ Konverentsil jagati ka infot raseduskriisinõustamise võimaluse kohta.

Novembris tegi raseduskriisinõustaja Kairi Tozen-Pütsepp ettekanne rasedusjärgsest depressioonist psühholoogilises plaanis näituse "Hämarala seniidis" vestlusõhtu kontekstis toimub Fotogaleriis Positiiv. Näituse ja vestlusõhtu eesmärk on teha samm selles suunas, et murda tabu ja stigma rasedusjärgse depressiooni ümber.

Detsembris ilmus Postimehe lisas artikkel sünnitusjärgsest depressioonist, mida kommenteeris ka raseduskriisinõustaja Kairi Tozen-Pütsepp.

INFOKAMPAANIA raseduskriisi nõustamisteenusest:

Raplamaa Sõnumistes 28.12.2017: <https://xn--snumid-pxa.ee/2017/12/28/raplas-pakutakse-raseduskriisi-noustamist/>

Järvamaa Teatajas 9.12.2017: <https://jarvateataja.postimees.ee/4338129/suurima-elumuutusega-silmitsi>

Virumaa Teatajas 1.12.2017: <https://virumaateataja.postimees.ee/4329475/raseduskriisinoustaja-naeb-liiga-tublisid-eesti-naisi>

Aasta teises pooles korraldati raseduskriisi nõustamise eesti ja vene keelsete infolehtede uuendamine ja trükk.

KOKKUVÕTE: Läbi aastate oleme teinud olulist tööd teenuse mõtestamiseks ja integreerimiseks nii tervishoiusüsteemi kui ka Eesti ühiskonda tervikuna. Täna seaks päevaks võime öelda, et teenus on hästi vastu võetud ja oleme hinnatud koostööpartnerid tervishoiuasutustele ja sihtrühmaga kokkupuutuvale sidusrühmale. Seega ka 2017. aasta jooksul jätkusid projekti siht- ja sidusrühmaga head koostöösuhted ning saame tõdeda, et perede edasisaatmine raseduskriisi nõustajate vastuvõtule tervishoiusüsteemis on aastatega järjest rohkem juurdunud. 2017.a projekti jooksul oleme tugevndanud koostööd sidusrühmadega maakondades, mille tulemusena on maakondliku

nõustamise osakaal järjest rohkem tõusnud. Seega nõustajad on teinud head tööd nõustamisteenuse kättesaadavuse suurendamiseks maakondlikul tasandil. Siiski me leiame, et kättesaadavuse parandamiseks on veel ruumi ja 2018.a projektis planeeritud leida võimalusi raseduskriisi nõustamisteenuse pakkumiseks saartel.

Samuti oleme planeeritud HMN-i toel välja töötada uue raseduskriisinõustajate täiendkoolituse õppekava ja alustada uute nõustajate koolitamisega võimalusel juba 2018.a sügisel.

Kindlasti on erinevalt varasematest aastatest sel aastal olnud ootamatu projekti alatäitmise risk. Selle leevendamiseks korraldati süsteemsem töö sünnitusmajade statsionaarsetes osakondades. Taaskäivitati regulaarne nõustamine Rapla- ja Järvamaal. Viidi läbi intensiivne meediakampaania, mis oli suunatud teadlikkuse tõstmisele mitmes erinevas maakonnas (Lääne-Viru, Rapla- ja Järvamaal). Samuti otsustasime koostöös Haigekassaga pikendada projekti ühe kuu võrra ning lõpetada projekt 31.01.2018 seisuga.

Oleme teinud olulist koostööd nii tervishoiuasutustega (personali ja tervishoiutöötajate koolitamine) kui ka patsiendiorganisatsioonidega (nt MTÜ Vaikuse Lapsed) tõstmaks nii tervishoiutöötajate teadlikkust kui ka loomaks perekesksemaid haiglakeskkondi.

Kokkuvõtte koostas
Margit Emberg
projektijuht