

Eesti Haigekassa tervist edendava projekti “Raseduskriisi nõustamine” kokkuvõte ja raseduskriisi nõustamisvaldkonna arenguga seotud tegevused 2018.a

1) Tervise edendamisele suunatud projekt “Raseduskriisi nõustamine”

Projekti periood: 01.veebruar 2018 - 31.detsember 2018

Projektijuhid: Margit Emberg; 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.

Superviisorid 2018.a projektis:

Kristiina Uriko – psühholoog, TLU teadur ja lektor

Naatan Haamer - pereterapeut, leina- ja kriisinõustaja

Pille Isat – psühholoog, psühhodraama terapeut

Andres Sild - psühhiaater, psühhoterapeut

2018.a projekti jooksul korraldati 9 raseduskriisi nõustajate grupisupervisiooni.

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

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 1 aasta pärast sünnitust.

Peredele on tagatud tasuta 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 üle-Eesti.

a) **Projekti põhieesmärgiks oli pakkuda raseduskriisi nõustamisteenust sihtrühma esindajatele kuni 3000 nõustamiskorral tervishoiutöötaja suunamisel.** Kuna 2018.a septembrikuu lõpuks olime projekti mahust 97,4%. 11.09.2018 esitas SAVE lisarahastuse taotluse Eesti Haigekassale taotlemaks lisa vahendeid raseduskriisi nõustamise kättesaadavuse tagamiseks 2018.a viimases kvartalis. Eesti Haigekassalt saime positiivse vastuse lisarahastusele RKN jätkamiseks 2018.a lõpuni summas 20 625 eurot, mis võimaldaks nõustamist lisaks algsele projekti mahule (3000 nõustamiskorda) veel lisaks 1125 nõustamiskorral (sh kriisiväljakutsed ja maakondlik nõustamine).

Tervishoiutöötaja suunamisel on raseduskriisinõustamist 2018.a projekti (perioodil 01.02-31.12.2018) jooksul saanud 2459 inimest kokku 4086-l korral. Raseduskriisinõustajad tegid perioodil 01.02-31.12.2018 erakorraliselt 290 kriisiväljasõitu tervishoiuasutustesse (sh 1 väljasõit Tallinna Vanglasse ja 1 väljasõit pere juurde koju). Väljasõite tehti Ida-Tallinna Keskaiglasse, Lääne-Tallinna Keskaiglasse, Rakvere Haiglasse, Järvamaa Haiglasse, Põlva Haiglasse, Kuressaare Haiglasse, Rapla Erakliinikusse Praxis.

Lisaks on antud perioodil pöördunud raseduskriisi nõustamisele 176 isikut kokku 235-l korral raseduskriisi nõustamistelefoni 8002008 ja www.rasedus.ee kodulehel asuva e-nõustamisvõimaluse kaudu.

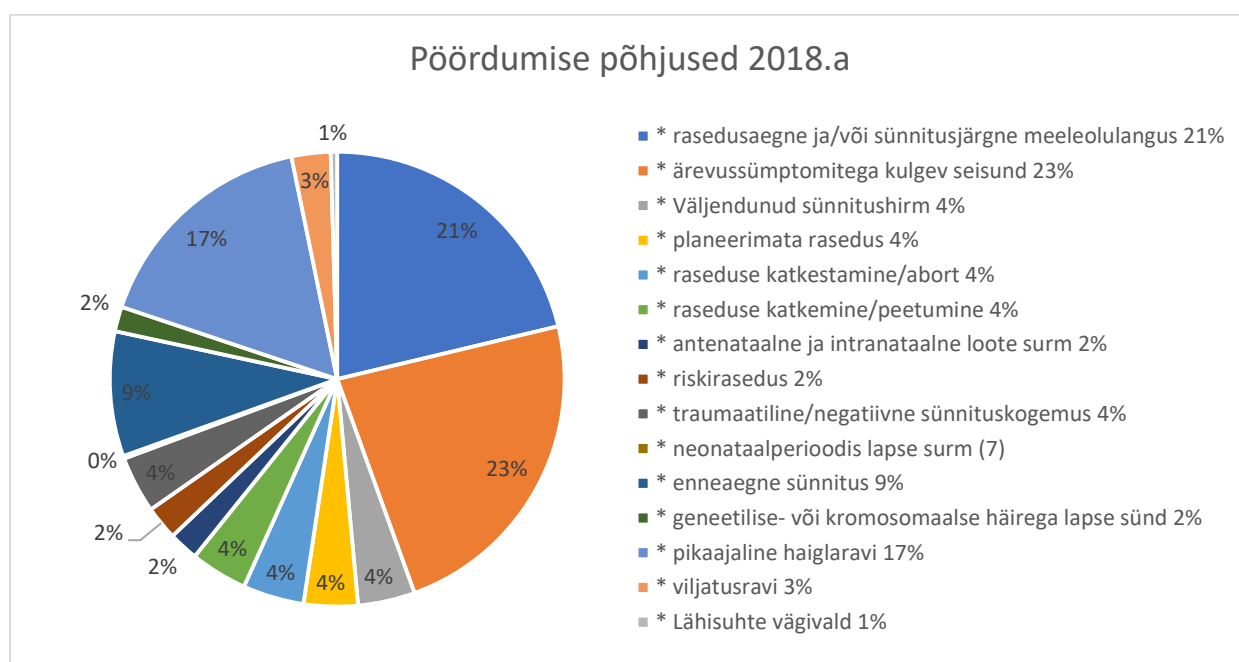
b) Projekti teiseks eesmärgiks oli pakkuda raseduskriisi nõustamisteenust vähemalt 10 maakonnas ja 12 asutuses. Samuti oli üks lisaeesmärke võimalusel parandada teenuse kättesaadavust piirkondades, kus see on olnud raskendatud või piiratud.

Alates 2018.a algusest on raseduskriisinõustamine olnud kättesaadav ka saartel (Saaremaa, Hiiumaa, Muhu) ning seega 2018.a projekti jooksul on olnud raseduskriisi nõustamine olnud kättesaadav 13 Eesti maakonnas ja vähemalt 17 asutuses. Teenust on osutatud järgmistes asutuses: Ida-Tallinna Keskhaigla, Lääne-Tallinna Keskhaigla, Tallinna Lastehaigla, Tallinna Raseduskriisikeskus, Erakabinetis Tallinnas, Rakvere Haiglas, Pärnu Haiglas, Põlva Haiglas, Lõuna-Eesti Haiglas, Tartu Ülikooli Kliinikumis, Tartu Perekeskuses, Viljandis Päikesekillu Perekeskuses, Narva Perekoolis, Haapsalus, Rapla Erakliinikus Praxis, Järvamaa Haiglas, Kuressaare Haiglas, Hiiumaa Haiglas.

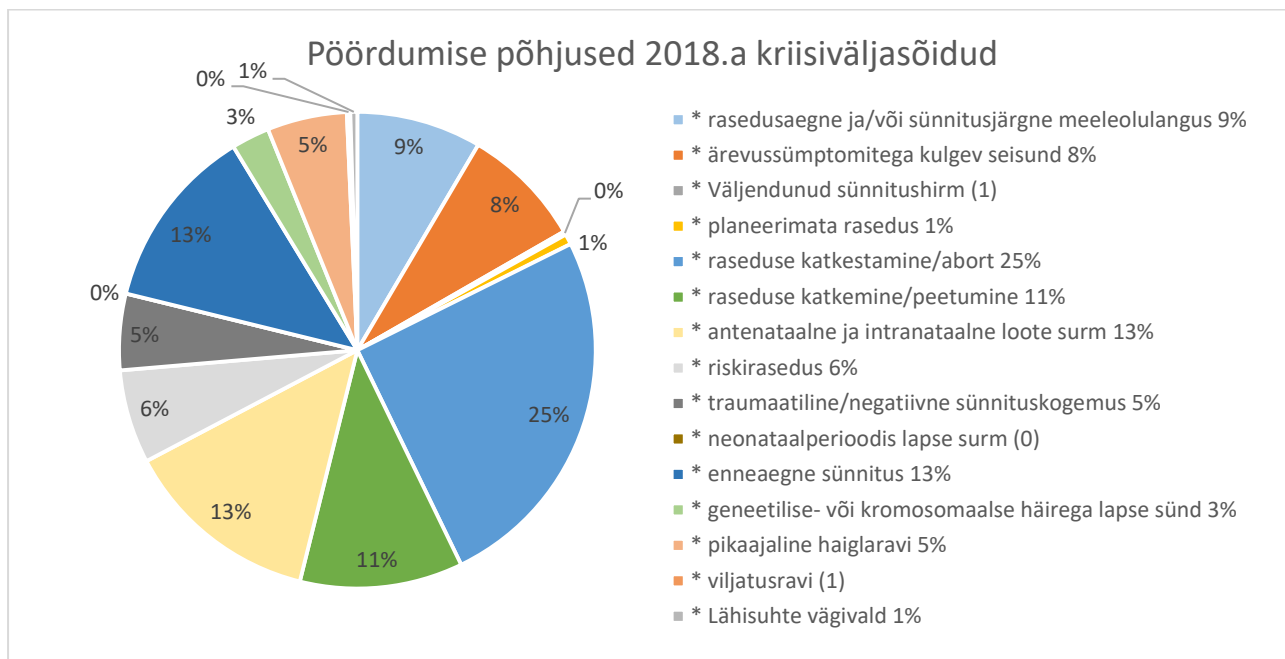
1.2. Projekti sihtrühm:

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

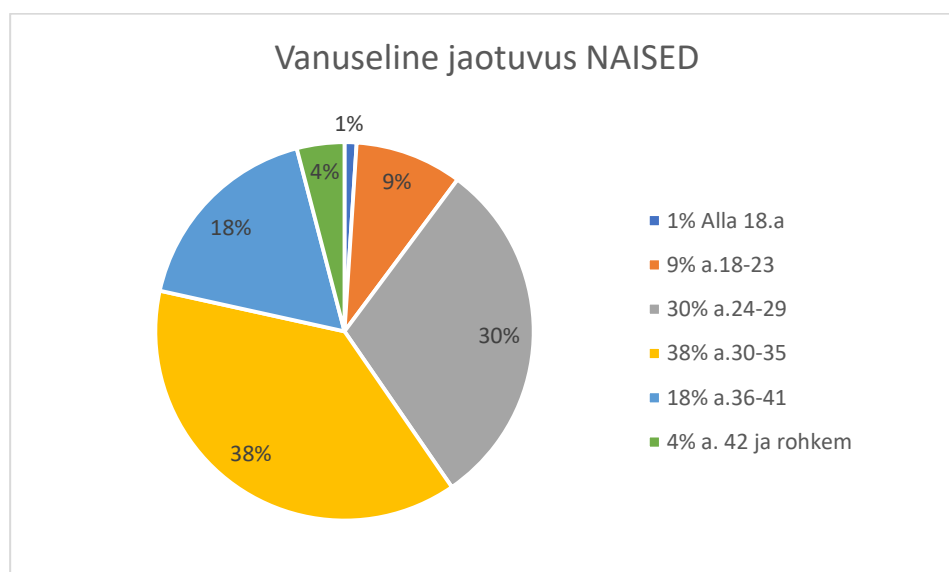
Projekti sihtrühmaks olid eeskätt lapseootel naised ja nende lähedased (eelkõige partner), kellel on tervishoiutöötaja hinnangul näidustus vaimse tervise ja rasedusega seotult ning kes vajavad asjatundlikku nõu rasedusega seotud otsuste tegemisel ja hirmude leevendamisel. Rasedusaegselt alustatud ja/või sünnituse järgselt kriisilukorras nõustamisel osutati teenust vajaduspõhiselt ka peale lapse sündi kuni 1-aasta jooksul. Sihtrühma kuuluvad nõustamised eriolukorras sünnitus- ja sünnitusjärgsetes osakondades viibivatele klientidele.



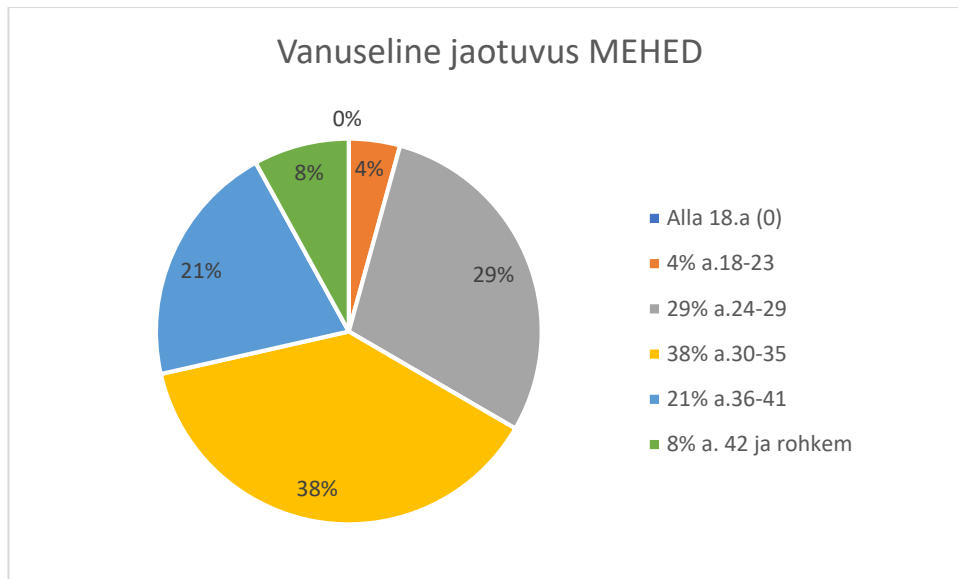
Joonis 1. Pöördumise põhjused 2018.a (perioodil 01.01.2018-31.12.2018) nõustatud isikute lõikes (va kriisiväljasõidud).



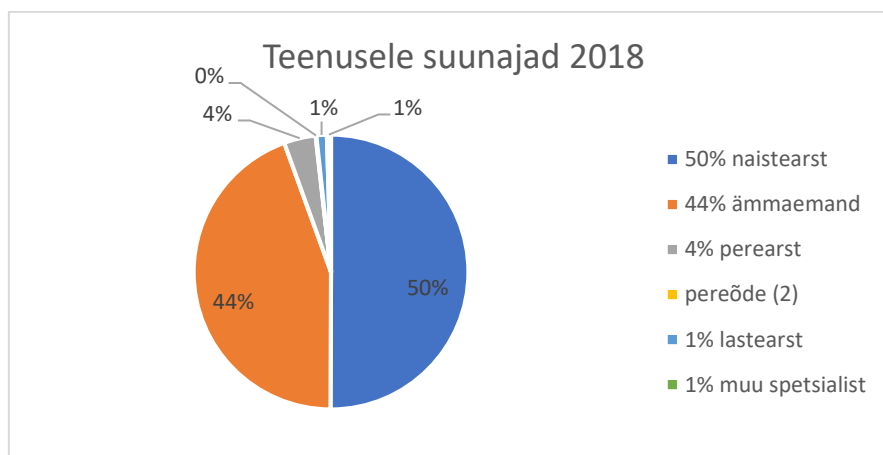
Joonis 2. Pöördumise põhjused 2018.a (perioodil 01.01.2018-31.12.2018) nõustatud isikute lõikes kriisiväljasõitudel.



Joonis 3. Naiste vanuseline jaotuvus perioodil jaanuar-detsember 2018.a (esmased pöördumised).



Joonis 4. Meeste vanuseline jaotuvus perioodil jaanuar-detsember 2018.a (esmased pöördumised).



Joonis 5. Teenusele suunajad erialati esmaste pöördumiste lõikes isikuti perioodil jaanuar-detsember 2018.a

Raseduskriisi nõustamisteenuse lõppkasusaajad on lapsed, kes kasvavad üles paremate sotsiaalpsühholoogiliste toimetulekuoskustega ning vaimselt ja emotsionaalselt tervemates perekondades. Samuti riik, kelle kodanikud tulevad edukamalt toime oma lähisuhetes perekonnas ning on seeläbi ka töökohtadel vastutustundlikumad ning keskendumis-võimelisemad.

Kokkuvõte: Läbi aastate oleme teinud olulist tööd teenuse mõtestamiseks ja integreerimiseks nii tervishoiusüsteemi kui ka Eesti ühiskonda tervikuna. Tänapäevaks võime öelda, et teenus on hästi vastu võetud ja oleme hinnatud koostööpartnerid tervishoiuasutustele ja sihtrühmaga kokkupuutuvale sidusrühmale. Seega ka 2018. aasta jooksul jätkusid projekti siht- ja sidusrühmaga head koostöösuhted ning saame tõdeda, et perede edasisaatmine raseduskriisi nõustajate vastuvõtule tervishoiusüsteemis on aastatega järjest rohkem juurdunud.

2) Raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutse

2014.a kinnitati Kutsekojas Raseduskriisi nõustaja kutsestandard (tase 6) ja 2017.a anti välja esimesed raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutsed. Kutsestandard on kättesaadav: <http://www.kutsekoda.ee/et/kutseregister/kutsestandardid/10544102/pdf/raseduskriisi-noustaja-tase6.1.et.pdf>

30.11.2018 Raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutsekomisjoni otsusega anti välja lisaks 1 raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutse. Kutse andmisega seotud dokumendid on kättesaadavad: <http://save.ee/kutse-andmine/>

3) Raseduskriisi nõustamise täiendkoolitus 2018-2020

2018.a alguses töötasime HMN-i toel välja uue raseduskriisi nõustamise õppekava. Õppekava väljatöötamise töörühmas osalesid: SAVE esindajatena Margit Emberg, Ena Soodla, Kaia Kapsta-Forrester, ERNS-I esindajana Kristi kuura. Konsultandilepinguga kuulusid töörühma Kristiina Uriko (Tallinna Ülikool) ja Irena Bartels (EÄÜ, ITK).

Raseduskriisi nõustamise täiendkoolitus kestab 2,5 aastat ja on mahuga 90EAP. Uue nõustajate väljaõppega alustasime 2018.a septembrist. Väljaõppes alustas 20 isikut.

4) Raseduskriisi nõustamisteenuse integreerimine tervishoiusüsteemi

Oleme esitanud 2017.a lõpus Eesti Haigekassale taotluse raseduskriisinõustajate poolt osutatava teenuse „Psühhosotsiaalne kriisinõustamine raseduse planeerimise, raseduse ja sünnitusjärgsel ajal“ lisamiseks tervishoiuteenuste loetellu, eesmärgiga integreerida sihtrühmale suunatud psühhosotsiaalne kriisinõustamine tervishoiusüsteemiga. Teenuse taotlusele on lisatud on Eesti Ämmaemandate Ühingu toetuskirj.

2018.a lõpus saatsime märgukirja teenuse menetlemise jätkamiseks 2019.aastal. Integreeritus võimaldaks paremini organiseerida nii teenuse kättesaadavust kui ka vajaduspõhist pakkumist tervishoiusüsteemis. Teenuse taotlusele lisas EÄÜ omapoolse toetuskirja. Samuti jätkame koostööd riikliku tervikkontseptsiooni loomisel sotsiaalpsühholoogiliste tugiteenuste integreerimisele tervishoiuteenustesse.

5) Raseduskriisi nõustamisalane koostöö:

Veebruaris toimus kohtumine Haigekassas: teemadeks raseduskriisi nõustamise täiendkoolitus ja raseduskriisi nõustamisteenuse integreerimisvõimalused tervishoiusüsteemi. Novembri lõpus saime tagasiside Eesti Haigekassalt teenuse taotluse kohta. Detsembri lõpus esitamise märgukirja teenuse taotluse menetlemise jätkamiseks 2019.a

Aprillis toimus Pelgulinna Sünnitusmajas personalile raseduskriisinõustamisteenuse seminar ja arutelu töökorralduse efektiivsema planeerimise teemal. Kohtumist juhtis raseduskriisi nõustaja Kairi Tozen-Pütsepp. Samuti koolitas Kuressaarehaiglas raseduskriisi nõustaja Maret Voites raseduskriisi teemalise personalikoolituse, kus osalesid haigla naistearstid, ämmaemandid ning lasteõded.

Mais toimus kohtumine Sotsiaalministeeriumis SAVE ja ministeeriumi esindajatega seoses raseduskriisi nõustamise eriala arengu ja koostöökohtadega nii tervishoiusüsteemis kui ka integreerituna psühhosotsiaalse kriisinõustamise perspektiivi laiemalt. SAVE esindajatena osalesid Ena Soodla ja Margit Emberg.

Augustis osalesid Margit Emberg ja Ena Soodla SAVE esindajatena Sotsiaalministeeriumis Rahva Tervise arengukava arutelul. Lisaks toimus Tallinna Lastehaiglas koostöökohtumine RKN töö efektiivsemaks korraldamiseks muutuvas Lastehaigla süsteemis. Lisaks LH esindajatele (Katrin Luts, Liis Toome, Marleen Mägi) osalesid kohtumisel Kristiina Salong ja Margit Emberg.

20.08.2018 toimus SAVE juhatuse ja nõukogu isikutele Strateegia päev, kus arutati ka Raseduskriisi nõustamise hetkeseisu ja arenguid.

Oktoobris toimus SoM-is kohtumine seoses peredele tugiteenuste pakkumisega Eestis. SA Väärtustades Elu esindasid Ena Soodla ja Margit Emberg. Samuti toimus kohtumine SA Väärtustades Elu ja Saagu Valgus esindajate vahel võimalike koostöökohtade arutamiseks seoses perekeskuste mudeliga.

SA Väärtustades Elu ja raseduskriisi nõustamisteenuse esindajate seminar-töötubades "Integreeritud lähenemine laste vaimse tervise toetamisel" 06.11.2018 Jõhvis Ena Soodla ja 20.11.2018 Pärnus Kristi Kuura.

Novembris toimus ITK-s seminar teemal "*Emadus ja depressioon*", mis on suunatud tervishoiutöötajatele (sh perearstidele ja pereõdedele). Raseduskriisist ja raseduskriisi nõustamisest rääkis seminaril raseduskriisi nõustaja Kairi Tozen-Pütsepp.

6) Avalikkusele suunatud info:

Märtsis kirjutas Postimehes sünnitusjärgsest depressioonist raseduskriisinõustaja Kristi Kuura <https://sobranna.postimees.ee/4425673/psuhholog-kristi-kuura-emamasenduse-diagnoosimist-takistab-emade-habi>

Aprillis andis Maret Voites intervjuu Saarte Häälele tutvustades raseduskriisi ja raseduskriisinõustamise võimalust saartel: Hiiumaal, Saartemaal ja Muhumaal. Lisaks andis Maret Voites intervjuu ka Hiiu lehele tutvustades raseduskriisi ja raseduskriisi nõustamise võimalust Hiiumaal

08.05.2018 toimus SAVE emadepäevakonverents "Naine pole sünnitusmasin!". Konverentsil esines ettekandega ka psühholoog, raseduskriisi nõustaja ja SA Väärtustades Elu juhatuse liige Margit Emberg teemal "Miks ta jälle emaks sai?". Konverentsil oli üleval ka info raseduskriisinõustamise võimaluse kohta.

Septembris 2018 osales raseduskriisi nõustaja Marje Pukk ajakirja Pere ja Kodu veebiraadiosaates, kus arutati sünnitusjärgse depressiooni teemadel.

5.nov.2018 toimus SA Väärtustades Elu konverents "Tahan normaalset perekonda!" Konverentsi ettekannete taustaks oli üleval ka info raseduskriisi nõustamisest.

Novembris ilmus film "Tully" ainetel Õhtulehes artikkel, kus raseduskriisi nõustaja Kairi Tozen-Pütsepp rääkis sünnitusjärgsest depressioonist, pealkirjaga "Raseduskriisi nõustaja: Miks ei tasu sünnitusjärgset depressiooni tähelepanuta jätta?" <https://www.oh tuleht.ee/909304/raseduskriisi-noustaja-miks-ei-tasu-sunnitusjargset-depressiooni-tahelepanuta-jatta> ; samuti artikkel Buduaaris. <https://buduaar.tv3.ee/Article/article/raseduskriisi-noustaja-kairi-tozen-putsepp-aitab-labi-omavalusa-kogemuse>

Suve alguses korraldati raseduskriisi nõustamise eesti ja vene keelsete infolehtede uuendamine ja trükk.

7) Tagasiside raseduskriisi nõustamisele www.rasedus.ee kodulehe kaudu

Nõustatutel palutakse võimalusel täita SA Väärtustades Elu koduleheküljel www.rasedus.ee olev tagasiside ankeet. Küsitlusele vastajatest 77% on hinnanud nõustamiskogemust väga heaks ehk 5-palli süsteemis maksimaalselt positiivseks; 23% halvaks hindegaga 1; üks vastaja ei hinnanud oma kogemust. Raseduskriisi nõustamist pidasid vajalikuks 93% vastanutest, 7% vastanutest ei pidanud nõustamist vajalikuks. Nõustaja tegevuses hinnati enim järgmiseid aspekte: orienteeritust lahendustele (64%), paindlikku ja individuaalset lähenemist (8%), vajaliku info edastamist (8%); vabas vormis positiivsed hinnang tegevusele (nt "Minu nõustaja on osanud olla täpselt selline, nagu minul vaja on. Erinevatel kordadel on vaja erinevat lähenemist, minu arvates ei saa valida ühte ainsat, mida kõige enam hindan."). Lisaks oli 2 tegevuse hinnangu puhul kommentaarid, et puudub positiivne kogemus ja polnud võimalik hinnata nõustaja tegevust.

Vastuvõtule eelistatakse registreerida ennast telefoni ja internet teel.

Väljavõtteid tagasisidest:

"Raseduskriisi nõustamise olemasolu on niivõrd tähtis! Viljatusega kaasnev ja selle ümber tiirlev tabu on raske koorem kanda ja see on suur asi, kui maaslama ajal on võimalik leida keegi, kes teda maast üles aitab tõusta."

"... loodan, et suudate kunagi luua sellise olukorra, kus sünnitaja tunneb, et ka tema on tähtis, mitte vaid 9kuud kestev inkubaator, kelle/mille võib lapse nimel lõhki kiskuda ja siis koju saata, paranemine on juba tema enda asi. Lõppude lõpuks on ju katkise keha ja hingega võimatu 100% lapse eest hoolitseda!"

"Minu nõustaja on osanud olla täpselt selline, nagu minul vaja on. Erinevatel kordadel on vaja erinevat lähenemist, minu arvates ei saa valida ühte ainsat, mida kõige enam hindan."

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

Kokkuvõtte koostas

Margit Emberg

Raseduskriisi nõustamise valdkonna juht