

Eesti Haigekassa tervist edendava projekti “Raseduskriisi nõustamine”
Raseduskriisi nõustamisvaldkonna arenguga seotud tegevused 2019

KOKKUVÕTE

1. Eesti Haigekassa tervise edendamisele suunatud projekt “Raseduskriisi nõustamine”

Projekti periood: 01.jaanuar 2019 – 31.detsember 2019

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 2019.a projektis:

Kristiina Uriko – psühholoog, TLU teadur ja lektor

Naatan Haamer – pereterapeut, leina- ja kriisinõustaja

Pille Isat – psühholoog, psühhodraama terapeut

Andres Sild – psühhiaater, psühhoterapeut

Maire Riis – traumaterapeut

2019.a projekti jooksul korraldati 8 raseduskriisi nõustajate grupisuperviseerimist.

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.

- 1.1.1. Projekti põhieesmärgiks oli pakkuda raseduskriisi nõustamisteenust sihtrühma esindajatele kuni 3500 nõustamiskorral tervishoiutöötaja suunamisel.

Perioodil 01.01.2019-30.06.2019 oli raseduskriisi nõustamist saanud juba 1205 isikut kokku 2171-l nõustamiskorral. Seega esimese poole aastaga olime täitnud 2019.a projekti mahust 62% ning prognoosi kohaselt oli tõenäosus ületada projektimahtu ligikaudu 24% võrra, ehk 842 nõustamiskorraga. 08.07.2019 esitas SAVE lisarahastuse taotluse Eesti Haigekassale taotlemaks lisa vahendeid raseduskriisi nõustamise kättesaadavuse tagamiseks 2019.a viimases kvartalis. Lisasime taotlusele palve rahastada superviseeritud raseduskriisi nõustamispraktikat septembris 2019.a alustavate raseduskriisi nõustamise täiendkoolitusel õppijate superviseerimis- ja juhendamistasudeks perioodil august-detsember 2019. Eesti Haigekassalt saime positiivse vastuse lisarahastusele RKN jätkamiseks 2019.a lõpuni.

Seega tervishoiutöötaja suunamisel on raseduskriisinõustamist käesoleva projekti (perioodil 02.01-31.12.2019) jooksul saanud 2487 inimest kokku 4408-l korral. Raseduskriisinõustajad tegid perioodil 02.01-31.12.2019 erakorraliselt 282 kriisiväljasõitu tervishoiuasutustesse (sh

väljasõidud Tallinna Vanglasse ja 1 väljasõit ka Raseduskriisikeskusesse). Väljasõite tehti 2019.a Ida-Tallinna Keskhaiglasse, Lääne-Tallinna Keskhaiglasse, Tallinna Lastehaiglasse, Rakvere Haiglasse, Kuressaare Haiglasse.

Lisaks on antud perioodil pöördunud raseduskriisi nõustamisele 190 isikut kokku 340-l korral raseduskriisi nõustamistelefoni 8002008, skype nõustamise või www.rasedus.ee kodulehel asuva e-nõustamisvõimaluse kaudu.

2019.a on oma superviseeritud raseduskriisi nõustamispraktika käigus osutatud raseduskriisi nõustamist veel lisaks 410 korral.

- 1.1.2. 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 tervishoiu- või sotsiaalvaldkonna asutuste juures. 2019.a jooksul olnud raseduskriisi nõustamisteenus kättesaadav 13 Eesti maakonnas ja vähemalt 17 asutuses. Raseduskriisi nõustamine on toimunud Ida-Tallinna Keskhaiglas, Lääne-Tallinna Keskhaiglas, Tallinna Lastehaiglas, Tallinna Raseduskriisikeskuses, mitmes erakabinetis Tallinnas, Rakvere Haiglas, Pärnu Haiglas, Põlva Haiglas, Lõuna-Eesti Haiglas, Tartu Perekeskuses, Viljandis Päikesekillu Perekeskuses, Narvas, Haapsalus, Rapla Erakliinikus Praxis, Järvamaa Haiglas, Kuressaare Haiglas, Hiiumaa Haiglas ja Muhumaal.

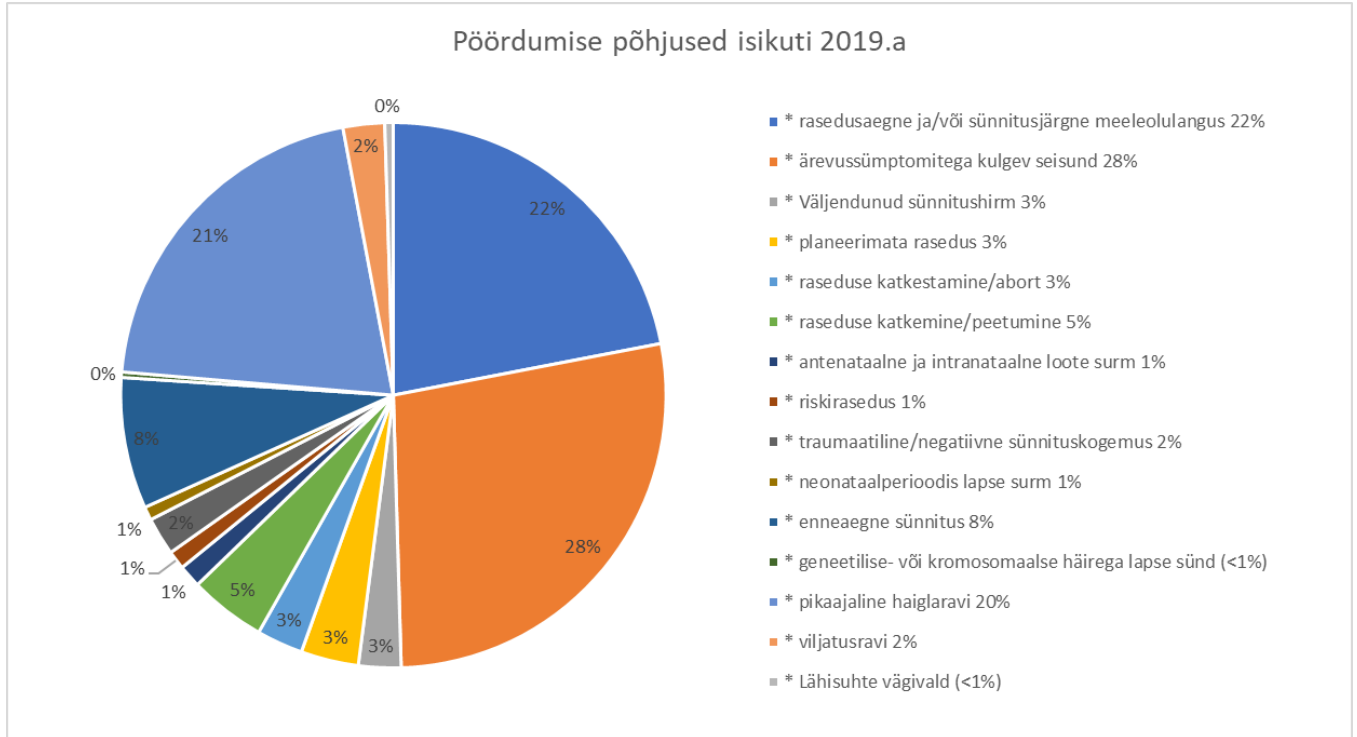
Lisaks on 2019.a superviseeritud raseduskriisi nõustamispraktika käigus sooritatud superviseeritud raseduskriisi nõustamispraktikat järgmistes piirkondades Tartus ja Elvas (5 praktikanti); Pärnus (2 praktikanti); Viljandis (2 praktikanti); Rakveres (1 praktikant) ning Tallinnas (8 praktikanti).

Oluline on veel lisada, et raseduskriisinõustajate meeskonnaliige Margit Luiga töötab alates 2016.a jaanuarist palgalise raseduskriisi nõustajana Tartu Ülikooli Kliinikumis ja meile teadaolevalt ka al 2019.a sügisest Põlva Haiglas ning sellest lähtvalt tema tegevus raseduskriisi nõustajana ei kajastu enam käesolevas projektis.

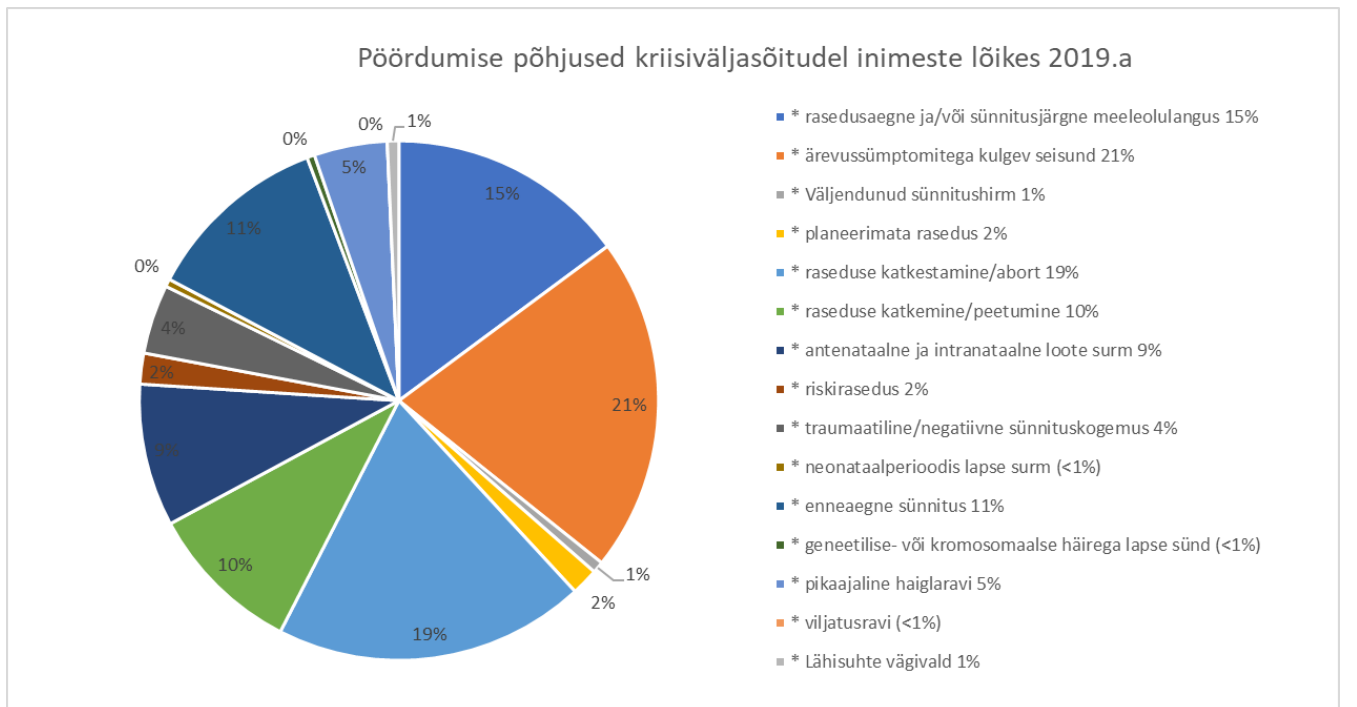
1.2. Projekti sihtrühm:

Raseduskriisinõustamine on suunatud eesti, vene ja inglise 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 kohanemisraskused 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 kriisiolukorras nõustamisel osutati teenust vajaduspõhiselt ka peale lapse sündi kuni 1-aasta jooksul. Sihtrühma kuuluvad nõustamised eriolukorras sünnitus- ja sünnitusjärgsetes osakondades viibivatele klientidele.

Pöördumise põhjused (01.01.201-31.12.2019)

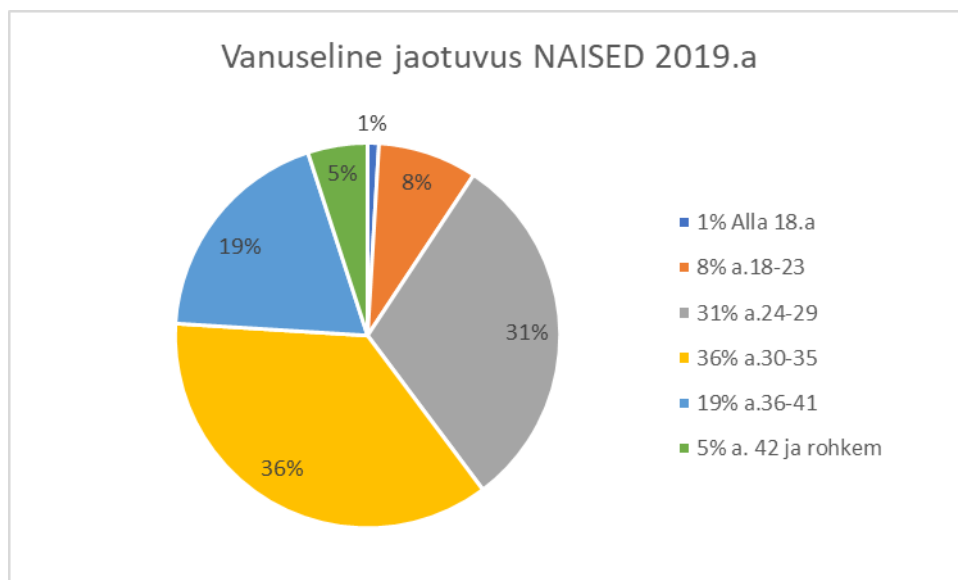


Joonis 1. Pöördumise põhjused 2019.a nõustatud isikute lõikes (va kriisiväljasõidud).

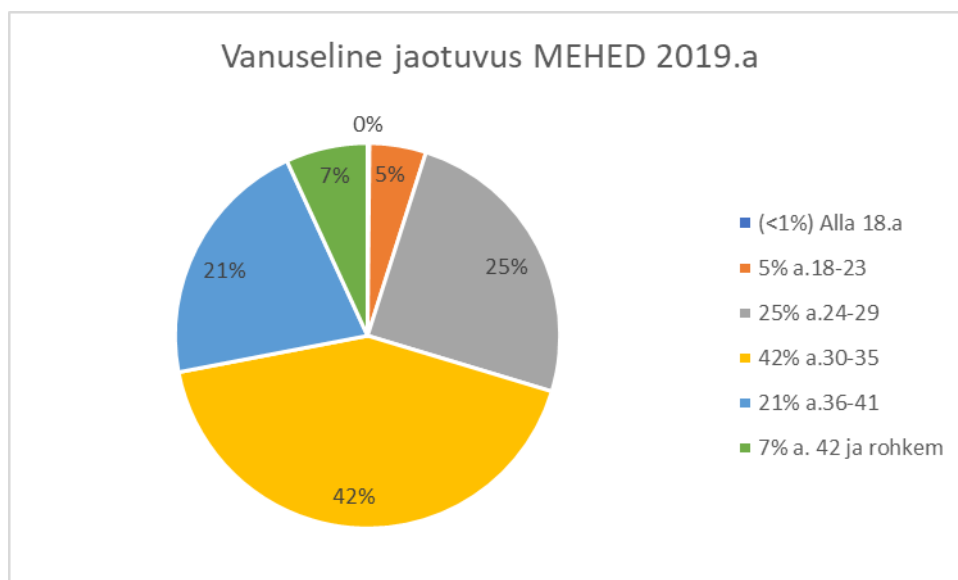


Joonis 2. Pöördumise põhjused 2019.a nõustatud isikute lõikes kriisiväljasõitudel.

Ülevaade vanuse lõikes 2019.a (01.01.2019-31.12.2019)

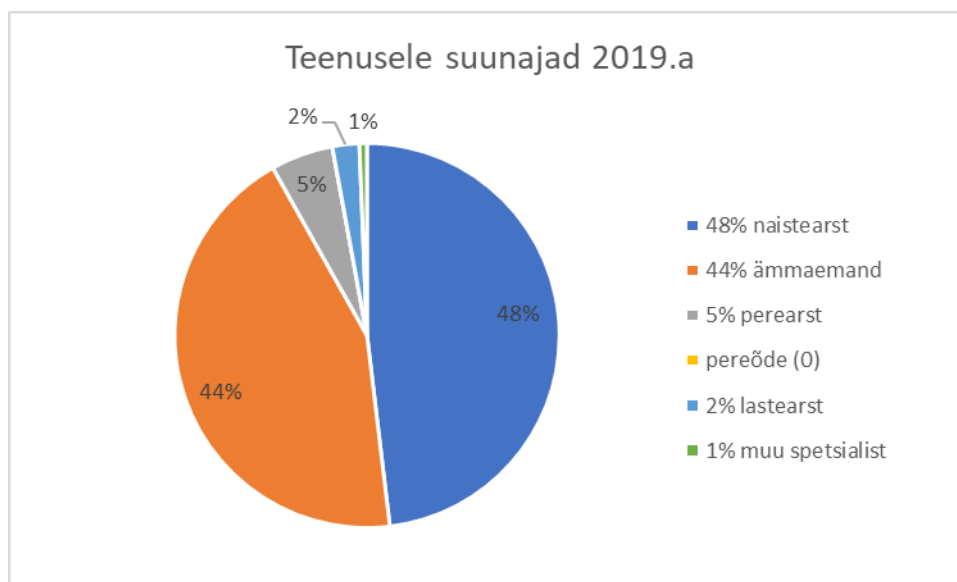


Joonis 3. Naiste vanuseline jaotuvus perioodil jaanuar-detsember 2019.a (esmased pöördumised).



Joonis 4. Meeste vanuseline jaotuvus perioodil jaanuar-detsember 2019.a (esmased pöördumised).

Ülevaade teenusele suunaja eriala lõikes 2019.a
(01.01.2019-31.12.2019)



Joonis 5. Teenusele suunajad esmaste pöördumiste lõikes isikuti perioodil jaanuar-detsember 2019.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 keskendumisvõimelisemad.

Tagasiside: Nõustatutel palutakse võimalusel täita SA Väärtustades Elu koduleheküljel www.rasedus.ee olev tagasiside ankeet. Küsitlusele vastajatest 95% on hinnanud nõustamiskogemust väga heaks ehk 5-palli süsteemis maksimaalselt positiivseks; 5% heaks. Raseduskriisi nõustamist pidasid vajalikuks 100% vastanutest. Nõustaja tegevuses hinnati enim järgmiseid aspekte: orienteeritust lahendustele (86%), paindlikku ja individuaalset lähenemist (10%), head kontaktloomise võimet (4%). Vastuvõtule eelistatakse registreerida ennast valdavalt telefoni teel. Vabas vormis positiivsed hinnangut nõustaja tegevusele, nt *“endal on olnud äärmiselt positiivne kogemus ning jätkan nõustajaga koostööd. Soovitus on arstidel rohkem märgata patsiendi vajadust nõustamiseks või soovitada seda julgelt. Enda kogemus oli, et tundsin vajadust nõustamise järele ning pidin seda piltlikult öeldes nõudma oma arstilt. Ilma nõustamiseta ei kujuta ette, kuidas oleksin toime tulnud oma hirmudega seoses algava viljatusraviga.”*

2. Raseduskriisi nõustaja, tase 6 KUTSE

Aastatel 2016-2019 on EÄÜ koostöös SAVEga andnud välja raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutset. 2019.a seisuga on 7 kutselist raseduskriisi nõustajat.

Vastavalt Tervishoiu Kutsenõukogu 02.05.2019 koosoleku otsusele nr 15 kuulutati raseduskriisi nõustaja kutsete kutse andja avaliku konkursi võitjaks SA Väärtustades Elu. Kutsekomisjoni esimene kohtumine toimus oktoobris 2019, mil kuulutati välja ka raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutse taotlemise voor dokumentide esitamise tähtajaga 23.11.2019. Nimetatud taotlusvoor jätkus 2020.a

2019.a jooksul uuendati ka raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutsestandard (esmaversioon kinnitati 2014.a), mis kinnitati Kutsekojas 2019.a novembris. Kutse andmisega seotud dokumendid on kättesaadavad: <http://save.ee/kutse-andmine/>

3. Raseduskriisi nõustamise täiendkoolitus 2018-2020

2018.a on HMN-i toel välja töötatud raseduskriisi nõustamise õppekava. Õppekava väljatöötamise töörühmas osalesid: SAVE esindajatena Ena Soodla, Kaia Kapsta-Forrester, ERNS-I esindajana Kristi kuura, raseduskriisi nõustajana Margit Emberg. Konsultandilepinguga kuulusid töörühma Kristiina Uriko (Tallinna Ülikool) ja Irena Bartels (EÄÜ, ITK). **Põhjalik erialne täiendkoolitus kestab 2,5 aastat ja on mahuga 90EAP.**

Õppekava on leitav:

https://rasedus.ee/wp-content/uploads/2018/05/RKN_%C3%B5ppekava_logoga0205.pdf

Raseduskriisi nõustamise täiendkoolitus 2018-2020 alustas 2018.a septembrist. 31.detsember 2019.a seisuga õpib raseduskriisi nõustamise täiendkoolitusel 18 isikut. Täiendkoolitust toetab HMN.

2019.a septembrist alustasid raseduskriisi nõustamise täiendväljaõppes osalejad oma superviseeritud nõustamispraktikat. Nõustamispraktika kestab 1a perioodil september 2019 - september 2020. Superviseeritud nõustamispraktika lõpeb praktika kaitsmisega 2020.a detsembris.

4. Raseduskriisi nõustamisteenuse integreerimine tervishoiusüsteemi

Juba viimased 5 aastat, alates 2015.a, on SAVE koostöös ERNS-iga esitanud Eesti Haigekassale taotluse raseduskriisi nõustamisteenuse lisamiseks tervishoiuteenuste nimekirja, sh aastate jooksul on nii nimetus kui teenuse kirjeldus täpsustunud. Haigekassale saadeti 2018.a lõpus märgukiri teenuse „psühhosotsiaalne kriisinõustamine raseduse planeerimine, raseduse ja sünnitusjärgsel perioodil“ menetlemise jätkamiseks 2019.aastal. Detsembri alguses 2019.a saime Eesti Haigekassalt tagasiside teenuse taotluse menetlemise lõpetamise kohta. Uue taotluse teenuse raseduskriisi nõustamine lisamiseks tervishoiuteenuste loetellu esitasime 20. detsembril 2019.a.

Haigekassale on esitatud 20.12.2019 taotlus tervishoiuteenuse loetellu järgmiste teenuste lisamiseks:

- Raseduskriisi nõustamine (raseduse planeerimise, raseduse ja sünnitusjärgsel ajal)
- Raseduskriisi nõustamine väljasõiduga tervishoiuasutusse (kriisiväljasõit).

Teenuse sihtgrupp on naised, mehed ja pered raseduse planeerimise, raseduse ja sünnitusjärgsel perioodil (kuni 2.a pärast sünnitust). Teenuseid osutatakse nii üksikisikule kui perele. Esmase hindamise ja nõustamise teeb sihtrühmaga tegelev spetsialist (ämmaemand, naistearst, perearst, pereõde), kes täiendava nõustamisvajaduse korral suunab edasi

raseduskriisi nõustamisele. Teenuse osutamise näidustus antud sihtgrupil on **subjektiivse distressiseisundi** esinemine järgmistel juhtudel:

- raseduse katkestamine/abort
- raseduse katkemine/peetumine
- antenataalne ja intranataalne loote surm
- neonataalperioodis lapse surm
- planeerimata rasedus
- traumaatiline/negatiivne sünnituskogemus
- viljatusravi
- riskirasedus
- rasedusaegne ja/või sünnitusjärgne ärevus
- rasedusaegne ja/või sünnitusjärgne meeleolu/tahtejõu langus
- enneaegne sünnitus
- geneetilise või kromosomaalse häirega lapse sünd

Kriisiväljasõit on näidustatud järgmistel juhtudel ja terviseriskide ilmnemisel:

- äärmuslikud meeleolu kõikumised ja emotsionaalsed seisundid haiglas viibimise ajal
- huvipuudus või apaatus lapse suhtes
- lapsest loobumine pärast sünnitust
- algava enneaegse sünnituse korral (enne 34. rasedusnädalat)
- raseduse katkestamine meditsiinilistel näidustustel enne 22. rasedusnädalat
- spontaanne abort pärast 12. rasedusnädalat
- loote üsasisene surm
- puudega lapse sünd
- enneaegse lapse sünd.

5. Raseduskriisi nõustamisalane kostöö, info sidus- ja sihtrühma esindajatele, avalikkusele suunatud info.

06. juunil 2019 viis raseduskriisi nõustaja Maret Voites Hiiumaa Haiglas läbi raseduskriisi nõustamisalase teabepäeva "Vaimse tervise probleemide märkamine ja ennetamine raseduse ajal ning sünnitusjärgselt". Koolitusel osales: 13 inimest, nendest 2 perearsti, 4 pereõde, 1 naistearst, 4 ämmaemandat (sh haigla ülemõde), 1 hooldaja ja 1 meditsiinkooli üliõpilane.

10.juunil 2019 tegi raseduskriisi nõustaja Kairi Tozen-Pütsepp ämmaemandatele EÄÜ aastakonverentsil ettekande teemalt "Terve suhte võimalikkusest". Ämmaemandate astakonverentsil osalesid ämmaemandad üle Eesti.

2019.a augustis ja oktoobris toimusid kohtumised raseduskriisi nõustamisalase veebiplatvormi esmaste ideede kogumiseks ja sisendi andmiseks. Raseduskriisi veebikeskkond_pakkumus).

Detsembris 2019 kohtus raseduskriisi nõustaja Kairi Tozen-Pütsepp Nova Vita meeskonnaga, kus arutati viljatusravi patsientidele ja sugurakudoonoritele parema nõustamissüsteemi pakkumist.

Veebruar 2019.a Lege Artises kirjutas psühholoog ja raseduskriisi nõustaja artikli teemal: "Traumajärgne stresshäire ja depressioon pärast sünnitust: esinemissagedus ja riskitegurid."

Märts 2019.a Anne&Stiilis ilmus lugu raseduse katkemisest. Spetsilisti kommentaari raseduse katkemise põhjuste ja sellega toimetuleku kohta andis raseduskriisi nõustaja Margit Emberg.

September 2019 rääkis psühholoog ja raseduskriisi nõustaja Margit Emberg emadusest ja sünnitusjärgsest meeleolumuutusest Kanal-2 telesaates "Hooaeg".

6. mail 2019 toimus SAVE emadepäevakonverents teemal "Raha või lapsed?". SA Väärtustades Elu juhatuse esimees, raseduskriisi nõustaja, pere- ja paarisuhteterapeut Kaia Kapsta-Forrester tegi ettekande teemal „Laske mul olla ema!“ Konverentsil oli üleval ka info raseduskriisinõustamise võimaluse kohta.

06.novembril toimus SAVE isadepäeva konverents teemal "Mehe au". Ühe SAVE olise tegevusena oli üleval ka info raseduskriisi nõustamisvõimaluse kohta.

Raseduskriisi alase põhiinfo leiab: www.rasedus.ee, www.save.ee, www.yksikvanem.com

KOKKUVÕTE: Professionaalne varane psühhosotsiaalne sekkumine aitab viia miinimumini varasemat elukvaliteeti märgatavalt häirivate sümptomite süvenemist ja sellest tuleneva võimaliku hilise (pikaajalise ja kuluka) psühhoteraapilise sekkumise vajadust. Raseduskriisi nõustamise projekti raames on peredele on tagatud nõustamine vähemalt kahe nädala jooksul pöördumisest, 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. Lisaks on nõustajatel valmisolek skype-nõustamise võimaluse pakkumiseks. Tagatud on ka tasuta nõustamistelefon 8002008 ja tasuta e-nõustamise võimalus peredele üle-Eesti. Raseduskriisi nõustaja järgib oma töös professionaalse nõustamise häid tavasid - austades inimese isikupuutumast, püüdes kaitsta kliendi enesemääramisõigust ning täites konfidentsiaalsuse nõudeid.

Läbi aastate oleme teinud olulist tööd teenuse mõtestamiseks ja integreerimiseks nii tervishoiusüsteemi kui ka Eesti ühiskonda tervikuna. Näeme raseduskriisi nõustamist tervishoiu tugiteenusena ning peame olulisena vaimse tervise nõustamisalase kvaliteetse ja teaduspõhise nõustamispädevuse hoidmist ja säilitamist läbi kvaliteetse erialaõppe ja jätkusuutliku superviseeritud nõustamispraktika rakendamise. Tänapäevaks võime öelda, et teenus on hästi vastu võetud ja oleme hinnatud koostööpartnerid tervishoiuasutustele ja sihtrühmaga kokkupuutuvalle sidusrühmale. Jätkame raseduskriisinõustamise kontseptsiooni arendamist süsteemsema mõtlemise suunas ning seisame kvaliteetse ja teaduspõhise vaimse tervise alase nõustamispädevuse hoidmise ja säilitamise eest antud erialal.

Ülevaate koostas projektijuht Margit Emberg

Kuupäev: 18.02.2020