

# Ketu 2/13(71)

*Eesti Psoriaasiliidu häälekandja*

## EESTI PSORIAASILIIDU TAASTUSRAVIKONVERENTS

Konverents toimus 30.-31.märtsil Kuressaares Meri SPA-s. Osavõtjaid oli 63. Peale saabumist saime kohe alustada protseduuridega: soolakambri, ürdivanni või osokeriidiga kätele. Ootamatult saabus soojaveekatkestus, aga kohe leiti uued ja huvitavad asendusprotseduurid ning kõik jäid rahule. Peale lõunasööki esines perearst dr. Kaja Sepp teemal "Keha ja meele koostöö". Hea enese tundmine paneb ennast armastama, loob sisemise rahulolu, tervise ja tasakaalu. WHO (Maailma Tervishoiuorganisatsiooni) määratluse kohaselt sõltub inimese tervis: 50% eluviisist, 20% geneetilisest foonist, 20% vaimsest ja füüsilisest keskkonnast ja 10% arstiabist. Testi ja kasulikku lugemist saab leida [www.tervisjatasakaal.ee](http://www.tervisjatasakaal.ee) Peale konverentsi täidetud tagasisideankeetide järgi said Kaja Sepp ja teise konverentsipäeva esineja Eve Ustel-Hallimäe kõrgeimad punktid. Perearst dr. Madis Veskimägi rääkis teemal „Krooniliste haiguste taastusravivajadus perearsti pilgu läbi“. Ta esitles ka oma äsjailmunud raamatut „Perearsti nõuanded“ ja annetas 8 eksemplari meile. Konverentsi lõpus loositi raamatud osavõtjate vahel välja. Tema soovitus oli leida igast päevast kolm head asja ja kirjutada need märkmikku. Samuti tuleb vältida ülekoormust sportimisel. Ära tee harjutusi läbi valu!

Dr. Elle Elberg on Eesti Psoriaasiliidu asutajaliige ja tihe esineja. Seekord rääkis ta teemal „Psoriaasihaigete individualiseeritud ravi tulemuslikkusest“. Paljudele tuli üllatusena, et psoriaatiku seedetrakti limaskestad on ka muutunud. Headest elutingimustest tingitud emotsionaalse mõjustatuse tulemusena võib toimuda psoriaasi loomulik paranemine.

Konverentsipäeva lõpetas traditsiooniline loterii. Peale seda oli õhtusöök ja kõrvalmajas asuva Rüütli SPA Veekeskuse külastus. Seal oli veel talvine hooaeg ja juba kell 21.00 tuli suplemine-saunatamine lõpetada. Reipamad läksid hilisõhtul linna peale laulma-tantsima ja aega veetma.

Pühapäev algas hommikusauna ja -ujumisega.

Esimene esineja oli AS Kuressaare Sanatoorium vanemarst dr. Helvi Koppel, kelle sõnavõtu teemaks oli "Taastusravi eile ja täna". Ta töötab arstina juba aastast 1965 ja tunneb kohaliku Mullutu-Suurlahe ravimuda kasutamise ajalugu. Tegemist on tugeva väävelvesiniku lõhna omava mudaga. See on omamoodi üleminekumuda kõdumuda ja meremuda vahel ning tegemist on vannimudaga, mähiseid sellega teha kahjuks ei saa. Linnaekskursioon toimus ilusa ilmaga, sõitsime ringi bussiga ning vahepeal jalutasime linnas Veronika Allase juhendamisel. Roomassaare sadam oli kesklinnast 3 km kaugusel, seepärast oli bussi kasutamine täiesti õigustatud. Sadamas on uus kohvik, kust avanevad lumuvad vaated ümbruskonnale. Sadam ise on aga populaarne koht aastavahetuse ja muude tähtsamate sündmuste tähistamiseks. Sealsamas avati eelmisel aastal uued terviserajad, mis on meelepärased mitte ainult Kuressaare elanikele vaid ka külalistele. Külastasime ka Saaremaa Puuetega Inimeste Koda ja seal avatud vitspunutiste näitust, vt. [www.saarekoda.ee](http://www.saarekoda.ee)

Viimane esineja oli Lääne Tööinspektsiooni töövaidluskomisjoni juhataja pr.Evi Ustel-Hallimäe ning teemaks „Krooniliste haigete diskrimineerimine töökohas“. Ta töötab sel alal juba 17 aastat ning loengu käigus käsitles diskrimineerimise näiteid ja rääkis sotsiaalse tõrjutuse probleemidest. Loeng oli väga huvitav ning otsustasime jätkata psoriaasihaigete tööhõive temaatika käsitlemisega ka edaspidi. Mõlemal päeval saime tutvuda uute kosmeetika- ja nahahooldustoodetega.

Lõppsõnavõtt oli Eesti Psoriaasiliidu juhatajalt Georg Jurkanovilt.

Osalejad jäid konverentsiga väga rahule.

Suur tänu kõigile taastusravikonverentsi korraldajatele ja toetajatele!

*Vilve Vain*

## TÖÖVÕIME SKEEMI REFORMI HETKESEIS

22.05.2013

Sotsiaalministeeriumis on ettevalmistamisel töövõime skeemi reform. Muudatuste eesmärgiks on aidata tervisekahjustusega inimesi töö leidmisel ja selle hoidmisel, suurendada nende tööhõivet ning tagada tervikuna töövõimetuse skeemi jätkusuutlikkus. Muudatused puudutavad pikaajalise tervisekahjustusega inimesi vanuses 16 aastat kuni vanaduspensionieani.

Uut süsteemi hakkab administreerima Eesti Töötukassa, kes hindab töövõimet, pakub individuaalse juhtumikorralduse alusel aktiveerivaid tööturumeetmeid ja maksab toetust.

Töövõimetuse asemel hakatakse hindama allesjäänud töövõimet ning hindamise metoodika viiakse uutele alustele. Uued alused hõlmavad lisaks terviseseisundi hindamisele isiku sotsiaalset ja tööalast võimekust. Töövõimetuse protsentide asemel määratakse, kas inimene on: a) töövõimeline, b) osaliselt töövõimeline või c) inimesel töövõime puudub. Hindamise juurde kaasatakse töötervishoiuarstid ning selle tulemusel antakse ka tööalased soovitusel ja abi tööandjale.

Osalise töövõimega inimene peab toetuse saamiseks olema töötuna arvel ning osalema aktiveerivates meetmetes, õppima (kuni 30. eluaastani) või töötama. Töötukassal on õigus osalise töövõime korral aktiivsuse nõuete mittetäitmisel toetuse maksmine peatada või lõpetada. Inimesed, kellel töövõime täielikult puudub, võivad töötukassa meetmetes osaleda vabatahtlikult ning muud aktiivsuse nõuded puuduvad.

Rehabilitatsiooni ja abivahendite korraldus seostatakse töövõimeskeemiga. Inimesel peab tekkima õigus taastusravile ja/või rehabilitatsioonile töövõime vähenemise alguses, mitte alles siis, kui tal kujuneb välja puue või püsiv tervisekahjustus. Tööealised tervisekahjustusega isikud suunatakse teenusele vajaduspõhiselt ja võimalikult vara, et toetada töövõimet ja ennetada töövõime vähenemist.

Korralduste seostamisel lähtutakse isikukesksest lähenemisest, mis tagab, et isiku vajaduste hindamise ning erinevate teenuste (tööturuteenuste, sotsiaalteenuste) taotlemise protsess oleks selge ja ei toimiks dubleerimist teenuseid administreerivate asutuste vahel.

Kavas on ühendada töövõime skeemiga tööõnnetuskindlustus ja kutsehaiguste skeem, mis motiveeriks töötajaid hoolima oma tervisest ning tööandjaid pakkuma oma töötajale tervislikku töökeskkonda.

Uue süsteemi põhimõtted on järgmised:

tervisekahjustusega tööealist inimest tuleb tööturul hoida, töötada on võimalik ka vähenenud töövõimega;

inimene peab oma käitumisega terviseriske ennetama ning olema valmis osalema meetmetes, mis aitavad tal tööle tagasi pöörduda;

tööandjad peavad rakendama tegevusi töökeskkonna parandamiseks ning looma võimalused tervisekahjustusega inimese töötamise soodustamiseks;

riik peab toetama nende põhimõtete elluviimist.

Väljatoodud põhimõtteid järgiv seaduseelnõu on plaanis esitada Vabariigi Valitsusele käesoleva aasta teises kvartalis ning selle heakskiidu korral võib prognoosida reformi etapiviisilist jõustumist - alates 2015. aastast uutele töövõime vähenemise juhtudele ning alates 2016. aastast neile, kellele määratud püsiva töövõimetuse tähtajad Sotsiaalkindlustusametis lõppevad.

Sotsiaalminister Taavi Rõivas rääkis reformist lähemalt ajalehele „Postimees“ 17.05.2013 – „Riik tahab iga viienda töövõimetuspensionäri tööle panna“

Anu Viita-Neuhaus, EV Sotsiaalministeerium

## IMLAN® – LIHTSUS JA UNIVERSAALSUS

**Imlan®** on meditsiiniline nahahooldussari, mille teeb ainulaadseks toimeaine betuliin ja ülimalt lihtne koostis. Looduslik toimeaine betuliin, mida ekstraheeritakse valgest kasekoorest – tohust, segatakse kõrgväärtusliku jojobaõli ja veega kreemiks, mis ei vaja mingeid lisaaineid nagu emulgaatorid, värv-, lõhna- ega säilitusained, sest betuliinil endal on kõik need omadused olemas. Betuliinipõhised hooldusvahendid sobivad seetõttu eriti hästi tundlikule, allergilisele nahale ja ka baashoolduseks neurodermiidi, psoriaasi või diabeedi puhul. Arvukad dermatoloogilised uuringud ja positiivsed vastukajad tõendavad **Imlani®** efektiivsust ja väga head talutavust.

**Imlan®** sarja tooted sobivad aastaringseks kasutamiseks. Lisaks raviomadustele kaitsevad nad tundlikku nahka külma, päikesekiirguse ja temperatuurikõikumiste eest, toimivad päikesekaitsekreemina ja leevendavad edukalt päikesepõletust. **Imlan®** kõik koostisosad on 100% looduslikud.

**Imlan®** sarja betuliinipõhised tooted sobivad ka õietolmuallergia puhul. Kase õietolmu allergiat põhjustavad õietolmu terakestes sisalduvad proteiinid, mida kasekooses ega betuliinis ei leidu. Arvukad testid kinnitavad, et kaseallergikutel ei esine **Imlani®** kasutades mingeid allergilisi reaktsioone. Dermatoloogid soovivad **Imlan®** sarja tooteid eriti nahaallergia, neurodermiidi, psoriaasi ja diabeedi puhul ning loomulikult terve naha igapäevaseks hoolduseks.

Sarjas on hetkel saadavad järgmised tooted:

**Imlan® Creme Pur** kaitseb ja hooldab kuiva, allergiale kalduvat nahka kasekoorest pärineva loodusliku toimeaine – betuliiniga. Betuliin tõstab naha kaitsevõimet, taastab lipiidide ja niiskuse tasakaalu, regenereerib, vähendab sügelust. **Imlan® Creme Pur** koosneb baaskreemina üksnes betuliinist, jojobaõlist ja veest.

**Imlan® Creme Plus** on välja töötatud eriti kuiva, põletikulise naha kaitsmiseks ja hooldamiseks. Betuliini põletikuvastast, antibakteriaalset ja haavu parandavat toimet täiendab mesilasvaha ja urea 3%-ne lisand, mis suurendab märgatavalt naha niiskusesisaldust ja elastsust.

**Losjoon Imlan Lotion Pur** sisaldab lisaks betuliinile kuiva nahka hooldavat väärtusliku aprikoosiseemne- ja jojobaõli segu ning vabade radikaalide eest kaitsvat antioksidanti vitamiin E. Losjoon mõjub tänu erilisele struktuurile rahustavalt ja sügelust vähendavalt. Spetsiaalselt välja töötatud kogu kehapinna hooldamiseks.

**Losjoon Imlan Lotion Plus** sisaldab nii betuliini kui ka kuiva nahka hooldavat väärtusliku aprikoosiseemne- ja jojobaõli segu, niiskusesisaldust suurendavat urea 3%-st lisandit ning vabade radikaalide eest kaitsvat antioksidanti vitamiin E. Sobib kogu kehapinna hooldamiseks. Losjoon on praktilises dosaatoriga varustatud pakendis.

Huulepalsam **Imlan® Lippenbalsam Plus** hooldab ja kaitseb kuivi ja pragunevaid huuli. Betuliin mõjub regenereerivalt ja haavu parandavalt. Oliiviõli, mandliõli, sheavõi ja mesilasvaha moodustavad kaitsva kihi ja seovad niiskust. Sobib ka nahaärrituse ja põletiku korral huulte ümbruses.

Tootja: Birken GmbH, Saksamaa  
Esindaja Eestis: Verkel OÜ  
tel 53063072 [info@imlan.ee](mailto:info@imlan.ee)  
Rohkem infot: [www.imlan.ee](http://www.imlan.ee)

## TERVISHOIUSÜSTEEMI JÄTKUSUUTLIKKUSE TAGAMINE

Eesti Patsientide Nõukoda esitas oma ettepanekud hea tahte kokkuleppele, mis on järgmised:

- 1) Sotsiaalministeerium peab välja selgitama tervishoiusüsteemi kõige suuremad kitsaskohad ja nende alusel seadma prioriteetsed valdkonnad.
- 2) Avaliku sektori kulud tervishoiusektori rahastamisel tuleb tõsta vähemalt Euroopa keskmisele tasemele.
- 3) Toetada meetmeid, mis tagavad vähekindlustatud gruppidele vajalike ravimite ning hooldus- ja taastusraviteenuste kättesaadavuse parandamise.
- 4) Perearstisüsteemi täiendamine peab tagama kaetuse vastava teenusega üle vabariigi.
- 5) Rakendada kiiremini E-tervise süsteemi, tagada andmete turvalist edastamist ja analüüsi.
- 6) Rakendada patsientide vaba liikumise ja piiriülese tervishoiu põhimõtteid vastavalt EU direktiivis sätestatuga.
- 7) Tagada ressursside eraldamist patsiendiorganisatsioonidele oma tööks teadliku ja informeeritud patsiendi kasvatamiseks/kujundamiseks.

*Kaido Kolk, Eesti Patsientide Nõukoda*

## TEATIS 2013.aasta LIIKMEMAKSUST

Eesti Psoriaasiliidu 2013.aasta liikmemaks on **6 eurot** (pereliikmemaks **8 eurot**).

Liikmemaks palume tasuda a/a 10052032580002 SEB pangas või sularahas kassasse.

Liikmemaksu tasumise tähtaeg on **31.märts 2013**.

**NB!** Allorganisatsioonide liikmeid palume tasuda liikmemaksu vastavate allorganisatsioonide arveldusarvetele.

- ☞ Dr. Kersti Kivimägi ja Dr. Jevgeni Rubinštein vastuvõtt Lasnamäe Tervisekeskuse filiaalis Sadama Medicum, aadressil Sadama 25A, Info ja registreerimine tel. 88 11 300 ja 88 11 301
- ☞ Dr. Elle Elberg'i konsultatsioonid ja vastuvõtule registreerimine Tartus tel. 56 455 944

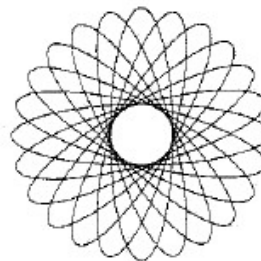
### Tulemas on järgmised üritused:

- ☞ **07.-08. juunil 2013 – osaleme infotelgiga festivalil „Puude taga on inimene“ Tallinna lauluväljakul, sissepääs on tasuta.**
- ☞ **29.-30. juunil 2013 – ootame kõiki suvekooli Viljandimaale Kivi Turismitallu**

Mälestame head liidukaaslast ja sõpra



ANDRES JÜRIMA  
1964-2013



EPsOL Tallinn 10137, Toompuiestee 10  
kontakt tel. 50 52 455 Georg Jurkanov  
56 466 069 Sirje Seerman (Viljandi)  
53 313 463 Paul Liiv (Saaremaa)  
E-mail: [epsol@epsol.ee](mailto:epsol@epsol.ee)  
Veebiaadress: [www.epsol.ee](http://www.epsol.ee)  
a/a 10 0520 3258 0002