

Ketu 2/16 (87)

Eesti Psoriaasiliidu häälekandja

TÖÖTERVISHOIUARSTIDELE PSORIAASIST

*Materjali koostas: Georg Jurkanov
Eesti Psoriaasiliidu juhatuse esimees*

1. Psoriaas – definitsioon, avaldumine ja tekkepõhjused.

Psoriaas on nahahaigus, mille puhul tekivad nahale punetavad valkjate kettudega kaetud sõlmekesed ja naastud. Haiguskolded võivad sügeleda ja olla valulikud. Lööve paikneb sagedamini peanahal, küünarnukkidel ja põlvedel, kuid võib esineda ka mujal kehal ja nahavoltides. Kuni 30%-l psoriaasihaigetel võib välja kujuneda psoriaatiline liigesepõletik. Psoriaasiga kaasneb psühholoogiline pinge kuna haigus on teistele märgatav. Psoriaasi otsene tekkepõhjus on ebaselge. Teada on, et haigus sõltub tugevalt geneetilisest eelsoodumusest ja selle avaldumist mõjutavad ka keskkonnafaktorid. Aktiveerunud immuunsüsteem toodab naharakke normaalsest kiiremas tempos. Haigust vallandavad stress, füüsilised ja keemilised traumad, liigne kehakaal, alkoholi liigtarvitamine, suitsetamine ja teatud ravimid.

2. Puude esinemissagedus.

Psoriaas esineb 2-3 %-l elanikkonnast, meestel ja naistel võrdse sagedusega. Psoriaasi haigestutakse erinevas vanuses ja ligi 30%-l juhtudest väljendub haigus mõõduka või raske vormina. Umbes 80%-l haigestunutest esineb psoriaasi naastuline vorm, mis on haiguse enimlevinud tüüpe. Eestis on hinnanguliselt 43 000 psoriaasihaiget.

3. Kaasnevad erivajadused.

Kaasnevateks erivajadusteks on igapäevane nahahooldus, vastav psühholoogiline lähenemine haigele, liigeste töö pidev jälgimine.

Psoriaasihaigete osutab samuti suuremat tähelepanu sageli esinevale diabeedile, südame-veresoonkonna haigustele ja vaimsele tervisele. Psoriaasi põdev inimene peab pöörama erilist tähelepanu toitumisele, vältides ülekaalu tekkimist.

4. Takistused tööturul osalemisel.

Haiguse liigesevormi puhul on pärsitud tööülesannete täitmiseks vajalikke füüsiliste liikumiste sooritamine. Psoriaasihaigetel ei ole soovitatav puutuda kokku eri liiki kemikaalide ja tolmuga. Samuti ei sobi töö, mis võib tekitada nahavigastusi ja tõsta emotsionaalset pinget.

Olenevalt haiguse raskusastmest püütakse välistada tööd klienditeeninduse, toitlustuse ja avaliku teenistuse valdkonnas ning seda just tihti esineva ebaesteetilise väljanägemise tõttu.

Psoriaasihaigetest inimene käitub töösituatsioonis aga nagu teisedki ja püüab olla usin.

Sageli esineb eelarvamuslik suhtumine tööandja ja kolleegide poolt, millele võib järgneda sotsiaalne tõrjutus.

5. Takistused igapäevaelus.

Psoriaasihaigete tõttu on häiritud sulandumine ühiskonda, suhtlemine ümbritsevate inimestega, tööl kolleegidega, raskused sotsiaalsete toimingute läbiviimisel. Haiged häbenevad tihtipeale viibida avalikes kohtades, püüdes oma haigust igati peita. Paljud tegevused vajavad psühholoogilist eneseületamist. Liigesevormi puhul võivad olla häiritud igapäevased tegevused koduse töö, lastega tegelemise ja harrastuste osas.

Pereliikmetega suhtlemisel võib tekitada arusaamatusi, eriti emotsionaalsel tasandil. Teistel inimestel on tihtipeale raske psoriaasihaigete sesundit mõista.

6. Probleemid suhtlemisel. Suhtlemissoovitused!

Suhtlemisel võib esineda järgmisi takistusi:

- Suhtleja on teadmatuses ja ärevil, nähes kaassuhtlejast psoriaasihaiget nahaprobleeme.

- Suhtlejast psoriaasahaige häbeneb olukorda ja püüab suhet katkestada.
- Suhtlejal võib mõnikord tunduda, et psoriaasahaige on üliemotsionaalne.
- Enamasti on aga psoriaasahaige hea suhtleja, kes ei talu alandamist ja põlgust.

Suhtlemissoovitused:

- Ära karda psoriaasahaigega avatult suhelda.
- Räägi rahulikult ja arusaadavalt.
- Ära püüa norida tüli ning tekitada stressi endale ja vestluskaaslasele.
- Räägi või küsi vestluskaaslase nahaprobleemidest asjalikult ja delikaatselt.
- Psoriaasahaiged ei soovi tihtipeale avalikult esineda.

7. Vajalikud abivahendid ja teenused töö- ning igapäevaelus.

Psoriaasahaigetel on peamiseks abivahenditeks igapäevased nahahooldustooted, mis on reeglina kallid ja sageli kättesaamatud. Järgnevad arsti poolt määratud ravimid haiguse eri vormide ja kaasuvate haiguste puhul. Paljud naha- ja liigesevormi põdevad haiged saavad abi toidulisanditest ja vitamiinidest. Psoriaasahaige peab valima hoolikalt toitu ja pidama rangelt dieeti. Olulisteks teenusteks on valgusraviteenus, soolaravi, vanniprotseduurid ja muud taastusravi alla kuuluvad teenused. Haiguse leevendamisele aitab kaasa liikumine tööl ja vabal ajal, värske õhk ning hea psühholoogiline kliima.

8. Müüdid ja eksiarvamused.

Enamlevinud eksiarvamused on:

- Psoriaas on nakkushaigus ja sarnaneb veneroloogilise haigusega.
- Psoriaas on vaid nahaprobleem ja ei sõltu teistest kaasuvatest haigustest.
- Psoriaas ei ole ajutiselt nähtav – see on jäädavalt kadunud.
- Psoriaas ei sõltu elustiilist ja elab organismis omaette elu.

Selle aasta kevadel osales Eesti Psoriaasiliit EPI Koja projektis, mille käigus edastati töötervishoiuarstidele erinevaid diagnoose puudutavaid koolitusmaterjale.

Esitatud materjal psoriaasi kohta on esmane informatsioon nendele, kes on haigusega vähem kokku puutunud ning kes oskaksid aidata tööd otsivaid ja oma tööväimele õiglast hinnangut saada tahtvaid inimesi. Koolitusmaterjali videosalvestus toimus 19.aprillil ja seda esitas Kirsti Haabsaar.

Toimetus

TÖÖVÕIMEREFORM JA PUUDE TUVASTAMINE TÖÖEALISEL INIMESEL 01.07.2016

Õiguslik raamistik

- Töövõimetoetuse seadus
- Töövõime hindamise taotlusele kantavate andmete loetelu, töövõime hindamise tingimused ja töövõimet välistavate seisundite loetelu Tervise- ja tööministri määrus nr 39 (RT I, 08.09.2015, 4)
- Töövõime hindamiseks, puude raskusastme tuvastamiseks ning hüvitiste määramiseks ja maksmiseks vajalike tervise infosüsteemi andmete loetelu ja päringute perioodid“ Sotsiaalministri ning tervise- ja tööministri määrus nr 15 (RT I, 26.02.2016, 7)
- Puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadus
- Puude raskusastme tuvastamise tingimused ja kord ning puudega tööealise inimese toetuse tingimused

ÜKS „UKS“ – ÜHISTAOTLUS

Töövõime hindamist ja puude tuvastamist on võimalik **koos** taotleda **Töötukassas või Sotsiaalkindlustusametis**. On üks taotlus ja üks hindamine.

01.07.2016 – 31.12.2016 võib ühistaotluse esitada ainult isik, kellel ei ole Sotsiaalkindlustusamet püsisvat töövõimetust hinnanud pärast 01.07.2010a.

Kui inimene soovib taotleda ainult puude raskusastme tuvastamist, tuleb pöörduda Sotsiaalkindlustusametisse ja esitada tuleb hetkel kehtiv tööealise puude tuvastamise taotlus.

Kui inimene soovib taotleda ainult töövõime hindamist, tuleb pöörduda **Töötukassasse.**

Kes võib taotleda töövõime hindamist ja puude raskusastme tuvastamist?

Töövõime hindamist:

16 - aastane kuni vanaduspensioniealine inimene

1) Eestis elav Eesti kodanik või pikaajalise elaniku elamisloa või alalise elamisõiguse alusel Eestis elav välismaalane;

2) tähtajalise elamisloa või tähtajalise elamisõiguse alusel Eestis elav välismaalane;

3) Eestis viibiv rahvusvahelise kaitse saaja või varjupaigataotleja, kellel on õigus Eestis töötada välismaalasele rahvusvahelise kaitse andmise seaduses sätestatud tingimustel.

4) 1 ja 2 nimetatud Eesti elanikul, kelle elukoht on mitmes riigis, on õigus töövõime hindamisele ja töövõimetoetusele, kui ta on resident tulumaksuseaduse § 6 lõike 1 tähenduses või kui ta elab Eestis püsivalt välismaalaste seaduse tähenduses.

Puude raskusastme tuvastamist:

16-aastane kuni vanaduspensioniealine inimene

Puuetega inimeste sotsiaaltoetust määratakse ja makstakse:

1) Eesti alalisele elanikule või tähtajalise elamisloa või tähtajalise elamisõiguse alusel Eestis elavale isikule lisakulutusi põhjustava keskmise, raske või sügava puude korral vastavalt käesoleva seaduse sätetele.

2) Eestis viibival rahvusvahelise kaitse saajal on puuetega inimeste sotsiaaltoetuste saamise õigus Eesti alalise elanikuga võrdsetel alustel.

Kuidas ühistaotlust esitada:

- Töötukassas või Sotsiaalkindlustusametis **kohapeal** – intervjuu töötukassa maakondliku osakonna juhtumikorraldajaga või Sotsiaalkindlustusameti klienditeenindajaga.
- **Elektroonselt** töötukassa **iseteenindusportaali kaudu.**
- **Posti teel** saata taotlus töötukassa maakondlikusse osakonda või Sotsiaalkindlustusametisse;

E-posti teel saata taotlus digiallkirjastatud dokumendina Töötukassasse või Sotsiaalkindlustusametisse.

Merlin Murumets

Sotsiaalkindlustusameti ekspertiisi ja sotsiaaltoetuste juht

EESTI PATSIENDI RAVIKINDLUSTUSEST VÄLISRIIKIDES

Eesti Haigekassa poolt pakutava ravikindlustuse eesmärk on katta kindlustatud isikute tervishoiukulud haiguste ennetamiseks ja raviks, rahastada ravimite ja meditsiiniliste abivahendite ostmist, maksta ajutise töövõimetuse jm rahalisi hüvitisi järgides samal ajal solidaarsuse printsiipi.

Isikud, kes omavad Eesti Haigekassa ravikindlustust, saavad pöörduda teise Euroopa Liidu liikmesriiki tarbida sealseid tervishoiuteenuseid. Viibides teises Euroopa Liidu riigis on neil õigus saada vajaminevat arstiabi samadel tingimustel, kui selle riigi ravikindlustatud inimestel. Euroopa ravikindlustuskaart (ERK) kehtib ka Euroopa Majanduspiirkonnas ja Šveitsis viibimise ajal.

Vajamineva arstiabi puhul peab arstiabi vajadus olema tekkinud teises riigis viibimise ajal ning tervishoiuteenuse vajadus peab olema meditsiiniliselt põhjendatud. Seda, kas tegemist on vajamineva arstiabiga, otsustab arst, kes peab arvesse võtma teises liikmesriigis eeldatava viibimise kestust ja tervishoiuteenuse olemust.

NB! Arstiabi saamiseks peab raviasutuses esitama **Euroopa ravikindlustuskaardi** või selle asendussertifikaadi ning isikut tõendava dokumendi. **Euroopa Liidu ravikindlustuskaarti** või selle asendussertifikaati ei tohi kasutada, kui inimesel puudub ravikindlustus.

Plaanilise ravi puhul on teise riiki mineku eesmärgiks end seal ravida ja selleks on 2 võimalust. Esimeseks võimaluseks on taotleda haigekassalt eelluba vajalike ravikulutuste katmiseks välisriigi raviasutuses. See võimalus on mõeldud nendele kindlustatutele, kellele on meditsiiniliselt näidustatud selline tervishoiuteenus, mida Eestis ei osutata. Ravi võib toimuda ka riigis, mis ei kuulu EL liikmesriikide hulka. Eelloa alusel hüvitatakse ravi maksumus kohaliku (teise riigi) hinnakirja alusel. Teiseks võimaluseks plaanilise arstiabi saamiseks välisriigis on Euroopa Liidu patsientide vaba liikumise direktiivi alusel. See tähendab, et eriarstile saatekirja omav patsient võib valida ükskõik millise raviasutuse või arsti vahel EL piires ning peale ravi saamist võib taotleda haigekassalt hüvitist. Oluline erinevus Eestis ja välisriigis saatekirja alusel eriarsti poole pöördumisel seisneb selles, et **välisriigis tuleb kogu ravi eest esmalt ise tasuda ja seejärel tagasi koju saabudes haigekassalt kulude hüvitamist taotleda**. Haigekassa tasub vaid nende tervishoiuteenuste eest, mida patsiendil oleks õigus saada haigekassa kulul ka Eestis, vastavalt Eesti hinnakirja alusel.

Kokku hüvitas haigekassa välisravi teenuseid 2015.a 8,5 miljoni euro eest, sh: plaanilise välisravi teenuseid Eesti patsientidele 3,3 miljoni euro eest, vajamineva arstiabi teenuseid summas 5,1 miljonit eurot ning direktiivi alusel hüvitati raviarveid välisriigis 98 tuh. Euro eest.

Lisainformatsiooni Euroopa ravikindlustuskaardi ja piirülese ravi võimaluste kohta on võimalik leida www.haigekassa.ee/kontaktpunkt lehelt või pöörduda meie klienditeeninduse poole:

info@haigekassa.ee

Klienditelefon 669 6630 või infotelefon 16363 (tööajad E-R 8.30-16.30)

Terje Kalamees, Eesti Haigekassa kliendisuhtluse osakonna juhataja

TEATIS 2016.aasta LIIKMEMAKSUST

Eesti Psoriaasiliidu 2016.aasta liikmemaks on **6 eurot** (pereliikmemaks **8 eurot**).

Liikmemaks palume tasuda IBAN: EE101010052032580002 SEB pangas või sularahas kassasse.

Liikmemaksu tasumise tähtaeg oli **31.märts 2016**.

NB! Allorganisatsioonide liikmeid palume tasuda liikmemaksu vastavate allorganisatsioonide arveldusarvetele.

Tulemas on järgmised üritused:

☞ **KOGUPEREFESTIVAL "PUUDE TAGA ON INIMENE"**
11.juunil 2016 Stroomi rannas

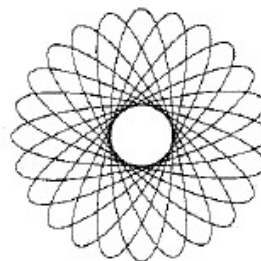
☞ **EESTI PSORIAASILIIDU SUVEKOOL MARGUSE PUHKEKESKUSES** Otepääl **25.-26.juunil 2016**

VALGUSRAVI

Telliskivi tn.1 Perearstikeskuses Tallinnas

Eesti Psoriaasiliidu liikmetele 2,50 €/ seanss, teenindatakse liikmekaardi ettenäitamisel.

Esmase külastamise puhul on vajalik raviarsti soovitus valgusravi protseduuri osas.



EPsOL Tallinn 10137, Toompuiestee 10
kontakt tel. 50 52 455 Georg Jurkanov
56 466 069 Sirje Seerman (Viljandi)
53 303 702 Veronika Allas (Saaremaa)
E-mail: epsol@epsol.ee
Veebiaadress: www.epsol.ee
IBAN: EE101010052032580002