

Kuidas jõuavad soovitud paberilt kliinilisse praktikasse?

Marion Kalju

Peaspetsialist, partnersuhtluse osakond

Eesti Arstide Päevad

13.05.2022

TERVISEKASSA 

Sissejuhatus

Koostöö

- Ravijuhendite koostamist rahastab ja rakendustegevusi koordineerib Eesti Haigekassa
 - Igal aastal 7-8 ravi- ja patsiendijuhendit
- Koostöö Tartu Ülikooli püsisekretariaadi, ravijuhendite tööruhmade ja erialaseltsidega, riiklike asutustega



Sissejuhatus

Protsess koostamisest rakendumise hindamiseni



Rakendustegevuste planeerimine

TERVISEKASSA 

Eesmärk: vähendada varieeruvust ja tõsta ravikvaliteeti

- Ravijuhendi soovitusel tugevuse sõnastamisel jälgitakse muuhulgas rakendatavuse tingimusi
- Tõenduspõhised raviotsused
- Kulutõhusus
- Ravijuhendi koostamine \neq kasutuselevõtt
 - Barjäärid: tervishoiutöötajate isiklikud tegurid; ravijuhenditega seotud tegurid; välised tegurid

Rakendustegevuste planeerimine Eestis

Ravijuhendi rakenduskava

- Igale ravijuhendile ja kindla formaadiga
- Koostatakse töörühma ja EHK koostöös
- Kinnitatakse koos ravijuhendiga, avaldatud www.ravijuhend.ee
- Eesmärgid, barjäärid, edu tagavad tegurid ning vajalikud ressursid
- Tegevused ja meetmed ca 2 aastaks
- Rakendumise hindamine

The screenshot shows the implementation plan for the HIV testing guideline. The main heading is "HIV-testimise ravijuhend". Below it, there is a list of sections: "Ravijuhendi koostajad", "Lühendid ja mõisted", "RAVIJUHENDI SOOVITUSED", "Sissejuhatus", "Ravijuhendi koostamine", and "Kasutatud kirjandus". On the right side, there is a sidebar with a "Lae alla" button and a "RJK KINNITATUD" status. The sidebar also contains information about the guideline's approval date (03.11.2020 - 08.11.2021), the subject (Nakkus- ja parasiithaigused [A00-B99]), the code (RJ-A/471-2020), and the revision history. The "Ravijuhendi lisad" section lists "Lisa 1 HIV-testimine HIV-i diagnoosimise, HIV-i-raskestuse seadumise ja haiguste või HIV-i riskitajumise korral" and "Lisa 2 HIV-kiirtestimine". The "Dokumendid" section lists "Töendusmaterjali, soovitude koondid", "Koosolekute protokollid", "Huvide deklaratsiooni koond", "Käsitusala", "Rakenduskava", and "Teemaalgatuse dokument". The "Rakenduskava" and "Teemaalgatuse dokument" items are highlighted with a yellow circle.

Rakendustegevuste elluviimine

Levitamine

- Koostöö ravijuhendi tööruhmadega
- Levitamine ja meediakajastus
 - Trükised – haldame üle 100 trükise
 - Ravijuhend.ee
 - Infokirjad teenuseosutajatele
 - Haigekassa infotunnid
 - Artiklid meediaväljaannetes
 - Konverentsid
 - Sotsiaalmeedia

Unehäirete ravi-juhend on teejuht unehäirete maailma



Unehäired on tükikasvanute seas sagedasemad ja katkijaks ka aladagnosistid – pooled kahestagast inimesed ei pöörduda arsti. Ka arstid on valinud teadmisel unehäirete diagnoosimise, mistõttu loodi erinevate eest tükikasvanute unehäirete osalise diagnostika ravijuhend, samuti patsiendijuhend, mis toetab nii arste kui ka patsiente.

Beate Triks
Ravijuhendi koostajad

...TÄRVED...

Unehäired on tegelikult äärmiselt haruldane haigus, millel on mitmeid põhjuseid. Kõige sagedasemad põhjused on stress, depressioon, kroonilised haigused ja ravimite võtmine. Unehäired võivad olla ajutine nähtus, mis kaob mõne aja pärast, või püsiv probleem, mis nõuab ravi. Unehäired võivad mõjutada inimese füüsilist ja psühhilist tervist, põhjustades näiteks väsimust, ärrituvust ja keskendumisvõime langust. Unehäirete ravi peaks olema terviklik ja keskenduma põhjusele, mis põhjustab unehäireid. Ravijuhend aitab arstidel ja patsientidel mõista unehäirete põhjuseid ja valida sobiv ravi. Ravijuhend on oluline vahend unehäirete diagnoosimise ja ravi toetamiseks. See aitab arstidel ja patsientidel mõista unehäirete põhjuseid ja valida sobiv ravi. Ravijuhend on oluline vahend unehäirete diagnoosimise ja ravi toetamiseks.

...TÄRVED...

Täiskasvanute tähepärane ühe tunnustuse

Eesti Haigekassa


28. november 2020

Miks Sinu selg valutab ja mida Sina ise saad ära teha, et meie tugisammas meid kaua toetaks? Ning kui häda käes ja selg valutab, mida siis peale hakata?

Taastusarst dr Eve Sooba käis Terevisioonis just sellest rääkimas. Tutvu ka tuttuute patsiendijuhendiga, mis aitab just sellise mure korral.

<https://www.ravijuhend.ee/.../juhendid/142/sinu-seljavalu...>

Ravi- ja patsiendijuhendi valmimist toetab Eesti Haigekassa.



ETV.ERRE.EE

Terevisioon | Alaseljavalu | ETV | ERR

Alaseljavalu kimbutab paljusid inimesi. Mida teha, kui alaselg valutab ja millele valu võib viidata...

RAVIJUHEND

HIV-testimise ravijuhend

Pilleriin Soodla¹, Kai Zilmer²

Erilise COVID-19-aasta tõttu on võimalik alles nüüd tutvustada HIV-testimise ravijuhendit, mille ravijuhendite nõukoda kinnitas 3. novembril 2020. See ravijuhend on leitav ravijuhend.ee leheküljel: <https://ravijuhend.ee/tervishoiuv-aravijuhendid/151/hiv-testimise-ravijuhend#9b510bb07>.

HIVga nakatunud inimestega puutuvad kokku kõigi erialade esindajad. 2014–2015. aasta uute HIVga nakatunute andmed näitavad, et 82% neist olid kahe aasta jooksul enne HIV-nakkuse diagnoosimist kasutanud tervishoiuteenusid (keskmine viisitud arvu oli üheksa). Uute juhtude seas oli naiste osakaal 37%. Uuestest juhtudest 53% avastati Tallinnas ja 25% Ida-Virumaal. Ajavahemikul 2010–2019 on uute juhtude arv aastas kahanenud kaks korda, kuid on jätkuvalt väga suur (1). Euroopa Liidus on Eesti HIV-juhtude arvu poolest 100 000 inimese kohta esiras onnud juba 20 aastat (2). Nakkuse heteroseksuaalsel teel levimise osakaal on kasvanud (69% teadaolevatest nakkuse levikuteedest 2019. aastal olid heteroseksuaalsed) (1), eriti naiste ja üle 29-aastaste seas. Suurenemist on ka homoseksuaalsel teel levivud juhtude osakaal (14% teadaolevatest nakkuse levikuteedest 2019. aastal olid homoseksuaalsed) (1).

Eestis uuritakse aastas HIV-nakkuse suhtes ligi 200 000 inimest, nende seas vedemoorid ja kinnipidatavad (1). See moodustab ligi 15% kogu rahvastikust. Kui võrrelda Eesti HIV-testimise testimisega teistes Euroopa Liidu riikides (kus andmeid kogutakse), on meil testimise tase keskmisest kõrgem. 2018.

¹ Taru Ühtsesti Kliinikum, ² Lääne-Tallinna Keskhaigla

Eesti Arst 2021; 100(9):513–516

tutustiooni kaasatud naiste – seas on HIV-testimise tase ja teadlikkus HIVga nakatumise üsna hea, kuid meestega seksivate meeste seas halvem (3).

Heast üldisest testimise tasemest hoolimata elab Eestis hinnanguliselt ligi tuhat inimest, kellel ei ole HIV-nakkust veel diagnoositud (5). Keskmiselt 68%-uuestest HIVga nakatunutest diagnoositakse kolme kuu möödudes AIDS, mille osakaal on viimase kümne aasta jooksul kasvanud (1). 2019. aasta andmete põhjal oli hilisest diagnoosinud heteroseksuaalsel teel nakatunute ja vanemate vanuserühmade seas (1). Hilise diagnoosimise tõttu hilineb ravile pöördumine, halveneb efektiivsus ja suurenevad ravikulud (6). Peale selle levitavad inimesed, kes oma nakkusest ei tea, HIVd palju suurema tõenäosusega kui teadlikud nakatunud (7, 8).

Eestis on HIV-testimise suunistes aastaid olnud koolikooli rahvusvaheliste soovitusete. HIV-testimine on alati olnud võimalik kõikidele arstlike erialade raames. Aastast 2016 on kehtivate juhiste alusel võimalik testida ka ravikindlustamata patsiente ja aastast 2017 on perearstidel piiramatud vahendid HIV-testimiseks. Sellest hoolimata on HIV varases diagnoosimises olulisi puudujäike. Et testimine täidaks oma eesmärgi, on vaja juhticid ja tõhusaid tervishoiukorralduslikke meetmeid. Nii saab HIV-nakkuse diagnoosida võimalikult varakult ja pausutada selle edasise leviku ennetamist.

RAVIJUHENDI KÄSITLUSALA JA SIHTRÜHM

HIV-testimise ravijuhendis on antud soovitused HIV-testimise kohta eri rahvastikurühmadetes ja tervishoiuvaheldokkades. Valminud ravijuhend

Ravijuhend.ee

- Tooteomanik: Eesti Haigekassa
- Sisaldab kõiki ravijuhendite koostamise käsiraamatu põhjal koostatud ravi- ja patsiendijuhendeid (nii töös kui kinnitatud juhendite loetelu)
- Integreeritud ravijuhendite koostamise tarkvaraga
- 2020-2021. a. ravijuhendite digitaliseerimine

The screenshot shows the website's header with the logo, a search bar, and navigation links. The main content area features a section titled 'Tõenduspõhise tervishoiu jaoks' (For evidence-based healthcare) with a brief description. Below this are two featured cards: 'Spetsialistile töövahendiks' (Tool for specialists) with a 'Ravijuhendid' button, and 'Haigusega toimetulekuks' (For coping with illness) with a 'Patsiendijuhendid' button. The footer includes 'Viimased uudised' and 'KÕIK UUDISED >'.

RAVIJUHEND [Otsi lehelt](#) [Vaegnägijale](#) [EST](#) [RUS](#)

[Ravijuhendid](#) [Patsiendijuhendid](#) [Ravijuhendite koostamine](#) [Nõukoda](#) [Koolitused](#) [Uudised](#) [Info](#) [Kontakt](#)

Tõenduspõhise tervishoiu jaoks

Ravijuhend.ee koondab tõenduspõhised juhendid tervishoiutöötajale ja patsiendile. Juhendites toodud soovitused aitavad tagada kvaliteetset tervishoiuteenust patsienti kaasates.

Spetsialistile töövahendiks

→ [Ravijuhendid](#)

Haigusega toimetulekuks

→ [Patsiendijuhendid](#)

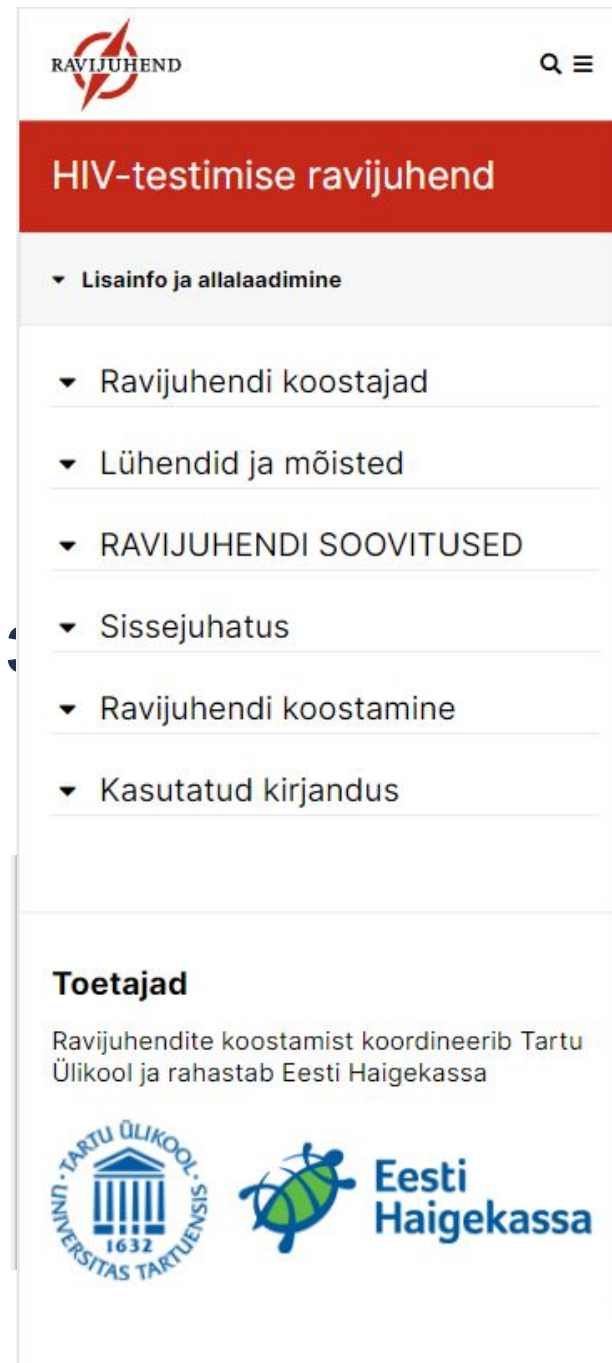
Viimased uudised KÕIK UUDISED >

Ravijuhend.ee

- 2021.-2022. a. arendustööde I etapp
- Digitaliseeritud juhendite avaldamine
- Veeb kasutajasõbralikumaks
- Möödunud aastal veebis kokku **2 139** :
vaatamist
- Tagasiside

Kas leidsid lehelt vajaliku info?

✓ Jah	1176
✗ Ei	371
🗨️ Vajan rohkem infot	335




HIV-testimise ravijuhend

- ▼ Lisainfo ja allalaadimine
- ▼ Ravijuhendi koostajad
- ▼ Lühendid ja mõisted
- ▼ RAVIJUHENDI SOOVITUSED
- ▼ Sissejuhatus
- ▼ Ravijuhendi koostamine
- ▼ Kasutatud kirjandus

Toetajad

Ravijuhendite koostamist koordineerib Tartu Ülikool ja rahastab Eesti Haigekassa



HIV-testimise ravijuhend

- ▲ Sulge lisainfo ja allalaadimine
- Lae alla
- RJNK KINNITATUD
- Kinnitatud** 03.11.2020
- Avaldatud** 08.11.2021
- Erialad/teemad**
 - Nakkus- ja parasiithaigused [A00-B99]
- Juhendi kood**
RJ-A/47.1-2020
- Juhendi rekvisiidid, võtmesõnad**
HIV-testimine, HIV, kiirtestimine, HIV-testimise nõudlust tõstvad strateegiad, sotsiaalvõrgustiku-põhine lähenemine
- Ravijuhendi lisad**
 - 📄 [Lisa 1. HIV-testimine HIV-i sümptomite, HIV-iga seotud seisundite ja haiguste või HIV-i riskikäitumise korral](#)
 - 📄 [Lisa 2. HIV-kiirtestimine](#)

Ravijuhend.ee

Ravijuhend	Vaatamisi	Patsiendijuhend eesti k.	Vaatamisi	Patsiendijuhend vene k.	Vaatamisi
Generaliseerunud ärevushäire ja paanikahäire (agorafoobiaga või ilma) käsitus perearstiabis	33 919	Sinu seljavalu	21 467	Täiskasvanute astma käsitus esmatasandil	284 485
Lapse tervise jälgimise juhend	7 913	Kroonilise neeruhaiguse patsiendijuhend	9 640	Kroonilise venoosse haavandi ravi ja hooldus	284 485
Lamatiste käsitus – ennetamine ja konservatiivne ravi	6 327	Kodade virvendusarütmia (KVA) kui haiguse olemus, vormid, tüsistused, sump-tomid, diagnoosimine	9257	Info Alzheimeri tõvega inimestele ja nende lähedastele	244 408



Publish date N/A

33 919

1 556 h

7.8

Evergreen

Share statistics

Reactions

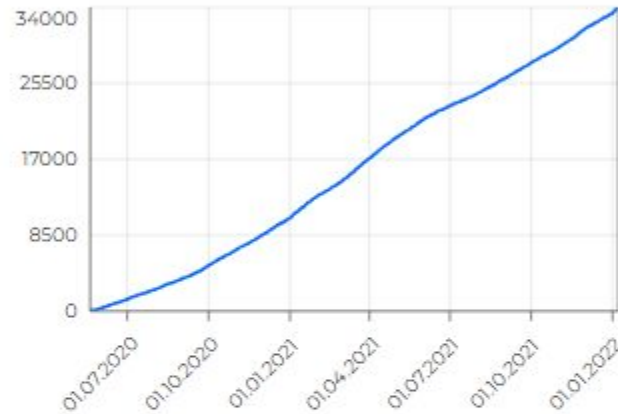
Kas leidsid lehelt vajaliku info?

✓ Jah	95
✗ Ei	3
📄 Vajan rohkem infot	4

102 reactions

0.30% of visitors reacted

Viewers



Shares



🔄 958	74 %	📘 54	4 %
✉ 75	6 %	🔗 51	4 %
🖨 104	8 %	📱 21	2 %
⚡ 24	2 %		

Top sources

Google	28 861
Other	3 214
www.ravijuhend.ee	941
Facebook	387
moodle.ut.ee	207
Bing	180
3dkogudus.ee	23

Audience by engagement



👤 13 785 people were engaged.

Feedback

No feedback yet!

Koolitused ja koolitusmaterjalid

- Erialaühenduste sisesed koolitused
- Auditoursed ja veebis toimuvad täiendkoolitused
- Õppevideod tervishoiutöötajatele ja patsientidele
 - Kättesaadavad ravijuhend.ee-s
- 2020-2022. a. toimunud:
 - Alaseljavalu diagnostika ja ravi esmatasandil
 - Insuldijärgne taastusravi
 - Jala veenilaiendite ja kroonilise venoosse puudulikkuse diagnoosimine ning ravi
 - Täiskasvanute unehäirete esmane diagnostika



Bariaatrilise kirurgia ja medikamentoosse ravi võrdlus

- Randomiseeriti 150 ülekaalulist või rasvunud 2. tüüpi diabeediga patsienti
- 3 aasta möödudes bariaatriline operatsioon ülimuslik
- Erinevus püsis ka 5 aasta möödudes

Glükoheemoglobiin (norm <6%)	Medikamentoosne ravi N = 40	Bypass N = 48	Sleeve N = 49
≤6%	5%	38%	24%
≤ 6% ilma ravimiteta	0%	35%	20%
≤ 6,5%	18%	48%	47%
≤ 7%	40%	65%	65%



4:05 / 9:15

Tegevused ravijuhendi kinnitamise järgselt

- Ravijuhend võib olla aluseks muudatustele:
 - tervishoiuteenuste loetelus;
 - soodusravimite loetelus;
 - perearstide kvaliteedisüsteemis.

- Väljakutse juurutamises:

kuidas integreerida ravijuhendite kasutamist teenuseosutajatega lepingutesse; järelkontroll



Esmatasandi otsustustugi

- Koondab kokku terviseinfo => diagnoos ja ravisoovitused
- Kättesaadav perearstidele ja –õdedele alates 2020.a.
- Eesti ravijuhendid (esmajärjekorras) + EBM-juhendid
 - Eesti ravijuhendid viidatakse OT-s lingina ja võimalusel terviseandmetel põhineva skriptina



Soovitused

Kirurgiline ravi

1

Kaaluge kirurgilise ravi vajadust täiskasvanud inimesel kehamassiindeksiga vähemalt 35, kellel esinevad rasvumisega seotud kaasuvad haigused (II tüüpi diabeet, isheemiatõbi, hüpertooniatõbi, hüperlipideemia, obstruktiivne uneapnoe, osteoartriit, infarkti- või insuldijärgne seisund, polütsüstiliste munasarjade sündroom), või inimestel kehamassi indeksiga üle 40.

The screenshot displays a medical software interface for patient TESTHAIGETEHK, HEIMAR (ID: 36001010223). The patient is 60 years old and has a medical condition (A167 2020) starting on 27.03.2020. The main diagnosis is 'Insuliinisõltumatu suhkurtõbi tüsistusteta' (E11.9). The interface includes sections for 'Põhi- ja kaasuvad diagnoosid', 'Põhihaiguse tüsistused', and 'Välispõhjused', all of which are currently empty. On the right, there is a sidebar with 'OTSUSTUSTUGI' (Decision Support) and 'Meeldetuletused' (Reminders). The reminders include:

- Remind me of...
- TESTHAIGETEHK, HEIMAR (360010102)
- Meeldetuletused**
- Patsiendil on 2. tüüpi diabeet. Metformiin on valikravim parema glükeemilise kontrolli saavutamiseks. Kontrolli neerufunktsiooni ja alusta ravi metformiiniga?
- Patsiendil on 2. tüüpi diabeet, kuid LDL-kolesterooli ei ole viimasel ajal mõõdetud.
- Patsiendil on diabeet. Vere glükoosisisaldust ja kolesterooli mõõdeti rohkem kui 13 kuud tagasi. Aeg iga-aastaseks läbivaatuseks?
- Patsient kasutab türoksiini ja TSH sisaldus on suurenenud (4.5 mU/l 2019-04-01). Kui hüpötüreosi sümptomaatika on olemas, kaalu türoksiini annuse tõstmist.

At the bottom right, a green box contains the following recommendation:

Kaaluge **bariaatrilise kirurgia** vajadust täiskasvanutel, kellel KMI>35 ja rasvumisega seotud kaasuvad haigused (II tüüpi diabeet, isheemiatõbi, hüpertooniatõbi, hüperlipideemia, obstruktiivne uneapnoe, osteoartriit, infarkti- või insuldijärgne seisund, polütsüstiliste munasarjade sündroom) või täiskasvanutel, kellel KMI>40. Sellel patsiendil on KMI 39.2 ja insuliinisõltumatu suhkurtõbi tüsistusteta.

Esmatasandi otsustustugi

Kasutajate tagasiside

- 95%-l töölaual, igapäevaselt kasutab **79%**
- Otsustustoest saadud teave on pannud kasutajat ümber hindama algselt planeeritud otsust **62%-l** (ravi valikul, uuringu valikul, diagnoosimisel, suunas eriarstiga konsulteerima jm)
- Tulevikus otsustustoe tugisüsteemi teenuse ostmise olulisus – **88%** nõustub



Kokkuvõtteks

- Ravijuhendite rakendamine on pikaajaline ja mitmedimensiooniline protsess
- Soovituste praktikas kasutuselevõtuks on oluline toetada tervishoiutöötajaid ja teisi valdkonna spetsialiste, samas ka kasutajate valmisolek rakendada tõenduspõhiseid soovitusi



Täna!

marion.kalju@tervisekassa.ee

TERVISEKASSA 