



Perearstide Covid-19 aegsest töoga seotud stressist ja toimetuleku mehhanismidest



Helve Kansi

12.05.2022

Eesti Perearstide
Selts

COVID-19 TULEK



- Perearsti meenutused/ Eesti perearstide küsitlus/ Pricov-19
- Ehituspoodideski polnud kaitseprille ega visiire
- Eestis tuvastati esimene haigusjuhtum 27. veebruaril 2020
- 11. märtsil 2020 kuulutas Maailma Terviseorganisatsioon praeguse COVID-19 puhangu ametlikult pandeemiaks

EPS Koroonagrupp



- JUHISED ARSTIDELE:
 - - töö ümberkorraldamiseks
 - - isikukaitsevahendite kasutamiseks
 - - desinfektsiooni
 - - patsientide jälgimiseks, raviks, suunamiseks haiglaravile
 - - jäätmekäitluseks jne.
- VIDEOD
- PATSIENDIJUHENDID



PATSIENDILE

- Omikrontüve levik toob perearstikeskustes kaasa pikema ooteaja ja järjekorrad (01.2022)

Juhised:

- Pikk COVID-19 patsiendijuhend (03.2022)
- Täiskasvanu kodune ravi COVID-19 ajal (01.2022)
Руководство для взрослых пациентов по лечению в домашних условиях (RUS)
Інструкція дорослому пацієнту для домашнього лікування (UA)
Home care guide for an adult patient (ENG)
- Lapse kodune ravi COVID-19 ajal (01.2022)
Инструкции для родителей по лечению ребенка (RUS)
- Meelespea patsiendile perearstikeskusesse tulekuks (09.2020)
Памятка пациенту о приходе на прием к семейному врачу (RUS)
A reminder for a patient coming to the reception at an FMC (ENG)

PEREARSTILE

Terviseameti juhised:

- COVID-19 juhised tervishoiuteenuse osutajale esmatasandil (03.2022)
Kehtivad riskitasemed
Pikk COVID-19 esmatasandil käsitusjuhend
- COVID-19 järgselt füüsilise aktiivsuse taastamise juhised (05.2021)
- COVID-19 Taastusravi käsitusjuhend (05.2021)

EPSi ravisoovitused:

- TTOs tehtud kiirtestide tulemuse MISPi kandmise juhend (09.2021)
- Täiskasvanute ravisoovitused esmatasandile COVID-19 (01.2022)
Руководство по лечению COVID-19 на первичном уровне (RUS)

EPSi soovitusel keskuste korralduseks:

- Vaxzevria (AstraZeneca) vaktsiini infolehed
- Pfizer/BioNTech Comirnaty vaktsiini infolehed
- Desinfektsioon (03.2020)
Дезинфект (RUS)
- Juhend vabatahtlikule perearstikeskuses (03.2020)
Руководство для волонтеров (RUS)
- Meelespea kontaktisikule (03.2020)
Памятка для контактного лица (RUS)

- Õppevideod-juhised perearstile

Koostööpartnerite info:

- Uuringute tellimise võimalus kriisiperioodil

INFOTUNNID.



- 1,5-2 tundi peale kell 16.00
- Kord kuus- vastavalt vajadusele
- Pereõed, perearstid
- Uute juhiste tutvustamine
- Osalejaid veebis 800 keskmiselt

ISOLATSIOONIKALKULAATOR.



SARS-COV2 ISOLATSIOONIKALKULAATOR

Kalkulaator on abistav vahend, et arvutada välja esimesed võimalikud isolatsiooni ja karantiini lõpetamise kuupäevad

Koroonapositiivne või lähikontaktne?

SARS-CoV2 POSITIIVNE

või

SARS-CoV2 LÄHIKONTAKTNE

Kas esinevad haigussümptomid?

JAH

või

EI

Mis kuupäeval sümptomid tekkisid?

Vali kuupäev:



07.05.2022

VASTUVÕTUD ERIOLUKORRA AJAL.

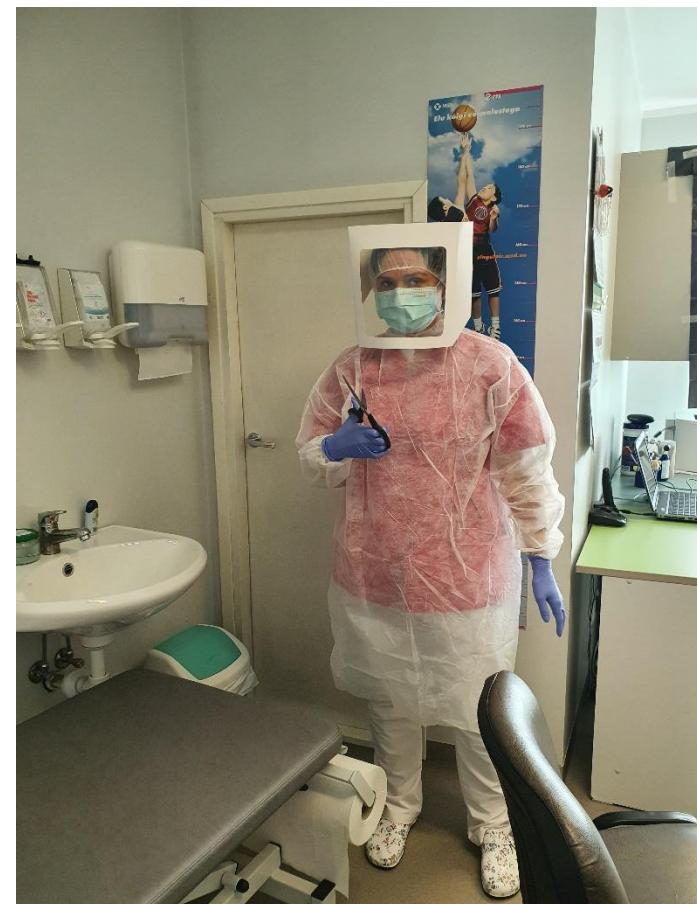


- Telefoni-, meilikontaktid
- Peatatud plaanilised vastuvõtud ja ennetustegevus
- Beebide läbivaatused, vaktsineerimine
- Meditsiinilist sekkumist vajavad seisundid
- Vastuvõtueelne triaaž
- „Puhtad“ / „mustad“ patsiendid eraldi vastu võtta
- Väikestes kollektiivides muutused kiiresti teostatavad

PROBLEEMID.



- Eriarstide vastuvõttud peatatud
- (e-konsultatsioonid)
- Kaitsevahendite põud



VALVEKESKUSED.



- Toimepidevushäire
- Osa personali kaugtööl
- Omavaheliste kontaktide minimaliseerimine
- Kärdda

VÄSIMINE.



- Tundmatuse venimine
- 2020 suvi: puhkused, ennetustegevus
- II laine
- Elanikkonna vaimse tervise halvenemine
- Laste ja noorte vaimse tervise halvenemine

VAKTSIINID.



- 27.12.2020
- Valvekeskus
vaksineeris
perearstid ja
pereõed
- „anafülaktilised
šokid“
- kõrvaltoimed



VAKTSINEERIMINE.



- Esialgu riskigrupid
- Tahtjaid palju
- Vähe vaktsiini
- 1-2 viaali
- Piisavalt vaktsiini
- Logistikaprobleemid
- Pole tahtjaid
- Meediakära

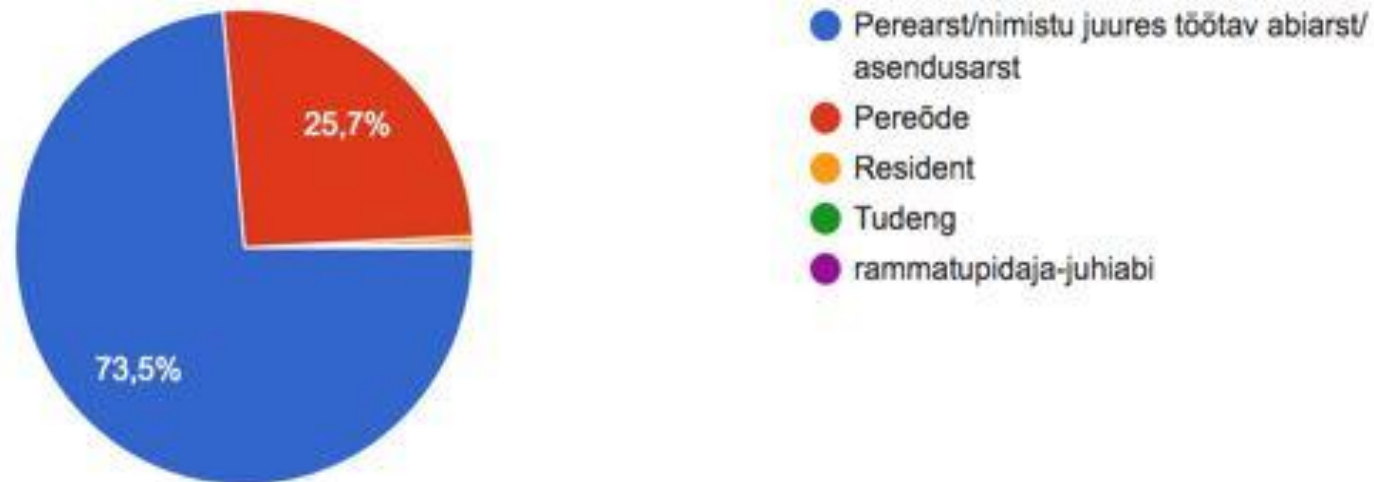
13.-17.01.22 LÄBIVIIDUD KÜSITLUS.



Hetkeolukorra kaardistus küsitlusele vastas 385 inimest.

Neist 283(73,5%) perearstid/nimistu juures töötavad abiarstid või asendusarstid; 99 (25,7%) pereõde, 2 residenti ja 1 raamatupidaja-juhiabi.
Kas oled perearst või pereõde?

385 vastust



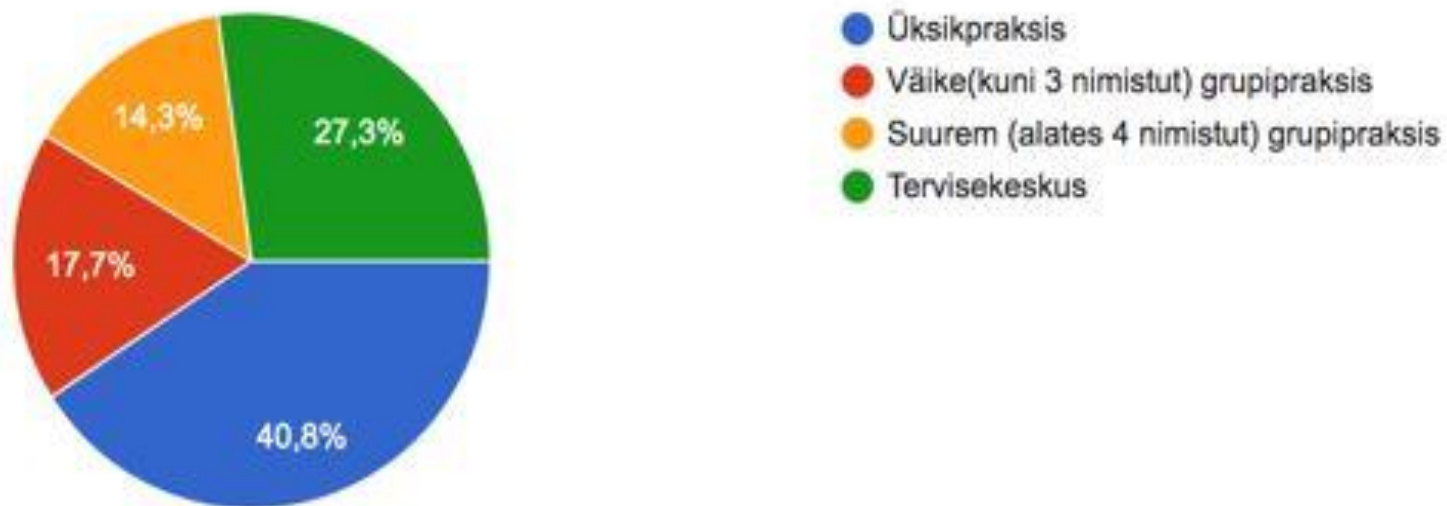
13.-17.01.22 LÄBIVIIDUD KÜSITLUS.



157(40.8%) vastanutest töötab üksikpraksistes, väikestes kuni 3 nimistuga grupipraksistes töötab 68 (17,7%) vastanutest. Suuremates grupipraksistes 55 (14,3%) vastanutest ja tervisekeskustes 105 (27.3%) vastanutest.

Millises keskuses töötad?

385 vastust



TÖÖKOORMUSE TÕUS (mitu valikut)



380 (98,7%) vastanutest tõdes, et seoses COVID-19 laia levikuga on suurenenud on telefonikõnede hulk.

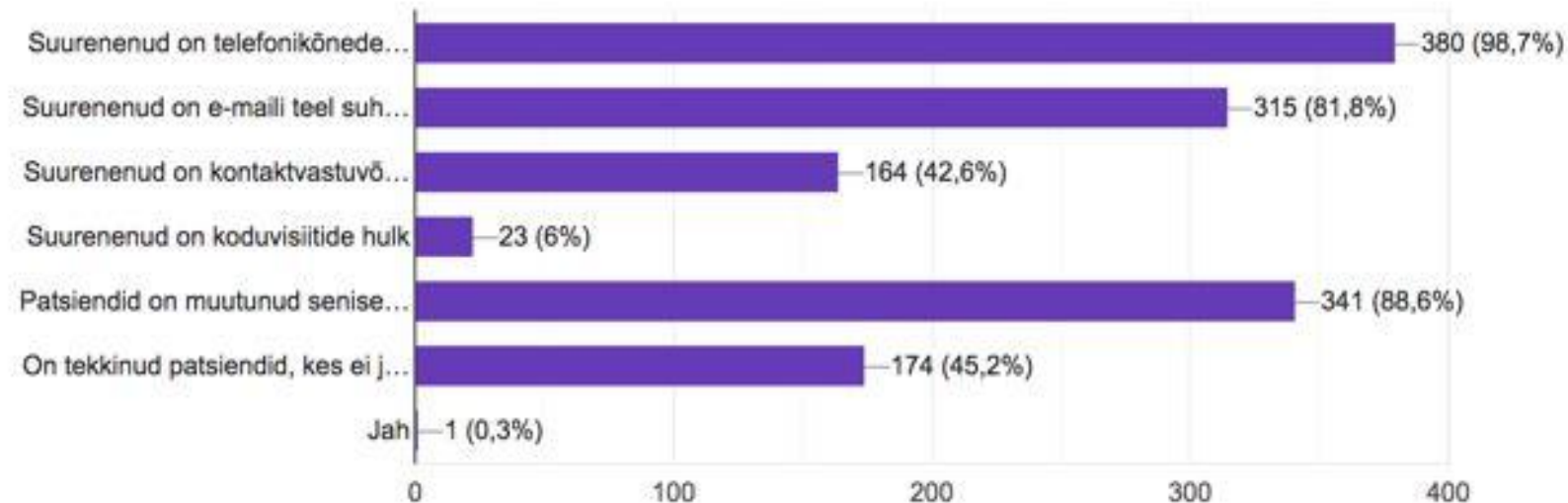
315 (81,8%) leidis, et samuti on emaili teel suhtlemine on suurenenud
164(42,6%) vastanutest märkis suurenenuks ka kontaktvastuvõtte arvu
23 (6%) leidsid, et koduvisiitide hulk on suurenenud.

341 (88,6%) vastanutest leidsid, et patsiendid on muutunud senisest nõudlikumaks, närvilisemaks

ja 174 (45,2%) vastanutest märkisid, et on tekkinud patsiendid, kes ei julge enam oma tervisemurega õigeaegselt pöörduda.

Kuidas on COVID-19 on mõjutanud Teie keskuse töökoormust?

385 vastust



Kui palju on Teie hinnangul praegune telefonikoormus kasvanud võrrelduna harjumuspärasega?

227(59%) vastanutest märkis, et on suurenenud märgatavalt, kuid saavad hakkama

133 (34,5%) vastasid, et telefonikoormus on suurenenud ebareaalselt, hea kui ½ kõnedest pääsevad liinile

135 (35,1%) vastasid, et personal on kurnatud ja "vabatahtlikult" telefonile vastata ei taheta.

4 (1%) leidsid, et telefonikoormus ei ole muutunud

EMAILID Kui palju on Teie hinnangul praegune e-maili koormus kasvanud võrrelduna harjumuspärasega?(vaba tekst)

On neid, 42 (11%) vastanut, kellel emaili koormus ei ole suurnenud.

Kommentaariid: emailid on keelatud RIA otsusega, kellelgi pole aega krüpteerida.

Ei jõua vastata, seetõttu pole seda kanalit üldse avanudki.

Välditakse seda kanalit. E mailidele ei vasta muidu oleksime tööl 24 h

2 vastanut ei osanud öelda kas ja kui palju on suurenenud.

36 (9,45) vastanut valis, et tõus on mõningane, kuni 30%.

32 (8%) vastanut märkisid tõusuks 30-50%

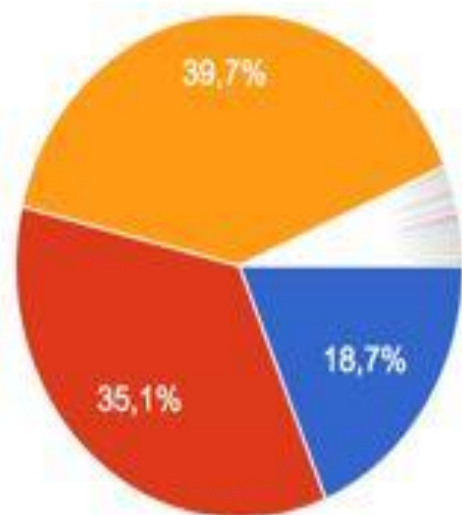
122 (31,6%) leidsid, aga et kasv on kahekordne

82 (21,3%) vastanut märkisid tõusu vähemalt 3 kordselt või suuremaks

KONTAKTVASTUVÕTUD, kui palju on teie hinnagul praegune kontaktvastuvõtude hulk võrrelduna harjumuspärasega muutunud?

Kontaktvastuvõttud. Kui palju on Teie hinnagul praegune kontaktvastuvõtude hulk võrrelduna harjumuspärasega muutunud?

385 vastust



- Pigem vähenenud
- Jäänud samaks
- Pigem suurenenud
- Kontaktvastuvõtude arvu saame ju is...
- Pikendasime vastuvõttu 30 minutile. N...
- Inimesed ootavad pandeemia lõppu, n...
- Oleme pidanud arvestades patsientid...
- kõigil on paanika ja nõutakse pääsu, ä...

▲ 1/4 ▼

153 (39,7%) valisid, et vastuvõttud on pigem suurenenud; **135 (35,1%)** leidsid, et on jäänud samaks ja **72 (18,7%)** märkisid, et kontakt vastuvõtte on jäänud pigem vähemaks.

24 inimest valis muu ja märkis muu vastuse alla näiteks:

Suurenemine on tingitud vaksineerimisest ja viiruste levikust tingitud vajadusest teha nõ nakkuslike haigete vastuvõttu pikemalt.

Vastuvõtude hulk on jäänud samaks, aga intensiivsus on kasvanud, kuna patsiendid loodavad 1 visiidiga kõik ehk palju probleeme lahendada.

Patsiendid on ärevil, paanikas, nõuavad vastuvõttu.

Kas on teie hinnangul on kontaktvastuvõtule tulnud patsiendid muutunud keerulisemaks? Kui jah, siis mil moel? (ei olnud kohustuslik vastata – vaba tekst)



- 70 (18,2%) vastas, et patsiendid ei ole keerulisemaks muutunud.
- 16 (4,2%) vastas, et ei julge tulla õige aegselt, mistõttu pöördumise ajal on olukord palju halvem kui oleks võinud olla õigeaegse pöördumise korral;
- 8 (2,1%) vastanut kirjutas, et patsiendid on eriarstil pooleli jäänud, venima jäänud või ei pääse eriarstile. Eriarsti kaugvisiit ei täida oma tänast rolli ja koormus tuleb perearstile.
- 105(27,3%) vastanut märkis ühel või teisel moel, et vastuvõtule tulevad hulgikaebustega multimorbiidsed patsiendid, kellest: 8(2,1%) ei ole julgenud varem pöörduda Covid tõttu või 1 hädaga; 151 lisas, et on lisaks hulgikaebustele ka vaimse tervise probleemid ja eriti laste vaimse tervise probleemid süvenenud. Lisaks kroonilised haigused, mis on hapuks läinud; patsiendid, kes on liiga kiiresti haiglast koju saadetud. Hulgikaebustega, kes soovivad uuringuid, analüüse, eriarsti.
- 70 (18,2%) tõi eraldi välja, et patsiendid on muutunud närvilisemateks, nõudlikumateks.
- Mainiti ka järjest abitumaks muutumist.
- Vaimse tervise - ärevus, paanika, depressioon, foobiad, meediahirmutamise tõi eraldi probleemina välja 44 (11,4%) inimest ja 2 inimest mainis eraldi keerulisena vaktsiinivastaseid, kes kulutavad ka palju aega.

13.-17.01.22 LÄBIVIIDUD KÜSITLUS.

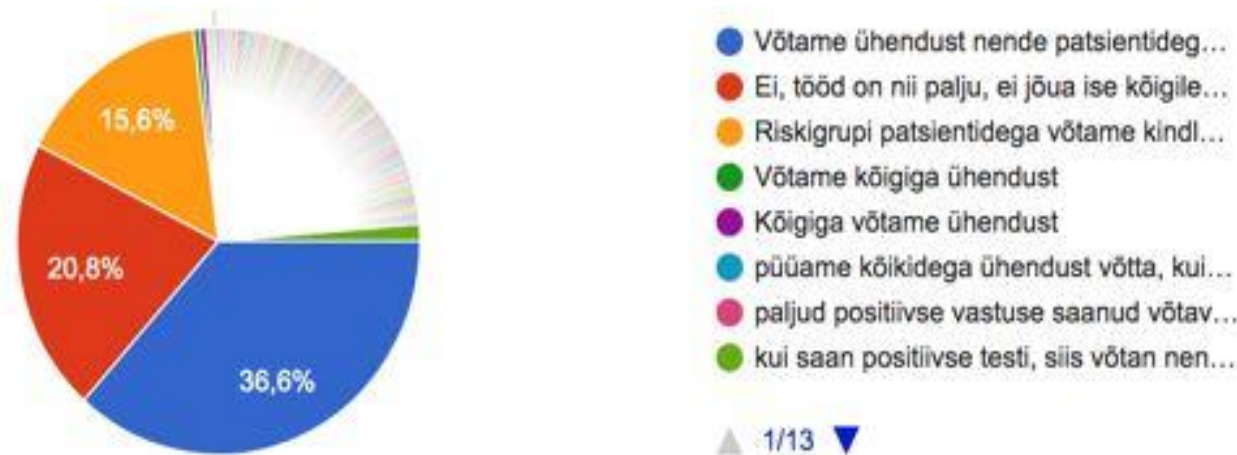


KAS JÕUATE KÕIGI COVID-19 POSITIIVSE TESTI SAANUD PATSIENTIDEGA ÜHENDUST VÕTTA JA JÄLGIDA NENDE SEISUNDIT?

Kas jõuate kõigi COVID-19 positiivse testi saanud patsientidega ühendust võtta ja jälgida nende seisundit?



385 vastust



141 (36,6%) võtavad ühendust nende patsientidega, kelle on ise testile suunanud
80 (20,8%) - ei, tööd on nii palju, et ei jõua ise kõigile positiivse testi saanud patsientidele helistada
60 (15,6%) -riskigrupi patsientidega võtame kindlasti ühendust
104 (27%) valisid MUU, neist 94 vastanut võtavad kõigi positiivse pcr testi saanuga ühendust

KAS JA KUI PALJU ON TEIE KESKUSES ARSTI SENINE TÖÖAEG PIKENENUD?



- Kuni 1 tund suurenemist päevas märkis 32 (8,3%) vastanut
- Kuni 2 tundi suurenemist päevas märkis 121 (31,4%) vastanut
- Kuni 3 tundi suurenemist päevas märkis 60 (15,6%) vastanut
- Kuni 4 tundi suurenemist päevas märkis 38 (9,8%) vastanut
- Kuni 5 tundi suurenemist päevas märkis 5 (1,3%) vastanut
- Kuni 6 tundi suurenemist päevas märkis 2 (0,5%) vastanut

- Ei vastas 50 (13%) vastanut
- Ei oska öelda märkis 19 (4,9%) vastanut
- 44 (11,4%) vastanut tõi eraldi välja töö intensiivistumise.

- KOMMENTAARID: 10-12 tunnised tööpäevad + nädalavahetustel arvutitööd; Alates 2020 aasta märtsist ei ole olnud ühtegi päris töövaba päeva (puhkust ei saanud lubada kummalgi aastal, ei ole olnud ka ühtegi päris vaba nädalavahetust ega öhtut); Arst töötas juba enne koroonat >12h päevas, sest õed jätkuvalt ei tohi paljusid asju teha, nt haiguslehte avada ja retsepte teha.
- Põhimõtteliselt ainult töö ongi kogu mu elu nüüd; lõunapausid on kadunud

KAS JA KUI PALJU ON PEREÕE TÖÖKOORMUS KASVANUD?



- Kuni 1 tund suurenemist päevas märkis 38 (9.9%) vastanut
 - Kuni 2 tundi suurenemist päevas märkis 76 (19.7%) vastanut
 - Kuni 3 tundi suurenemist päevas märkis 22 (5.7%) vastanut
 - Kuni 4 tundi suurenemist päevas märkis 13 (3.4%) vastanut
 - Ei ole - vastas 150 (39%) vastanut
 - Ei oska öelda märkis 5 (1.3%) vastanut
 - 65 vastanut tõi eraldi välja, et tööpäev ei ole pikenenud, aga töö on intensiivistunud.
- KOMMENTAARID: Tööl võiks juba ööbida! ÜLDISELT ei lubata õdedel ületunnitööd teha või õed ka keelduvad ületööst tulenevalt töölepingust.

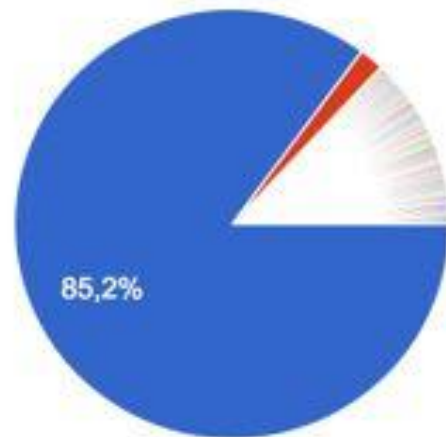
VAKTSINEERIMINE.



KAS TEIE KESKUS JAKSAB VAKTSINEERIMISTEGA TEGELEDA?

Kas Teie keskus jaksab vaktsineerimistega tegeleda?

384 vastust



- Jah
- Ei
- Pole valikut. Vaktsineerime, kuigi see...
- Jah, aga oleks vähem koormust kui ei...
- väiksemas mahus
- kui tasustamine on seni olnud ülimalt...
- vaktsineerime ainult patsient, kes ise...
- tegeleme ja vaktsineerime, aga inimes...

▲ 1/7 ▼

327 ehk 85,2% vastasid jah. 7 (1,8%) vastanut valisid Ei ja ülejäänud valisid MUU

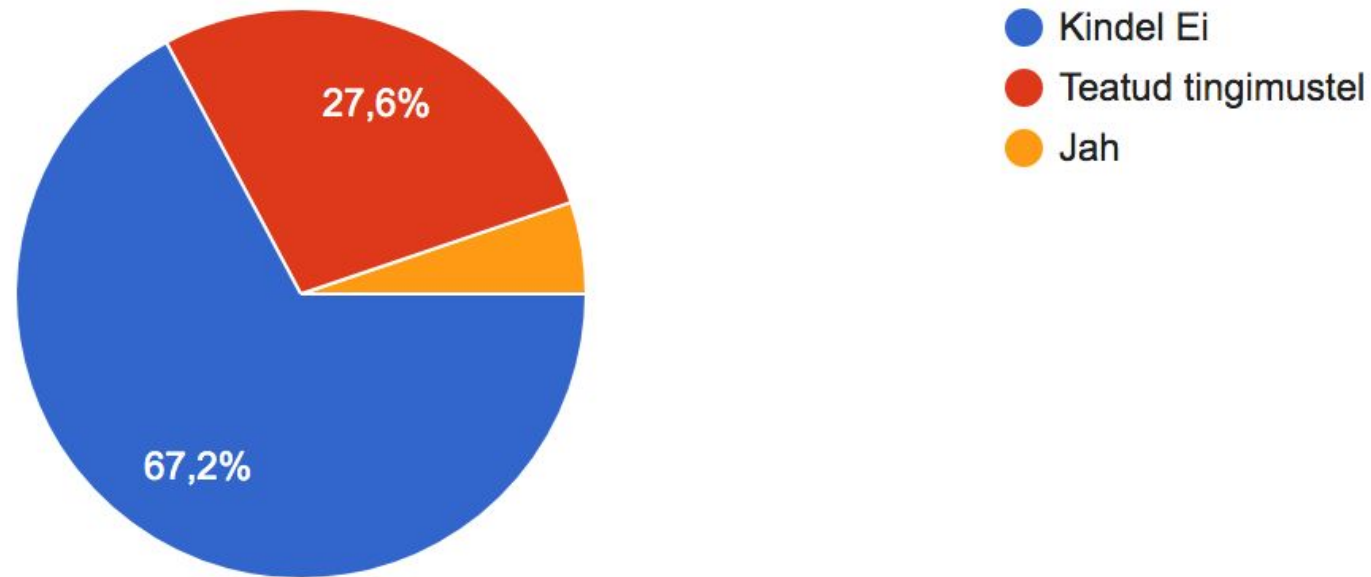
Muu kommentaarid: tegeleme passiivselt, kui inimesed ise avaldavad soovi, siis vaktsineerime, ise ei plaani ja ei jõua kutsuda. Maksimaalselt 1 vial päevas.

13.-17.01.22 LÄBIVIIDUD KÜSITLUS.



Kas Teie keskus oleks huvitatud sarnaselt HVA haigla vaksineerimiskabinettidele (samad nõuded, sama tasu) olema vaksineerimiskeskuseks? (

384 vastust



TERVIS.



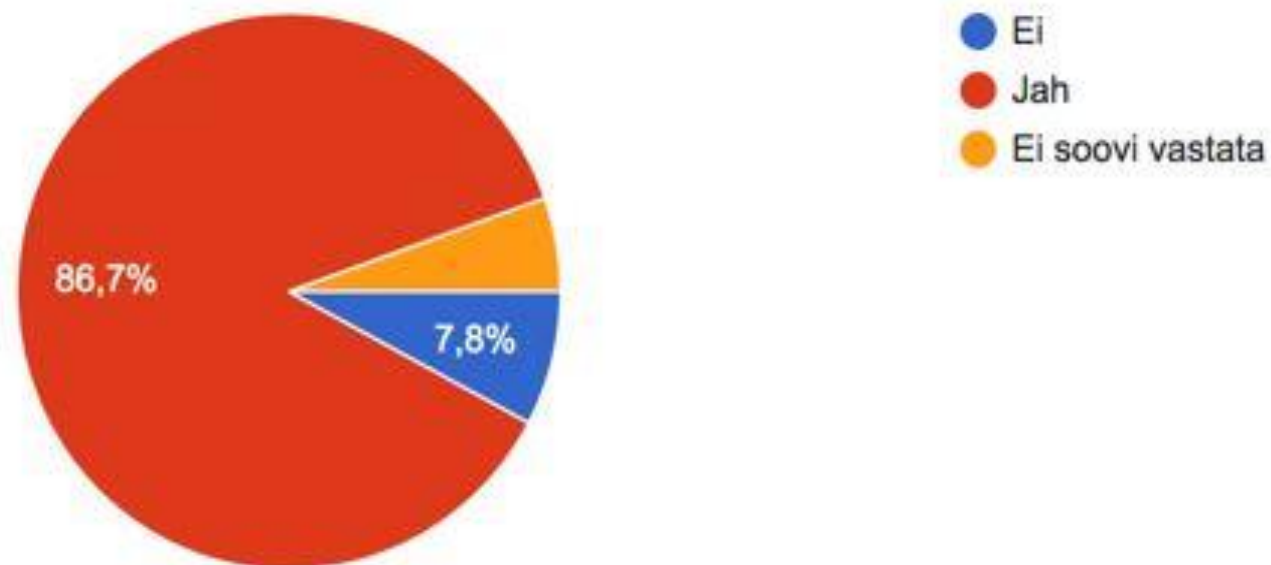
333(86,7%) inimest valisid Jah

Ei valis 30 (7,68%) inimest

Ei soovi vastata valis 21 (5,5%) inimest

Kas oled märganud, et Sinu kolleegid on vaimselt kurnatud, läbipõlenud

384 vastust





Ei soovi vastata- 8 (2,1%)

Ei - valis 11 (3,1%)

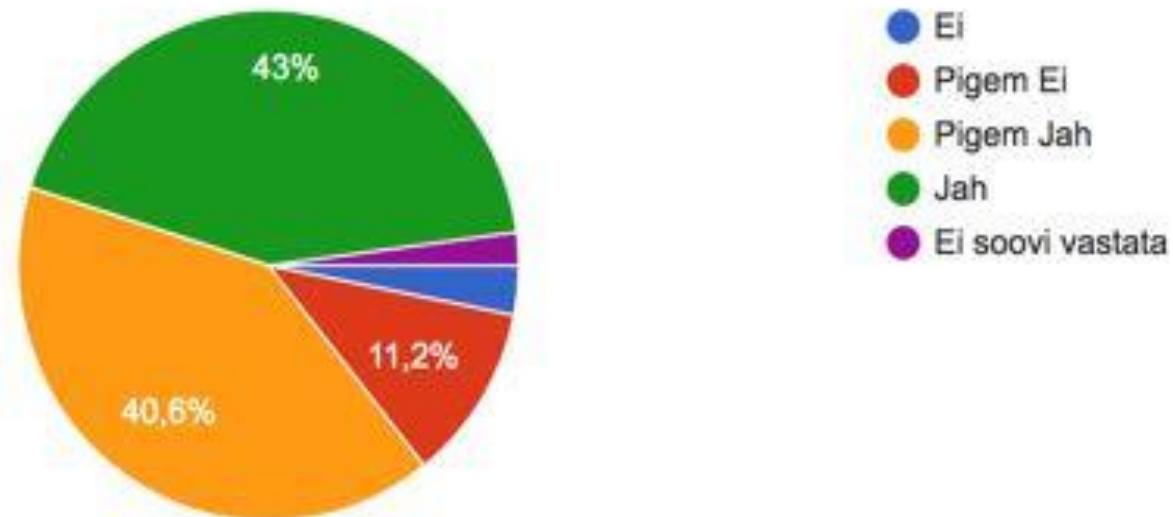
Pigem Ei- valis 43(11,2%)

Pigem Jah – valis 156(40,6%)

Jah- valis –165 (43%)

Kas seoses COVID-19 pandeemiaga oled ise tundnud, et ei jaksa enam teha oma tööd senise jõudlusega, röömuga?

384 vastust

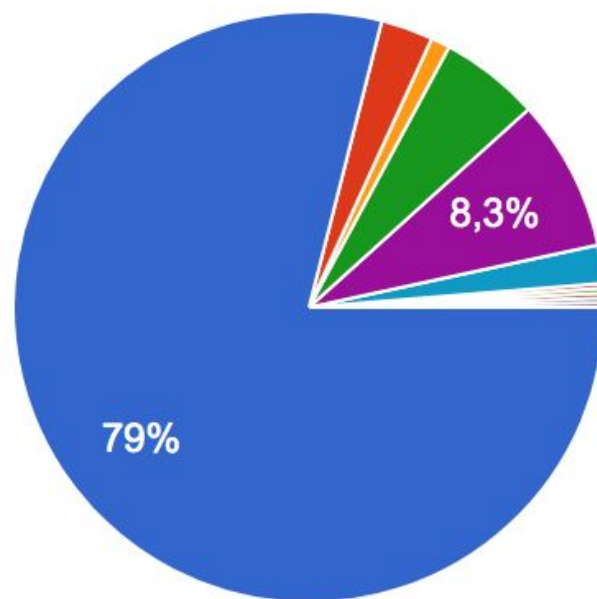


304 (79%) inimest ei ole põdenud COVID-19



*Kas Sina oled Covid-19 põdenud?

385 vastust



- Ei ole põdenud
- Jah- ei olnud eelnevalt vaktsineeritud
- Jah - olles vaktsineeritud 1 doosiga
- Jah- olles vaktsineeritud 2 doosiga
- Jah- olles vaktsineeritud 3 doosiga
- Ei soovi vastata
- 2 korda. aasta tagasi ei olnud eelneva...
- Sain detsembris 2x pos kiirtesti, kuid p...

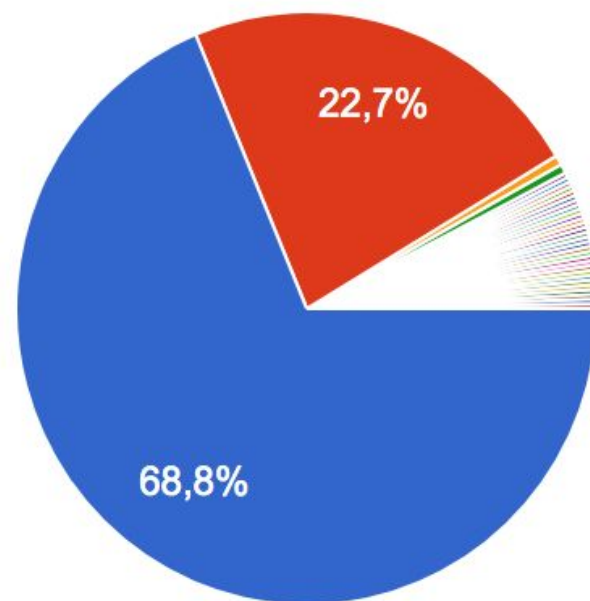
▲ 1/2 ▼

264 (68.8%) vastasid Ei; 87 (22,7%) vastasid Jah ja ülejäänud märkisid, kas ei ole kursis, või inimesed on haiguslehel muudel põhjustel.



Kas Teie keskusest on keegi COVID-19 pandeemiast tingitud suurenenud töökoormuse tõttu võtnud haiguslehe; vähendanud koormust?

384 vastust



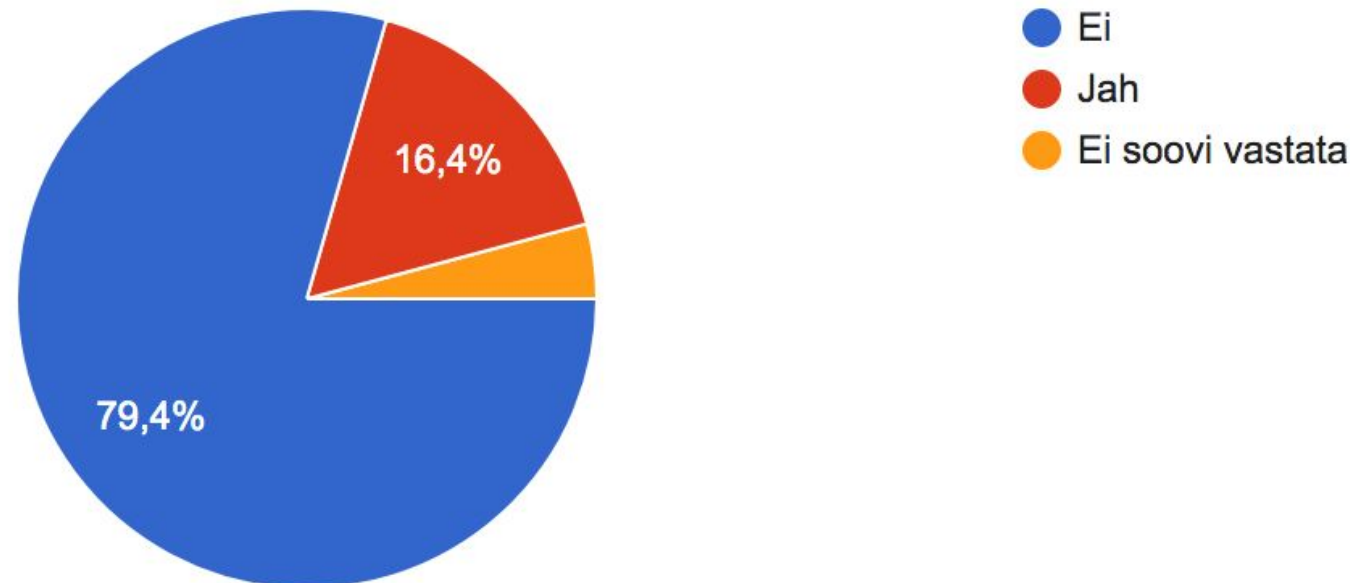
- Ei
- Jah
- ei tea
- Ei tea
- Pereõde on võtnud korralist puhkust,...
- puuduvad täpsed andmed
- töötajad haiguslehel muudel põhjustel
- siin Jah,järgmine küsimus-kavatsetakse

305 ehk 79,4% vastasid Ei; jah vastas 63 (16,4%) ja 16 (4,2%) ei soovi vastata



Kas keegi Teie keskusest on COVID-19 pandeemiast tingitud töökoormuse kasvu tõttu töölt lahkunud?

384 vastust

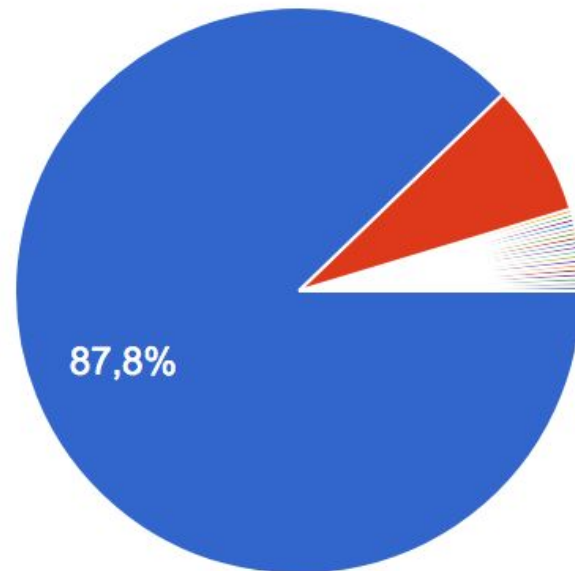


EPS –COVID-GRUPP INFOKIRI



Infokiri

385 vastust



- Meeldib, et kogu info on ühes kirjas ol...
- Ei meeldi - liiga pikk, võiks olla iga tee...
- hilinenud informatsioon, või siis ebatä...
- nii ja naa
- üks ja sama info tuleb mitmelt rindelt,...
- Aga liiga pikk on ikka.
- Liiga palju lugemist
- ei hinda

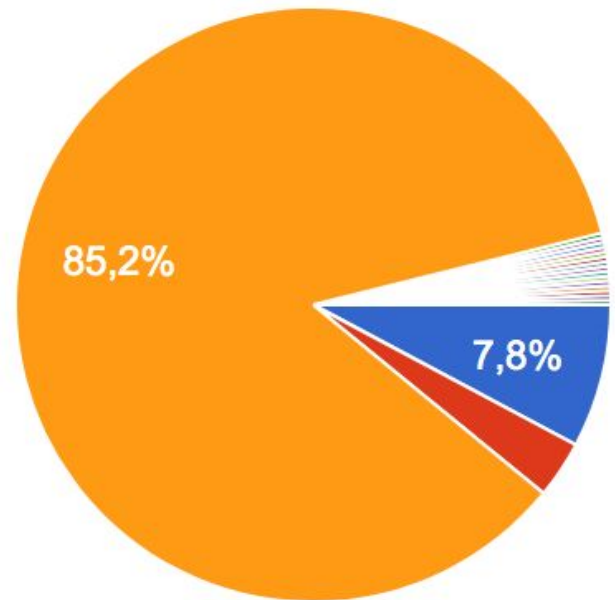
▲ 1/3 ▼

INFOTUNDIDE SAGEDUS.



Infotundide sagedus

385 vastust

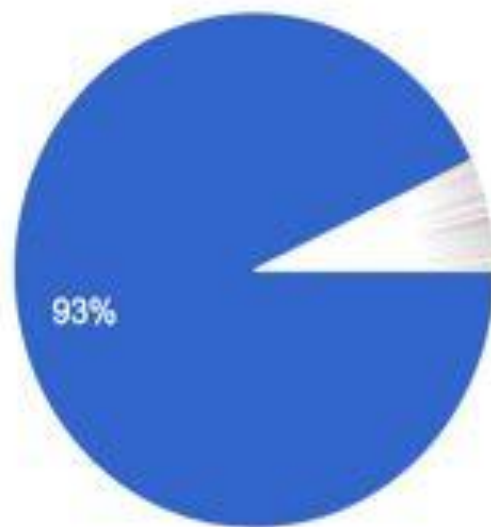


- Võiksid olla sagedamini
- Võiksid olla harvem
- Sobib praegune sagedus
- Vastavalt info tulekule
- Info võiks olla konkreetsem. Pole vaja...
- Ei hakkagi osalema, nii pahane selle c...
- sagedus on sobiv, aga kellaaeg ei sobi
- Pigem sagedamini ja lühemad, kui har...

INFOTUNDIDE SISU.



1. Konkreetsem – max 1 tund
2. Ainult covid teemad
Jätta ära mõttetu
Tervisekassa, Terviseameti,
sots. ministri ja muude
ametnike silmakirjalik jutt,
kuidas nad meid tänavad
ja järgmisel hetkel saavad
hakkama järjekordse meid
ruineeriva sigadusega



- Präegune formaat meeldib
- konkreetne uus info, mida vajame iga...
- Sobib formaat on
- Palun lühemalt, nii 1 tund korraga. En...
- infotund võiks olla EPS-i Covid- grupilt...
- -
- Teeme kontsentreeritumalt - max 1 tund
- Natuke liiga pikad on. Hea oleks, kui s...

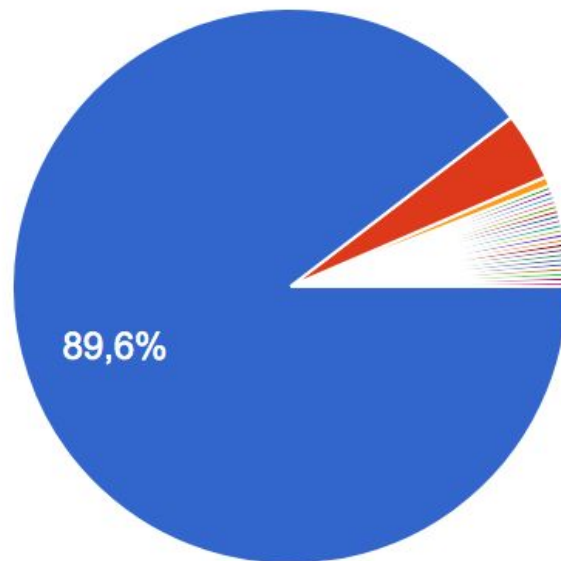
▲ 1/4 ▼

PEREARSTIDE LIST.



Kas küsimused, mis puudutavad COVID-19 pandeemiat saavad listist piisavalt kiiresti ammendava vastuse?

356 vastust



- Jah
 - Ei
 - Kuidas kunagi
 - Ei oska vastata
 - nii ja naa, aga alati ei jõua kõike jälgid...
 - ei ole saanud ammendavat vastust ja i...
 - mitte alati
 - Küsimusi pole
- ▲ 1/3 ▼

PRICOV-19



- Esmatasandi arstiabi COVID-19 ajal
- Tähelepanu haiglatekeskne
- Piiratud osa COVID-19 patsientidest hospitaliseeritakse
- Esmatasandi oluline roll
- Perearstide põhitegevus on pandeemia ajal suure surve all
- Probleemid teisteski riikides sarnased Eestiga


PRICOV-19.



- Küsimustik perearstipraksistele
- Lisateave tervishoiusüsteemi ja Covid-19 pandeemia mõju kohta
- 53 küsimust:
- patsientide vastuvõtud, triaaž, nakkuse ennetamine, infotöötlus, suhtlus patsientidega, kolleegidevaheline koostöö, enesehooldus, praksiste eripärad
- Andmete kogumine algas 20. novembril 2020

Fig. 1

Legend

 Countries represented in the PRICOV-19 study.



The overview of the participating countries in the PRICOV-19 study. Created with permission from MapChart [53]

38 RIIKI



- albaania (Kosovari versioon), bulgaaria, horvaadi (horvaadi ning Bosnia ja Hertsegoviina versioon), tšehhi, taani, hollandi (hollandi ja flaami versioon), Eesti, soome, prantsuse (prantsuse, vallooni, luksemburgi ja Šveitsi versioon), saksa (saksa, austria, luksemburgi ja šveitsi versioon), kreeka (kreeka ja küpros), heebrea, ungari, itaalia, läti, leedu, makedoonia, norra, poola, portugali, rumeenia (rumeenia ja moldova versioon), vene (Moldova versioon), serbia, sloveeni, hispaania, rootsi, türgi ja ukraina keeles

PRICOV-19.



- Uuringus osales 13–636 perearstipraksist riigi kohta
- Täidetud üle üle 4600 küsimustiku
- Perearstipraksised Euroopa mandril ja Iisraelis
- Kirjeldab enam kui 4600 tervishoiuteenuse osutaja heaolu
- Tulemused üliolulised tervishoiusüsteemide ettevalmistamisel tulevaste epideemiate ja pandeemiate jaoks.

PRICOV-19.



- Ümberkorraldused esmatasandis
- Puudusid adekvaatsed juhendid
- Personali piiratud ressursid
- Isikukaitsevahendite puudus personali kaitseks
- Vastuvõttude ümberkorraldused eriolukorras
- Telefoni-, videokonsultatsioonid- kättesaamatud kõige haavatumatele

PEREARSTIDE VAIMNE JA FÜÜSILINE TERVIS.



- Pidevad muutused
- Kaugkonsultatsioonide ohud patsiendiohutusele
- Konkreetsete juhiste puudumine
- Juhendite üleküllus
- Edasilükatud ravi ja ennetuse järgi tegemine
- Pole ühtegi uuringut, mis kirjeldaks, kuidas perearstid hoolitsevad oma heaolu eest ja tulevad toime töökeskkonna väljakutsetega

PRICOV-19.



- Perearstipraksiste toimetulek
- Tervishoiusüsteemi mobiilsus ja reaktiivsus pandeemiale
- Kuidas paremini ette valmistada tervishoiusüsteeme kogu Euroopas tulevasteks olulisteks nakkushaiguste puhanguteks

Et vastu
pidada, tuleb
ka pidu teha!

TÄNAN!

