



Insuldijärgne taastusravi



PJ-I/46.1-2020

Patsiendijuhendi koostajad: Annelii Jürgenson, Evelin Männik, Heili Piilberg, Kaja-Triin Laisaar.

Otsingusõnad: insult, insuldijärgne taastusravi, patsiendijuhend, patsiendiõpetus

Patsiendijuhend on kinnitatud Ravijuhendite Nõukoja poolt 2020. a. Materjali reprodutseerimine levitamise eesmärgil ei ole ilma Eesti Haigekassa nõusolekuta lubatud.

© Eesti Haigekassa 2020
Lastekodu 48, Tallinn 10113

www.ravijuhend.ee
www.haigekassa.ee
info@haigekassa.ee

ISBN 978-9949-585-99-1
ISBN 978-9916-608-00-5 (pdf)

Soovituslik viitamine: Insuldijärgne taastusravi. Patsiendijuhend. Eesti Haigekassa. 2021

Insuldijärgne taastusravi

Eesti patsiendijuhend



PJ-I/46.1-2020

Miks on taastusravi vajalik?

Insult võib põhjustada suuremal või vähemal määral funktsioonihäireid ehk häireid kõndimisel, tasakaalu säilitamisel, käelisel tegevusel, kõnest arusaamisel ja eneseväljendamisel, neelamisel, keskendumisel, mõistmisel jms. Aja jooksul võivad need häired kas täielikult või osaliselt mööduda, samas taastusraviga on neist taastumise tõenäosus suurem. Taastusravi aitab insulti põdenutel ajukahjustuse tõttu kaotatud oskusi uuesti õppida või püsiva häirega kohaneda. Vahel tähendab see, et mõnd varasemalt igapäevast toimingut tuleb õppida uut moodi tegema.

Millal taastusravi alustatakse ja kuidas see Eestis korraldatud on?

Eestis toimub enamiku ägeda insuldiga patsientide **esmane ravi** ehk akuutravi **neuroloogia osakonnas**. Taastusraviga alustatakse niipea, kui patsiendi üldseisund seda võimaldab, sageli juba **24–48 tunni jooksul pärast insulti**. Kui akuutravi lõpuks on patsiendil mõni funktsioon (endiselt) häiritud, suunab raviarst ta taastusravile.

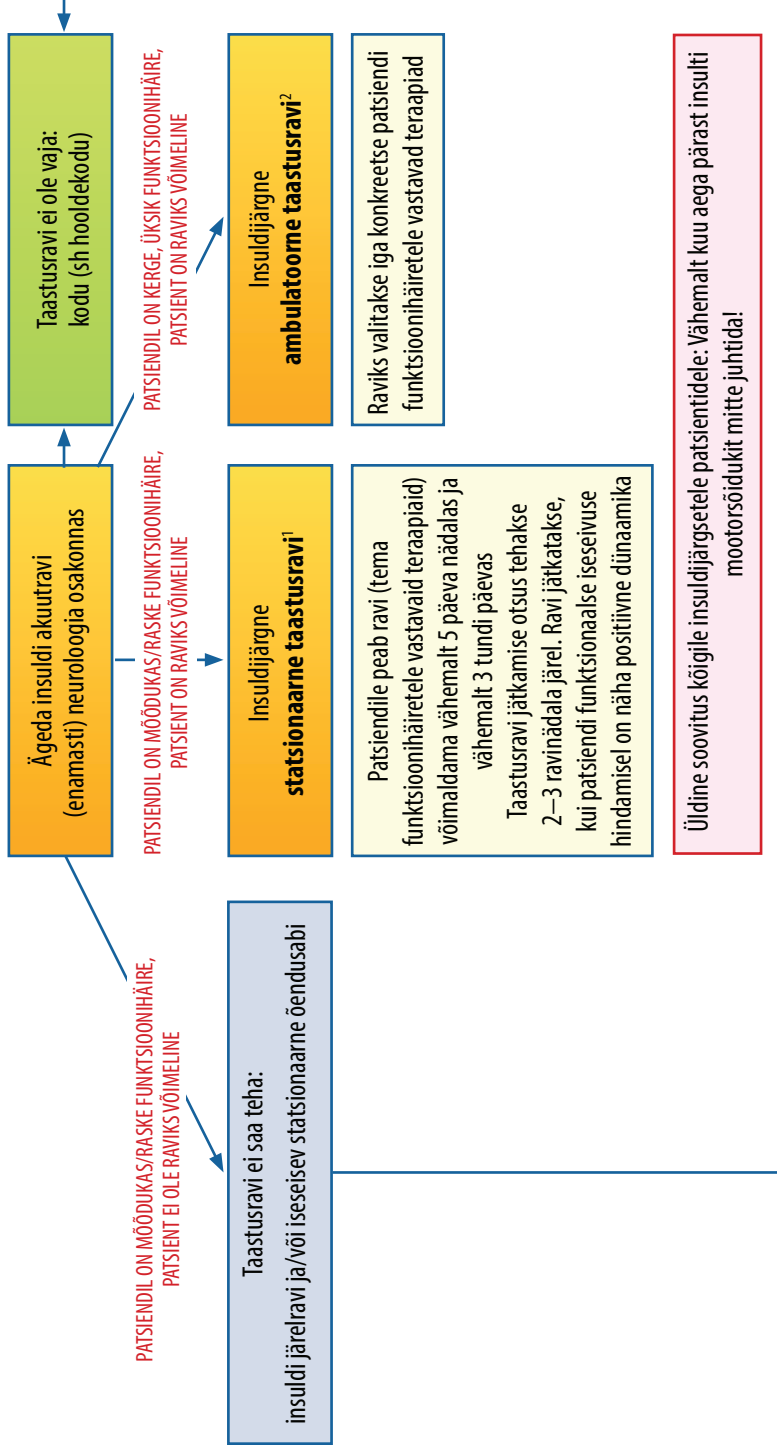
Insuldi akuutravi järgset taastusravi juhivad ja vajalikud teraapiad määrab **taastusarst** – arst, kes on saanud spetsiaalse funktsioonihäirete diagnoosimise ja ravi alase väljaõppe. Olenevalt sellest, milline funktsioonihäire või -häired on patsiendil pärast insulti tekkinud, võib tema taastusraviga tegeleda mitu spetsialisti: neelamis- ja kõnehäirete korral **logopeed**, liikumishäire korral **füsioterapeut**, igapäeva elu toimingutega hakkamasaamise ja käelise tegevuse häirete korral **tegevusterapeut**, mälu- ja mõistmise häire korral **kliiniline psühholoog** jne. **Taastumiseks peab aga patsient ka ise ravis aktiivselt kaasa lööma ja võimete kohaselt hoolega harjutama.**

Taastusravi on võimalik saada **üle Eesti erinevates keskustes**, millest suurimad on Põhja- Eesti Regionaalhaigla taastusravi keskus, Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus ning Tartu Ülikooli Kliinikumi spordimeditsiini ja taastusravi kliinik. Piirkondlike ravivõimaluste kohta oskavad täpsemat infot anda nii taastus- kui perearst.

Taastusravi ei saa alustada, kui patsient:

- on ebastabiilses seisundis – tal on teadvuse, psüühika või muu (süvenev) ajutegevuse häire; äge põletikuline haigus (nt kuseteede või kopsupõletik, sügavad põletikulised või kirurgilist ravi vajavad lamatised); veresoone või -soonte ummistus ehk tromboos;
- ei ole õppimisvõimeline – tal on tõsiseid raskusi ümbritsevast maailmast arusaamisega ehk raske kognitiivne häire;
- ei ole piisavalt heas füüsilises seisundis – ta ei ole suuteline osalema taastusravitegevustes vähemalt kolm tundi päevas;
- ei ole motiveeritud ega ravist huvitatud.

Insuldijärgse **taastusravi korraldusest** annab ülevaate järgnev joonis. Joonisel on ka näha, mis saab siis, kui patsient pärast akuutravi lõppu (enam) taastusravi ei vaja või selleks (veel) võimeline ei ole.



NEUROLOOG: Hindab insuldi akuutravi lõpus (neuroloogia osakonnast edasisuunamise eel) patsiendi funktsionaalset seisundit ja taastusravi vajadust. Taastusravi vajaduse korral suunab patsiendi taastusrsti juurde või statsionaarsele taastusravile.

TAASTUSARST: Hindab neuroloogi poolt suunatud patsiendi funktsioonihäireid, valib taastusravi viisi ja konkreetset patsiendil esinevate häirete raviks sobivad teraapiad

3. kuul pärast insuldi hindab patsiendi funktsionaalset seisundit. See on niimetatud vahetamine, mil taastusrst otsustab, kas on vaja taastusravi alustada (kui seda ei ole varem tehtud) või jätkata. Taastusravi lõpetamise eel hindab juhiloaga patsiendil sõidukijuhtimise eeldusi ning rehvaloa taotlemise sooviga patsiendil rehvakäsitsemise eeldusi

LOGOPEED, FÜSIOTERAPEUT Või TERAPEUT: Tegeleb patsiendil konkreetse funktsioonihäire raviga (teraapiaga)

¹ Patsientidele võib pakkuda ka varast loodust taastusravi, kus taastusrsti juhtimisel tegeleb patsiendiga erinevate erialaspetsialistide meeskond

² Patsientidele võib pakkuda ka loodus taastusravi, kui see on piirkondlikult võimalik.

Kui kaua taastusravi kestab?

Pärast insulti toimub **suurem osa paranemisest esimesel kahel-kolmel kuul** ja vähesel määral ka neljandast kuuenda kuuni. Kui pool aastat pärast insulti pole funktsioonihäired taandunud, peab patsient hakkama kohanema sellega, et need funktsioonid tõenäoliselt ei taastugi.

Insuldijärgse taastusravi võib jagada funktsioone taastavaks ja funktsioone toetavaks raviks.

Funktsioone taastav taastusravi

Funktsioone taastav taastusravi on näidustatud seni, kuni insuldist põhjustatud funktsioonihäire või -häired jätkuvalt vähenevad ja/või patsiendi enda eest hoolitsemise võimekus paraneb.

Funktsioonihäirete raskusastme hindamiseks on olemas spetsiaalseid **testid ja mõõdikud**. Nende abil hoiavad arstid/terapeudid patsiendi funktsioonihäiretel silma peal: hindavad häire(te)s aja jooksul toimuvaid muutusi ja otsustavad, kas paranemine jätkub või on funktsiooni(de) taastumises saavutatud lagi.

Kuigi taastusravi tervikuna **juhhib ja jälgib taastusarst**, hindab ta teraapiaprotseduuride tulemuslikkust ning taastusravi jätkamise vajadust koostöös kõigi patsiendiga tegelevate spetsialistidega.

Kui patsient on haiglas ehk statsionaarsel taastusravil, hinnatakse ravi jätkamise vajadust kahe-kolme taastusravinädala järel. Seisundi paranemisel võidakse ravi jätkata haiglaväliselt ehk ambulatoorselt. Statsionaarse ravi lõpus kirjutab taastusarst patsiendile välja vajalike ravimite digiretseptid ja tõendi abivahendite soodustusega

soetamiseks. Statsionaarse taastusravi järgselt peaks patsient minema perearsti juurde. Perearst saab pikendada retsepte ja vajadusel raviskeemis muudatusi teha. Ühtlasi saab perearst koos patsiendi ja tema lähedastega hinnata, kas patsient võiks veel taastusravi vajada ning ta vajadusel uuesti taastusarsti juurde suunata.

Iga insulti põdenud võiks kolmandal kuul pärast haigestumist uuesti vahehindamiseks taastusarsti vastuvõtule minna. Kui taastusarst ise pole patsienti tagasi kutsunud, tuleb kõigepealt pöörduda oma perearsti poole, kes annab saatekirja taastusarsti vastuvõtule.

Funktsioone toetav taastusravi

Kui patsiendi funktsioonihäire(te) hindamisel selgub, et vaatamata ravile häire(d) enam ei vähene ja enda eest hoolitsemise võimekus ei parane, ei ole funktsioone taastava raviga enam põhjust jätkata. Küll aga võib sellisel patsiendil edaspidi olla kasu **funktsioone toetavast taastusravist**, mille eesmärk on hoida saavutatud võimekust. Funktsioone toetava taastusravi vajadust hindab ja ravile **suunab eelkõige perearst.**

Kas taastusravi on patsiendile tasuta?

Taastusarsti määratud insuldijärgne funktsioone taastav taastusravi on **ravikindlustatud patsiendile tasuta.** Edasi on võimalik käia paaril korral aastas 10-päevasel funktsioone toetaval taastusravil, millest ravikindlustuse olemasolul kompenseerib 80% Eesti Haigekassa ning ülejäänud 20% tuleb tasuda patsiendil endal või tema lähedasel.

Lisainfot Eesti Haigekassa kompenseeritud taastusravi kohta leiab haigekassa veebilehelt teema peatükist „Taastusravi“ (<https://www.haigekassa.ee/taastusravi>).

Veel teadmiseks

- Kuna insuldijärgselt tekkida võivad funktsioonihäired on igal patsiendil individuaalsed, ei ole insuldist paranemiseks olemas ühtset taastusprogrammi. Iga patsiendi jaoks koostavad terapeudid individuaalse, just temal tekkinud häireid ja nende raskusastet arvestava harjutuste programmi ning annavad kodused iseseisvad harjutusülesanded.
- Insuldipatsientidele ja nende lähedastele on Eesti Insuldiliit loonud teemakohase veebilehe <https://www.insult.ee>.
- Insuldipatsientide raviga tegelevatele spetsialistidele koostati Eestis 2019. aastal ravijuhend „Insuldijärgne taastusravi“ <https://www.ravijuhend.ee/tervishoiuvarav/juhendid/7/insuldijargne-taastusravi>.

Vajadusel küsige oma arstilt (taastus- või perearstilt) selgitusi ja infot lisaks!



9 789949 585991