

TÄISKASVANUTE UNEHÄIRETE ESMANE DIAGNOSTIKA JA RAVI
TÖÖRÜHMA JA SEKRETARIAADI TÖÖKOOSOLEKU PROTOKOLL nr. 1

Kuupäev	09. november 2016
Koht	Eesti Haigekassa, Lastekodu 48 I korruse saal
Algus	kl 12.45
Lõpp	kl 17.00
Osalejad	Töörühma liikmed: Erve Sõõru, Tuuliki Hion, Marli Veldi, Tiina Siilak, Merike Porosaar, Jüri Kaik, Hepp Nigol, Andrus Helenurm Sekretariaadi liikmed: Katrin Sonn, Kaiu Prikk, Moonika Viigimäe, Maarja Kaarlõp, Kristiina Lepik, Anneli Truhanov (EHK koordinaator)
Puuduvad liikmed	Töörühmast puudusid: Triin Jagomägi, Ivika Leik Sekretariaadist puudusid: Maarika Liik, Kaire Pakkonen
Juhatas	Erve Sõõru
Protokollis	Anneli Truhanov
Päevakord	1. Sissejuhatus 2. Korralduslikud küsimused, koolitused, ajakava, huvide deklaratsioonid 3. Ravijuhendi sissejuhatava osa üle vaatamine 4. Ravijuhendi käsitusala koostamine – kliiniliste küsimuste sõnastamine
Ülevaade toimunud aruteludest	<p>1. Töörühma juht andis ülevaate päevakavast, tutvustas meeskonda.</p> <p>Sissejuhatavas ettekandes andis töörühma juht ülevaate unehäirete diagnoosimisest Eestis. Valdkond, millega ravijuhend tegelema hakkab on lai ja töörühm peab paika panema, mida täpsemalt käsitlema hakatakse. Unehäirete statistika juures arutas töörühm mitteorgaaniliste unehäirete diagnoosimise küsimust, et see on kõige enam kasutatud diagnoos erinevate erialade poolt. Teisi häireid diagnoosivad enamasti unehäiretega rohkem tegelevad erialad. Ettekandega on võimalik täpsemalt tutvuda OneDrive keskkonnas https://1drv.ms/p/s!AvQfqJAgY7y3hmAvyerPq148IQed</p> <p>2. Haigekassa koordinaator tegi ettekande ravijuhendi koostamise protsessist: milleks on vaja Eesti oludele kohandatud ravijuhendeid, juhendi koostamise etappidest, töörühma ja sekretariaadi ülesannetest, huvide deklareerimise vajadusest, käsituslalt – kliiniliste küsimuste ja tulemusnäitajate koostamisest. Ettekandega on võimalik täpsemalt tutvuda OneDrive keskkonnas https://1drv.ms/p/s!AvQfqJAgY7y3hmErrS1_pE9nkKcg.</p> <p>Samuti andis koordinaator ülevaate ravijuhendi koostamise ajakavast kuni märts 2017, kui peaks käsitusala kinnitatama Ravijuhendite Nõukoja poolt. Sellega seoses leppis töörühm ja sekretariaat kokku järgmised koosoleku ajad 10. jaanuar ja 1. veebruar kell 12.00-16.00 Tallinnas.</p> <p>3. Töörühma juhi eestvedamisel arutas töörühm ravijuhendi eesmärki, haiguskoormust, ravijuhendi eeldatava mõju puudutavaid küsimusi, mis oleksid sisendid ravijuhendi sissejuhatuse peatükile.</p> <p>Töörühm arutas:</p> <p>Probleemipüstituse juures peaks olema unetuse asemel kasutatud mõistet unehäire, sest unetus on üks unehäiretest ja ravijuhend hõlmab mitmeid unehäireid ja nende medikamentoosset ravi. Probleemi püstituse viimane lause käsitleb ainult unuteid ja ei laiene muudele ravimeetoditele.</p>

Siia võib lisada lause teiste ravimeetodite kohta, mille kasutus Eestis on vähetuntud.

Maarja Kaarlõp ettepanek probleemipüstituse 2 viimase lause sõnastusele: „Näiteks unetuse, mis on üks unehäiretest, osas on arstidel ja patsientidel tekkinud väärarusaamad medikamentoosset ravist, kui ainsast raviviisist“. Siis sobib ka viimane lause eelnevaga kokku.

Eesmärgi esimene slaid ei vaja täiendamist. Teisel slaidil korrigeeriti mõistete sõnastusi, nt ajuinfarkt mitte ajuinsult, mitte meditsiinikulud vaid tervishoiukulud jt. Kindlasti peab olema siin käsitletud ka tsirkadiaanrütmihäired ja parasomniad – perearst peaks vähemalt ära tundma ja edasi suunama patsiendi.

Juhendis peab olema mõistete ühtne käsitlus. Lepiti kokku, et ravijuhendis kasutatakse eestikeelseid mõisteid (vähemalt niipalju, kui see on võimalik terminoloogias arusaamisel).

Haiguskoormuse juures andis tööühma juht ülevaate erinevate unehäirete levimusest ning ravimite tarvitamise statistikast. Tööühm arutas haigekassa statistika andmete eripära, et suur hulk uinuteid on kirjutatud kaasuva haiguse diagnoosikoodi kasutades ja retseptil ei ole märgitud õiget unehäire diagnoosi. Probleemiks on see, et uinutite kasutamine on juhuslik ja neid kasutavad ka need patsiendid, kellel on vastunäidustused. Toodi välja, et elanikkonna vananemisega seotud küsimusi oleks vaja haiguskoormuse juures rohkem kajastada. Haiguskoormus-2 slaidil punkt nr 3 „Unetus on levinum üle 55 aastastel patsientidel“ ei ole õige ja tuleks kindlasti üle vaadata. Hetkel esineva unetuse (viimase kuu aja unetuse) levimus on 30-50% ning kroonilise olulise päevase unetuse levimus on 10%. haiguskoormus-7 slaidil on vale punkt nr 2 „... 2/3 müokardi infarktides toimub just öötundidel...“ ei ole õige ja vajab ülevaatamist. See võib kehtida uneapnoe patsientide kohta.

Erinevuse slaidil muudeti 4. punkti sõnastust selgemaks. Sisu on selles, et liigunisuse patsiendid, kellel ei saa ära diagnoosida, kas tal on uneapnoe, narkolepsia või perioodilised uneaegsed jäsemeliigutused, mille ravi on väga erinev. Kui ei saa diagnoosida, siis ei saa ka adekvaatset ravi.

4. Käsitlusala moodustamine

Tööühma ühise arutelu tulemusena pandi paika käsitlusala järgmised punktid:

- ravijuhendi pealkirjaks saab „Täiskasvanute unehäirete esmane diagnostika ja ravi“;
- sihtrühmaks on arstid, hambaarstid, õed, ämmaemandad, psühholoogid, unehäiretega patsientidega tegelevad spetsialistid;
- hõlmatud patsientideks on täiskasvanud patsiendid (ka rasedad) järgmiste unehäiretega:
 - unetus,
 - uneaegsed hingamishäired,
 - liigunisuse häired,
 - une - ärkveloleku rütmi häired,
 - parasomniad,
 - uneaegsed liigutushäired.
- Ravijuhend ei hõlma alla 18 aastaseid.
- Ravijuhend ei hõlma järgmiseid teemasid:
 - suitsetamise ja alkoholi (kaetud teise ravijuhendiga) ning muude sõltuvust tekitavate ainete tarvitamisega seonduvate häirete ravi;
 - liigse kehakaalu langetamise meetodid;
 - unehäirete tüsistuste ravi;
 - alternatiiv- ja täiendava meditsiini meetodid.

	<p>Töörühm koostas 18 esialgset käsitusala küsimust, mis on leitavad OneDrive kaustast https://1drv.ms/w/s!AvQfqJAgY7y3hmJSxZ4YhLBnUSjy. Lepiti kokku, et töörühma ja sekretariaadi liikmed täiendavad käsitusala küsimuste loetelu. Järgmisel koosolekul vaadatakse küsimused üle, vajadusel parandatakse ja täiendatakse sõnastust ning struktureeritakse need vastavalt juhendiga käsitletavatele teemadele.</p>
Vastuvõetud otsused:	<ol style="list-style-type: none">1. Lepiti kokku järgmised töörühma koosoleku ajad: 10. jaanuar ja 1. veebruar kell 12.00-16.00 Tallinnas;2. Töörühma ja sekretariaadi liikmed täiendavad OneDrives kättesaadavaks tehtud käsitusala dokumenti PICO küsimustega või edastavad oma küsimused koordinaatorile.