

## Alaseljavalu diagnostika ja ravi esmatasandil – rakenduskava

19.11.2019

<b>Eesmärk</b>	Ravijuhend kaasajastab ja ühtlustab alaseljavaluga patsientide käsitlese esmatasandil Eestis
<b>Barjäärid</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tervishoiutöötajate info- ja ressursipuudus</li> <li>2. Kartus, et uute võtete/tegevuste kasutamine suurendab oskuste ja ressursside vajadust</li> <li>3. Tervishoiuteenuste ja ravimite piiratud kättesaadavus</li> </ol>
<b>Peamised edukust tagavad/soodustavad tegurid</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ravijuhendi sihtrühmale kättesaadavaks tegemine nii elektroonselt kui paberil</li> <li>2. Ravijuhendi soovitude tutvustamine ja teadlikkuse tõstmine sihtrühmas</li> <li>3. Tervishoiuteenuste ja ravimite loetelu kaasajastamine</li> <li>4. Ravijuhendi soovitude järgimise järjepidev hindamine ravitulemuste (audit, indikaatorid) ja patsientikäsitluse alusel (audit, küsitlused)</li> <li>5. Patsientide teadlikkuse tõstmine alaseljavalu käsitlesest (diagnostikast ja ravist)</li> </ol>
<b>Rakendamiseks vajalikud ressursid</b>	<p>Ravijuhendi ja selle lisade (sh patsientide käsitlesealgoritm, patsiendile mõeldud infomaterjal) e-vormis kättesaadavaks tegemine kõigile huvilistele.</p> <p>Ravijuhendi tavapärasel formaadis paberile trükkimine – tiraaž eesti keeles 600 tk.</p> <p>Ravijuhendi koondmaterjalide: soovitude loetelu (koos lingiga juhendi täismahus e-versioonile), soovitude põhjal koostatud patsientide käsitlesealgoritmi, patsiendile mõeldud infomaterjali trükkimine paberile. Arstidele jt spetsialistidele mõeldud materjali(de) tiraaž 2000 tk; patsiendijuhendi tiraaž 30 000 tk.</p>

Rakenduskavaga seotud tegevused või kaalutlused		Vastutav asutus/isik	Kaasatud osapooled/isikud	Vahetähtajad, ajakava	Rakendusmeetmed
<b>Levitamine</b>	<p>Ravijuhend koos lisadega ning patsiendijuhend avaldatakse veebilehel <a href="http://www.ravijuhend.ee">www.ravijuhend.ee</a></p> <p><i>Juhend on tehniliselt nii üles ehitatud, et kasutajal on võimalik seda avada (ning soovi korral välja trükkida) kas osade kaupa või täismahus.</i></p>	Eesti Haigekassa (EHK)		<p>Vastavalt juhendi valmimisele.</p> <p>Kui juhend on e-vormis kättesaadavaks tehtud, saadetakse juhendi ja selle lisamaterjalide info erialaühendustele – mh Eesti Perekoolide Seltsile (EPS-ile), Eesti Valu Seltsile (EVS-le), Eesti</p>	<p>Ravijuhend ja patsiendijuhend on veebis kättesaadavad; vastav info on erialaühendustesse ja</p>

				<p>Taastusarstide Seltsile (ETS-le), Eesti Ortopeedia Seltsile, L. Puusepa Nimeline Neuroloogide ja Neurokirurgide Seltsile, Eesti Reumatoloogia Seltsile, Eesti Erakorralise Meditsiini Arstide Seltsile / Eesti Kiirabi Liidule, Eesti Sisearstide Ühendusele, Eesti Füsioterapeutide Liidule, Eesti Õdede Liidule, Eesti Psühholoogide Liidule (eelkõige kliinilistele psühholoogidele), Eesti Psühhiaatrite Seltsile, Eesti Apteekrite Liidule, Eesti tegevusterapeutide Liidule, Eesti Töötervishoiu Arstide Seltsile, koolitervishoiusüsteemi.</p> <p>Lisaks erialaühendustele saadetakse info ka meditsiinasutustesse.</p>	meditsiinasutustesse saadetud.
<p>Ravijuhendi lühimaterjalid (patsientide käsitlusalgoritm ja patsiendile mõeldud infomaterjal) tõlgitakse vene keelde ning trükitakse.</p> <p><i>Tõlketöö hinnapakkumiste küsimisel arvestatakse eelnevad positiivset koostöökogemust (varasemate venekeelse tõlgete headust).</i></p>	EHK	<p>Töörühm</p> <p><i>Tõlke vaatavad üle töörühma juht B. Gaboviš ja liige J. Sveklin.a</i></p>	<p>Vastavalt juhendi valmimisele.</p> <p>Materjalid antakse (1) sihtrühma spetsialistile juhendit tutvustaval koolitusel või (2) patsiendile alaseljavalu tõttu tehtud visiidi ajal.</p>	Ravijuhendi lühimaterjalid (nii eesti kui vene keeles) on jõudnud spetsialistide ja patsientideni.	
<p>Ravijuhend trükitakse (tavapäraselt nn raamatukesena).</p> <p><i>Ravijuhend saadetakse selleks spetsiaalselt soovi avaldanud sihtrühma esindajatele.</i></p>	EHK		Vastavalt juhendi valmimisele.	Ravijuhend on soovijatele (sihtrühma esindajatele) edastatud.	
<p>Luuakse patsiendile mõeldud veebikeskkond, kus on kättesaadav patsiendi infovoldik; juhendile tuginevad e-vormis interaktiivsed materjalid, mille abil saab patsient kindlaks teha (n-õ</p>	EHK	<p>Töörühma ja erialaseltsid (EVS, ETAS, EPS)</p>	2020	Patsiendile mõeldud veebikeskkond on välja töötatud.	

	eelselekteerida) oma riskigrupi, valu faasi (äge/alaäge/krooniline) vmt; samuti lingid teiste asjakohaste infoallikate (nt EVS koduleht) juurde.				
<b>Meediakajastus</b>	<p>Valminud ravijuhendit ja patsiendijuhendi infomaterjali pakutakse tutvustamiseks meditsiinivaldkonna trükiväljaannetes Eesti Arst, Perearst, Med24, Lege Artis, Apteeker, Eesti Õde, Pereõde, Meditsiiniuudised, Puutepunktid, Töötervishoid, Curare (Arstiteadusüliõpilaste Seltsi ajakiri).</p> <p>Valminud juhendit tutvustatakse nn tavalises trükimeedias (mh ajalehtedes Postimees ja Eesti Päevaleht), kontakteerudes väljaannete meditsiini-/tervisevaldkonna toimetajatega.</p> <p><i>Meediaväljaannetele saadetakse juhendi valmimise kohta pressiteade.</i></p>	EHK	<p>Töörühm</p> <p><i>Töörühma liikmetega tehakse artiklite kirjutamiseks eraldi kokkulepped.</i></p>	2020	Artiklid on avaldatud, videoklipid on avalikult kättesaadavad.
	<p>Valminud ravijuhendit tutvustatakse Eesti Rahvusringhäälingu kanalites: ETV („Ringvaade“, „Hommikutelevisioon“), ETV+, Vikerraadio („Tervisesaade“), Raadio 4, Raadio KUKU („Mõtletervelt“).</p> <p><i>Meediaväljaannetele saadetakse juhendi valmimise kohta pressiteade.</i></p>	EHK	<p>Töörühm</p> <p><i>Töörühma liikmetega tehakse esinemisteks eraldi kokkulepped.</i></p>		
	<p>Valminud juhendi põhjal koostatakse nn tavainimesele mõeldud lühikesed alaseljavalu ning selle diagnostikat ja ravi käsitlevad videoklipid ning tehakse need kättesaadavaks spetsiaalselt alaseljavaluga patsiendile mõeldud veebikeskkonnas, <i>youtube</i>-is, erialaühenduste kodulehtedel jm.</p>	EHK: videote valmistamine ja levitamine	<p>Töörühm: videote sisu ja esinejad (vajadusel)</p> <p><i>Töörühma liikmetega tehakse videote koostamiseks.</i></p>		

			<i>eraldi kokkulepped</i>		
<b>Haridus ja koolitus</b>	Perearstide ja -õdede ning teiste juhendi sihtrühma spetsialistide (EMO ja kiirabi töötajate) piirkondlikud koolitused.  <i>Hankes osalema kutsutakse mh Eesti Perearstide Seltsile kuuluv Esmatasandi Koolitus-arenduskeskus (EKAK), Celsius Healthcare, Äripäev (ürituste korraldu) ning suuremate haiglate (PERH, TÜK, IVKH, LTKH, Pärnu haigla) koolituskeskused.</i>	EHK: koolituste korraldus	Töörühm ja erialaseltsid (EVS, ETAS, EPS): koolituste sisu	2020: Koolitused toimuvad Tallinnas (2 koolitust), Tartus, Võrus/Valgas (ühine koolitus), Viljandis, Pärnus, Kohtla-Järvel/Jõhvis (ühine koolitus, vene või eesti keeles), Narvas (vene keeles), Rakveres, Läänemaal/saartel (ühine koolitus).	Kontaktkoolitused on toimunud.
	Perearstide ja -õdede ning teiste juhendi sihtrühma spetsialistide videokoolitus.  <i>Üks kontaktkoolitus salvestatakse ning toimetatakse.</i>	EHK: video valmistamine		Videokoolitus pannakse üles <a href="http://www.ravijuhend.ee">www.ravijuhend.ee</a> ning EVS, ETAS ja EPS kodulehtedele.	Videokoolitus on <i>online</i> kättesaadav.
	Ravijuhendit (lühit) tutvustatakse erialaühenduste konverentsidel ja korralistel koosolekutel ning alaseljavaluga haakuvatel teemakonverentsidel.	Töörühma liikmed	EHK	2020: Eesti Valuravikonverents 2020, perearstide konverents sügisel 2020, pereõdede konverents 2020, taastusarstide konverents sügisel 2020, Eesti Noorarstide Ühenduse konverents 2020; Kliinik 2020 ( <i>kui temaatiliselt haakub</i> ) ja Eesti Arstide Päevad 2020 ( <i>kui temaatiliselt haakub</i> ).	Ettekanded on tehtud.
	Ravijuhendit tutvustatakse asutustes ja erialaühendustes, kus töötavad ja kuhu kuuluvad juhendi töörühma liikmed.	Töörühma liikmed			
<b>Juhendist tulenevate materjalide koostamine</b>	Eestikeelse STarT-küsimustiku, millest olemas ametlik tõlge, valideerimine (ingl <i>patient face and psychometric validity</i> ). STarT-küsimustiku venekeelse tõlke ametlikuks muutmise ning küsimustiku valideerimine.	EHK	Töörühma liige T. Kaarma-Tõnne (ETAS)	2020	Valideeritud küsimustik on kättesaadav nii eesti kui vene keeles.

	Perearstide teraapiafondi suurendamise taotluse koostamine.	EPS	EHK	2020	Taotlus on EHK-le esitatud
<b>Jälgimine</b>	Ravijuhendi rakendumise hindamiseks EHK raviarvete andmebaasi põhjal alaseljavaluga patsientidele osutatud tervishoiuteenustest kokkuvõtte koostamine. <i>Kokkuvõtte aluseks võtta juhendi koostamise käigus tehtud 2017. a andmeile tuginev kokkuvõtte.</i>	EHK	EPS	2022	Kokkuvõtte on koostatud.
	Kliinilise auditi läbiviimine kaks aastat pärast ravijuhendi heakskiitmist (vt lisa 1 ravijuhendi rakendumise hindamisel kasutatavad näitajad). <i>Auditi protokoll koostamisel aluseks võtta 2016. tehtud audit ning juhendis antud soovitusel.</i>		Töörühm	2024	Audit on läbi viidud.
<b>Muud tegevused</b>	Vaadatakse läbi ja lepitakse kõigi osapooltega kokku Eesti Haigekassale esitatavatel raviarvetel alaseljavalu diagnoosi täpsustuse (+/-/0 tähise) märkimine	EHK	EPS, ETS, EVS	2020	Diagnoosi täpsustuste märkimise viis on kokku lepitud ja kõigile osapooltele teatavaks tehtud.

### **Lisa 1. Ravijuhendi rakendamise hindamisel kasutatavad näitajad**

- esmavisiidil hinnatakse alaseljavalu krooniliseks muutumise riski STarT-küsimustikuga
- esmavisiidil ei suunata patsienti kliiniliste ohumärkide puudumisel radioloogilistele uuringutele
- TVL summaarne päevade arv vähenenud
- i/m manustamine vähenenud
- taastusravile/füsioteraapiasse suunamiste suurenemine
- neuroloogile suunamine vähenenud
- koolitatud on perearstid, -õed ja teised juhendi sihtrühma esindajad
- alaseljavalu käsitlemist esmasandil on hinnatud Eesti Haigekassa raviteenuste andmebaasi andmete ning sihtvalikuga auditi põhjal ning tervishoiuteenuste osutajatele on antud vastav tagasiside

Statistilised näitajad on võrreldud juhendi võimaliku majandusliku mõju algse hindamise tulemustega (2017. aasta andmetega)