

Tulevastele lapsevanematele

On ammune tõde, et kui lapsevanemad teavad, kuidas ühel või teisel juhul toimida, on tulemused paremad – see kehtib ka laste ravimisel.

Eestis on olemas perearstisüsteem, mis tähendab, et igal kodanikul on alates sünnist oma perearst, kes koos oma meeskonnaga aitab lapsevanematel lahendada kõiki lapse tervisega seotud küsimusi. Lapsevanemad peaksid ka ise teadma, kuidas käituda enamlevinud lastehaiguste korral, hoida last õnnetuste ja vigastuste eest, mida teha väiksemate vigastuste korral jms. Samuti peaksid lapsevanemad olema kursis, kuidas meie tervishoiusüsteemis orienteeruda – kuhu, millal ja millistel juhtudel pöörduda.

- **Perearst peaks oma patsiendi lapseootusest teadma.** On naise otsustada, kas tema tervist jälgib raseduse ajal pere- või naistearst, peasi, et arstlik jälgimine toimuks.
- **Raseduse ajal peaks ema valima välja, kes peaks olema lapse perearst.** Tavaliselt on selleks ema perearst. Iga ema teadku seda, et tema perearstil ei ole õigust keelduda vastündinut nimistusse võtmast. Kui aga ema soovib lapsele teist perearsti, peab ta ise leppima kokku soovitava perearstiga.
- **Sünnitusmajas teatab ema lapse tulevase perearsti nime.** Perearstile annab sünniinformatsiooni edasi haigla, kuid kindluse mõttes võiks ema sünnitusmajast kojujõudmisel ka ise perearstile helistada, et leppida kokku õe ja arsti kodukülastuse aeg.
- **Tavaliste probleemidega (toitumis-, hooldus-, une- jms mured) võiks pöörduda pereõe poole, haigestumise korral (nt äge nohu või kõha, kõhulahtisus, kõrvavalu jms) aga tuleks abi otsida perearstilt.** Seaduste järgi peab ägeda haigestumise korral pääsema lapsega perearsti juurde samal päeval. Teinekord piisab ka telefonitsi edastatud soovitudest, küll aga tuleks kokku leppida järgneva kontakti suhtes, samuti peaks perearst teada andma edasiste uuringute ja analüüside vajaduse.
- **Perearsti nõuandetelefon 1220 töötab 24 tundi,** sealt saavad vanemad kogenud spetsialistidelt nõu küsida.
- **Kui ema tunneb, et laps on väga haige** (näiteks on palavik üle 39 kraadi, esinevad krambihood, laps oksendab pidevalt, kõht on lahti või on laps end vigastanud), **on mõttekas kutsuda kiirabi** (päästeameti telefon 112). Kiirabi tulek võib võtta aega, kui elatakse kaugel või kui kiirabil on vaja enne aidata raskemas seisundis haigeid. Viivitusest antakse lapsevanematele teada.
- **Erakorralistel juhtudel on soovitatav pöörduda haiglate vastuvõtutuppa.** Seal on võimalik tegeleda ainult konkreetse haigusjuhtumiga, krooniliste või korduvate ägedate haigustega (eelkõige kõrvapõletikud) laste lõplikku olukorda ei ole võimalik erakorralise abi osakonnas selgitada.
- **Lastearsti juurde pöördumiseks on vajalik perearsti saatekiri,** kus on põhjendatud spetsialisti konsultatsiooni vajalikkus ning märgitud ka see, millist abi ootab perearst lapse edaspidisel jälgimisel. Enamik Tallinna perearstidest näeb arvatist, mida on lapsega haiglasolekul või ambulatoorsel vastuvõtul tehtud.
- **Kui ema soovib, võib ta küsida haigusest kokkuvõtte.** Siis on tal ülevaade lapse haigusest ja ravist ning kokkuvõtet saab vajadusel näidata ka arstile, kellel puudub juurdepääs lastehaigla andmebaasile. Varsti käivituv digihaiguslugu laiendab veelgi andmete saamise võimalusi. Selleks aga on vaja lapsevanemate nõusolekut.

- **Tallinnas töötavad lastearstid-konsultandid**, kelle juurde saab perearst suunata lapsi mitmesuguste terviseprobleemidega. Vajadusel teeb konsultant täiendavad uuringud ja korraldab ka eriarstide konsultatsioonid.

Lagle Suurorg
SA Tallinna Lastehaigla kvaliteedijuht



SA TALLINNA LASTEHAIGLA