

Apteek TÄNA küsimustele vastab Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli meditsiinitehnilise hariduse keskuse juhataja ja õppejõud–juhtivlektor

Lilian Ruuben

16

INTERVJU

Millised arengud on täna Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli farmatseudi õppekavas?

Juba viimased kümme aastat on farmatseudi õppekava areng olnud suunatud patsiendikesksuse ja paremate kliiniliste teadmiste ning farmatseudi nõustamisoskuse arendamise poole. Lisandunud on mahtu farmakoloogia-farmakoterapia suunalistele ainetele ning õppekavasse on juurde tulnud sellised ained nagu nõustamine apteegis ja esmaste tervisenäitajate mõõtmine. Ka teiste õppeainete sisu on muutunud praktilisemaks ja patsiendikesksemaks, laborites on kasutusele võetud uusi tehnoloogiaid ja analüüsimeetodeid, lisandunud on ka palju uusi seadmeid, mida õppetöös kasutada. Näiteks eelmisel aastal lisandus meile seade *dissolution*'i testi tegemiseks. Lisaks pööratakse õppekavas palju tähelepanu sellele, kuidas nii õppetöös kui ka oma tulevases töös kesk tänapäevast infomüra üles leida ja kasutada tõenduspõhist informatsiooni. Käesolevast aastast on õppekavas veel aine tervishoiuteenus ja e-tervis, et meie lõpetanud oleksid kursis tervishoius kasutatavate tehnoloogiatega, andmekaitse nõuetega ning küberturvanõuete olulisusega.

Kas farmatseudiõppes on tähelepanu pööratud ka apteegis osutatavate lisateenuste (nt vaksineerimine) õppele?

Farmatseudiõppesse lisandus juba üsna mitu aastat tagasi õppeaine esmaste tervisenäitajate mõõtmine, mille raames õpivad üliõpilased korrektselt läbi viima kapillaarverest tehtavaid analüüse, nagu veresuhkru-, hemoglobiini-, kolesterooli- ja vitamiin D mõõtmine. Õpitakse määrama kehakoostist ning mõõtma vererõhku. Lisaks näitude mõõtmisele pööratakse selles aines palju tähelepanu näitude tõlgendamisele ning nõustamisele. Kindlasti on nõustamise juures toeks ka toitumisõpetuse aines omandatu. Mis puutub vaksineerimisse, siis teoreetilised oskused omandatakse suures osas ka praegu õppekava erinevates ainetes, kuid tulevikuperspektiivina näen õppekavas eraldi kas õppeainena või miks mitte ka valikainena immuniseerimist nii teoreetiliselt kui ka praktiliselt käsitletuna.

Kas/kuidas/miks on farmatseudiõppe ajas muutunud?

Farmatseudiõppe põhipostulaadid on ajas ikka samaks jäänud, kuid muutunud on õpetatavate ainete

osakaal ja uuenenud sisu. Õppekava arendamisel oleme juhindunud ikka ühiskonna ja tööturu vajadustest ning erinevatel õppekava hindamistel tehtud ettepanekutest. Näiteks on õppekavas vähenenud keemia-ainete osakaal ja suurenenud farmakoloogia osakaal. Lisandunud on palju ravimsuhtlemist ja nõustamist. Õppekava on muutunud palju patsiendikesksemaks, kui see oli näiteks 20 aastat tagasi. Oleme püüdnud kaasas käia ka tehnoloogiate arenguga.

Kas ja kuidas leiate lektoreid Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli farmatseudiõppe korraldamiseks?

Uusi kolleege oleme otsinud ja leidnud ikka meie enda eriala seest. Mitmedki praegused õppejõud on meie enda kõrgkooli vilistlased, kes on jätkanud õpinguid hiljem proviisoriõppes. Ja muidugi on meil õppejõududeks ka teistelt aladelt oma eriala professionaalid. Aga üks, mis on kindel, on see, et kõik meie õppejõud on oma eriala väga armastavad heas mõttes fännid, kelle jaoks siin töötamine ei ole üksnes palgatöö, vaid ka hobi ja elustiil. Kõik me soovime panustada parimal viisil eriala arengusse.



**Millist mõju avaldas
koroonaviiruse aeg õppele,
õppepraktikale ja selle
kvaliteedile?**

Väita seda, et koroonaviiruse aeg õpet kuidagi ei mõjutanud, muidugi ei saa. On olnud keeruline aeg nii õppejõududele kui ka muidugi üliõpilastele. Tuli ju väga lühikese aja jooksul ümber korraldada kogu

õpe. Õppejõududel tuli hakata kasutama erinevaid digikeskkondi ja teistsuguseid õppemetoodikaid. Esimese laine ajal läksime täielikult üle distantsõppele, ainult e-kursustel õppimist ei rakenda-

tud, loengute läbiviimiseks hakati kasutama Zoomi keskkonda ning loengute-seminaride pidamine nii-öelda arvutiekraanile tundus alguses üsnagi sürrealistlik. Aga aegamööda kohanesid sellega nii

Kõik meie õppejõud on oma eriala väga armastavad heas mõttes fännid, kelle jaoks siin töötamine ei ole üksnes palgatöö, vaid ka hobi ja elustiil.





üliõpilased kui ka õppejõud, kohandatud sai õppemetoodikat ning praeguseks tundub kõik sujuvat. Keerulisem oli praktilise õppega, mida sel perioodil, kui kõrgkooli hooned olid täiesti suletud, teostada ei saanud. Tegime tunniplaani ringi selliselt, et niipea, kui maja jälle avatud oli, saime ka praktikumid järele teha. Koormus nii üliõpilastel kui ka õppejõududel suurenes märkimisväärselt ning eriti ka selle tõttu, et praktikumide rühmad

jagasime võimaliku nakatumise vältimiseks veelkord pooleks ja seega tundide arv kahekordistus. Praeguseks on olukord peaaegu taastunud, Zoomi keskkonda on jäänud veel loengud, kuid seminarid ja praktikumid toimuvad koolis.

Kuidas või kas toimub üleminek farmatseudiõppelt proviisoriõppele?

Farmatseudi õppekava lõpetanud on võimalik liituda pro-

viisoriõppe kolmanda kursuse õpingutega ning omandada farmaatsiamagistri kraad. Seda võimalust on praeguseks kasutatud siiski üksikuid kordi. Nii mitmedki farmatseudid on jätkanud oma haridusteed kas välismaal farmaatsiamagistri kraadi omandamiseks või siis astunud magistriõppesse farmaatsiaga piirnevatel aladel, nagu näiteks keemia, sotsiaalteadused jms.

Miks on sellest õppe-aastast rakendunud ka ingliskeelne farmatseudiõpe?

Nagu kõigile tänaseks vast teada, on tööturul endiselt farmatseute liiga vähe. Seda kirjeldab ka hiljuti valminud OSKA raport. Kuna õppekohtade arv on seotud rahastusega, ei ole meil võimalik praeguse rahastuse juures tasuta eestikeelse õppe õppekohti suurendada. Materiaalne baas ja õppejõudude olemasolu seda küll võimaldaks, kuid õppevahendid saame soetada siiski vaid praegusele arvule üliõpilastele. Selleks, et leevendada farmatseutide vähesust ning pakkuda võimalust ka teistest riikidest pärit inimestele farmatseudi eriala omandamiseks, saigi ellu kutsutud ingliskeelne tasuline õppekava.

Millised on põhilised erinevused farmatseudi ja proviisori rolli vahel?

Hetkel on need rollid apteegis üsnagi sarnased, mõlemad nõustavad patsiente ja väljastavad ning valmistavad vajadusel ravimeid. Erinevus seisneb vaid selles, et farmatseut ei saa olla apteegi juhataja

gis innovaatilisi uusi lahendusi välja pakub ning neid ka juurutab.

Miks Eesti apteekidel on vaja rakendada apteegiteenuse kvaliteedijuht? Milles seisneb AKJ olulisus – õppele, apteekrile, patsiendile, tervishoiule?

Kahjuks on viimastel kümnenditel ühiskonnas tekkinud apteekidest ja apteekritest kuvand kui rohpoodide müüjatest, kus kaubaks on lihtsalt mitte sai ja leib, vaid ravimikarp, ja peab tunnistama, et suuresti oleme selleks ka ise põhjust andnud. Ka praegu on sageli apteegis näha pilti, kus ainuke küsimus ravimit väljastades on: „Kas te teate, kuidas seda ravimit tarvitada?“ Ja kõige tavalisem vastus sellele küsimusele on jah. Ja me ei tea, kas patsient tegelikult teab või mitte. Peab tunnistama, et vahel ei kõla ka seda küsimust. Õnneks on pilt juba siiski muutunud ja kindlasti muutub ka edaspidi, ning aina rohkem on näha, et apteekides pakutakse kvaliteetset apteegiteenust. Selleks, et iga apteek ja apteeker ise jalgratast leiutama ei peaks, ongi ellu

lekt, et pakkuda oma patsientidele/ klientidele parimat apteegiteenust ning personalile parimat töökeskkonda. Lisaks annab kvaliteedijuht his võimaluse end võrrelda teiste apteekidega ning panna proovile läbi hindamise ja Apteegi Oskarile kandideerimise.

Lisateenused apteegis: kas, kuidas, miks, ja mida tuleks arendada?

Lisateenused apteegis? On need vajalikud? Minu vastus on kindel jah. Aasta-aastalt süveneb tervishoiuvaldkonnas tööjõupuudus nii arstide kui ka õdede osas ning üheks lahenduseks ongi apteekrite senisest suurem kaasamine esmas- tasandi tervishoidu. Apteek on patsiendile tänapäeval tunduvalt lähemal kui seda on perearst või pereõde, ning seetõttu pöörduvad ka patsiendid oma tervisemuredega apteeki. Lisateenused on üheks võimaluseks pakkuda patsientidele paremat apteegiteenust, kuna annavad lisainfot patsiendi tervise kohta ning nõustamisteenused, nagu näiteks suitsetamisest loobumise nõustamine, aitavad patsientidel järgida tervislikumaid eluviise. Kindlasti tuleb aga jälgida, et kõik pakutavad lisateenused oleksid tõendus põhised ja nende osutajad pädevad neid pakkuma. Lisaks apteekrite osutatavatele lisateenustele pakutakse ka näiteks õdede osutatavaid teenuseid, nagu vaksineerimine. Statistika järgi on apteekides pakutav vaksineerimine tõstnud meie elanikkonna vaksineerituse taset näiteks gripi vaksiniiniga päris märgatavalt. Küsitluste põhjal võib ka lisada, et elanikkond peab apteeke vaksineerimiskohtadena usaldusväärseteks ja hästi ligipääsetavateks, ning on valmis laskma end apteegis vaksineerida ka edaspidi. Ja otse loomulikult peame liikuma edasi selles suunas, et tulevikus saaksid meie apteekrid sarnaselt paljude teiste riikidega läbida vastava väljaõppe ning pakkuda vaksineerimisteenust ise.

Kindlasti peaks proviisorist saama ka nõuandja arstile patsientidele määratavate ravimite, nende kaas- ja kõrvaltoimete ja ka raviskeemide analüüsimise osas.

ning omada apteegi enamusosalust. Tulevikus näen ma proviisoril senisest suuremat rolli nõustamisel, näiteks võiks ja peaks proviisorile jääma nii-öelda keerulisemad nõustamised polüfarmakoterapias. Kindlasti peaks proviisorist saama ka nõuandja arstile patsientidele määratavate ravimite, nende kaas- ja kõrvaltoimete ja ka raviskeemide analüüsimise osas. Ja loomulikult võiks olla proviisor see, kes aptee-

kutsutud kvaliteedijuhtise töörühm ja koostatud kogumik, mis kirjeldab ära kvaliteetse apteegiteenuse, motiveeriva ja erialast arengut soodustava töökeskkonna apteekritele, aidates tagada ühtlaselt kvaliteetse apteegiteenuse kogu Eestis. Kvaliteedijuhtises toodud indikaatorid annavad hea võimaluse apteegi eneseanalüüsiks ning suuniste leidmiseks ja tegevuskava koostamiseks edaspidiseks. Ikka sel-

Kuidas on muutunud patsiendi nõustamine apteegis võrreldes viie aasta taguse ajaga?

Nõustamine apteegis on viimase viie aastaga kindlasti paranenud. Üha sagedamini on apteekides näha apteekrit asjalikku ravimialast nõustamist pakkumas. Eks ole nõustamisest palju juttu olnud ka erialasiseselt ja selle vajalikkust on endale rohkem teadvustatud. Apteekritel on olnud võimalus läbida sellealast täiendõpet nii Tallinnas kui ka Tartus. Lisaks on kindlasti kaasa aidanud see, et uutel lõpetanud farmatseutidel ja proviisoritel on koolist kaasa saadud rohkesti teadmisi nõustamisest, selle vajalikkusest ja nõustamistehnikest.

Kas või millised on apteegisektori arengusuunad?

Vastutuse apteegisektori arengu eest on võtnud enda kanda erialaorganisatsioonid ja koolid, loodetavasti tuleb riik meile poolele teele vastu ja leiame koos parimad lahendused edaspidiseks. Nüüdseks on valminud apteegisektori visioonidokument aastani 2030, tööle on asunud ekstemporaalsete ravimite valmistamist ja selle arengut arutav tööriühm. Riigi poolt on alustatud ravimipoliitika dokumendi välja töötamist, kuhu on oma sisendi andnud kõik erialaorganisatsioonid ja koolid. Praegu on apteekrid ja nende teadmised riigi poolt alaksutatud. Loodetavasti liigume selles suunas, et apteegisektori ja riigi koostöö oleks suurem ja apteekrite teadmised ja oskused efektiivselt ühiskonna huvides rakendatud.

Suureneb apteekri roll tervishoiutöötajana ja tervishoiuteenuse osutajana. Suureneb koostöö teiste erialadega, mille kaudu saame olema rohkem kaasatud tervishoiusüsteemi, pakutav apteegiteenus on ühtlaselt kõrge kvaliteediga ja tõendus põhine. Kindlasti suureneb apteekri roll tervise edendamisel ja haiguste ennetamisel.

Apteegisektori arenguks on kindlasti vajalikud uued IT-lahendused, mis tagaksid kiire infovahetuse osapoolte vahel.

Milline on farmatseudi roll viie aasta pärast ühiskonnas / Eesti erinevates piirkondades / tervishoius?

Viis aastat on üsna lühike aeg ja ilmselt kõik praegu plaani võetud mõtted ei pruugi olla veel realiseerunud, kuid samas on see ka piisavalt pikk aeg, et suuta kõiki arenguid ette näha. Usun, et viie aasta pärast nähakse farmatseuti kui tervishoiutöötajat, kes töötab peamiselt apteegis ja kelle ravimi- ja tervisealaseid nõuandeid hinnatakse ja arvestatakse, nõustamine on muutunud individuaalsemaks. Kindlasti on selleks ajaks esimesed

praegu pöörduvad paljud patsiendid esmaste tervisemuredega apteeki, kuna apteek ja apteeker on kättesaadavamad. Statistiliselt külastavad nii terved kui ka haiged inimesed apteeki sagedamini kui perearsti ja nii ongi apteekrist saanud omamoodi väravavaht, kes siis nõustab ise või vajadusel suunab patsienti pöörduma perearstikeskusesse. Loomulikult tähendab see, et peame olema oma ülesannete kõrgusel ning hoidma oma teadmised tasemel ja vaimu virge.

Kuidas hoiad mõtteid virgena ja kust ammutad jõudu, et igapäevaselt toimekalt tegutseda?

Hea küsimus. Ega ma spetsiaalselt selle jaoks midagi ei tee. Eks ma püüan erialaste arengutega nii Eestis kui ka mujal ennast kursis hoida.

Usun, et viie aasta pärast nähakse farmatseuti kui tervishoiutöötajat, kes töötab peamiselt apteegis ja kelle ravimi- ja tervisealaseid nõuandeid hinnatakse ja arvestatakse

muudatused realiseerunud ravimite valmistamise valdkonnas ning see apteegitöö osa on saamas uut hingamist. Edasi on arenenud apteegi ja riigi IT-valdkond, ning see toetab kindlasti farmatseudi tööd. Paranenud on farmatseudi edasiõppimise võimalused proviisoriõppes või magistrantuuris, võimalik on omandada mikrokraade ning toimib eesmärgistatud täiendõppe süsteem.

Kas ja kui palju lisarolle peaks apteek/apteeker võtma esmatasandi tervishoius? Miks?

Apteegi ja apteekri lisaroll esmatasandi tervishoius päris kindlasti suureneb, ja seda juba meie demograafilise olukorra ja sellega seoses järjest suureneva pereõdede ja perearstide koormuse tõttu. Juba

Kindlasti on üheks motivaatoriks minu suurepäraseks ja toetavaks kolleegid, kellega olen valmis iga kell luurele minema ja kes on valmis ka kõige pöörasemate ideede ja mõtetega kaasa tulema. Tööväliselt motiveerib mind minu pere, kes on mulle nii ilusamatel hetkedel kui ka keerulisematel aegadel alati toeks ja abiks olnud. Kodus ootavad mind ka kaks kassi, kelle toimetamisi jälgides meel iseenesest rõõmsaks läheb ja mured kaovad. Lisaks saan ma ennast maandada ja uut energiat ammutada oma väikesest hobiaiast, kus proovida kätt ja katsetada nii igapäevaseimate kui ka veidi eksootilisemate taimede kasvatamisel ja nautida aastaaegade vaheldumist ning looduse tarkust. 🌱

Küsitles Eve Kaju

