



Õiguskantsler

Merle Vaher  
juhatuse liige  
Elora Keila Haigla AS  
merle.vaher@elora.ee

Teie nr

Meie 18.06.2026 nr 7-9/261004/2605216

### **Kontrollkäik Elora Keila Haigla AS-i hooldekodusse**

Lugupeetud Merle Vaher

Õiguskantsleri nõunikud kontrollisid 26. märtsil 2026 Elora Keila Haigla AS-i ööpäevaringset üldhooldusteenust osutava hooldekodu (edaspidi: hooldekodu) tegevust ja hoolealuste elamistingimusi. Kontrollkäigust ette ei teatatud.

Õiguskantsleri nõunikega oli kontrollkäigul kaasas peremeditsiini eriarst (edaspidi: tervishoiuekspert). Nõunikud ja tervishoiuekspert tegid ringkäigu hooldekodu 1.-4. korruse ruumides, 5.-6. korrusel tegevustubades, tutvusid valikuliselt dokumentidega ning vestlesid hooldusjuhi, töötajate ja hoolealustega.

Hooldekodu pakub [tegevusloa](#) kohaselt ööpäevaringset üldhooldusteenust kuni 420 inimesele. Kontrollkäigu ajal elas hooldekodus 390 inimest. Samas hoones asub ka õendushaigla.

Hooldekodu asub kuuekorruselises hoones ja on jagatud 17 osakonnaks. Liikumise hõlbustamiseks on majas liftid. Magamistoad on ühe- kuni neljakohalised. Mehed ja naised on paigutatud eraldi tubadesse, abielupaaridel võimaldatakse soovi korral olla ühes toas.

Kontrollkäigu ajal oli hooldekodu töötajate nimekirjas kokku 94 hooldajat ja abihooldajat (edaspidi koos: hooldaja). Ühes osakonnas töötab päevasel ajal kaks hooldajat ning öösel üks hooldaja. Lisaks töötab igal korrusel tööpäeviti abihooldaja, kelle ülesanne on hoolealuseid pesta. Raske dementsusega inimesi hooldavates osakondades töötab ööpäev läbi üks hooldaja.

Tunnustan hooldekodu, et inimeste vaba aja veetmiseks on leitud mitmekesiseid võimalusi ja korraldatakse üritusi.

Hea on see, et hooldusplaani vorm on hästi struktureeritud, nii et sellelt leiab olulise info hõlpsalt üles. Hooldusplaani tuleb regulaarselt üle vaadata ja neid uuendada seadusega sätestatud tähtaja jooksul.

Hea on ka see, et mitmed magamistoad olid muudetud hubasemaks. Seda tuleks teha kõigis magamistubades. Magamistubade uksi peab olema võimalik seestpoolt võtmeta lukustada.

Õiguskantsleri Kantselei

Kohtu 8, 15193 TALLINN. Tel 693 8404. Faks 693 8401. [info@oiguskantsler.ee](mailto:info@oiguskantsler.ee) [www.oiguskantsler.ee](http://www.oiguskantsler.ee)

Hoolealuseid tuleks pesta vähemalt kord nädalas. Oluline on pöörata tähelepanu suuhooldusele ja seda toetada. Inimese rõivad peaks olema vaid tema enda kasutuses.

Jälgima peaks, et toitu jätkuks kõigile ja seda ei jääks puudu.

Töötajate arvu kavandades tuleb silmas pidada hooldekodu ja hooldatavate eripära. Majandustegevuse registris kajastuvaid töötajate andmeid tuleks järjepidevalt ajakohastada.

Hooldajad peavad aitama lamajatel regulaarselt kehaasendit muuta.

## **Hooldusplaaniid**

Hooldekodus kasutatav hooldusplaani vorm on hästi struktureeritud ja info on esitatud ülevaatlikult. Nii leiab sellelt olulise teabe hõlpsalt üles. Hooldajad täidavad iga hooldekodu elaniku kohta hoolduslehte, kuhu märgivad iga päev nii tehtud hooldustoimingud kui ka tähelepanekud inimese tervises seisundi, meeleolu, une muutuste jm kohta.

Üks hoolealune rääkis, et ta on avaldanud soovi talle koostatud hooldusplaani ülevaatamisel osaleda, kuid tema soovi pole arvestatud. Sotsiaalhoolekande seadus ([§ 21 lõige 2](#)) näeb ette, et teenuseosutaja koostab hooldusplaani koostöös teenuse saajaga. Kui teenuse saaja pole kontaktne, siis palutakse hooldusplaani koostamises osaleda teenuse rahastajal. Soovitan kaasata sellesse protsessi ka hooldajad, kuna nemad tegelevad hooldatavatega iga päev ja näevad kõige paremini, millised on iga inimese vajadused.

Hooldusplaanide kontrollimisel leidsid õiguskantsleri nõunikud, et mitmed hooldusplaaniid olid jäänud nõutud tähtaja jooksul üle vaatamata. Näiteks olid uuendamata 2E osakonna hoolealuste E. A. (koostamise aeg 05.06.2025), T. L. (koostamise aeg 01.07.2025), E. K. (koostamise aeg 17.07.2025), U. K. (koostamise aeg 04.09.2025) ja S. U. (koostamise aeg 19.09.2025) hooldusplaanid ning 3A osakonna hoolealuste M. T. (koostamise aeg 16.07.2025), A. T. (koostamise aeg 16.07.2025), A. Z. (koostamise aeg 18.07.2025), T. M. (koostamise aeg 15.08.2025) ja O. Ž. (koostamise aeg 05.09.2025) hooldusplaanid.

Hooldusplaan tuleb üle vaadata vähemalt kord poolaastas ([SHS § 21 lg 5](#)). Riigikogu on ette näinud, et kuna hooldusteenuse saaja abivajadus muutub aja jooksul, peab teenuseosutaja hooldusplaani üle vaatama vähemalt iga kuue kuu tagant ning vajaduse korral selles muudatused tegema. Hooldusplaani tuleks võrrelda ka hoolduspäevikus oleva infoga, et näha, milliseid teenuseid on inimesele tegelikult osutatud.<sup>1</sup>

Vestlustest selgus, et mõned hooldajad ei tea, kus inimeste hooldusplaanid asuvad ja et hooldajad saavad neid kasutada. Seetõttu tekkis õiguskantsleri nõunikel kahtlus, et hooldajad tõenäoliselt ei kasuta hooldusplaanide oma igapäevases töös. Õiguskantsler on varem rõhutanud, et hooldusplaanid peaksid olema hooldajatele pidevalt kättesaadavad, ainult sel juhul on neist kasu.<sup>2</sup>

Palun hooldekodul tagada, et kõik hooldusplaanid vaadataks üle seadusega nõutud tähtaja jooksul ja vajaduse korral uuendataks neid. Tuleb jälgida, et hooldajad kasutaksid hooldusplaanide järjepidevalt.

<sup>1</sup> Vt sotsiaalhoolekande seaduse eelnõu 98 SE [seletuskiri](#), lk 24.

<sup>2</sup> Õiguskantsleri 11.05.2023 kontrollkäik [Marta Kodusse](#), lk 3.

## Hügieenitingimused ja privaatsus

Igas osakonnas töötab üks abihooldaja, kelle töö on hoolealuste pesemine. Inimesed rääkisid, et neid pestakse kord nädalas ning samal ajal annavad nad pesemiseks ära riided. Tavaliselt märgitakse üles kuupäevad, millal inimesi pestakse ning nende voodipesu ja rõivaid vahetatakse. Hoolduslehtedele selliste ülestähenduste tegemine on hea praktika.

Kontrollitud hoolduslehtede põhjal selgus, et märtsikuus oli mitut hooldatavat pestud harvemini kui kord nädalas. Näiteks 1A osakonnas oli kaht hoolealust (A. L. ja E. K.) pestud 10-päevase ajavahega. 2E osakonnas oli kahe inimese (H. S. ja U. K.) pesemiskordade vahele jäänud samuti 10 päeva ning H. J. puhul 13 päeva. 3A osakonnas oli üht hoolealust (R. G.) pestud 11 päeva tagant ja teist (V. M.) 12 päeva tagant.

Palun hoolitsege, et kõiki hoolealuseid pestaks vähemalt kord nädalas, nagu näeb ette sotsiaalkaitseministri [määrus](#). Selline kord tuleks tagada ka siis, kui on riigipühad, pesemise eest vastutavad abihooldajad puhkavad või on mõnel muul põhjusel töölt eemal. Kui inimest pesta või voodipesu vahetada ei saa (nt inimene seda ei soovi), siis tuleks lühidalt kirja panna põhjus. Selliselt saab hooldekodu säilitada täpse ülevaate hooldustoimingute tegemisest.

Esimese korruse elanike pesemisgraafikus oli ekslikult sõnastatud märke, et kord nädalas on soovituslik pesemissagedus. See ei ole õige – sotsiaalkaitseministri [määrus](#) kohustab kõiki hoolealuseid vähemalt kord nädalas pesema. Ka kontrollkäigul osalenud tervishoiuekspert märkis, et arvestades eakate ja abivajavate hooldatavate üldist tervises seisundit ning nahaprobleemide, infektsioonide ja ebamugavustunde tekkimise ohtu, tuleb inimesi pesta vähemalt kord nädalas. Nii on võimalik tagada vajalik hügieen, vältida nahakahjustusi ja parandada ka inimeste üldist heaolu.

Piinamise ja Ebainimliku või Alandava Kohtlemise või Karistamise Tõkestamise Euroopa Komitee (European Committee for the Prevention of Torture and Inhuman or Degrading Treatment or Punishment – CPT) hinnangul tuleb ka hoolealuste voodipesu vahetada vähemalt kord nädalas.<sup>3</sup>

Hoolduslehti kontrollides hakkas silma, et sageli ei olnud neis ühtki märkust suuhügieeni kohta. Hoolduslehe vormil on selle kohta eraldi rida, kuid seda enamasti ei täideta.

Suuhooldus on oluline osa igapäevasest hügieenist. [Üldhooldusteenusele esitatavate nõuete](#) kohaselt tuleb hoolealuseid aidata ja juhendada ka hammaste pesemisel ja hambaproteeside puhastamisel vähemalt üks kord ööpäevas. Ka CPT on soovitanud hoolekandeesutustel inimesi igakülgsest toetada, et suuhügieen oleks regulaarne.<sup>4</sup> Seega palub õiguskantsler hooldekodul jälgida ja kirja panna, kas hoolealused puhastavad hambaid ja hambaproteese, ning vajadusel neid selles toetada.

Mitmed hoolealused kasutasid potitoole. Toas nr 116 oli kontrollkäigu ajal mitme tunni vältel jäänud potitool tühjendamata. Nii nagu tualeti kasutamine, peab ka potitooli kasutamine olema hügieeniline (vt [sotsiaalministri määrust](#)). Selleks tuleks potitool pärast kasutamist viivitamata tühjendada ja puhastada. Inimese väarikust alandab see, kui ta peab viibima ruumis, kus on väljaheidete hais.

<sup>3</sup> CPT 2022. a [Itaalia](#) visiit, p 248.

<sup>4</sup> CPT 2023. a [Albaania](#) visiit, p 220.

Palun hoolitsege, et inimesi pestaks vähemalt kord nädalas. Palun pöörake tähelepanu ka suuhoolduse jälgimisele ja toetage selles hoolealuseid. Potitooli kasutamine peab olema hügieeniline.

## Olme

Hea on see, et mitmeid hooldekodu magamistube on püütud hubasemaks muuta. Selleks on värvitud toaseintele mustreid ning toodud tuppa toataimi. Paljud magamistoad nägid siiski välja askeetlikud, ka dementsusega inimeste hooldamisele spetsialiseerunud osakondades.

CPT on rõhutanud, et hoolekandeesutuses tuleb inimesi julgustada ja toetada oma eluruumi kujundamisel ja kaunistamisel. Hubane elukeskkond mõjub rahustavalt ja teraapiliselt.<sup>5</sup> Kuivõrd hooldekodu mitmes osakonnas hooldatakse dementsusega inimesi, tuleks eriti seal rohkem tähelepanu pöörata koduse elukeskkonna kujundamisele. See aitab inimestel tunda end turvaliselt.<sup>6</sup>

Magamistoauksi sai mõlemalt poolt avada ainult võtmega. Selline lahendus ei vasta kehtivatele nõuetele. [Sotsiaalministri määruse](#) kohaselt peab olema võimalik magamistoa ust seestpoolt lukustada ka ilma võtmeta, kuid töötaja peab saama vajaduse korral väljastpoolt ukse lukust lahti teha. Palun tagage, et need nõuded oleksid täidetud.

Palun pöörake rohkem tähelepanu magamistubades kodusema tunde loomisele. Hoolekandeesutuses elaval inimesel peab olema võimalik oma magamistoa ust ise soovi korral lukustada.

## Toit

Hooldekodus pakutakse süüa kindlatel kellaaegadel: hommikusööki kella 8.30–9.30, lõunasööki kella 12.00–13.30 ja õhtusööki kella 17.00–18.30. Lisaks pakutakse õhtuoodet, mida serveeritakse koos õhtusöögiga. Mõni inimene arvas, et pärast kella 17 süüa ei pakutagi. Jäi mulje, et kõik inimesed ei teadnud arvestada sellega, et nad võiksid õhtuooteks pakutud toitu süüa ka hiljem, pärast õhtusööki.

Toit valmistatakse Elora Keila Haigla AS-i köögis. Diabeetikutele, gluteeni- või laktoositalumatusega hooldatavatele tehakse eritoitu. Enda toitu saavad inimesed hoida ühisruumi külmkapis. Hooldajad abistavad inimesi, kes ise ei tule söömisega toime. Hoolealused olid pakutava toidu kogusega üldiselt rahul. Mitu inimest siiski kurtis, et toidu maitse võiks olla parem.

Esimesel korrusel tõstavad toidu taldrikutele hooldajad. Töötajad rääkisid, et sageli seal kõigile inimestele toitu ei jätku ja seda tuleb köögist juurde küsida. Jäi mulje, et teistel korrustel toodi toit osakondadesse portsjoniteks jaotatuna. Selline korraldus lihtsustaks ka esimese korruse hooldajate tööd.

Palun leidke võimalusi, et toit vastaks rohkem inimeste söömisharjumustele, ja jälgige, et jagatavast toidust ei tuleks puudu.

<sup>5</sup> CPT 2022. a [Portugali](#) visiit, p 80; CPT 2020. a [Moldova](#) visiit, p 114.

<sup>6</sup> Dementsuse Kompetentsikeskus, 2025. „[Vabalt ja väärikalt. Praktiline käsiraamat vältimaks füüsilist ja ravimitega sekkumist](#)“, lk 31-33 (kättesaadav veebis).

## Rõivad

Hoolealused rääkisid, et nad kannavad nii oma kui ka hooldekodu pakutud rõivaid. Töötajad selgitasid, et neile, kellel enda rõivaid ei ole, pakub riided hooldekodu. Hooldekodu rõivad on osakonna märgistusega. Inimesed arvasid, et need riided ei ole nende ainukasutuses.

Hoolealused saavad pärast riiete pesemist enamasti oma rõivad tagasi. Mitu hoolealust rääkis siiski, et nende rõivad on pesus kaotsi läinud. Kui rõivad ei ole nimega tähistatud, siis on keeruline tagada, et need jõuavad pärast pesemist tagasi sama inimese kätte. CPT on rõhutanud, et hoolekandeesutustes tuleks vältida rõivaste ühiskasutust. Iga riideese peaks olema ühe inimese kasutuses.<sup>7</sup>

Palun hoolitsege selle eest, et iga hoolealune saaks kanda talle mõeldud rõivaid.

## Vaba aja veetmine ja aktiveerivad tegevused

Hea on see, et hooldekodus on tööpäeviti tööl kaks tegevusjuhendajat ja et päevakavas on planeeritud mitmesuguseid tegevusi inimeste aktiivsuse suurendamiseks. Hooldekodus käib ka hingehoidja.

Hooldekodu 5. ja 6. korrusel paiknevad tegevustoad, kuhu inimesed võivad minna terve päeva jooksul. Hommikupoolikuti teevad tegevusjuhendajad seal koos hoolealustega harjutusi, mootorikaülesandeid ja mängivad bingot. Reedeti vaadatakse koos Eesti filmiklassikat ja juuakse kohvi. Iga kuu toimub hooldekodus mõni üritus, tähistatakse tähtpäevi, sealhulgas hoolealuste sünnipäevi. Meeldiv oli kuulda, et suuremate ürituste ajal katab hooldekodu osalejatele suupistelaad.

Pärastlõunal tegelevad tegevusjuhendajad hoolealustega individuaalselt. Tegevusjuhendajad käivad läbi kõik korrused ja vestlevad inimestega ning proovivad välja selgitada, milliseid tegevusi või abi nad vajavad. Siiski rääkisid mõned hooldatavad õiguskantsleri nõunikele, et nad ei tea ajaveetmise võimalustest midagi, ning neile ei meenunud, et keegi oleks käinud nendega vestlemas või aega veetmas. Soovitan leida võimalusi, kuidas anda inimestele paremini teada ajaveetmise võimalustest.

Osakondades olid lugemiseks välja pandud värsked ajalehed. Mõni hoolealune rääkis, et soovi korral võivad nad tellida lugemiseks raamatuid. Mitmel korrusel olid raamatud ka riiulitel kättesaadavad.

Hea on ka see, et hooldajad viivad inimesi õue. Hooldekodu kinnitas, et sel aastal saab valmis sisehoov, nii et inimestel on veelgi paremad võimalused õues viibida.

Tunnustan hooldekodu, et inimestele pakutakse mitmekesiseid võimalusi vaba aja veetmiseks. Palun pöörake rohkem tähelepanu ka passiivsemate inimeste kaasamisele. Kindlasti tuleks jätkata ka tava viia inimesi regulaarselt õue.

---

<sup>7</sup> CPT 2015. a [Moldova](#) visiit, p 179.

## Töötajad

Hooldekodu kontrollib, ega tööle asuval hooldajal ei ole kehtivat [karistust](#) tahtlikult toimepandud kuriteo eest. Hooldekodu selgituste kohaselt kontrollitakse hooldajate tausta tööle asumisel ja ka edaspidi.

Kontrollkäigu ajal olid [majandustegevuse registris](#) üldhooldusteenuse osutaja andmed osaliselt vananenud. Hooldekodu kinnituseel töötab majas 94 hooldajat, kuid registrisse olid kantud 77 töötaja andmed. Viimased registrikanded töötajate kohta olid tehtud 2024. aasta mais.

Teenuseosutaja peab tagama, et majandustegevuse üldandmete muutumisel uuendataks ka registri andmeid ning et uued andmed esitataks registripidajale viivitamata, kuid hiljemalt viie tööpäeva jooksul ([majandustegevuse seadustiku üldosa seaduse § 30 lg 5](#)). Palun esitage registrisse ajakohased andmed.

Hooldekodu selgitas, et enamik abihooldajatest oskab eesti keelt A2-tasemel. 24-tunnises vahetuses töötavalt hooldajalt nõuab hooldekodu B1-tasemel eesti keele oskust. [Vabariigi Valitsuse määrusega](#) on kehtestatud nõue, et isikuhooldustöötajad ja sotsiaalhoolekandetasutuse abipersonal peavad oskama eesti keelt vähemalt B1-tasemel.

Õiguskantsleri nõunikel tekkis kahtlus, et paljud hooldajad siiski ei valda piisaval tasemel eesti keelt. Mõned hoolealused avaldasid arvamust, et keelebarjääri tõttu on mitmete hooldajatega keeruline suhelda.

Puuduliku keeleoskuse tõttu ei pruugi hooldaja ja hooldatav üksteisest aru saada ning hooldaja ei pruugi mõista seda, mis on kirjas inimese hooldusplaanis. Nii võib inimese seisundist arusaamine ja olulise info edastamine osutuda keeruliseks, mistõttu võib hooldatav jääda õigeaegse abita. Mõne olukorra aitaks lahendada automaatsete tõlkevahendite kasutamine. Siiski peaks igas vahetuses tööl olema vähemalt üks riigikeelt piisavalt heal tasemel valdav töötaja.

Registrisse kantud andmed teenuseosutaja kohta peavad olema ajakohased. Hooldekodul tuleb tagada, et hooldajad oskaksid piisavalt eesti keelt, et nad hoolealustest aru saaksid.

## Töökorraldus

Meeldiv oli kuulda töötajate arvamust, et töö on hästi organiseeritud.

Kontrollkäigul selgus, et mõnede töö hõlbustamiseks kasutatavate vahendite seisukord võiks olla parem. Töötajad rääkisid, et hooldatavate tõstmiseks mõeldud tõstuk on sageli katki. Eriti kitsamas ruumis, näiteks tualetis, võib inimese tõstmine olla keeruline ülesanne. Sellisel puhul on tõstukist töötajatele palju abi. Palun hoolitsege, et abivahendid oleks töökorras ja hooldajatele alati kättesaadavad.

Hooldekodu 3. korruse parema tiiva märtsi- ja aprillikuu töögraafikutest ilmnes, et sel ajal töötasid kõik hooldajad tavalisest suurema koormusega. Näiteks märtsikuus pidanuks töötunde olema 176, aga kuna koormus jagunes nelja hooldaja vahel, ulatus nende inimeste tööaeg enam kui 200 tunnini. Oli mitmeid päevi, mil hooldajad töötasid mitu vahetust järjest.

Tööandja ja töötaja saavad kokku leppida [summeeritud tööaja](#) rakendamises, mille puhul töökoormus jaotub ebaühtlaselt ja võibki periooditi suurem olla. Juhul kui töötajaid on vähe, ei ole

võimalik töökoormust hajutada ja kõigi töötajate töökoormus on pidevalt liiga suur. Lisaks tuleb arvestada, et kui mõni töötaja haigestub, on puhkusel või muul põhjusel töölt eemal, suurendab see veelgi teiste töötajate töökoormust.

Üldhooldekodu hoolealuste toimetulek ja inimväärne elu sõltub paljuski nendega vahetult tegelevatest hooldekodu töötajatest. Hooldajaid peab olema piisavalt ning nende kvalifikatsioon ja koormus peavad võimaldama neil hoolitseda inimeste eest nii, nagu on kindlaks määratud hooldusteenust saavate inimeste hooldusplaanis ([SHS § 22 lg 1](#)).

Hooldamisel kasutatavad abivahendid peaksid olema töökorras. Töötajate arvu kavandades tuleb silmas pidada, kui palju on hooldekodus hoolealuseid, kui palju nad vajavad abi ja järelevalvet ning millised on hoone ja territooriumi eripärad.

### **Tervise seisundist sõltuvad toimingud ja ravimid**

Hooldekodus töötab kaks meditsiiniõde. Õed töötavad argipäeviti. Öösel ja nädalavahetusel nad majas ei viibi. Sel ajal saavad hooldajad vajadusel konsulteerida samas Keila Haigla majas asuvate õendushooldusteenuse osakonna valvõttega.

Meditsiiniõe tööülesandeks on tegeleda hoolealuste tervisemuredega, vajadusel konsulteerida arstidega, tellida ja käidelda ravimeid ning teha mitmeid protseduure (näiteks vereproovide võtmine, lihtsamad sidumised jms). Keerulisemaid sidumisi ning näiteks depooravimite süstimist käivad tegemas õendushooldusteenuse osakonna õed. Oma tegevused dokumenteeritakse vastavas arvutiprogrammis. Sealt on võimalik infot edastada ka tervise infosüsteemi.

Meditsiiniõele teatavad klientide tervisemuredest hooldajad või hooldusjuht. Infot antakse edasi ka osakonna infovihikus. Hommikuti vahetatakse infot valvevahetuse üleandmisel. Tervishoiuekspert soovitas täpsustada õdede töökorraldust, et nad saaksid hoolealuste tervise kohta vajalikku infot ka tagantjärele.

Hooldekodus elab palju inimesi, kes ei suuda ise liikuda ja lamavad voodis. Iga inimese hoolduslehele on aktiveerivate tegevuste jaoks jäetud rida, kuhu saab märkida, kui inimesel on aidatud asendit vahetada. Kuigi mõne inimese hooldusplaanis oli kirjas, et ta vajab asendivahetust abi, ei olnud hoolduslehele selle kohta märkeid tehtud. Näiteks kolmandal korrusel elava hoolealuse V. B. kohta oli hooldusplaanis kirjutatud, et inimene on voodihaige ja vajab lamatisevastast madratsit. Mitmel märtsikuu päeval polnud hoolduslehele tehtud ühtki märget selle kohta, et inimest oleks abistatud asendivahetusel. Kuna hoolduslehele saab iga päev teha asendivahetuse kohta ainult ühe märke, jäi selgusetuks selle märke sisuline väärtus.

Mõne inimese asendivahetus registreeritakse veel eraldi lehel. Näiteks kolmanda korruse elaniku N. P. kohta oli kirja pandud asendivahetused 2–3 tunni tagant kella 6 ja 23 vahel. Öise pööramise kohta ülestähendused puudusid.

Voodihaige ei tohi olla kaua ühes asendis. Kui inimene ei suuda ise asendit muuta, siis tuleb teda ööpäev läbi pöörata vähemalt iga kahe tunni tagant, vajadusel isegi tihedamini.<sup>8</sup> Ka tervishoiuekspert rõhutas, et lamavaid patsiente tuleb pöörata ka öösel iga kahe tunni järel, kuna surve luulistele kehapiirkondadele (nt ristluu, puusad, kannad) võib juba 1–2 tunni jooksul põhjustada kudede isheemiat ja lamatist. Mõned patsienti, kellel ei ole suurt ohtu lamatiste tekkeks

---

<sup>8</sup> „Hoolides ja hoolitsedes“, e-õpik (2023), peatükk 8.3. [Lamatiste ennetamine](#).

(kellel on hea toitumus, kuiv nahk ja lamatisi pole), võib öösiti pöörata ka 3–4 tunni tagant. Sellise otsuse võib teha ainult pärast lamatiste tekkimise riski hindamist ja dokumenteeritud otsuse alusel.

Inimeste raviskeemid koostab tavaliselt perearst ja inimene tuleb hooldusele koos selle skeemiga. Ravimite kordusretsepte annab välja ja ravikeemi muudatuse korraldab samuti perearst või eriarst. Meditsiiniõde hoolitseb selle eest, et info oleks arstile edastatud õigel ajal.

Hoolealuste ravimeid hoitakse originaalkarpides nimelistes korvides, mis asuvad igal korrusel eraldi lukustatud toas. Nendes tubades jagavad õed ravimeid ka ravimipinalitesse. Ravimipinaleid hoitakse korrustel lukustatud ruumides. Sealt saavad need võtta hooldajad, kes viivad ravimid hoolealustele. Selles toas hoitakse ka iga inimese kohta koostatud infovihikut, millesse on kirja pandud tähtsam info tema tervise kohta ja ka raviskeem. Infovihikust saab vajadusel teavet ka kiirabi. Iga inimese raviskeem on märgitud ka ravimipinali põhjale.

Valuvaigistite ja muude käsimüügiravimite kasutamine dokumenteeritakse. Narkootilisi ravimeid (nt fentanüüliplaastreid), hoitakse meditsiiniõdede kabinetis lukustatud seifis ja neid kasutatakse õdede järelevalve all.

Palun hooldekodul paremini läbi mõelda, kuidas edastada öele hoolealuste tervist puudutavat infot selle aja kohta, kui ta tööl ei viibi. Suuremat tähelepanu tuleks pöörata lamatiste ennetamisele ja aidata lamajatel regulaarselt kehaasendit muuta.

Ootan Teie seisukohta võimaluse korral hiljemalt 31. juuliks 2026.

Lugupidamisega

*/allkirjastatud digitaalselt/*

Ülle Madise