

Teave hooldajatele



teva

—
Hooldaja on
tervishoiutöötajate
meeskonna oluline
liige





Sissejuhatus

Hindame kõrgelt hoolekandeteenuste osutajaid – sotsiaaltöötajaid, tugiisikuid, hooldustöötajaid ja kõiki teisi, kes on võtnud enda kanda raskete terviseprobleemidega pereliikmete, sugulaste või sõprade hooldamise vastutusrikka ülesande. Hooldajad lähevad meile korda, mistõttu jagame koduhooldust vajavate krooniliselt haigete või puudega täiskasvanute hooldajatele struktureeritud ja hõlpsasti leitavat teavet. Alljärgnevatelt lehekülgedelt saad ülevaate koduhooldus- ja rehabilitatsiooniteenusest, isikliku abistaja teenusest, täisealise isiku hooldusest ja mitmesugustest abivahenditest.

Eestis osutavad koduhooldusteenust sotsiaalteenuste pakkujad ja kohaliku omavalitsuse osakonnad, aga ka lepingulised koostööpartnerid, nagu valitsusvälised organisatsioonid, mittetulundusühingud ja erinevad ettevõtted. Sotsiaalhoolekande seadus näeb ette koduhooldusteenuste osutamise kõigis kohaliku omavalitsuse üksustes.

Alljärgnevalt on toodud mõned võimalused abi saamiseks Eestis, sh:

teenused raskelt haigetele või puudega inimestele

- ✓ koduhooldusteenus
- ✓ tugiisiku teenus
- ✓ täisealise isiku hooldus
- ✓ sotsiaaltransporditeenus
- ✓ tehnilised abivahendid
- ✓ rehabilitatsiooniteenus

hooldajatele mõeldud teenused:

- ✓ rahaline toetus
- ✓ omastehooldaja asendamine



—
Teenused
raskelt haigetele
või puudega
inimestele

Koduhooldusteenus

Millega on tegemist

Koduhooldusteenuse osutamisel abistatakse isikut toimingutes, mida ta oma tervise seisundist, tegevusvõimest või elukeskkonnast tulenevatel põhjustel ei suuda sooritada kõrvalise abita, kuid mis on vajalikud kodustes tingimustes elamiseks, nagu kütmine, toiduvalmistamine, eluruumi ja riiete korrastamine, ning väljaspool eluruumi, nagu toiduainete ja majapidamistarvete ostmine ja muu asjaajamine.

Kes saab teenust taotleda?

Teenust osutatakse puudega inimestele, eakatele, lastega ja toimetulekuraskustes peredele.

Mis on teenuse maksumus?

Sõltuvalt inimese majanduslikust olukorrast osutatakse teenust tasu eest, osaliselt või täielikult tasuta (otsustab linnaosa sotsiaalhoolekande osakond). Koduhooldusteenust osutatakse tasuta isikutele, kelle sissetulek jääb alla Vabariigi Valitsuse kinnitatud kehtiva palga alammäära.

Kuidas teenust taotleda?



Teenuse saamiseks tuleb pöörduda oma elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonda (e-posti või telefoni teel või kohale minnes). Teenuse vajaduse tuvastab sotsiaalhoolekande osakonna spetsialist kodukülastuse käigus.

Loe lisaks:

<https://www.tallinn.ee/et/teenused/koduteenus>

<https://www.eesti.ee/et/puudega-inimesed/toetused-ja-teenused-puudega-inimesele/sotsiaalteenused>





Tugiisiku Teenus (isiklik abistaja)

Millega on tegemist?

Isiklik abistaja aitab inimest tema igapäevaelu tegevustes, nagu liikumisel, söömisel, toidu valmistamisel, riietumisel, hügieenitoimingutes, majapidamistöodes ja muudes toimingutes, milles inimene vajab juhendamist või kõrvalabi. Isiklik abistaja on kehalise puudega inimesele saatja ka väljaspool kodu, aidates tal näiteks osaleda õpingutes või huviringide töös.

Mida aitab teha isiklik abistaja?

- ✓ saadab nägemispuudega inimest ühest sihtkohast teise
- ✓ aitab liikumispuudega inimest ratastooli lükkamisel või muu liikumisabivahendiga liikumisel
- ✓ abistab kirjutamisel, lugemisel ja suhtlemisel
- ✓ aitab söömisel, riietumisel, hügieenitoimingutes jt sarnastes tegevustes

Kõrvalabi vajaduse määra hinnatakse ja täpsustatakse iga isiku puhul eraldi.

Kohaliku omavalitsuse üksus valmistab koostöös teenuse saaja ja osutajaga ette haldusakti või -lepingu teenuse osutamiseks, mis sätestab toimingud, milles kõrvalabi vajatakse.

Kes saab teenust taotleda?

Teenust osutatakse täiskasvanud isikutele, kes oma kehalisest puudest tulenevalt vajavad kõrvalabi. Isikliku abistaja teenuse kasutaja peab olema võimeline vastu võtma oma elukorraldust puudutavaid otsuseid ja juhendama isiklikku abistajat asjaajamise korraldamisel, et viimane saaks teenust osutada.

Mis on teenuse maksumus?

Sõltuvalt inimese majanduslikust olukorrast osutatakse teenust tasu eest, osaliselt või täielikult tasuta (otsustab linnaosa sotsiaalhoolekande osakond).



Kuidas teenust taotleda?



Teenuse saamiseks tuleb pöörduda oma elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonda (e-posti või telefoni teel või kohale minnes).

Pärast vastava taotluse esitamist aitab kohaliku omavalitsuse üksus teenuse saajal valida välja isikliku abistaja. Teenuse saajal on enne teenuse saamist õigus isikliku abistajaga kohtuda, et hinnata omavahelist sobivust.

Loe lisaks: <https://www.tallinn.ee/et/teenused/isiklik-abistaja>

Täisealise isiku hooldus

Millega on tegemist?

Hooldus seatakse isikule, kes vastavalt esitatud taotlusele vajab abi oma õiguste teostamiseks ja kohustuste täitmiseks. Hoolduse seadmisel määratakse kindlaks hooldava isiku ülesanded. Hooldust teostab kohaliku omavalitsuse üksuse määratud isik. Hooldusteenus seatakse ja hooldav isik määratakse hooldatava nõusolekul.

Kes saab teenust taotleda?

Teenust osutatakse täiskasvanud isikutele, kes oma vaimsest või kehalisest puudest tulenevalt vajavad kõrvalabi.

Mis on teenuse maksumus?

Sõltuvalt inimese majanduslikust olukorrast osutatakse teenust tasu eest, osaliselt või täielikult tasuta (otsustab linnaosa sotsiaalhoolekande osakond).

Kuidas teenust taotleda?



Teenuse saamiseks tuleb pöörduda oma elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonda (e-posti või telefoni teel või kohale minnes).

Sotsiaaltransporditeenus

Millega on tegemist?

Sotsiaaltransporditeenus on kohaliku omavalitsuse üksuse korraldatav sotsiaalteenus, mille eesmärk on võimaldada puudega isikul, kelle puue takistab isikliku või ühissõiduki kasutamist, kasutada tema vajadustele vastavat transpordivahendit tööle või õppeasutusse sõitmiseks või avalike teenuste kasutamiseks.

Kes saab teenust taotleda?

Vähemalt 3-aastased raske või sügava liikumis- või nägemispuudega või psüühikahäirega elanikud.

Mis on teenuse maksumus?

Liiniveona osutatava sotsiaaltransporditeenuse eest võib tasu võtta summas, mille isik kulutaks sama vahemaa läbimiseks soodsaima olemasoleva transpordivahendiga, kui tal ei esineks puudest tulenevat takistust.

Juhuveo ja taksoteenusena osutatava sotsiaaltransporditeenuse eest võib tasu võtta suuremas ulatuses kui käesoleva paragrahvi lõikes 1 on nimetatud.

Loe lisaks: <https://www.tallinn.ee/et/teenused/sotsiaaltransport>

Kuidas teenust taotleda?



Avalduse saab esitada Tallinna linna sotsiaaltransporditeenuse infosüsteemi iseteeninduskeskkonnas aadressil <https://sotsiaaltransport.tallinn.ee/login>, linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonnas kohapeal või e-posti teel digitaalalkirjastatult. Samuti võib pöörduda oma elukohajärgse kohaliku omavalitsuse sotsiaalhoolekande osakonda (e-posti või telefoni teel või kohale minnes).

Loe lisaks:

<https://www.tallinn.ee/et/teenused/sotsiaaltransport>

Tehniline abivahend

Millega on tegemist?

Tehniline abivahend on toode või vahend, mille abil on võimalik parandada või säilitada inimese füüsilist ja sotsiaalset iseseisvust ning tegutsemis- ja töövõimet. Sellised abivahendid on näiteks madratsid, mähkmed, üla- ja alajäsemeproteesid, kaenlakargud, käsiratastoolid, elektrilised ratastoolid, poti- ja dušitoolid, kuuldeaparaadid jne.

Kes saab teenust taotleda?

- ✓ Lapsed, kellel on tuvastatud puue. Kuni 18-aastased puudega lapsed saavad abivahendi soetamisel riigipoolset soodustust 90%.
- ✓ Kuni 18-aastased lapsed, kellel ei ole tuvastatud puuet, kuid on väljastatud eriarsti tõend abivahendi vajaduse kohta, saavad abivahendi soetamisel riigipoolset soodustust 50%.
- ✓ 16-17-aastased lapsed, kellel on tuvastatud osaline või puuduv töövõime, saavad abivahendeid soetada eestikeelses loetelus abivahenditele määratud riigi osaluse %-ga.
- ✓ Tööealised isikud, kellel on tuvastatud:
 - osaline või puuduv töövõime
 - töövõime kaotus vähemalt 40%
 - puue

Mis on abivahendi maksumus?

- ✓ Kuni 26-aastased puudega inimesed või osalise või puuduva töövõimega tööealised isikud saavad abivahendi soetamisel riigipoolset soodustust 90%.
- ✓ Vanaduspensioniealised inimesed saavad abivahendeid soetada siinses loetelus abivahenditele määratud riigi osaluse %-ga (https://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/sites/default/files/content-editors/Abivahendid/abivahendite_loetelu.pdf).
- ✓ Muudel juhtudel sõltub soodustus konkreetsest abivahendist. Lisainfo saamiseks pöördu abivahendi ettevõtte poole.
<https://www.eesti.ee/et/puudega-inimesed/toetused-ja-teenused-puudega-inimesele/abivahendid>



Kuidas teenust taotleda?



Riigipoolse soodustuse saamiseks piisab arsti tõendist. Abivahendi tõend näitab, milliseid abivahendeid sa vajad. Tõendi saamiseks pöördu oma perearsti, eriarsti, õe, tegevusterapeudi, füsioterapeudi või ämmaemanda poole. Abivahendi vajadus võib olla välja toodud ka rehabilitatsiooniplaanis.

Kui sul on abivahendi tõend olemas, siis pöördu abivahendi ettevõttesse. Ära unusta kaasa võtta isikut tõendavat dokumenti. Riigipoolset soodustust on võimalik saada ettevõtetes, mis on sõlminud sotsiaalkindlustusametiga lepingu. Loetelu nendest ettevõtetest leiad siit.

Loe lisaks: <https://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/et/puue-ja-hoolekanne/abivahendi-vajajale>

Sotsiaalse rehabilitatsiooni teenus

Millega on tegemist?

Rehabilitatsiooniteenuse eesmärk on õpetada ja arendada igapäevaelu oskusi, suurendada võimalusi ühiskonnaelus osalemiseks, toetada õppimist ja töötamise eelduste ettevalmistamist või teatud tasemel töövõime taastumist. Teenus on olemuselt aktiivne ning inimene ise teeb võimetekohaselt kõiki tegevusi, mis on vajalikud eesmärgi saavutamiseks – näiteks võimleb või õpib abivahendi abil riietumist. Neid oskusi harjutatakse rehabilitatsioonispetsialisti abiga ja juhendamisel ning lisaks annab spetsialist harjutusi ja ülesandeid, mida teha kodus iseseisvalt või koos pereliikme/hooldajaga. Kuna rehabilitatsiooniteenuse tulemuslikkuse eelduseks on alati inimese aktiivne osalus, siis ei kuulu rehabilitatsiooniteenuste hulka passiivsed protseduurid, nagu massaaž, ravivann, soolakamber, külmaravi jms.

Sotsiaalse rehabilitatsiooni teenus on kompleksne teenus, mis on vajalik juhul, kui inimesel on mitu probleemi, mille lahendamine ei ole võimalik üksikteenuste (nt tugiisik, taastusravi, hooldaja või isiklik abistaja) abil, vaid nõuab mitme eriala spetsialistide ehk rehabilitatsioonimeeskonna sekkumist.

Teenus on ajaliselt piiritletud, st seda osutatakse seatud eesmärgi täitmiseks vajaliku aja jooksul. Iga rehabilitatsiooniperioodi lõppedes annab rehabilitatsiooniteenuse osutaja hinnangu teenuse jätkamise vajadusele. Kui ilmneb, et teenuse jätkumine on vajalik, tuleb sotsiaalkindlustusametile esitada selleks uus taotlus, millele järgneb uus rehabilitatsioonivajaduse hindamine.

Rehabilitatsiooniteenust ei osuta mitte kohalikud omavalitsused, vaid riik ning riik on teinud selle ülesandeks sotsiaalkindlustusametile, kes omakorda teeb koostööd vajalikke teenuseid pakkuvate eraettevõtetega.

Kes saab teenust taotleda?

Kõik puude või osalise või puuduva töövõimega isikud, kes vajavad oma igapäevaelus abi, et tulla toime piirangutega, mis on tingitud nende puudest või erivajadustest. Kuigi sotsiaalse rehabilitatsiooni teenust võivad taotleda kõik puudega inimesed, saavad teenust vaid need, kellel on rehabilitatsiooniteenuse vajadus.

- Alla 16-aastased puudega lapsed.
- Alla 18-aastased lapsed, kelle kohalik omavalitsus on tunnistanud abivajavaks lapseks lastekaitseseaduse tähenduses ja andnud hinnangu tema suunamise vajaduse kohta. Abivajavaks tunnistatud lapsel ei pea olema tuvastatud puuet.
- Osalise töövõime või puude või töövõime kaotuse protsendi või invaliidsusgrupiga töörealised inimesed, kes ei ole töövaldkonnas aktiivsed, st kes ei tööta, ei õpi ega ole töötukassas töötuna arvele võetud.
- Puuduva töövõimega töörealised inimesed. Nemad saavad sotsiaalse rehabilitatsiooni teenust taotleda ka siis, kui nad töötavad või õpivad või on töötukassas töötuna arvele võetud.
- Ennetähtaegse vanaduspensioni saajad, kellel on puue.

- Vanaduspensionini ootel oleva päästeteenistuja toetuse saajad, kellel on puue.
- Vanaduspensioniealised puudega inimesed.

Mis on teenuse maksumus?

Teenuse maksumuse tasub riik:

- Lapsel kuni 2660 eurot aastas (teenuse maksimaalne maksumus kalendriaastas ehk aastalimiit) kuni selle kalendriaasta lõpuni, mil puudega laps saab 16-aastaseks või kohaliku omavalitsuse hinnangu alusel suunatud abivajav laps saab 19-aastaseks. Raha arvestus on individuaalne - nt liikumispuudega lapsel on füsioterapeudi teenuseks rohkem raha kui sellel lapsel, kellel puude raskusastme määramisel liikumispuuet ei tuvastatud. Ülejäänud teenuseid võid vajadusel kasutada kuni aastalimiidi täitumiseni.
- Tööelisel ja vanaduspensioniealisel inimesel on võimalik saada sotsiaalse rehabilitatsiooni teenust kalendriaastas kokku kuni 1275 euro eest. Juhul kui teenust osutatakse programmina, on limiit kuni 1800 eurot kalendriaastas.
- Psüühikahäirega tööelise inimese aastalimiit on kuni 4300 eurot kalendriaastas. Üldise aastalimiidi sees on kehtestatud eraldi aastalimiit järgmistele teenustele: rehabilitatsioonivajaduse hindamine ja -plaani koostamine ning füsioterapeudi teenus.

Ülejäänud teenuseid võid vajadusel kasutada kuni aastalimiidi täitumiseni.

Loe lisaks: <https://sotsiaalkindlustusamet.ee/puue-ja-hoolekanne/sotsiaalne-rehabilitatsioon>

Kuidas teenust taotleda?



Teenuse saamiseks tuleb esitada avaldus (avalduse vormi sotsiaalse rehabilitatsiooniteenuse saamiseks leiab siit: <https://sotsiaalkindlustusamet.ee/et/puue-ja-hoolekanne/sotsiaalne-rehabilitatsioon>). Taotlust on võimalik esitada mitmel erineval viisil. Kasuta neist endale sobivat:

- riigiportaalis eesti.ee;
- saada digiallkirjastatud taotlus e-posti teel aadressile info@sotsiaalkindlustusamet.ee;
- paberil allkirjastatud taotlus saada posti teel aadressil Paldiski mnt 80, 15092 Tallinn;
- taotluse saad esitada ka sotsiaalkindlustusameti klienditeeninduses üle Eesti. Klienditeeninduste aadressid ja vastuvõtuajad leiad siit.

Sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse taotlust ei ole vaja esitada kuni 18-aastase abivajava lapse kohta, kellel kohaliku omavalitsuse üksus on tuvastanud abivajaduse lastekaitseeaduse alusel ning hinnanud tema sotsiaalse rehabilitatsiooni teenusele suunamise vajadust.

Samuti on õigus teenusele esmasesse psühhoosi haigestunud isikul juhul, kui raviastutus tuvastab tema rehabilitatsioonivajaduse.



HOOLDAJATELE MÕELDUD TEENUSED

Rahaline toetus

Millega on tegemist?

Hooldajatoetusi ja hooldajaid määratakse erinevates riikides erinevalt.

Hoolduse seadmise ja hooldaja määramisega tagatakse vaimse või kehalise puudega täisealisele inimesele tema õiguste teostamisel ja kohustuste täitmisel kohane abi, pannes hooldajaks sobivale inimesele konkreetset ülesanded. Hooldajatoetuse maksimisega tagatakse raske või sügava puudega inimesele igapäevane kõrvalabi, juhendamine ja järelevalve. See toetab puudega inimese iseseisvat toimetulekut. Hooldajale määratakse pereliikme hooldamise ajal ka tervisekindlustus. Hooldajatoetust makstakse:

- ✓ vähemalt 16-aastase raske puudega inimese hooldajale 50 eurot kuus
- ✓ vähemalt 16-aastase sügava puudega inimese hooldajale 100 eurot kuus

Loe lisaks: <https://www.tallinn.ee/et/teenused/taisealise-inimese-hooldamine-ja-hooldajatoetus>

Kes saab toetust taotleda?

Toetust saab taotleda hooldaja, kui hooldus on tema igapäevane füüsiline tegevus hooldatavale kõrvalabi osutamiseks ning hooldatava juhendamine söömisel, hügieenitoimingutes, riietumisel, liikumisel või suhtlemisel. Järelevalve on ohutuse tagamine inimese suhtes, kes oma tegevuse või tegevusetusega võib tekitada kahju iseenda või teiste inimeste elule, tervisele või varale.



Kuidas toetust taotleda?



Enne hooldajatoetuse määramist hindab sotsiaaltöötaja abivajava inimese hooldusvajadust hooldatava kodus. Sotsiaaltöötaja hindab täpsemalt, milles inimene abi vajab, millega ta ise toime tuleb, millised on tema kodused tingimused jms. Samuti hindab sotsiaaltöötaja potentsiaalse hooldaja sobivust selle järgi, kas ta jõuab, oskab ja soovib konkreetsele inimesele vajalikke ülesandeid täita.



Psühholoogiline abi

Millega on tegemist?

Psühholoogiline abi võib seisneda nii nõustamises kui psühhoteraapias. Nõustamise käigus püütakse hõlbustada inimese toimetulekut tema elukeskkonnas, talle keerukates elusituatsioonides ja suhetes. Psühhoteraapias keskendutakse muutustele põhiliselt inimese isiksuses ning inimese ja keskkonna vahelised suhted on pigem tagaplaanil. Psühhoterapeudi peamine eesmärk on muutuste esilekutsumine inimese mõtetes, tundes ja käitumises, et parandada inimese vaimset ja füüsilist tervist ning seeläbi ka sotsiaalset toimetulekut.

<https://ej.uz/INFOVOLDIK-LAPSEVANEMALE>

Mis on teenuse maksumus?

Ravikindlustatud isikute psühhiaatrilist abi rahastab Eesti Haigekassa. Seega on psühhiaatriline abi ravikindlustatud isikule üldjuhul tasuta. Samas ei pruugi kõigil psühhiaatrilise abi osutajatel olla Eesti Haigekassaga kehtivat ravi rahastamise lepingut. Samuti võivad Eesti Haigekassa eelarvest rahastatava psühhiaatrilise abi saamiseks olla pikad järjekorrad. Seetõttu on mõttekas psühhiaatrilise abi pakujaga täpsustada nii tasuta kui ka tasulise abi saamise võimalusi ja ravijärjekorra pikkust.

Psühholoogiline nõustamine, nõustamiskeskuste ja erinevate terapeutide poole pöördumine on üldjuhul tasuline. Samas pakuvad mitmed kohalikud omavalitsusüksused oma elanikele tasuta teenust või kompenseerivad osaliselt või täielikult nõustamisele tehtud kulutused. Teenuse hinda ja selle võimalikke kompenseerimisvõimalusi tuleks täpsustada teenuse pakujaga.

<https://ej.uz/INFOVOLDIK-LAPSEVANEMALE>



Kuidas toetust taotleda?



Igal inimesel on õigus ise otsustada, kas konkreetne nõustaja ja tema valitud meetodid talle sobivad või mitte. Kui spetsialist, kelle poole pöörduiti, ei ärata usaldust ega tekita lootust abile, on alati võimalik valida keegi teine. Lisaks on enne nõustaja juurde minekut mõistlik kontrollida spetsialisti tausta. Enamasti on vastav teave internetist kergelt leitav. Nõustajal peab olema meditsiini- või psühholoogiaalane kõrgharidus, vastava koolituse läbimist tõendavad sertifikaadid või litsentsid ja tegevuse registreering äriregistris.

Väljaõppinud asjatundja on pädev otsustama, kas tema vastuvõtule tulnud inimene vajab vaid informeerimist ja konsulteerimist ning kas tema ise saab inimest aidata või ta soovitab minna mõne teise eriala spetsialisti konsultatsioonile (arst, pereterapeut, psühholoog, psühhiaater vm).



Koostatud ettevõttes UAB Teva Baltics filiaal Eestis.

See brošüür on mõeldud üksnes üldiseks teavitavaks koolitusvahendiks ega asenda diplomeeritud tervishoiutöötaja nõuandeid, soovitusi ega ravi. See brošüür ei asenda teie kordumatuid asjaolusid tundva tervishoiutöötaja nõuandeid. Küsige alati nõu oma tervishoiutöötajalt, kui teil on küsimusi seoses tervises seisundi või ravivõimalustega. Ärge kunagi jätkke tähelepanuta tervishoiutöötaja nõuandeid ega viivitage nende hankimisega käesolevas brošüüris sisalduva teabe tõttu.

NPS-EE-NP-00151