

# Tervise heaks

## EESTI HAIGEKASSA INFOTEATMIK 2017



- Solidaarne ravikindlustus
- Haigekassa makstavad hüvitised
- Arstiabi Eestis ja välisriigis
- Laste tervise heaks
- Soodusravimid ja meditsiiniseadmed
- Sõeluuringud





# TERVISEKÜSIMUSTE LAHENDUS ALGAB OMA PEREARSTIST JA PEREÕEST

- ✓ Perearst diagnoosib ja ravib enamikku haigusi
- ✓ Perearst konsulteerib eriarstiga ja vajadusel suunab
- ✓ Paljudes küsimustes annab nõu pereõde



**PEREARSTI  
NÕUANDETELEFON**



**Eesti  
Haigekassa**

# Sisukord

## Ravikindlustus

Meie ühine ravikindlustus	5
Ravikindlustuse saamise võimalused	7

## Arstiabi

Perearstiabi	10
Eriarstiabi	13
Õendusabi	14

## Hüvitised ja soodustused

Ajutise töövõimetuse hüvitised	16
Hambaravihüvitised	20
Täiendav ravimihüvitis	24
Soodusravimid	26
Meditšiiniseadmed	27

## Ennetus

Sõeluuringud	29
Laste tervis	32

## Arstiabi välisriigis

Vajaminev arstiabi Euroopa ravikindlustuskaardi alusel	36
Plaaniline arstiabi välisriigis	38

## Põnevaid fakte

Ravikindlustuse statistika 2016. aastal	40
-----------------------------------------	----

## Kasulikud nõuanded ja kontaktid

Kasulikud nõuanded	42
Kasulikud kontaktid	43

# Hea lugeja!

**Tänavu saab Eesti kaasaegne ravikindlustussüsteem 25-aastaseks. Veerandsada aastat on Eesti Haigekassa pakkunud riiklikku ravikindlustust, taganud inimestele vajalike tervishoiuteenuste, ravimite, meditsiiniseadmete ning rahaliste hüvitiste kättesaadavuse ja ravikindlustussüsteemi jätkusuutlikkuse.**

Tervishoiuvaldkonna areng on olnud kiire, seejuures on ravikindlustussüsteem olnud pidevas arengus ja muutumises. Need 25 aastat on Eesti Haigekassa jaoks olnud töörohke ja uuendusmeelne aeg, mil on loodud tugev põhi edasiseks ravikindlustussüsteemi arenguks.

Suhtume ka edaspidi oma kohustustesse suure vastustundega ning soovime tagada, et õigeaegsed, kvaliteetsed ja vajalikud tervishoiuteenused oleksid inimestele kättesaadavad.

Oleme haigekassa infoteatmikku koondanud valiku inimestele enim huvi pakuvatest ravikindlustuse ja Eesti tervishoiusüsteemiga seotud teemadest. Tervishoid on valdkond, mis puudutab meid kõiki. Loodame, et peate oluliseks teatmikus leiduva infoga tutvumist.

Huvitavat lugemist soovides

Tanel Ross  
Eesti Haigekassa juhatuse esimees

---

## Eesti ravikindlustuse areng algas juba üle 100 aasta tagasi

Enne haigekassade tegevust 1991. aastal ei olnud Eestis kindlat seadust, mis oleks reguleerinud arstiabi kättesaadavust, rahalisi toetusi sünnitajale, hüvitisi haiguste puhul ega muud sarnast, mida ravikindlustus meile täna pakub. Sellele vaatamata võib öelda, et haiguskindlustuse areng Eestis algas juba 20. sajandi alguses, kui Eestis kehtisid veel Vene Riigiduumas vastu võetud seadused, kus 23. juunil 1912. aastal rakendus kindlustusseadus ja algas haigekassade

loomine. Eesti üks vanimaid haigekassasid on Tartu Üleüldine Haigekassa, mis asutati 23. juunil 1912. aastal 19 suurema Tartu tööstusettevõtte juurde. Järgnevatel aastatel kasvas haigekassade arv kiiresti. 1915. aastaks oli Eestis koguni 33 tegutsevat haigekassat, kuhu kuulus üle 35 000 liikme. Seega võib öelda, et Eesti ravikindlustuse areng sai alguse juba üle 100 aasta tagasi: tänavu suvel on Eesti ravikindlustuse 105 aasta juubel.

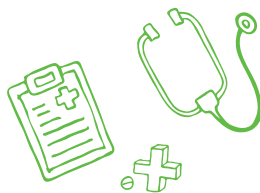
# Meie ühine ravikindlustus

Eesti tervishoiukorraldus toetub solidaarsele ravikindlustuspõhimõttele. See tähendab, et tervishoidu rahastatakse töötavate inimeste palgalt tasutavast sotsiaalmaksust ja kõigil ravikindlustatud elanikel on juurdepääs arstiabile. Seega ei sõltu tervisemurega inimeste juurdepääs arstiabile vanusest, sissetulekust või elukohast.

## KUIDAS EESTI RAVIKINDLUSTUS TÖÖTAB?

Sotsiaalmaksu, millest osa suunatakse riiklikku ravikindlustusse, tasub valdav osa tööealistest inimestest. Iga tööandja maksab töötaja palgalt tasutavast sotsiaalmaksust 13% ravikindlustusse. Ravikindlustusse tehtud sissemaksete eest tagab haigekassa inimese haigestumisel raviteenuste eest maksmise, hüvitab vajadusel retseptiravimid, maksab ajutise töövõimetuse korral hüvitisi jne.

**Kõigil Eesti ravikindlustatud inimestel on õigus saada ühesugust kvaliteetset tervishoiuteenust, olenemata sellest, kas nad tasuvad sotsiaalmaksu või mitte.** Ühiselt kogutud „kassast“ hüvitatakse raviteenuseid mitte ainult neile, kes täna sissemakseid teevad, vaid tervishoiuteenused on tagatud ka kõigile neile, kes sotsiaalmaksu ei maksa: lastele, pensionäridele, kodus väikelapsi kasvatavatele vanematele, töötutele, rasedatele.



Võib öelda, et meie ravikindlustuses eksisteerib teatud omapära – süsteemi panustavad rohkem need, kes ise vajavad raviteenuseid suhteliselt vähe (tööealised inimesed), kuid kes toetavad maksude maksmisega oma lapsi, vanemaid ja vanavanemaid. Tänapäevane tööealine elanikkond kasutab tervishoiuteenuseid ja ravimeid rohkem tõenäoliselt siis, kui nad ise on juba pensionile jäänud ja enam tööl ei käi.

## HAIGEKASSA HÜVITAB LEPINGUPARTNERITE JUURES OSUTATUD TERVISHOIUTEENUSED

Eesti ravikindlustuse eelarvest rahastatakse kokku enam kui 2000 erinevat tervishoiuteenust. Inimestele tervishoiuteenuste kättesaadavuse tagamiseks sõlmib haigekassa igal aastal perearstide ja ravisutustega lepingud, milles lepitakse erialade kaupa kokku, millise summa ulatuses rahastatakse ravisutuses kindlustatutele pakutavaid raviteenuseid.

Haigekassa eesmärk on tagada, et ravi rahastamise lepingute kaudu oleks Eesti ravisutustele tagatud võimalused inimestele vajalike teenuste osutamiseks ning ka motivatsioon haiglatevaheliseks koostööks ja teenuste kvaliteedi järjepidevaks parandamiseks.

**Oluline on teada, et haigekassa hüvitab vaid need tervishoiuteenused, mille osutamiseks on raviasutusega sõlmitud leping.** Lepingu sõlmimisel tekib raviasutusel õigus haigekassa kindlustusraha eest patsiente ravida ning vastav teave peab kõigile patsientidele nähtavas kohas olema.

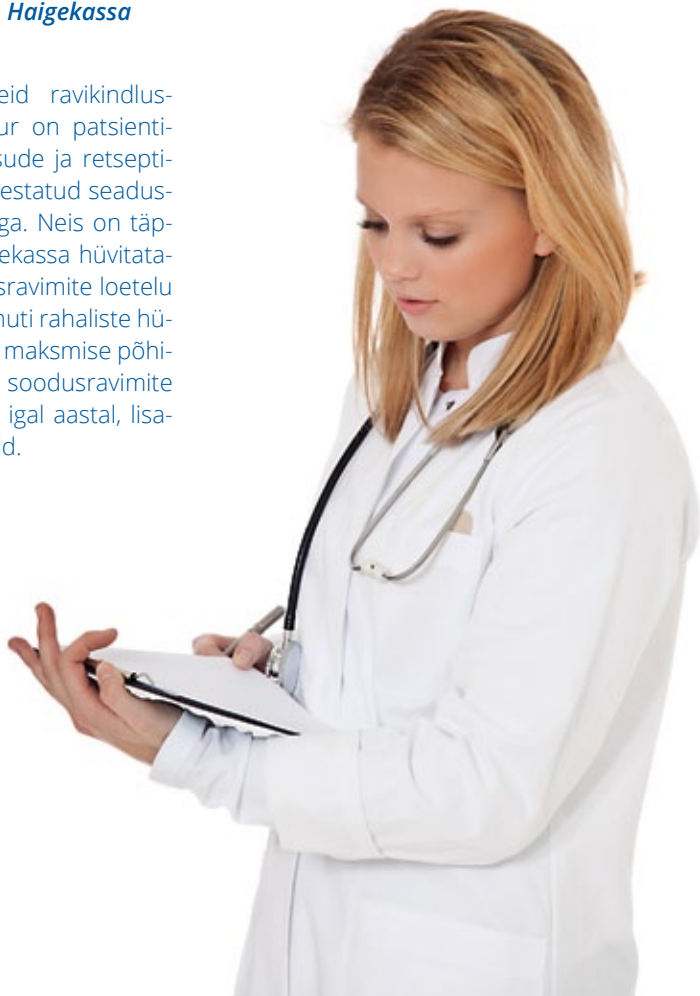
**Haigekassa lepingupartnerite kohta leiate täpsema info (kontaktandmed, asukoht, teenused)**

**[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele » Arsti- ja õendusabi » Haigekassa lepingupartnerid)**

See, milliseid teenuseid ravikindlustus katab ning kui suur on patsientide omaosalus visiitd tasude ja retseptiravimite puhul, on kehtestatud seaduste ja teiste õigusaktidega. Neis on täpselt paika pandud haigekassa hüvitatavate teenuste ja soodusravimite loetelu ning nende hinnad, samuti rahaliste hüvitiste määrad ja nende maksmise põhimõtted. Teenuste ning soodusravimite loetelu kaasajastatakse igal aastal, lisades sinna uusi teenuseid.

Kõikidel ravikindlustatud inimestel on võimalik patsiendiportaalis [www.digilugu.ee](http://www.digilugu.ee) vaadata endaga seotud raviarveid, mille eest on haigekassa tasunud raviasutustele.

Haigekassa tasub ainult nende tervishoiuteenuste eest, mille vajaduse üle on otsustanud arst ja mis on Eesti Haigekassa tervishoiuteenuste loetelus.



# Ravikindlustuse saamise võimalused

Ravikindlustatud inimese ravikulud tasub haigekassa. Kindlustatud on inimesed, kelle eest maksub sotsiaalmaksu tööandja või inimene ise. Lisaks nendele on Eestis õigus ravikindlustusele alla 19-aastastel lastel, õpilastel, üliõpilastel, ajateenijatel, rasedatel, töötutel, lapsehoolduspuhkusel olijatel, ülalpeetaval abikaasadel, pensionäridel, puudega inimeste hooldajatel, osalise või puuduva töövõimega inimestel ja haigekassaga vabatahtliku kindlustuslepingu sõlminutel.

## TÖÖTAJAD

Ravikindlustus kehtib töötavatele inimestele, kelle eest makstakse või kes maksavad ise enda eest sotsiaalmaksu.

Nendeks on:

- töölepingu alusel töötajad
- võlaõigusliku lepingu (VÕS) alusel töö- või teenustasu saajad
- juriidilise isiku juhtimis- ja kontrollorgani liikmed
- füüsilisest isikust ettevõtjad (FIE-d) ja nende tegevuses osalevad abikaasad

Ravikindlustusele on õigus töötajatel, kelle tööleping kehtib kauem kui üks kuu ja kelle töötamine on registreeritud maksu- ja tolliameti töötamise registris. Töötajate ja FIE-de ravikindlustus kehtib pärast töölepingu lõppemist veel



kaks kuud. Juhtimis- ja kontrollorgani liikme ning VÕS lepingu alusel töö- ja teenustasusid saaval inimesel tekib ravikindlustus järgmisel päeval pärast seda, kui tööandja on esitanud maksu- ja tolliametile tulude- ja sotsiaalmaksudeklaratsiooni (TSD). Ravikindlustus peatub pärast sotsiaalmaksu deklareerimata jätmist.

Ravikindlustuse tekkimiseks peab lepingu teine pool (tööandja) tasusid maksuma iga kuu ning deklareerima makse tähtjaks. Kindlustuskaitse tekib töötajal ainult siis, kui üks või mitu maksajat on tema eest ühes kuus deklareerinud sotsiaalmaksu kokku vähemalt sotsiaalmaksu miinimumkohustuse ulatuses. Täpsemat infot leiate

[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele » Kindlustus » Tööandja kindlustatud)

## TÖÖTUD

Ravikindlustusele on õigus töötukassas registreeritud töötutel. Infot töötuks registreerimise ja töötutoetuste ning hüvitiste kohta leiate töötukassa kodulehelt [www.tootukassa.ee](http://www.tootukassa.ee).

## LAPSED

Haigekassa võtab lapsed kindlustatuna arvele rahvastikuregistrist saadud

andmete alusel. Lapsed on kuni 19-aastaseks saamise päevani ravikindlustatud.

## ÕPILASED, ÜLIÕPILASED JA DOKTORANDID

Õigus ravikindlustusele on Eesti õppeasutuses või välisriigi samaväärses õppeasutuses:

- põhiharidust omandavatel õpilastel
- üldkeskharidust omandavatel õpilastel
- kutseõppe tasemeõppes õppivatel õpilastel
- Eesti alalisest elanikest üliõpilastel
- doktoranditoetust saavatel doktorantidel, kelle eest riik tasub sotsiaalmaksu

Eestis õppijate kindlustusandmed saab haigekassa haridus- ja teadusministeeriumilt. Välisriigis õppijad peavad õppimist tõendava dokumendi haigekassale ise esitama.

## AJATEENIJAD

Ravikindlustuse saamiseks esitab ajateenija andmed haigekassale kaitsevagi. Ravikindlustus kehtib veel kuu aega pärast ajateenistuse lõppu.

## RASEDAD

Ravikindlustuse taotlemiseks tuleb rasedal esitada haigekassale arsti või ämmaemanda väljastatud tõend raseduse tuvastamise kohta. Kindlustus lõpeb kolm kuud pärast arsti määratud eeldatavat sünnituskuupäeva.

## LAPSEVANEMAD

Ravikindlustatud on:

- üks Eestis elav ning alla 3-aastast Eestis elavat last kasvatav vanem, eestkostja



või hooldaja, kellega on sõlmitud kirjalik perekonnas hooldamise leping, või inimene, kes kasutab vanema asemel lapsehoolduspuhkust ning kes kasvatab Eestis alla 3-aastast last

- üks Eestis elav mittetöötav vanem, kes kasvatab kolme või enam alla 19-aastast Eestis elavat last, kellest vähemalt üks on alla 8-aastane
- üks Eestis elav vanem, eestkostja või hooldaja, kellega on sõlmitud perekonnas hooldamise leping ja kes kasvatab seitset või enam alla 19-aastast Eestis elavat last

Ravikindlustuse saamiseks esitab andmed haigekassale sotsiaalkindlustusamet.

## ÜLALPEETAVAL ABIKAASAD

- Ravikindlustus on kindlustatud inimese ülalpeetaval abikaasal, kellel on vanaduspensionieani vähem kui viis aastat.

Ravikindlustuse saamiseks tuleb inimesel esitada taotlus haigekassale.

- Ravikindlustus on kindlustatud inimese ülalpeetaval abikaasal, kes kasvatab:
  - vähemalt ühte alla 8-aastast last
  - 8-aastast last kuni I klassi lõpetamiseni
  - vähemalt kolme alla 16-aastast last

Ülalpeetava abikaasa peab sellisel juhul olema kindlustatud töötajana, avaliku teenistujana, juriidilise isiku juhtimis- või kontrollorgani liikmena, VÕS lepingu alusel töö- või teenustasusid saava inimesena või füüsilisest isikust ettevõtjana.



Ravikindlustuse saamiseks tuleb dokumendid esitada sotsiaalkindlustusametisse, kes edastab vajalikud andmed haigekassale. Täpsemat teavet vajalike dokumentide kohta saate sotsiaalkindlustusametilt [www.sotsiaalkindlustusamet.ee](http://www.sotsiaalkindlustusamet.ee).

**NB!** Ülalpeetavate abikaasade puhul peavad inimesed olema ametlikus abielus.

### PENSIONÄRID

Kõik inimesed, kes saavad Eestis määratud riiklikku pensioni, on haigekassas kindlustatud. Ravikindlustuse saamiseks esitab inimese andmed haigekassale sotsiaalkindlustusamet.



### OSALISE VÕI PUUDUVA TÖÖVÕIMEGA INIMESED

Õigus ravikindlustusele on inimestel, kellel on osaline või puuduv töövõime tuvastatud. Ravikindlustuse saamiseks esitab inimese andmed haigekassale töötukassa.

### PUUDEGA INIMESE HOOLDAJAD

Õigus ravikindlustusele on ka inimestel, kelle eest vald või linnavalitsus maksab puudega inimese hooldamise toetuselt sotsiaalmaksu. Kohalikust omavalitsusest edastatud andmed kindlustuse saamiseks esitab haigekassale sotsiaalministeerium.

### VABATAHTLIK KINDLUSTUS

Juhul kui inimene ei kuulu ühtegi eelkirjeldatud rühma, on võimalik sõlmida haigekassaga vabatahtlik kindlustusleping.

Lepingu sõlmimisel tuleb haigekassale tasuda kindlustusmakseid.

Lepingu saab sõlmida Eesti alaline elanik ja Eestis tähtajalise elamisloa või elamisõiguse alusel elav inimene, kes:

- on lepingu sõlmimise kuule eelneval kahel aastal olnud vähemalt kaksteist kuud kindlustatud kas:
  - tööandja poolt
  - riigi poolt
  - õpilase või üliõpilasena
  - FIE ja FIE tegevuses osaleva abikaasana
- on välisriigist pensioni saav inimene, kes ei pea olema eelnevalt ravikindlustatud
- on iseenda eest maksnud või kelle eest on makstud sotsiaalmaksu töö- või ametilepingu alusel, võlaõigusliku lepingu alusel, juriidilise isiku juhtimis- või kontrollorgani liikme lepingu alusel, FIE-na või FIE abikaasana. Lepingu sõlmimisele eelneval aastal peab olema sotsiaalmaksu makstud vähemalt kaheteistkümnelt aastast eelarveaastaks riigieelarvega kehtestatud kuumääralt arvutatuna.

Need inimesed võivad sõlmida lepingu kas iseenda või oma ülalpeetava kindlustamiseks.



**Infot oma ravikindlustatuse kohta saate küsida haigekassa klienditelefonilt 669 6630 või külastades riigiportaali [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee).**

# Perearstiabi

**Tervisemurega inimese esimeseks kontaktiks tervishoiusüsteemis on tema perearst, kes koostöös pereõega diagnoosib ja ravib enamikku haigusi.**

**Perearsti** peamine väärtus on see, et ta jälgib inimeste tervist terviklikult. Perearst koostöös pereõega jälgib lapse arengut ja kroonilisi haigeid. Lisaks teeb perearst väiksemaid kirurgilisi operatsioone, suunab patsiendi uuringutele ja võtab analüüse, vaksineerib, seob haavu, eemaldab niite ning teeb vajadusel koduviite. Ta nõustab kõiki oma patsiente hooldusvajaduse, vigastuste või mürgituste korral ning annab nõu ka haiguste ennetamiseks. Vajadusel väljastab perearst saatekirja ja suunab patsiendi eriarsti juurde.

Oluline roll on ka **pereõel**, kes iseseisvatel vastuvõttudel nõustab ja juhendab patsiente tervisega seotud küsimustes ning jälgib kroonilise haigusega inimesi. Vajadusel konsulteerib pereõde perearstiga või suunab inimese perearsti visiidile.

Igal inimesel on õigus valida endale perearst. Oma elukoha lähedal tegutsevate perearstikeskuste kontaktandmed leiata

[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele » Arsti- ja õendusabi » Haigekassa lepingupartnerid)



Nendele, kes ei ole endale ise perearsti valinud, määrab perearsti Terviseamet. **Perearsti nimistusse registreerimiseks või arsti vahetamiseks tuleb valitud arstile esitada nimistusse võtmise avaldus.** Avalduse blanketi saab perearstilt või haigekassa kodulehelt [www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee).

Perearstil on õigus keelduda inimest oma nimistusse võtmast, kui perearsti nimistule kehtestatud maksimaalne piirsuurus on ületatud. Eestis on perearsti nimistu maksimaalseks suuruseks 2000 inimest (või 2400, kui perearsti juures töötab ka abiarst).

Kui perearst ei ole nimistusse võtmisest keeldumisest kirjalikult teavitanud seitsme päeva jooksul, siis kuulub avalduse esitaja tema nimistusse hiljemalt avalduse esitamisele järgneva kuu esimesest kuupäevast.

## PEREARST JA PEREÕDE AITAVAD KROONILISI HAIGUSEID KONTROLLI ALL HOIDA

**Vananedes kasvab ka tõenäosus krooniliste haiguste tekkeks.** Kroonilistesse haigustesse (nt südame ja veresoontehaigused, suhkurtõbi, hingamisteede haigused, liigesehaigused, neeruhaigused) haigestub üha enam inimesi. Kui krooniline haigus on juba välja kujunenud, siis on tervise säilitamiseks ja toimetuleku toetamiseks väga oluline järgida arsti soovitatud elustiili, liikumis- ja toitumisnõuandeid ning tarvitada

- Ägeda haigusega patsient peab saama pereõde või -arsti vastuvõtule samal päeval. Kroonilise haiguse jt mitte nii kiiret sekkumist nõudvate murede puhul võtab perearst patsiendi vastu viie tööpäeva jooksul.
- Perearsti visiit on kindlustatule tasuta. Ühe koduvisiidi kohta võib perearst küsida kuni viis eurot, olenemata kodus kontrollitud haigete arvust.
- Oma perearsti nime saate kontrollida riigiportaalist [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee) (E-teenused » Kodanikule » Tervis ja tervisekaitse » Ravikindlustuse ja perearsti info).
- Kui perearst ei ole kättesaadav, tasub helistada perearsti nõuandetelefonile numbril 1220 või 634 6630.
- Lisainfot saate küsida haigekassas klienditelefonilt 669 6630 või e-posti teel [info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee).

regulaarselt arsti määratud ravimeid ja kasutada meditsiiniseadmeid.

**Pereõde ootab kroonilise haigusega inimesi enda vastuvõtule vähemalt kord aastas.** Vastuvõtul saab pereõde kontrollida olulisi tervisenäitajaid, arutada patsiendiga tema toimetulekut haigusega ja igapäevase eluga ning haiguse kulgu mõjutavat käitumist. Kui inimesel on tekkinud uusi tervisekaebusi, analüüside tulemused ei ole päris korras või on vaja teha muudatusi ravis,

suunab pereõde kroonilise haigusega patsiendi edasi perearsti vastuvõtule.

## PEREARSTI TOETAB E-KONSULTATSIOON

Inimestele õigeaegse ja kvaliteetse arstiabi ning soovitude andmisel on väga oluline perearstide koostöö eriarstidega. **Koostöö tõhustamiseks on perearstide jaoks loodud e-konsultatsiooni võimalus.** See tähendab, et perearstil on võimalik tervise infosüsteemi kaudu konsulteerida eriarstidega oma patsiendi diagnoosi täpsustamiseks ja ravi määramiseks.

**E-konsultatsioon säästab patsientide aega, sest patsient ei pea ise eriarsti poole pöörduma – perearst konsulteerib eriarstiga elektroonselt.** Kui e-konsultatsiooni käigus siiski selgub, et patsient vajab eriarstiabi või täiendavaid uuringuid, kutsub eriarst patsiendi vastuvõtule.

Patsient näeb e-konsultatsiooniga seonduvat infot patsiendiportaalis [www.digilugu.ee](http://www.digilugu.ee): arstile suunamise saatekirju ploki „Kehtivad saatekirjad“ ja vastuseid „Saatekirjade vastused“ ploki.

**Praeguseks toimib e-konsultatsiooni teenus juba 16 erialal:** allergoloogia, immunoloogia, reumatoloogia, neuroloogia, nefroloogia, endokrinoloogia, gastroenteroloogia, pulmonoloogia, hematoloogia, kardioloogia, onkoloogia, ortopeedia, kõrva-nina-kurguhaigused, pediaatria, uroloogia, psühhiaatria, sisehaigused. Haigekassal on plaanis laiendada e-konsultatsiooni teenust ka teistel erialadel.

## PEREARSTI NÕUANDETELEFONILT SAAB KIIRELT NÕU

Kui inimesel on tervisemure, aga tema perearst ei ole parajasti kättesaadav, tasub helistada perearsti nõuandetelefonile. Sellel liinil nõustavad perearstid ööpäevaringselt nii eesti kui ka vene keeles. Nõustaja aitab välja selgitada probleemi tõsiduse ning annab suuniseid, millest peaks tervisemure lahendamisel alustama. Kui helistaja tervise seisund kõne ajal ootamatult halveneb või on tegemist vältimatut abi vajava patsiendiga, suunatakse kõne edasi häirekeskuse numbrile 112, kust saadetakse vajadusel välja kiirabi.

## Perearsti nõuandetelefonile tasub helistada, kui:

- te ei saa perearsti kätte
- arvate, et terviseprobleem ei ole nii tõsine, et vajate perearsti
- viibite perearstist kaugel, nt teises maakonnas
- olete välismaal ega saa kohe oma perearsti poole pöörduda
- vajate nõu kellegi teise, nt lapse või lähedase tervise asjus

**Meditsiinilist nõu saab küsida lühinumbrilt 1220\* või helistades telefonile +372 634 6630. Pikale numbrile saab helistada nii Eestist kui ka välismaalt.**



# PEREARSTI NÕUANDETELEFON



Perearsti nõuandetelefon on üleriigiline telefon, kust saab professionaalset meditsiinilist nõu 24 tundi ööpäevas.



Telefonile vastavad kogemustega nõustajad: pereõed ja perearstid.



Perearsti nõuandetelefonilt antakse meditsiinilist nõu nii eesti kui ka vene keeles.

*\* Helistades lauatelefonilt lühinumbrile 1220, on esimesed viis minutit tasuta (v.a Starmani ja Tele2 võrgust), pärast viiendat minutit tasub helistaja kõne eest kohaliku kõneminuti hinna alusel. Helistades mobiiltelefonilt lühinumbrile 1220, tasutakse helistamise eest alates esimesest minutist telefonioperaatorite hinnakirjade alusel (Telia võrgust 0,23 €/min, Tele2 võrgust 0,23 €/min, Elisast 0,21 €/min).*

# Eriarstiabi

**Eriarstiabi vajab inimene siis, kui tema tervisemure vajab perearsti hinnangul kitsama eriala spetsialisti sekkumist.**

Eriarstile pöördumisel kehtib saatekirja nõue, mille väljastab perearst. **Ilma saatekirjata saab pöörduda silmaarsti ning naha- ja suguhaiguste arsti, günekoloogi ning psühhiaatri juurde.** Kindlustatul on õigus valida endale sobiv eriarst ning vastuvõtuaeg ükskõik millises ravigiutus, kellel on haigekassaga leping. Haigekassa lepingupartnerid teevad kõik ravikindlustatudid sõltumata nende elukohast.

**Eriarstiabi jaguneb kolmeks: ambulatoorne ravi, päevaravi ja statsionaarne ravi.**

**Ambulatoorne ravi** tähendab arsti vastuvõttu, mille käigus vaadatakse inimene läbi, tehakse kohapeal mõned protseduurid (vereanalüüs, kardiogramm vms) ning vajadusel määratakse edasine ravi. Haiglasse inimene pikemalt ei jää.

**Päevaravi** puhul viibib patsient raviasutuses pikemalt kui lihtsalt vastuvõtt, kuid ei jää ööseks haiglasse.

**Statsionaarset arstiabi** osutatakse haiglas ja patsient peab seal ööbima või pikemalt viibima.

**Eriarstiabi teenuseid pakkivate lepingupartnerite kohta leiate täpse-**

**Eriarsti visiidi eest on raviasutusel õigus patsiendilt küsida visiiditasu kuni viis eurot, v.a rasedatelt, alla kaheaastastelt lastelt ning juhtudel, kui inimene suunatakse samas raviasutuses teise arsti juurde, või vältimatu abi osutamisel, kui sellele järgneb haiglaravi.**

**Haiglas viibimisel võib ühe voodipäeva eest küsida patsiendilt tasu 2,50 eurot päevas, maksimaalselt 25 eurot ühe haiglasoleku kohta.**

**ma info (kontaktandmed, asukoht, teenused)**

**[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele » Arsti- ja õendusabi » Haigekassa lepingupartnerid)**

## **KUIDAS PÄÄSEDA MÕISTLIKU AJA JOOKSUL ERIARSTILE?**

**Eriarstiabi vajajad pannakse ravijärjekorda sõltuvalt nende terviseprobleemi tõsidusest.** Lähtutud on põhimõttest, et inimene peaks saama vajamineva tervishoiuteenuse sellise aja jooksul, mil tema tervislik seisund oluliselt ei halvene.

Nii mõnelegi inimesele teeb muret eriarsti juurde pääsemine. Selleks, et ravijärjekorrad lüheneksid, saavad inimesed ka ise palju ära teha. Enamik tervisemuresid ei vaja eriarsti sekkumist,

kuna need saab kiiresti lahendada perearst, kes koostöös pereõega diagnoosib ja ravib enamikku haigusi. Väga tähtis on ka see, et inimene teavitaks raviastutust, kui ta ei saa mingil põhjusel vastuvõtule või haiglaravile tulla. Õigeaegse teavituse korral (vähemalt 24 tundi enne visiiti) saab vastuvõtutaja vabastada ning teistel patsientidel on võimalik aeg broneerida ja kiiremini arstiabi saada.

**Juhul kui inimene tunneb, et ta on jäänud vajaliku arstiabita, siis on oluline haigekassa poole pöörduda, et**

saaksime omalt poolt asjaolusid selgitada. Oma probleemi edastamiseks tuleb digitaalselt allkirjastatud avaldus saata aadressile [info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee). Kui digi-allkirjastamise võimalus puudub, tuleb avaldus kirjutada paberile, allkirjastada ja saata see postiga aadressile Lastekodu 48, Tallinn, 10144 või tuua avaldus ise haigekassa klienditeenindusse. Kui oleme avalduse kätte saanud, on meil õigus konkreetse juhtumi menetlemiseks isikuandmeid töödelda ja vajadusel küsida lisainformatsiooni tervishoiuteenuse osutajalt.

## Õendusabi

**Õendusabi on toeks patsiendile, kes ei vaja pidevat arstiabi. Haigekassa tasub nii statsionaarse õendusabi teenuse eest, mida osutatakse haiglas, kui ka koduõendusteenuse eest, mille puhul käib õde patsiendi kodus.**

Õendusabi eesmärk on patsiendi tervisliku seisundi ja toimetuleku säilitamine ning parandamine, püsivas seisundis patsiendi lühi- või pikaajaline ravi ja toetamine ning vajadusel vaevuste leevendamine. **Õendusabi osutatakse vastavalt patsiendi vajadustele kas kodus, haiglas või hooldusasutuses. Õendusabi saamiseks on vaja pere- või eriarstilt saatekirja.**

**Koduõendusteenus** on mõeldud patsiendile, kelle tervislik seisund ei nõua

haiglas viibimist, kuid kes vajab siiski asjatundlikku meditsiinilist tuge. Samuti võib kodust õendusabi vajada piiratud liikumisvõimega inimene, kes ei suuda oma haiguse tõttu ise arsti juurde minna. Koduõde on seega ka oluliseks ühenduseks perearsti või raviarsti ja abivajaja vahel. Patsienti võib vajadusel edasi suunata ka õendushaiglasse. **Koduõendusteenus on ravikindlustatud inimesele tasuta.**

**Iseseisev statsionaarne õendusabi** ehk õendusabi osutamine haiglas on mõeldud patsiendile, kes on püsivas, muutusteta seisundis ega vaja pidevat arstiabi, kuid vajab õe pidevat hoolt ja ravi protseduure.

Patsient võib sellist abi vajada pärast traumad või rasket haigust, kroonilise

haiguse ägenedes, aga ka raskest haigusest tingitud vaevuste leevendamiseks. Õendushaiglasse suunamise vajaduse otsustab perearst või eriarst kas ise või koos õega. **Õendushaiglas viibimise aeg ja osutatavad teenused sõltuvad patsiendi tervislikust seisundist ja õendusabivajadusest.**

Õendusabi teenuseid pakkuvate lepingupartnerite kohta leiate täpsema info (kontaktandmed, asukoht, teenused)

[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele » Arsti- ja õendusabi » Haigekassa lepingupartnerid)

Statsionaarses õendusabis viibiva ravikindlustatud patsiendi ühe voodipäeva maksumusest tasub 85% haigekassa ja 15% patsient. Lisaks on haiglal õigus küsida esimese 10 haiglapäeva eest täiendavalt 25 eurot. Ambulaatorised hooldusraviteenused, sh koduõendusteenused, on inimesele tasuta.

Õendusabiteenuste kohta saate küsida perearstilt või haigekassa klienditelefoni 669 6630.



# Ajutise töövõimetuse hüvitised

Ajutise töövõimetuse hüvitist makstakse töötavale inimesele, kellel jääb ajutise töövabastuse tõttu saamata töötasu. Ajutise töövõimetuse hüvitiste alla kuuluvad haigushüvitis, hooldushüvitis, sünnitushüvitis ja lapsendamishüvitis.

Kui töötav inimene **haigestub** ja peab seetõttu töölt eemal olema, väljastab arst selle tõendamiseks haiguslehe. Selle alusel maksavad tööandja ja haigekassa inimesele ajutise töövõimetuse hüvitist.

Oluline on meeles pidada, et töötaja **haigestumisel kolme esimese haiguspäeva eest hüvitist ei maksta**. Haigestumise, karantiini ja olme- ning liiklusvigastuse (ja viimasest tuleneva haigestumise või tüsistuse) puhul makstab alates neljandast haiguspäevast hüvitist tööandja. Haigekassa hakkab hüvitist maksma alates üheksandast haiguspäevast.

Haigekassa võtab töövõimetushüvitiste arvestamise aluseks hüvitise saaja eest eelmisel kalendriaastal arvestatud või makstud sotsiaalmaksuandmed, mis saadakse maksu- ja tolliametilt. Tööandja arvutab haigushüvitise suuruse töötaja viimase kuue kuu keskmise palga põhjal. Nii tööandja kui ka haigekassa arvutavad andmete põhjal välja töötaja keskmise päevatulu ning haigushüvitist makstakse päevatulust 70% ulatuses. Hüvitiselt peetakse kinni ka tulumaks.

**Töövõimetushüvitist on kindlustatul õigus saada järjest 182 (tuberkuloosi korral 240) kalendripäeva eest.** Haiguslehe võib arst väljastada ka pikema ajaks, kuid sellisel juhul hüvitist enam ei maksta.





## Pange tähele!

- Hüvitiste väljamaksmisega seotud infot ja arsti edastatud andmeid saate vaadata riigiportaalist [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee) (E-teenused » Kodanikule » Tervis ja tervisekaitse » Isiku töövõimetushüvitised).
- Kontrollige riigiportaalist, et haigekassa andmekogus oleks olemas Teie arvelduskonto number, kuhu haigekassa töövõimetushüvitise kannab. Hüvitis kantakse viimati edastatud kontole.
- Sotsiaalmaksuandmed saab haigekassa maksu- ja tolliametist. Oma andmetega saate tutvuda e-maksuametis või riigiportaalis [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee). Meeles tuleb pidada, et hüvitiselt peetakse kinni ka tulumaks.
- Lisainfot töövõimetushüvitiste kohta saate haigekassa kodulehelt [www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee), klienditelefonilt 669 6630 või e-posti aadressil [info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee).



## AJUTISE TÖÖVÕIMETUSHÜVITISE MAKSMINE SÕLTUB TÖÖVÕIMETUSLEHE LIIGIST JA TÖÖVÕIMETUSE PÕHJUSEST

Tööst vabastamise põhjus	Lehe liik	Hüvitamise kord	Hüvitist makstakse
Haigestumine	Haigus-leht	Tööandja maksab hüvitist haigestumise neljandast päevast kuni kaheksanda päevani. Haigekassa maksab alates üheksandast päevast, hüvitise määr 70%.	Kuni 182 päeva (tuberkuloosi korral kuni 240 päeva)
Olmevigastus	Haigus-leht	Tööandja maksab hüvitist haigestumise neljandast päevast kuni kaheksanda päevani. Haigekassa maksab alates üheksandast päevast, hüvitise määr 70%.	Kuni 182 päeva
Liiklusvigastus Liiklusvigastuse tagajärjel tekkinud tüsistus/haigestumine	Haigus-leht	Tööandja maksab hüvitist haigestumise neljandast päevast kuni kaheksanda päevani. Haigekassa maksab alates üheksandast päevast, hüvitise määr 70%.	Kuni 182 päeva
Karantiin	Haigus-leht	Tööandja maksab hüvitist haigestumise neljandast päevast kuni seitsmenda päevani, hüvitise määr 70%.	Kuni 7 päeva
Kutse-haigestumine	Haigus-leht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise teisest päevast, hüvitise määr 100%.	Kuni 182 päeva
Tööõnnetus Tööõnnetus liikluses Tööõnnetuse tagajärjel tekkinud tüsistus/haigestumine	Haigus-leht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise teisest päevast, hüvitise määr 100%.	Kuni 182 päeva
Vigastus riigi või ühiskonna huvide kaitsel või kuriteo tõkestamisel	Haigus-leht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise teisest päevast, hüvitise määr 100%.	Kuni 182 päeva

Üleviimine kergemale tööle	Haigusleht	Haigekassa hüvitab kergemale tööle üleviimisega kaasnenud palgavahe 100%. Kui inimene vabastatakse kergema töö puudumisel, makstakse talle hüvitist alates teisest päevast, hüvitise määr on 70%. Hüvitist on võimalik saada ainult rasedal kuni rasedus- ja sünnituspuhkuseni.	Kuni rasedus- ja sünnituspuhkuseni
Haigestumine või vigastus raseduse ajal	Haigusleht	Haigekassa maksab hüvitist haigestumise teisest päevast, hüvitise määr on 70%.	Kuni 182 päeva
Alla 12-aastase lapse põetamine	Hooldusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 80%.	Kuni 14 päeva Kuni 60 päeva, kui haigestumise põhjuseks on pahaloомуline kasvaja ja lapse ravi algab haiglas
Haige perekonnaliikme põetamine kodus	Hooldusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 80%.	Kuni 7 päeva
Alla kolme-aastase lapse või alla 16-aastase puudega lapse hooldamine lapse ema haiguse või sünnitusabi osutamise ajal	Hooldusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 80%.	Kuni 10 päeva
Rasedus- ja sünnituspuhkus	Sünnitusleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 100%.	140 päeva
Alla 10-aastase lapse lapsendaja puhkus	Lapsendamisleht	Haigekassa maksab hüvitist töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 100%.	70 päeva
Elundi või vere-loomu tüvirakkude annetus	Haigusleht	Haigekassa maksab hüvitist alates töövabastuse esimesest päevast, hüvitise määr on 100%.	Kuni 182 päeva

# Hambaravihüvitised

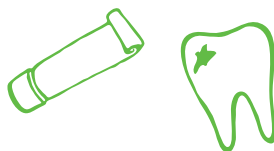
Alates 1. juulist 2017 hakkab haigekassa ravikindlustatud täiskasvanutele hüvitama hambaravi kuni 30 eurot aastas. Praegu rahalist hüvitist saavate inimeste (vanadus- ja töövõimetuspensionärid, osalise või puuduva töövõimega inimesed, üle 63-aastased, rasedad, alla üheaastaste laste emad ning suurenenud hambaravi vajadusega patsiendid) hüvitist suurendatakse 85 euroni aastas.

Alates 1. juulist 2017 ei pea patsient enam hambaraviteenuse hambaraviteenuse hüvitist ise tagantjärele taotlema ja dokumente haigekassale esitama. **Uue süsteemi järgi toimub täiskasvanute hambaravihüvitise arvel-dus hambaarsti ja haigekassa vahel elektroonselt.** Kui hambaarsti osutatud teenusele kehtib uus hüvitis, arvestatakse hüvitatav summa raviarvelt maha kohe maksmise hetkel.

## SENISED HÜVED LASTELE JA VÄLTIMATULE ABILE EI KAO

**Haigekassa tasub jätkuvalt kõigi alla 19-aastaste laste ja noorte hambaravi eest.** Tasuta hambaraviks tuleb pöörduda haigekassa lepingupartneri poole.

Samuti on õigus tasuta hambaravile vältimatut abi vajades, mida osutatakse siis, kui abi edasilükkamine või selle andmata jätmine võib põhjustada abivajaja surma või püsiva tervisekahjustuse. Seda, kas tegemist on vältimatu



abiga, otsustab hambaarst. Juhul kui inimesel ei ole ravikindlustust, on vältimatu abi talle siiski tasuta. Ravikindlustusega inimeste vältimatu abi tasutakse riigieelarvest.

**Tasuta hambaravi, vältimatut abi või hambaravihüvitist saab kasutada ainult haigekassaga lepingu sõlminud hambaarstide juures Eesti Haigekassa tervishoiuteenuste loetelus nimetatud teenustele.**

## Pange tähele!

- Alates 01.07.2017 ei pea inimene enam haigekassale esitama hambaravihüvitise avaldust. Hambaraviteenuse osutaja ja haigekassa arveldavad omavahel.
- Hambaravihüvitist saab kasutada ainult haigekassaga lepingu sõlminud hambaarstide juures.
- Teenuseosutajal on õigus patsiendilt nõuda visiiditasu kuni 5 eurot (v.a rasedad).

Haigekassa hambaravi lepingu-partnerite info leiate

[www.haigekassa.ee/hambaravi](http://www.haigekassa.ee/hambaravi)

### TÄISKASVANUTE HAMBARAVI LÄHEB TASKUKOHASEMAKS

Kui seni ei tasunud riik täiskasvanute esmavajaliku hambaravi eest, siis alates 1. juulist 2017 hakkab haigekassa ravikindlustatud täiskasvanutele hüvitama hambaravi kuni 30 eurot aastas. Patsient tasub ise 50% teenuse hinnast. Hambaravihüvitist saab kasutada ühe kalendriaasta jooksul ning selle kasutamata osa ei saa järgmisesse aastasse edasi kanda.

Eesti Haigekassa on koostöös Eesti Hambaarstide Liiduga koostanud patsientide jaoks esmavajalike hambaraviteenuste paketi, mille eest hüvitist tasutakse. **Esmavajalike hambaraviteenuste hulka kuuluvad:**

- diagnostika (sh röntgeniülesvõtte)
- ravimi asetamine ja ajutise täidise paigaldamine
- püsiva täidise paigaldamine
- hamba eemaldamine
- mädakolde avamine ja ravimine
- juureravi
- igemealuse hambakivi eemaldamine kirurgiliselt
- tuimestus

**Täiskasvanute hambaravihüvitis aitab tagada vajalikud hambaraviteenused, julgustab inimesi esma-**

### 30-eurose hambaravihüvitise näide

- Kui Teie hambaravi arve on näiteks 50 eurot, siis tuleb endal tasuda 50% raviarvest ehk 25 eurot ja teise 50% hüvitab haigekassa. Kui külastate sama aasta jooksul veel hambaarsti, hüvitab haigekassa Teie raviarvest veel 5 eurot, kuna hüvitise piirmäär ühes aastas on 30 eurot.
- Kui Teie raviarve on näiteks 75 eurot, siis tasub haigekassa sellest korraga aastase hüvitise määra ehk 30 eurot ja Teil jääb maksta ülejäänud 45 eurot.

**sele hambaarsti visiidile minema ja motiveerib neid oma suu tervise eest piisavalt hoolt kandma. Käies igal aastal kontrollis, on võimalik ennetada tõsisemaid probleeme hammastega.**

### HAMBARAVIHÜVITIS SUURENEB KA SENI HÜVITIST SAANUD INIMESTELE

Kui seni hüvitas haigekassa **rasedatele, alla üheaastaste laste emadele ning suurenenud ravivajadusega inimestele** hambaravi eest 28,77 eurot, siis alates 1. juulist 2017 suureneb hüvitis 85 euronni ühes aastas. Patsient tasub ise 15% teenuste hinnast.

### 85-eurose hambaravihüvitise näide

- Kui Teie hambaravi arve on 100 eurot, siis tasute ise 15 eurot ning haigekassa hüvitab raviarvest 85 eurot. Samal kalendriaastal haigekassa Teie eest hambaraviteenuseid rohkem ei hüvita ehk järgmisel korral tasute täies ulatuses raviarve ise.
- Kui Teie üks hambaravi arve on näiteks 60 eurot, siis tasute ise sellest 9 eurot ehk 15% ja haigekassa hüvitab 85% ehk 51 eurot. Kuna esimesel korral hüvitas haigekassa 51 eurot, aga hüvitist saab ühes aastas kuni 85 eurot, siis hüvitab haigekassa ka järgmise raviarve eest kuni 34 eurot.

Kui seni hüvitas riik **töövõimetuspensionärile, vanaduspensionärile, osalise või puuduva töövõimega inimesele ja üle 63-aastasele ravi-kindlustatud inimesele** hambaravi eest 19,18 eurot, siis alates 2017. aasta juulist suureneb hüvitis 85 euronit ühes aastas. Patsient tasub ise 15% teenuste hinnast.

### ALLES JÄÄB KA HAMBAPROTEESIHÜVITIS

Proteesihüvitist on võimalik kasutada kolme aasta peale 255,65 eurot.

Kui pensionärile pole varem hamba-  
proteese valmistatud, siis hakatakse kolmeaastast perioodi arvestama päevast, millal tema proteesid valmis said. Hüvitisest kasutamata jäänud osa järgmisel perioodil edasi ei kandu.

**Alates 1. jaanuarist 2018 ei pea enam proteesihüvitise saamiseks avaldust tagantjärele esitama**, kogu arveldus toimub otse hambaarsti ja haigekassa vahel ehk soodustus arvestatakse raviarvelt maha hambaarsti juures maksmise hetkel.

**Rohkem infot hambaravihüvitise kohta leiate**

[www.haigekassa.ee/hambaravi](http://www.haigekassa.ee/hambaravi)



## HAMBARAVIHÜVITIS ALATES 01.07.2017

Hüvitise liik	Hüvitise taotlemiseks esitage haigekassale:	Hüvitise suurus ühes kalendri-aastas:	
Hambaravihüvitis	<ul style="list-style-type: none"><li>• Töövõimetus-pensionär või vanadus-pensionär</li><li>• Osalise või puuduva töövõimega inimene</li><li>• Üle 63-aastane ravikindlustatud inimene</li></ul>	Alates 01.07.2017 ei pea enam haigekassale hüvitise avaldust esitama	<b>Alates 01.07.2017 – kuni 85 eurot aastas.</b> Omaosalus 15%
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rase</li></ul>	Alates 01.07.2017 ei pea enam haigekassale hüvitise avaldust esitama. Hüvitise saamise aluseks on naiste- arsti või ämmaemanda poolt haigekassasse esitatud ravi-dokument raseduse kohta	<b>Alates 01.07.2017 – kuni 85 eurot aastas.</b> Omaosalus 15%
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alla üheaastase lapse ema</li></ul>	Alates 01.07.2017 ei pea enam haigekassale hüvitise avaldust esitama	<b>Alates 01.07.2017 – 85 eurot aastas</b> Omaosalus 15%
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inimene, kellel on talle osuta-tud tervishoiu-teenuse taga-järjel tekkinud suurenenud vajadus saa-da hambaravi-teenust</li></ul>	Alates 01.07.2017 ei pea enam haigekassale hüvitise avaldust esitama	<b>Alates 01.07.2017 – kuni 85 eurot aastas.</b> Omaosalus 15%
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Täiskasvanud ravikindlustatud inimesed</li></ul>	Alates 01.07.2017 ei pea enam haigekassale hüvitise avaldust jmt esitama	<b>Alates 01.07.2017 – kuni 30 eurot aastas.</b> Omaosalus 50%
Hambaproteeside hüvitis	<ul style="list-style-type: none"><li>• Töövõimetus-pensionär või vanadus-pensionär</li><li>• Osalise või puuduva töövõimega inimene</li><li>• Üle 63-aastane ravikindlustatud inimene</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Proteeside hüvitise avaldus</li><li>• Proteesimistööde eest tasumist tõendav dokument</li><li>• Teine võimalus hamba-proteeside hüvitise taotlemiseks on esitada proteesitegijale avaldus, kus taotlete kulude kandmist hüvitise ulatuses otse proteesitegijale</li></ul>	<b>Kolme aasta jooksul kuni 255,65 eurot</b>

# Täiendav ravimihüvitis

Täiendav ravimihüvitis on rahaline hüvitis, mida makstakse kindlustatud inimesele rahalise hüvitisena lisaks apteegis saadud ravimisoodustusele.

Täiendavat ravimihüvitist saavad taotleda need kindlustatud, kes tasuvad soodusretseptide eest kalendriaastas vähemalt 300 eurot (mitte arvestades kohustuslikku omaosalust ehk retseptitasu ja piirhinda ületavat summat). Soodusretseptiga ostetud ravimite hüvitamisele kehtivad järgmised põhimõtted:

- kui summa jääb aastas alla **300** euro, siis täiendavat ravimihüvitist **ei maksta**
- kui summa on aastas **300–500** eurot, makstakse 300 eurot ületava osa eest **50% hüvitist**
- kui summa ületab aastas **500** eurot, hüvitatakse 500 eurot ületavast osast **90%**

Avalduse saate esitada riigiportaali [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee) (E-teenused»Kodanikule»Tervis ja tervisekaitse»Ravimihüvitisid) kaudu, või edastada haigekassa kliendi-teenindusse või saata digitaalselt allkirjastatuna aadressile [info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee).

Hüvitise saamise õiguse tekkimisel kannab haigekassa hüvitise inimese pangakontole kas 25. jaanuariks, 25. aprilliks, 25. juuliks või 25. oktoobriks.

## Ravimihüvitise arvutamise näide

- Kui Teie ühe kalendriaasta kulud soodusretseptidega ostetud ravimitele on näiteks 400 eurot, siis hüvitab haigekassa 300 eurot ületavast osast 50%. Hüvitatava summa teada saamiseks korruptage hüvitatav osa ehk 100 eurot 0,5-ga.

Hüvitise arvutamine:

$$400 - 300 = 100 \text{ €}$$

$$100 \times 0,5 = 50 \text{ €}$$

Haigekassa hüvitab kokku: **50 €**

- Kui Teie ühe kalendriaasta kulud soodusretseptidega ostetud ravimitele on näiteks 1000 eurot, siis hüvitab haigekassa 500 eurot ületavast osast 90% ja 300–500 euro vahele jäävast summast 50%.

Hüvitist arvutatakse kahes osas:

1. osa:

$$1000 - 500 = 500 \text{ €}$$

$$500 \times 0,9 = 450 \text{ €}$$

2. osa:

$$500 - 300 = 200 \text{ €}$$

$$200 \times 0,5 = 100 \text{ €}$$

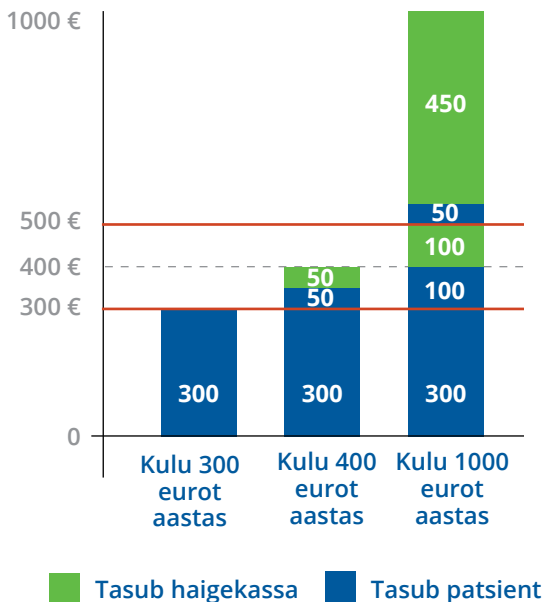
Haigekassa hüvitab kokku: **550 €**

**NB!** Ravimihüvitise arvutamisel ei ole võetud arvesse kohustuslikku omaosalust retsepti kohta (100%, 90% ja 75% soodusretseptide korral 1,27 eurot; 50% soodusretseptide korral 3,19 eurot ühe retsepti kohta) ja ravimite hinnaosa, mis ületab piir- või hinnakokkuleppe hinda.



## RAVIMIHÜVITISE ARVUTAMISE NÄIDE

Kulud soodus-  
ravimitele aastas



### Eesti Haigekassa blankettide saamise ja esitamise võimalused

- Haigekassa kodulehel [www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Avaleht » Dokumendid & blanketid)
- Blankette väljastavad haigekassa klienditeenindused:
 

Tallinn, Lastekodu 48, 10144	E, T, N, R 8.30–16.30; K 8.30–18.00
Pärnu, Rüütli 40a, 80010	E, T, N, R 8.30–16.30; K 8.30–18.00
Jõhvi, Nooruse 5, 41597	E, T, N, R 8.30–16.30; K 8.30–18.00
Tartu, Põllu 1a, 50303	E 8.30–18.00; T, K, N, R 8.30–16.30
- Haigekassa blankette on võimalik saada kuni 30.06.2017 ka Saare, Valga ja Viljandi maavalitsustest

Blanketid palume haigekassasse edastada:

- posti teel aadressil Lastekodu 48, Tallinn, 10144
- elektronpostiga [info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee)
- külastades haigekassa klienditeenindust

Lisainfot võib alati küsida haigekassa klienditelefonilt 669 6630

# Soodusravimid

Tänapäeval on ravimid väga kallid, seepärast aitab osa nende maksumusest tasuda haigekassa.



Haigekassa tasub teatud ulatuses ravimite eest, mille puhul on hind mõistlik ja mille kohta on uuringud näidanud, et need toimivad hästi haiguse ravimisel või sümptomite leevendamisel. Soodusravimite nimekirja uuendatakse neli korda aastas, et nimekirjas oleksid alati hästi toimivad ja kaasaegsed ravimid. Nendele ravimitele kehtib 50, 75, 90, või 100% soodusmäär.

Iga retsepti eest tuleb ravimi ostjal alati tasuda omaosaluse alumine piir, mis olenevalt retsepti soodustuse protsendist on umbes 1–3 eurot. Ülejäänud ravimi hinnast arvutatakse haigekassa soodustus vastavalt määratud protsendile ja patsient tasub soodustusest ülejääva osa. Kui turul on palju sama toimeainega erinevate tootjate ravimeid, kehtestatakse kogu sama toimeainega ravimite grupile **piirhind**, millest arvutatakse haigekassa soodustus. Näiteks kui apteegis on valikus sama toimeainega ravimeid hinnaga 5.60, 8.30, 10.50, 12.80, siis määratakse piirhinnaks reeglina hinnalt teise soodsaima ravimi hind (selle näite puhul 8.30) ja haigekassa soodusprotsent arvutatakse sellest summast. Juhul kui ravimi ostja eelistab kallimat ravimit, siis tuleb lisaks määratud omaosalusele tasuda apteegis ka veel piirhinda ületav osa.

Piirhinnad kehtestatakse sama toimeaine ja manustamisviisiga ravimite grupele, mis kantakse soodusravimite loetellu. Loetelu uuendatakse kord kvartalis (1. jaanuaril, 1. aprillil, 1. juulil ja 1. oktoobril) ning samaaegselt võivad muutuda ka ravimite piirhinnad. Ravim, mis näiteks juuni lõpus on patsiendile soodsaim, ei pruugi seda juuli algusest enam olla. **Seega tasub iga ostu juures küsida apteekrilt nõu soodsaima pakendi kohta.**

## HAIGUST RAVIB JA LEEVENDAB RAVIMI TOIMEAINE, MITTE KAUBAMÄRK

Sama toimeainega ning samal kujul (tabletid, siirup vm) ravimeid on Eestis müügil erinevatelt ravimitootjatelt. Seejuures vastavad need kõik toime, ohutuse ja kvaliteedi osas ühesugustele nõuetele ning patsiendi jaoks seisneb erinevus peamiselt hinnas. Eelkõige on hinnaerinevus originaalravimite ja geneeriliste ravimite vahel. Tarku valikuid tehes on inimestel võimalik ainuüksi ühe ravimi pealt säästa kümneid eurosid aastas.

## MIS ON TOIMEAINEPÕHINE RETSEPT?

Kõigil arstidel on kohustus välja kirjutada toimeainepõhiseid retsepte. Arst kirjutab ravimi toimeaine nimetuse, mitte ravimi kaubamärgi nime. See annab inimesele apteegis võimaluse valida

endale sama toimeainega ravimite hulgast hinnalt sobivaima.

Kui arst kirjutab retseptile konkreetse ravimi kaubamärgi nime, siis peab selleks olema meditsiiniline põhjus, miks just seda kaubamärki osta. Sellisel juhul patsiendil apteegis valikuvõimalust ei ole, välja tuleb osta ravim, mille nimi retseptil kirjas on.

**Küsige arstilt toimeainepõhist retsepti ja apteekrilt soodsaimat ravimit!**

- Riigiportaalis [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee) on igaühel võimalik hõlpsalt veenduda, kas retsept kirjutati välja toimeainepõhiselt ja kas ostetud ravim kuulub hinnalt soodsamate hulka.
- Oma retsepte saate vaadata riigiportaali retseptikeskuses (E-teenused » Kodanikule » Tervis ja tervisekaitse » Retseptid).
- Ravimihüvitiste kohta leiate rohkem infot [www.haigekassa.ee/et/ravimi-hind](http://www.haigekassa.ee/et/ravimi-hind).

## Meditsiiniseadmed



**Haigekassa hüvitab kindlustatutele selliseid kodus iseseisvalt kasutatavaid meditsiiniseadmeid, mille abil saab ravida haigusi ja vigastusi või mille kasutamine hoiab ära haiguse süvenemise. Meditsiiniseadmete loetelu kaasajastatakse igal aastal, lisades sinna vastavalt vajadusele uusi tooteid ning uuendades hinnakirja lähtuvalt seadmete müüjatega sõlmitud kokkulepetest.**

Hüvitatavate seadmete hulka kuuluvad näiteks diabeetikutele veresuhkru mõõtmiseks vajalikud glükomeetri testribad ja lantsetid, insuliinidõelad, diabeeti põdevatele lastele insuliini

pumpraviks ja veresuhkru pidevaks jälgimiseks vajalikud seadmed, stoomide hooldusvahendid, ortoosid, põiekatetrid, haavasidemed ja -plaastrid, samuti unehäirete raviks mõeldud seadmed ja nende maskid, kompressioontooted lümfitursetega patsientidele ning naha hooldusvahendid rasket ihtüoosi põdevatele patsientidele.

**Haigekassa hüvitab meditsiiniseadmeid kas 90% või 50% soodusmääraga.** Patsient peab ise tasuma vastavalt 10% või 50% seadme hinnast.

**Meditsiiniseadme vajaduse määrab raviarst** ning väljastab soodustuse saamiseks digitaalse meditsiiniseadme

kaardi. Seadme ostmiseks tuleb patsiendil pöörduda apteeki või haigekassaga lepingu sõlminud müüja poole ning esitada isikut tõendav dokument. Kui ostate seadmeid kellelegi teisele, siis on vajalik selle inimese isikukood, kellele seadet ostate.

### Kehtiva meditsiiniseadmete loetelu leiate haigekassa kodulehel

[www.haigekassa.ee/Inimesele](http://www.haigekassa.ee/Inimesele) »  
*Ravimid ja meditsiiniseadmed*

### 2017. AASTAL LISANDUS MEDITSIIINISEADMETE LOETELLU 139 UUT SEADET

Haigekassa meditsiiniseadmete loetellu lisati 1. jaanuarist 2017 kaks uut meditsiiniseadmete rühma. Samuti laienesid loetellu kuuluvate seadmete hüvitamistingimused ja suurenesid hüvitatavad kogused.

2017. aastast laienesid soodustused insuliini pumpravi kasutavatele lastele. Loetellu lisatakse insuliinipumba saatja komplekt 50% soodustusega kõigile insuliini pumpravi kasutavatele lastele.

Lisaks tõsteti 5–18-aastastele lastele hüvitatavate glükoosisensorite aastakogust neljakordselt: 12-lt 48-le. Sel aastal on hüvitatavate seadmete hulgas lisaks insuliinipumbale kõik veresuhkru jälgimiseks vajalikud seadmed, mis võimaldavad lastel pidevalt ilma pausideta oma veresuhkru taset jälgida.

2017. aastast lisandusid hüvitatavate meditsiiniseadmete hulka uue tootja Welland Medical stoomi hooldusvahendid.

Parkinsoni tõvega patsientidele hüvitatakse edaspidi ka ravimi manustamiseks vajalikke süstlanõelu.

Trahheostoomiga patsientidele hüvitatakse trahheostoomiplaastrite kogus tõusis seniselt 60 plaastrilt 120 plaastrile poolaastas. Samuti laienes sellest aastast unehäirete ravis kasutatavate CPAP-seadmete ja nende maskide, lümfitursete ravis kasutatavate kompressioontoodete, ortopeediliste toodete, haavasidemete ja -plaastrite, glükomeetri testribade, insuliininõelte ja lantsettide valik.

# Sõeluuringud

Vähi sõeluuringutes osalemine aitab ennetada ja avastada vähki enne, kui see on kaugele arenenud. Vähi sõeluuring on eelkõige hea võimalus kontrollida oma tervist, veendumaks, et olete terve.



Sõeluuringud on terviseuuringud, mille käigus kutsutakse uuringus osalema teatud vanuserühmi, keda peetakse uuritava haiguse suhtes enim ohustatuks. **Sõeluuringud on mõeldud eelkõige tervete, ilma kaebusteta ja haiguse sümptomiteta inimeste uurimiseks.**

**Eestis tehakse riiklikult rinnavähi, emakakaelavähi ja jämesoolevähi sõeluuringuid.**

## RINNAVÄHI SÕELUURING

Enamasti pöörduetakse arsti juurde tervise kontrollimiseks siis, kui tuntakse rinnas valu või rinda katsudes rinnas olevat n-ö tükki. Teised ohumärgid võivad olla muutunud rinna või nibu kuju (nt naha sissetõmme rinnal), eritis rinnanibust, rinna nahavärvi muutus või kaenlaaluste lümfisõlmede suurenemine. Tihti on haigus aga selleks ajaks, kui kaebused tekivad, juba organismis kaugemale levinud ja seda on raskem ravida.

Rinnavähki on võimalik avastada enne, kui kasvaja on endast märku andnud ja kehas levima hakanud. Üks

varase avastamise võimalus on rinnanäärme radioloogiline uuring ehk mammograafia. Väikese kiirgusdoosiga mammograafia on tervisele ohutu.

**Varakult avastatud rinnavähk on paremini ravitav ning annab võimaluse vältida suuremaid operatsioone.**

Eestis kutsutakse iga kahe aasta tagant sõeluuringule 50–62-aastaseid ravikindlustatud naisi.

**2017. aastal kutsutakse rinnavähi sõeluuringule ravikindlustatud naisi sünniaastatega 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965 ja 1967.**

**Rohkem infot rinnavähi sõeluuringu kohta ja liikuvate mammograafiabusside asukohad ning ajakava leiate**

**[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele » Haiguste ennetamine » Vähi sõeluuringud naistele**

## EMAKAKAELAVÄHI SÕLUURING

Teadlased arvavad, et emakakaelavähk tekib ühest kindlast viirusest, inimese papilloomiviiruse (HPV) mõningatest vormidest, mis levivad peamiselt seksuaalsel teel. Viirus tekitab rakkudes muudatusi, mida saab avastada ja uurida nn PAP-testiga. PAP-test on valutu ja kiire protseduur, mille käigus võetakse emakakaelast väike proov.

Kuna emakakaelavähi varajased sümptomid jäävad naisele tihti märkamatuks ning ta tunneb ennast täiesti tervena, siis on väga oluline PAP-testi regulaarselt teha. Emakakaela rakkude muutused on sõeluuringute käigus lihtsalt avastatavad.

Viiruse tekitatud rakumuutused võivad vähiks areneda 10–25 aastaga. Regulaarsel kontrollimisel ja õigel ajal avastatuna on need kergesti ravitavad. Seega oleks võimalik ennetada peaaegu kõiki kaugelearenenud emakakaelavähi juhtumeid.

**2017. aastal kutsutakse emakakaelavähi sõeluuringule ravi-kindlustatud naised sünniaastatega 1962, 1967, 1972, 1977, 1982 ja 1987.**

**Rohkem infot emakakaelavähi sõeluuringu kohta leiate**

[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele » Haiguste ennetamine » Vähi sõeluuringud naistele

## JÄMESOOLEVÄHI SÕLUURING

2016. aastal käivitunud jämesoolevähi sõeluuring on Eestis esmakordne ja tegemist on väga olulise **uue- dusega sagedase kasvaja ennetamises ja varases avastamises. Sõeluuringule kutsutakse nii naisi kui ka mehi.**

**Jämesoolevähk tekib aeglaselt ja järk-järgult ning selle algfaasis tekkivate healoomuliste kasvajate varane avastamine võimaldab vähki ära hoida.** Soolestiku esimeste muutuste avastamine sõeluuringu abil aitab haigusele õigel ajal jälile saada ja alustada varakult raviga.

Jämesoolevähk on kõikidest vähkidest kolmandal kohal vähki haigestumiste poolest. Jämesoolevähi haigestub aastas ligi 900 inimest ning jämesoolevähk on vähisurmade arvult teisel kohal kõikide vähkide seas.

Kuna jämesoolevähk on aeglase ja astmelise tekkega, siis vanuse kasvades suureneb ka risk haigestuda vähki. Haigestumise risk suureneb alates 50. eluaastast.

Jämesoolevähi avastamiseks tuleb teha väljaheidetestil põhinev uuring (peitvere test) ja vajadusel jämesoole uuring (sõelkoloskoopia). Sõeluuringus osalevad 60–69-aastased ravikindlustatud mehed ja naised iga kahe aasta tagant.

Rohkem infot jämesoolevähi sõeluuringu kohta saate oma perearstilt või haigekassa kodulehelt

[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele  
» Haiguste ennetamine »  
Jämesoolevähi sõeluuring

2017. aastal kutsutakse jämesoolevähi sõeluuringule ravi-  
kindlustatud naised ja mehed  
sünniaastatega 1955, 1956 ja  
1957.

## Kuidas sõeluuringutel osaleda?

Vähi sõeluuringutel osalemiseks saadetakse kutse Teie rahvastiku-  
registri aadressile. Kontrollige, kas rahvastikuregistris on kirjas aadress,  
kus Te tegelikult elate – muidu ei jõua kutse Teieni. Aadressi saate  
hõlpsalt kontrollida riigiportaalis [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee). Koos paberkutsega  
saadetakse e-tervise patsiendiportaali [www.digilugu.ee](http://www.digilugu.ee) ka elektrooniline  
kutse, mis on nähtav saatekirjade alt.

Kui Teie sünniaasta on tänavuste kutsesaajate nimekirjas ja Te  
pole vastavat testi või uuringut teinud, ei pea Te kutset ootama.  
Helistage endale kõige sobivamasse tervishoiuasutusse, et uuringule  
registreeruda. Registreerudes kontrollitakse eelkõige Teie sünniaastat  
ja ravikindlustuse kehtivust. Uuringule tulles võtke kaasa isikut tõendav  
dokument.

Rinna- ja emakakaelavähi varajase avastamise uuringuid tegevate  
tervishoiuasutuste kontaktid leiate [www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Inimesele »  
Haiguste ennetamine » Vähi sõeluuringud naistele).

Jämesoolevähi sõeluuringus osalemiseks külastage oma perearsti.

# Laste tervis

Väga oluline on laste tervist kontrollida ja jälgida lapse kasvamist ning arengut. Selleks on Eestis välja töötatud tervisekontrollide juhend.



Laste tervisekontroll on perearstide, lastearstide ja teiste arstide koostöös välja töötatud kava, mille abil jälgitakse lapse kasvu ja arengut, kuulmist, nägemist ja kõnet, antakse teavet vaktsineerimisega ennetatavate nakkushaiguste kohta, vaktsineeritakse, aidatakse kaasa tervislike toitumis- ja liikumisharjumuste kujunemisele ning nõustatakse lapsevanemaid.

**Esimese elunädala** jooksul pakutakse kõigile Eestis sündinud lastele uurin-gut kahekümne erineva kaasasündinud

haiguse suhtes (kilpnäärme alatalitus, erinevad pärilikud ainevahetushaigused, kuulmishäired). Kaasasündinud haiguste väljaselgitamiseks tehakse sõeluuring kõigile Eestis sündinud lastele juba sünnitusosakonnas või lastehaigla vastasündinute või intensiivravi osakonnas.

**Tervet imikut jälgitakse esimese eluaasta jooksul kord kuus.** Ühe nädala vanuse lapse tervisekontroll on väga oluline ning selleks tuleks lapsevanemal pereõega visiit kokku leppida. Pereõe





visiitidel kaalutakse ja mõõdetakse last. Lisaks on õe ülesanne õpetada vanematele lapse toitmist, hügieeni, hoolust, õnnetuste vältimist jms. Laste- arsti külastamine ei ole tervele imikule vajalik. Vajaduse korral suunab perearst lapse eriarsti, näiteks neuroloogi või ortopeedi vastuvõtule.

**Enne kooli minemist on vajalik lapsega külastada perearsti ja hambaarsti. 6–7-aastase lapsega tuleb käia perearsti juures koolieelses tervisekontrollis.** Arst hindab lapse arengut ja vaatab, kas laps on valmis kooli minema. Muu hulgas kontrollitakse nägemis- ja kuulmisteravust ning kõne arengut. Tervislike muutuste või erinevuste korral saab arst suunata lapse lisa-uuringutele, logopeedi või silmaarsti juurde. **Juhul kui perearst probleeme ei tuvasta, siis ei ole kõrva-nina-kurguarsti ega silmaarsti külastus vajalik.** Selles vanuses last peab ka vaktsineerima difteeria, teetanuse, läkaköha ja lastehalvatuse vastu.

Tervisekontrolli võiks minna aegsasti enne kooli, juba kevadel, siis jääb aega võimalike probleemide lahendamiseks. Näiteks saab vajadusel muretseda prillid või kui laps vajaks mingit lisaabi või eritingimusi, on võimalik seda aegsasti korraldada.

### **KOOLITERVISHOID**

**Kooli vastuvõtmiseks** tuleb esitada lapse tervisekaardi väljavõte, kus on kirjas oluline info varasemate vaktsineerimiste, krooniliste haiguste, pidevalt kasutatavate ravimite ja allergiate kohta.

Teave on vajalik lapse tervise jälgimiseks koolis, aga ka õppekoormuse ja eluviisi kohaldamiseks.

Kooli tulles küsitakse lapsevanema nõusolekut koolitervishoiuteenuse osutamiseks. **Kooliealiste laste tervisekontrollle teeb kooliõde 1., 3., 7. ja 11. klassi lastele. Perearsti juures tuleb tervisekontrollis käia 2., 5. ja 9. klassi lastel.**

**Enne igat vaktsineerimist peab kooliõde küsima lapsevanemalt kirjaliku nõusoleku.**

Koolis last ei ravita, haige lapse ravi määrab ja seda koordineerib perearst või eriarst. Kui laps on koolis haigestunud või on juhtunud trauma, peab kooliõde andma talle esmast abi ja teavitama lapsevanemaid. **Haigestumise korral tuleb pöörduda perearsti poole.**

**Alates 2017. aasta kevadest registreeritakse kõik vastsündinud automaatselt oma ema perearsti nimistusse. See tähendab, et Te ei pea oma lapsele perearsti saamiseks enam eraldi taotlust esitama. Taotluse peate esitama vaid juhul, kui soovite oma lapsele enda perearstist erinevat perearsti. Teavitage perearsti juba enne lapse sündi, et peatselt lisandub tema nimistusse uus liige. Rohkem informatsiooni leiate Terviseameti kodulehelt.**

## TERVISEKONTROLI PLAAN JA RIIKLIKE VAKTSINEERIMISTE AJAKAVA

Lapse vanus	Visiit	Vaktsineerimine nakkushaiguste vastu ja sõeluuringud
Sünnijärgne kontroll	Lastearst sünnitusmajas	Tuberkuloosivaktsiin, B-hepatiidi vaktsiin, ainevahetushaiguste ja kuulmise sõeluuringud
1 nädal	Pereõde	Kokkuleppeline visiit
2 nädal	Perearst	
1 kuu	Perearst	B-hepatiidi vaktsiin
2 kuud	Pereõde	Rotaviiruse vaktsiin
3 kuud	Perearst	Difteeria, teetanuse, läkaköha, lastehalvatuse, hemofiilusnakkuse, rotaviiruse vaktsiin
4,5 kuud	Pereõde	Difteeria, teetanuse, läkaköha, lastehalvatuse, hemofiilusnakkuse, rotaviiruse vaktsiin
6 kuud	Perearst	Difteeria, teetanuse, läkaköha, lastehalvatuse, hemofiilusnakkuse, B-hepatiidi vaktsiin
7 kuud	Pereõde	
9 kuud	Perearst	Vereproov kehweresuse välistamiseks
12 kuud	Perearst	Mumpsi, leetrite, punetiste vaktsiin
18 kuud	Perearst	
2 aastat	Pereõde	Difteeria, teetanuse, läkaköha, lastehalvatuse, hemofiilusnakkuse vaktsiin
3 aastat	Perearst, silmaarst, hambaarst	
4 aastat	Pereõde	
5 aastat	Perearst	
6–7 aastat, koolieelne kontroll	Perearst, hambaarst	Difteeria, teetanuse, läkaköha, lastehalvatuse vaktsiin
8–9 aastat	Perearst	
9–10 aastat	Pereõde, hambaarst	
11–12 aastat	Perearst, hambaarst	Hepatiidi vaktsiin (1., 2. ja 3. vaktsiini-doo ühekuulise vahega)
13–14 aastat	Pereõde, hambaarst	Leetrite, mumpsi ja punetiste vaktsiin
15–16 aastat	Perearst, hambaarst	Difteeria, teetanuse, läkaköha vaktsiin
25, 35 aastat jne (iga 10 aasta tagant)	Pereõde	Difteeria, teetanuse vaktsiin

## LASTE HAMBARAVI

Laste õigete hügieeniharjumuste ja ennetavate hambaarstivisiitide abil on võimalik vältida olukordi, kus täiskasvanueas tekivad hammastega probleemid, mis vajavad põhjalikumalt ja kallimat ravi.

**Esimene hambaarsti külastus võiks toimuda lapse esimese hamba lõikudes või umbes aastase lapsega.** Esimesi nõuandeid suutervise osas saate juba ämmaemandalt või lapse esimesel eluaastal pereõelt.

Lisaks kodus suuhügieeni eest hoolitsemisele on oluline osa ka regulaarsel hambaarsti juures kontrollis käimisel.

**Lapsega on soovitatav hambaarsti külastada, kui laps on 3, 6, 7, 9, 12, 14 ja 15 aasta vanune. Eriti hea oleks, kui käiksite lapsega igal aastal hammasete kontrollis.**

Ka kooliõed teevad hambaarstidega koostööd 7-, 9- ja 12-aastaste laste ennetavale läbivaatusele suunamiseks. Kui laps vajab hambaravi, peab see kindlasti toimuma pere nõusolekul. Oluline on hambaarsti valides jälgida, kas hambaarstil on leping haigekassaga. Vaid lepingu olemasolul on teenus tasuta.

## Pange tähele!

- Hambakaariest on lihtne vältida hambasõbralikult toitudes. Januga tuleb mahla või limonaadi asemel juua vett. Toidukordade vahel peab pidama pikemaid pause ehk vältida tuleks näksimist.
- Veel uusi ja põnevaid teadmisi nii lapsevanemale, lapsele kui ka õpetajale leiate veebilehelt [www.suukool.ee](http://www.suukool.ee).
- Haigekassa tasub alla 19-aastaste laste ja noorte hambaravi eest oma lepingupartnerite juures.

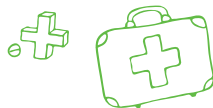
Haigekassa hambaravi lepingupartnerite info leiate

[www.haigekassa.ee/hambaravi](http://www.haigekassa.ee/hambaravi)



# Vajaminev arstiabi Euroopa ravikindlustuskaardi alusel

Puhkusele minnes tasub kaasa võtta Euroopa ravikindlustuskaart, mis on välismaal tekkinud terviserikke korral oluline abimees. Euroopa ravikindlustuskaardi ettenäitamisel osutatakse Eesti kindlustatutele Euroopa Liidus ja lisaks ka Liechtensteinis, Norras, Islandil ja Šveitsis vajaminevat arstiabi võrdsetel tingimustel nendes riikides elavate kindlustatud inimestega. Euroopa ravikindlustuskaart on Eesti Haigekassas kindlustatud inimestele tasuta ning seda saab taotleda riigiportaalist [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee).



**Vajaminevaks arstiabiks loetakse teises Euroopa Liidu riigis viibimise ajal ootamatult tekkinud terviserikke ravimist.** See võib olla näiteks kõrge palavik, kõhuvalu, infarkt või õnnetuse tagajärjel tekkinud vigastus. Seda, kas tegemist on vajamineva arstiabiga, otsustab arst.

**Vajaminev arstiabi ei ole täiesti tasuta** – maksta tuleb patsiendi omaosalustasud (visiidi- ja voodipäevatasu jne) asukohamaa ehk reisisihtkoha hindade järgi. **Omavastutustasusid ega riikidevahelise transpordi kulusid haigekassa ei korva.**

Nutitelefonil omanikel on nüüdsest võimalik alla laadida Euroopa ravikindlustuskaardi rakendus, mille abil on kättesaadav juhend Euroopa ravikindlustuskaardi kasutamiseks 28 EL-i liikmesriigis, Islandil, Liechtensteinis, Norras ja Šveitsis. Rakendus kuvab üldinformatsiooni kaardi kohta, erinevate riikide hädaabi numbreid, teavet kaardi alusel võimaldatavatest teenustest ja kaetavatest kuludest, hüvitise taotlemisest ja sellest, kuhu pöörduda, kui olete oma kaardi kaotanud. Rakenduse saab tasuta alla laadida Google Play, App Store'i ja Windows Phone Store'i kanalitest.

Euroopa ravikindlustuskaardi alusel tuleb arstiabi saamiseks pöörduda riiklikku raviasutusse, mitte erakliinikusse, sest **Euroopa ravikindlustuskaarti aktsepteeritakse ainult riiklikku süsteemi kuuluvates raviasutustes.** Seetõttu soovitab haigekassa enne reisile minekut alati lisaks ka reisi-kindlustuse osta. Reisi-kindlustus, sõltuvalt kindlustuslepingust, katab üldjuhul ka need kulud, mida haigekassa ei kata. **Erakindlustus tuleb kindlasti hankida ka liikmesriikidest väljapoole reisides, kus Euroopa**

**ravikindlustuskaart ei kehti** ning kus toimunud õnnetuse korral tuleks pat-  
siendil ka ravikulude eest ise tasuda.

Juhul kui Teil ei ole Euroopa ravi-  
kindlustuskaarti endaga kaasas, siis  
tuleks Teil tellida endale asendus-  
sertifikaat. Asendussertifikaadi saa-  
miseks palume pöörduda haigekassa  
klienditeenindusse E-R 8.30–16.30, he-  
listada klienditelefonile +372 669 6630  
või saata e-kiri [info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee). Te-  
lefoni või e-kirja teel tellitud asendus-  
sertifikaadi saab vastavalt tellija soovile  
kätte posti või e-kirja teel.

Kui Teil ei ole Euroopa ravikindlustus-  
kaarti ega ka selle asendussertifikaati,  
siis tuleb esialgu kõik kulud ise tasuda.  
Tagasimakse hüvitise saamiseks tuleb  
haigekassale esitada kulude tagasimak-  
se taotlus, maksmist tõendavad doku-  
mendid (raviarve) ja raviloo kokkuvõte.

**Liisa läks Rootsi oma sõbran-  
nale külla. Rootsi pealinna  
läksid sõbrannad avastama  
jalgratastel. Jalgrattaga sõites  
kukkus Liisa nii õnnetult, et ta  
pidi paariks päevaks haiglasse  
jääma. Kuna Liisa esitas haiglas  
Euroopa ravikindlustuskaardi,  
siis koheldi teda võrdselt Rootsi  
ravikindlustatutega ning talle  
esitati arve ainult omavastutus-  
tasude (voodipäevatasu) eest.  
Selle arve esitas Liisa era-  
kindlustusele, mille ta oli enne  
reisile minekut vormistanud.**

Alates 1. juunist 2016 vastu-  
tab haigekassa riikliku kontakt-  
punktiga seotud ülesannete  
täitmise eest. Kontaktpunktist  
saab infot selle kohta, millis-  
tes välisriikides ja missugust  
arstiabi on Eesti Haigekassas  
kindlustatutel võimalik saada.  
Samuti saab vastuseid küsimus-  
tele, kuidas õnnetuse korral toi-  
mida, kuhu pöörduda, milliseid  
kulutusi võib arstiabiga seoses  
tekkida, kuhu kulude hüvitami-  
seks pöörduda, millised doku-  
mendid reisile kaasa võtta jne.  
Lisaks saavad kontaktpunktist  
informatsiooni ka teiste Euroo-  
pa Liidu liikmesriikide kindlusta-  
tud, kellele osutatakse arstiabi  
Eestis. Kontaktpunkti info leiate  
[www.haigekassa.ee/kontakt-  
punkt](http://www.haigekassa.ee/kontakt-punkt).



## Pange tähele!

- Euroopa ravikindlustuskaarti on lihtne tellida interneti teel portaalist [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee) (E-teenused » Kodanikule » Reisimine » Euroopa ravikindlustuskaardi tellimine). Kaart on tasuta.
- Euroopa ravikindlustuskaart kehtib vaid koos isikut tõendava dokumendiga.
- Euroopa ravikindlustuskaarti ei tohi kasutada, kui ravikindlustus on lõppenud. Ravikindlustus ei võrdu kodakondsusega!
- Euroopa ravikindlustuskaart annab õiguse vajaminevale arstiabile Euroopa Liidu territooriumil, Euroopa Majanduspiirkonnas ning Šveitsis viibimise ajal.
- Euroopa Liidust väljapoole reisisid Euroopa ravikindlustuskaart ei kehti. Enne reisile asumist ostke reisikindlustus, seda ka Euroopa Liidus reisisid.
- Haigekassa katab välisriigis saadud raviteenuste meditsiinilised kulud. Patsiendi enda kanda jäävad visiidi- ja omaosalustasud, sõidukulud jms.
- Välisriigist helistades on haigekassa klienditelefoni number +372 669 6630. Lisainfot ravivõimaluste kohta ning taotlusvormid leiate [www.haigekassa.ee/kontaktpunkt](http://www.haigekassa.ee/kontaktpunkt).

# Plaaniline arstiabi välisriigis

**Plaaniline ravi tähendab olukorda, kus inimene läheb teise riiki eesmärgiga saada seal ravi. Välisriigis plaanilise ravi hüvitamiseks haigekassa poolt on kaks võimalust.**

Esimene võimalus on taotleda haigekassalt eelluba vajalike ravikulutuste katmiseks välisriigi raviasutuses. See võimalus on mõeldud nendele kindlustatutele, kellele on meditsiiniliselt

näidustatud selline tervishoiuteenus, mida Eestis ei osutata. Haigekassa toetub otsust langetades arstliku nõukogu otsusele, kuhu kuulub vähemalt kaks eriarsti. Positiivse otsuse korral väljastab haigekassa tasu maksmise ülevõtmist kinnitava dokumendi ning tasub välisriigis tekkinud meditsiinilised kulud.

Teine võimalus plaanilise arstiabi saamiseks välisriigis on Euroopa Liidu pat-sientide vaba liikumise direktiivi ehk

juhtnööri alusel. See tähendab, et eriarstile saatekirja saanud patsient võib valida ükskõik millise raviasutuse või arsti Euroopa Liidu piires ning peale ravi saamist taotleda haigekassalt hüvitist.

Oluline erinevus Eestis ja välisriigis saatekirja alusel eriarsti poole pöördumisel seisneb selles, et välisriigis tuleb kogu ravi eest esmalt ise tasuda ja seejärel tagasi koju saabudes haigekassalt kulude hüvitamist taotleda. Silmas tuleb pidada, et haigekassa tasub vaid nende tervishoiuteenuste eest, mida patsiendil oleks õigus saada haigekassa kulul ka Eestis. Hüvitada ei ole võimalik tervishoiuteenuseid, mida Eestis ei osutata või ei hüvitata või inimesele meditsiiniliselt mittenäidustatud teenuseid. Kui välismaal saadud teenuse hind on kõrgem kui meie haigekassa tervishoiuteenuse loetelus märgitud hind, peab patsient hinnavahe ise tasuma. Samuti

jäävad patsiendi enda kanda visiidi- ja omaosalustasud ning sõidukulud.

Välisriigis saadud plaanilise ravi eest hüvitise saamiseks tuleb esitada taotlus, mille blankett on kättesaadav [www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Riiklik kontaktpunkt » Blanketid) või klienditeenindusbüroodes. Samuti tuleb haigekassale esitada raviteenuse originaalarved, maksmist tõendavad dokumendid, eriarsti saatekiri ja raviloo kokkuvõte.

Rohkem infot plaanilise arstiabi kohta välisriigis leiate

**[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee) (Riiklik kontaktpunkt » Arstiabi Euroopa Liidus ja mujal » Plaaniline ravi välismaal)**

**Pisikesel Kristiinal on kaasa-sündinud raske südamerike, mida Eestis ei ravita. Kristiina ema tegi haigekassale taotluse suunata laps ravile Saksamaale. Haigekassa tegi taotluse suhtes positiivse otsuse, kuna sellist tervishoiuteenust Eestis ei osutata. Keeruline südameoperatsioon tehti Saksamaal haiglas ning operatsiooni eest tasus haigekassa. Kristiina ja tema ema sõidukulud ja omaosalustasud maksis pere ise kinni.**



# Ravikindlustuse statistika 2016. aastal



Ravikindlustus oli  
**1,24**  
miljonil inimesel



Haigekassal oli üle  
**1000**  
lepingupartneri,  
kes osutasid  
tervishoiu-  
teenuseid



Ravikindlustuse  
kulud olid üle  
**1 miljardi**  
euro



## Perearstiabi

- **103 miljonit** eurot tasus haigekassa perearstiteenuste eest
- **6,3 miljonit** vastuvõttu tegid perearstid
- **6,2 korda** käis inimene keskmiselt perearsti või õe vastuvõtul
- **238 000** kõnet tehti perearsti nõuandetelefonile 1220



## Eriarstiabi

- **591 miljonit** eurot tasus haigekassa eriarstiabi teenuste eest
- **799 000** patsienti kasutas eriarstiabi teenuseid
- **154 000** operatsiooni tehti tervishoiuasutustes



## Õendusabi

- **30 miljonit** eurot tasus haigekassa õendusabi teenuste eest
- **12 000** patsiendile pakuti statsionaarset õendusabi ja  
**8 000** patsiendile koduõendusteenust





## Hambaravi

- **23 miljonit** eurot tasus haigekassa hambaravi teenuste eest
- **63%** 3–19-aastastest lastest käis hambaarsti juures



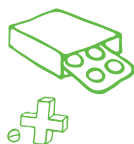
## Töövõimetushüvitised

- **130 miljoni** euro eest maksis haigekassa ajutisi töövõimetushüvitisi **358 000** inimesele
- **392 000** korda võeti töövõimetuslehte, kokku viibiti töövõimetuslehel **7,2 miljonit** päeva



## Ravi välisriigis

- **9 miljonit** eurot tasus haigekassa Eesti kindlustatute uuringute ja ravi eest välisriikides
- **4 miljonit** eurot tasus haigekassa Eesti kindlustatute plaanilise ravi eest teistes Euroopa Liidu riikides. Ravil käidi **244 korral**, kõige rohkem Saksamaal



## Soodusravimid ja meditsiiniseadmed

- **132 miljoni** euro eest kompenseeris haigekassa ravimeid **848 000** inimesele
- **8,1 miljoni** retsepti eest tasus haigekassa hüvitist
- **10 miljoni** euro eest hüvitas haigekassa meditsiiniseadmeid **70 000** inimesele

# Kasulikud nõuanded

- Pöörduge alati haigekassa poole, kui Teil on küsimusi tervishoiuteenuste või ravikindlustuse kohta!
- Perearst on kõrge kvalifikatsiooniga arst, kes suudab diagnoosida ja ravida enamikku haigusi.
- Kui Teil on tervisemure, aga Teie perearst ei ole parajasti kättesaadav, tasub helistada perearsti nõuandetelefonile 1220!
- Külastage hambaarsti regulaarselt ja laske kord aastas oma hambaid kontrollida!
- Küsige arstilt toimeainepõhist retsepti ja apteekrilt soodsaimat ravimit!
- Enne eriarsti juurde minekut uurige, kas perearsti saatekiri on vajalik!
- Kui Te ei saa arsti vastuvõtule minna, tühistage alati oma broneeritud aeg, et teised abivajajad saaksid kiiremini arsti juurde.
- Kui lähete Euroopasse, võtke kaasa Euroopa ravikindlustuskaart ja tehke reisikindlustus kõikide välismaareiside korral!



# Kasulikud kontaktid

**Tervishoiuteenused  
ja ravikindlustuse info**

[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee)  
☎+372 669 6630  
[info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee)

**Haigekassa e-teenused  
riigiportaalis**

[www.eesti.ee](http://www.eesti.ee)  
(E-teenused » Kodanikule  
» Tervis ja tervisekaitse)

**Ravi- ja patsiendijuhendid**

[www.ravijuhend.ee](http://www.ravijuhend.ee)

**Patsiendi terviseandmed  
e-tervise patsiendiportaalis**

[www.digilugu.ee](http://www.digilugu.ee)  
☎+372 694 3943

**Mõistlik ravimikasutus ja  
toimeainepõhine retsept**

[www.haigekassa.ee/toimib](http://www.haigekassa.ee/toimib)

**Perearsti nõuandetelefon**

[www.1220.ee](http://www.1220.ee)  
[www.haigekassa.ee/1220](http://www.haigekassa.ee/1220)  
☎+372 634 6630

**Hammaste tervishoid**

[www.suukool.ee](http://www.suukool.ee)  
[info@suukool.ee](mailto:info@suukool.ee)  
f /suukool  
@ /suukool.ee

# Eesti Haigekassa klienditeenindused

## **Tallinn**

Lastekodu 48, 10144  
E, T, N, R 8.30–16.30  
K 8.30–18.00

## **Jõhvi**

Nooruse 5, 41597  
E, T, N, R 8.30–16.30  
K 8.30–18.00

## **Pärnu**

Rüütli 40a, 80010  
E, T, N, R 8.30–16.30  
K 8.30–18.00

## **Tartu**

Põllu 1a, 50303  
E 8.30–18.00  
T, K, N, R 8.30–16.30

## Haigekassa info

☎+372 669 6630

[info@haigekassa.ee](mailto:info@haigekassa.ee)

[www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee)



**PEREARSTI  
NÕUANDETELEFON**

