

Alaseljavaluga patsiendi raviteekond Pärnu Haiglas

Raviteekond on loodud alaseljavaluga (mittespetsiifiline alaseljavalu) patsientide sujuvamaks liikumiseks ja kogu raviprotsessi paremaks korraldamiseks. Eelkõige on oluline, et patsiendid oleksid suunatud ühtsete reeglite alusel alati õige spetsialisti juurde. Selliselt on tagatud patsientide sujuv liikumine raviteekonnal ja väheneb koormus siduserialadele.

Enamasti on seljavalu puhul tegemist lühiajaliste kaebustega, mis mööduvad ilma spetsiifilise ravita. Mittespetsiifiline alaseljavaluga patsient, kel on kliinilised ohumärgid ehk „punased lipud“ välistatud, kuulub esmatasandi arstiabisse. Eelkõige palume patsiendi käsitlemisel juhinduda ravijuhisest [Alaseljavalu diagnostika ja ravi esmatasandil](#).

Patsiendi edasi suunamisel palume toimida alljärgnevalt (protsess skemaatilisel lk 2).

Kui mittespetsiifiline valu on jätkuv ning valuravi osutub ebaefektiivseks, soovitame alustada e-konsultatsioonist taastusarstile. E-konsultatsiooni koostamisel juhinduda Sotsiaalministri 19. jaanuari 2007. a määruse nr 9 „Kindlustatud isikult tasu maksmise kohustuse Tervisekassa poolt ülevõtmise kord ja tervishoiuteenuse osutajatele makstava tasu arvutamise meetodika“ [Lisa 43](#) nõuetest.

Nõuded taastusarstile suunamise saatekirjale:

- ✦ eesmärk/probleem;
- ✦ kliiniline diagnoos:
 - põhihaigus;
 - kaasuvad haigused;
- ✦ anamnees:
 - patsiendi töö iseloom ja vabaaja tegevused;
 - valu lokalisatsioon – alaselg vs kiirgumine jalga, millise dermatoomiga kattuvus;
 - mittespetsiifilise alaseljavalu faas:
 - äge valu vähem kui 6 nädalat;
 - alaäge valu 6-12 nädalat;
 - krooniline valu rohkem kui 12 nädalat;
 - valu iseloom – liikumisega seotud, puhkeolekus;
 - valu ajaline kestus, sh kas äge valu või krooniline süvenemisega;
 - trauma anamnees;
 - pahaloomulise kasvaja esinemine varem anamneesis;
 - põletikule viitavate kaebuste esinemine – palavik, CRP tõus;
 - valuravi teostamine;
 - patsiendi kaasuvad haigused, sh tarvitatavad ravimid;
 - varasemad uuringud;
 - varasemalt teostatud selja piirkonnas operatsioone.

Tutvuge lisaks:

Tervisekassa patsiendijuhend [Sinu seljavalu](#)

[Küsimustik valu tüübi määramiseks](#)

Tervisekassa [Valik harjutusi alaselja valu leevendamiseks](#)

Alaseljavaluga patsiendi käsitlemise protsess Pärnu Haiglas

