

ER | EESTI ROHUTEADLANE



EAFS Eesti Akadeemiline
Farmaatsia Selts



EFS Eesti
Farmaatsia
Selts

Eesti Provisorite Koda



**EESTI
APTEEKRITE LIIT**

5/2022



- ▶ Imik ja apteeker: mis peaks olema imiku koduapteegis
- ▶ Laste mürgistused: vaade mürgistusinfoliini 16662 töösse
- ▶ Konverents TÜ farmaatsia instituut 180 vaatas tulevikku
- ▶ TÜRSi ja EFSi Sügisseminar 2022 õpetas kriisideks valmistuma
- ▶ EAFS ja Gedeon Richteri stipendiumi sai Marina Tihhonova
- ▶ Saaremaa Apteek sai saja aastaseks



Rohuteadlase tellimine 2023. aastaks

Eesti Rohuteadlase **tellimishinnad** 2023. aastaks:

- * tavatellijale on 36 EUR-i
 - * EAL, EFS, EAFS, TÜRS ja/või EPK liikmele 30 EUR-i
 - * farmaatsia üliõpilasele on 25 EUR-i
 - * elektrooniline aastatellimus on 20 EUR-i
- Käibemaksu ei lisandu. Aastas ilmub viis numbrit.

Tellimuse saab esitada mitmel viisil:

- 1) täites ja saates Eesti Apteekrite Liidu kodulehel Eesti Rohuteadlase rubriigis oleva tellimislehe;
- 2) saates oma tellimissoovi Eesti Apteekrite Liidu e-posti aadressile: info@apteekritelit.ee;
- 3) tehes pangaülekande ja märkides oma andmed;

Tasuda saab Apteekrite Liidu arvelduskontole:

SWEDBANK: EE952200001120045164 voi
SEB pank: EE351010220092139018.

Ajakiri saadetakse posti teel. Elektrooniline variant saadetakse tellimuses toodud e-posti aadressile.

Kaunist jõuluaega ning meeldivat Eesti Rohuteadlase lugemist soovides,

Eesti Rohuteadlase toimetus

ER | Sisukord 5 / 2022

Juhtkiri: Lähenevatel pühadel ära ennast ära unusta	3
Imik ja apteeker: mis peaks olema imiku koduapteegis	4
Ravimimürgistused lastel - vaade mürgistusinfoliini 16662 töösse	8
Tarbijakaitse ja Tehnilise Järelevalve Ameti teated	14
Euroopa Liidu kohtuasjade kokkuvõte	17
Farmaatsia instituudi konverents vaatas tulevikku	19
Jõustus rohelise tee ekstraktidega seotud määrus	22
Laste ravi konverents pakkus palju põnevat teavet	24
EAFS ja Gedeon Richteri stipendiumi sai Marina Tihhonova	25
TÜRS-i ja EFS-i Sügisseminar 2022	27
Saaremaa Apteek sai 100 aastaseks	30
Muudatused apteekide tegevuses	32

Esikaanel: TÜ farmaatsia instituudi lektor Meeme Utt andmas TÜ farmaatsia instituudi 180. juubelikonverentsi töötoas näpunäited raviainete kvaliteedi hindamiseks apteegis

▸ Toimetus:

Kaidi Sarv (Eesti Apteekrite Liit, tegevtoimetaja), Ain Raal ja Andres Meos (Eesti Akadeemiline Farmaatsia Selts), Jaak Koppel (Eesti Farmaatsia Selts), Karin Alamaa-Aas (Eesti Provii-sorite Koda) ja Külliki Matt (TÜ Rohuteaduse Selts).

▸ Väljaandja:

Eesti Apteekrite Liit, Endla 31 Tallinn, tel 662 0323
info@apteekriteliit.ee www.apteekriteliit.ee



Artishoki ja võililleekstrakti kompleksi sisaldavad tabletid aitavad sul üle elada rasked jõulueined ja shampuserohked aastalõpupeod.

Võta 2 tabletti kohe peale pidu ja tunned ennast järgmisel päeval taas hästi.

Artishokk & Võilill

MÜÜGIL APTEEKIDES, Mustamäe TERVISEPOES Kadaka tee 1/3, Tallinn ja www.tervis24.ee



Lähenevatel pühadel ära ennast ära unusta

Lotta-Lee Suits
Tartu Ülikooli Rohuteaduse Seltsi esimees



Tartu Ülikooli Rohuteaduse Seltsi juhatus

Kätte on jõudnud aasta pimedaim ja kõledaim aeg, mistõttu võivad lähenevad pühad ja eksamiperiood tekitada inimestes suurt stressi. Ei ole saladus, et Eestis on pimedat aega valge ajaga pooleks. Sellest tulenevat meeleolulangust nimetatakse tihti talvemasenduseks ehk sesoonseks depressiooniks, mis on aktuaalne probleem nii praegu kui ka tulevikus.

Tartu Ülikooli Rohuteaduse Seltsi juhatus liikmed osalesid septembri lõpus seminaril, mille teemaks oli stress, selle märkamine ja sellega toimetulek. Koolitajaks oli Anna Leena Koržets MTÜ-st Peaasjad. Mõned seal välja toodud mõtted kõnetasid meid eriti palju.

Koolitusel toodi välja kui oluline on organisatsiooni/kogukonnas üksteise toetamine, et liikmete vahel oleksid head ja sõbralikud suhted, mis loovad turvalise õhkkonna, kus kõik saavad oma muresid ja probleeme jagada. Selle saavutamiseks tuleks luua ühtsustunne, mida saab kasvatada läbi ühiste tegevuste ja uute traditsioonide loomise.

Lisaks rõhuti enesemärkamisele - ennast ei tohi ära unustada! Igas päevas, ka siis kui on väga kiire, tuleb leida kasvõi tund aega selleks, et teha midagi, mis on

Sulle südamelähedane ja mis aitab maandada stressi ning teeb taju paremaks. Olgu selleks siis jalutamine, raamatu lugemine, trennis käimine, kokkamine või käsitöö- kõik sobib! Oluline on hoolitseda oma baasvajaduste eest nagu tervislik toitumine, piisav vedeliku tarbimine, liikumine ja uni.

Seminaril lükati ümber sotsiaalne stigma, mille kohaselt on abi otsimine nõrkuse märgiks. See ei ole nii. Abi otsimine on parim asi, mida inimene enda heaks teha saab. See tähendab, et ta märkab ennast ja oma muresid ning üritab nendega tegeleda, mitte ei ela oma emotsioone ja probleeme enda sisse, kus need lõpuks kuhjuvad. Leia endale keegi, keda Sa usaldad ning kellega Sa julged oma muresid jagada.

Siinkohal on oluline, et me märkaksime üksteist. Tunneksime muret kui keegi on liiga endassetõmbunud ja eemalolev. Ei võta tükki küljest lihtsalt küsida "Kuidas sul läheb?" ning vajadusel olla valmis ulatama enda abikäsi.

Ilusat saabuvat jõulu- ja pühadeaega!
Märkame ja hoolime üksteisest!

Imik ja apteeker

Millele mõelda, kui perre on saabumas või juba saabunud imik

dr Reet Raukas
Tallinna Lastehaigla

Kui noor pere hakkab valmistuma imiku saabumiseks, ostetakse kindlasti lapsevanker ja -voodi, muretsetakse riideid titale. Mõnikord kuulatakse kogenumaid ja ostetakse ka rinnapiima lüpsmiseks elektriline rinnapump. Nukkude mängimise ajast on meeles, et tuleks osta lutte ja lutipudeleid. Mõnda asja on vaja, teisi ei tasu igaks juhuks varuda.

Kindlasti tasuks uue ilmakodaniku saabumise eel hinnata oma kodu ohutust, peita kindlalt suletavasse kappi kodukeemia ja luua koduapteek, mis oleks kergesti kättesaadav, kuid mida saaks uudishimuliku väikelapse eest ära panna. Tihtipeale ei ole noortel peredel üldse olnud vajadust ravimeid koju osta. Kui midagi on koduapteegist ära kasutatud, tuleks see koheselt asendada, et järgmisel kasutuskorral ei teki ootamatuid ebameeldivaid üllatusi.

Lapse vanuse tõusuga tekib kindlasti juurde vajalikke ravimeid või hooldusvahendeid, kuid neid saab varuda juba kindla vajaduse tekkel.

Vajalik D-vitamiin

Eesti tingimustes, kus päikesevalgust vähe, on soovitus igapäevaselt tarbida **D-vitamiini**. See aitab organismis kaasa kaltsiumi ja fosfori ainevahetusele, hoiab luid ja hambaid tervena, toetab vere hüübimist ja südametegevust. Kui päikeselise päevaga olla katmata käte-jalgadega vähemalt 15-20 minutit väljas, toimub nahas piisav D-vitamiini süntees. Kahjuks on meie eluviis muutunud tubasemaks, valgeli ajal õues liikumist on vähem ning nahavähi riski tõttu ei soovitata päevitamist, mistõttu D-vitamiin toidulisandina muutub järjest olulisemaks.

Koduapteek võiks sisaldada:

- **Kraadiklaas** – see võiks sobida temperatuuri mõõtmiseks nii vanematel kui imikul. Temperatuuri mõõtmiseks võiks olla elektrooniline termomeeter, mille abil saab mõõta temperatuuri kaenla alt. Elektroonilise termomeetriga läheb mõõtmine kiiremini, suurema lapse puhul on tore kuulata piiksatus, et tulemus on käes. Kõige täpsem mõõtevahend on traditsiooniline termomeeter, mida kaasaajal enam ei tehta elavhõbedaga. Selle mõõteriista puuduseks on pikem mõõtmisaeg. Infrapuna ja teised kaudsed mõõtevahendid ei ole imiku ja väikelapse kehatemperatuuri mõõtmisel piisavalt täpsed.
- **Paratsetamool** – imiku jaoks võiks olla paratsetamooli küünlad, mida saab kasutada ka lapsel, kes võib oksendada või toitu tagasi heita. Paratsetamooli võib vaja olla ka lapsevanemate endi palaviku alandamiseks või valu vaigistamiseks. Lapsevanemate jaoks võib olla ka ibuprofeeni tablette.
- **Antiseptiline vedelik**, mis sobiks haavade puhastamiseks. Imiku peres võiks see lahus olla alkoholivaba.
- **Alkoholilahus** võib olla vajalik näiteks imiku naba puhastamiseks.
- **Vatitikud**, mida kasutada imiku naba puhastamiseks
- **Vatipadjakesed**, mis kuluvad imiku silmade, nahavoltide jm puhastamiseks
- **Marlisidemed ja isekinnituvad teibid** haavade katmiseks
- **Füsioloogiline lahus**, mille abil saab puhastada nina ja silmi
- Geel või spreid **põletatud nahale**
- Koduapteegis võiks olla ka **paar kääre**, et kiire abivajaduse puhul oleksid nad kiirelt leitavad.

Imik vajab D-vitamiini 7.elupäevast (2.elunädalast) igapäevaselt 400 RÜ päevas. Rasvlahustuva vitamiini tase rinnapiimas ei suurene nii oluliselt ema poolt tarbitava vitamiini toimel, et imikule poleks vaja toidulisandit anda. On tehtud uuringuid, kus ema võttis umbes 10 korda profülaktilist D-vitamiini, et ei peaks lapsele vitamiini pakkuma, kuid selgus, et sellest ei piisa lapse heaolu tagamiseks. Küll paranes ema enda tervislik seisund. On leitud, et kuni 4000 RÜ D-vitamiini pikema aja jooksul on veel ohutu doos ning ei põhjusta kõrvaltoimeid.

D-vitamiini vaegusest väheneb inimese füüsiline jõudlus, tekib väsimus. Lastel kujuneb D-vitamiini vaegusest rahhiit. Selle haiguse korral muutub luude struktuur nõrgemaks, sest kaltsium ei jõua piisavalt luudesse. Rahhiit põhjustab imikul rahutust, unehäireid. Laps hakkab hõõruma kukalt vastu voodit, mille tõttu kaovad kuklalt juuksed, kukal muutub lamedaks koljuluude pehmenemise tõttu. Pikkade toruluude kasvuplaadid muutuvad ebahütlasteks, roiete otstes tekivad paksendid.

Noorte emade seas levib tihtipeale arvamus, et D-vitamiinist tekivad vastündinul gaasivalud ning nutuhoogude hirmus jäetakse lisavitamiinide pakkumine ära. Ilmselt on siin tegemist kokkulangemisega – on teada, et gaasivalud algavad umbes 3.elunädalal ning D-vitamiini hakati andma teisest elunädalast. Mina soovitan kindlasti D-vitamiini andmist jätkata. Kui vitamiini puudusest on tekkinud rahhiit, on seda ravida palju tüsilikum.

Liigseid D-vitamiini doose pole samuti põhjust võtta, üleannustamise korral võivad tekkida mürgistusnähud, mis avalduvad väikelastel oksendamise, kõhuvalu, kõhukinnisuse, nõrkuse, peavalu ja rahutusega.

Vajalik K-vitamiin

Teine rasvlahustuv vitamiin mida tuleks imikule tõsiste terviseriskide tõttu manustada, on **K-vitamiin**. K-vitamiini toodetakse soolestikus, kuid vastündinu mikrobioota ei ole veel piisavalt rikkalik ning alles 6.elukuus tõuseb K-vitamiini tase lapsel täiskasvanu tasemele. K-vitamiin osaleb vere hüübimisel aktiveerides protrombiini ja hüübimisfaktoreid. Kui lapsel tekib selle vitamiini vaegus, on ta ohus-

tatud veritsustõvest. Sünnil on lapse K-vitamiini varud tagasihoidlikud, rinnapiim ei taga selle vitamiini saamist, mistõttu on K-vitamiini defitsiidist tingitud veritsushaiguste tekkeks eriti ohustatud ainult rinnapiimaga toidetud imikud. Piimasegudele on K-vitamiini lisatud. Eestis on kokku lepitud, et kõik vastündinud saavad sünni järel 1 mg K-vitamiini lihasesisesena. Sellisel kujuneb varu pikemaks ajaks ning laps on K-vitamiinist sõltuvate hüübimishäirete eest kaitstud.

Järjest rohkem on vanemaid, kes ei taha lubada oma lapsele süsti teha. Praegu saadaolev preparaat on kasutatav ka suukaudselt. Ei ole päris selge, kas suukaudselt manustatuna on lapse kaitse sama hea, sest soolestikust imendumine võib vahetult sünni järel olla tagasihoidlikum. Seepärast on suukaudseks manustamiseks välja töötatud õige mitme annusega skeem – esimese 2 mg doosi saab laps sünni järel, edasi 4.-5. elupäeval ning seejärel ühekuuselt, jätkates manustamist lisatoidu pakkumiseni igakuiste doosidena. Tuleb juhtida tähelepanu, et praegu saadaolev preparaat on saadaval sisseostuloa alusel, mistõttu tal ei ole soodustust. Selline manustamisskeem nõuab vanematelt tähelepanelikkust, et lapsed igakuised vitamiinidoosid ikka antud saaksid.

Vitamiin B12 kontroll

Kas kõik lapsed vajavad B12 vitamiini taseme kontrolli ning kas tõesti on kõik rahutud lapsed B12 vitamiini vaeguses? Vitamiin B12 ülesanne organismis on punavereloome, aminohapete ainevahetuse toetamine ning närvikoe normaalse arengu tagamine. Kui imiku organismis tekib puudus, võib laps muutuda rahutuks, tema areng hilistub, lihastoonus alaneb, tekib kasvupeetus, oksendamine või söömishäire, raskematel juhtudel võivad tekkida krampid. Selle vitamiini defitsiidist on tingitud muutused vereanalüüsis, esineb aneemia ja/või makrotsütoos, leukopeenia koos neutropeeniaga ja trombotsütoos.

Lapse sünnil on tema maksas 25 mikrogrammi B12 vitamiini, millest peaks jätkuma esimeseks eluaastaks. Kui lapsel kujuneb varakult B12 vitamiini vaegus, võib arvata, et ka tema emal on selle vitamiini defitsiit. Kui ema imetamise ajal ei söö loomset päritolu toiduaineid, jääb tase rinnapiimas madalaks ning lapsel võib kujuneda B12 vitamiini puudulikkus. B12

kui vesilahustuva vitamiini tase rinnapiimas sõltub ema poolt tarbitust. Nii vajavad emad, kelle toidusedelis on välistatud loomsed toidud kindlasti B12 vitamiini toidulisandina. Kui rinnalapsel on avastatud B12 vitamiini puudus, peaks asendusravi saama nii laps kui ka tema ema. Imendumishäire puudumisel soolestikust võiks B12 vitamiini asendusravi olla suukaudne. Ema ja laps võiksid mõlemad võtta 500µg B12 vitamiini päevas kuu aja jooksul. Olukorras, kus on kahtlus imendumishäirele, võiks ravida lihasesiseste süstetega, 250 - 1000 µg üle päeva nädala kuni paari jooksul.

Kergem on hoiduda defitsiidist kui asuda haigust ravima. Nii võiksid taimetoitlasest emad nii rase-

duse ajal kui imetades võtta igapäevaselt 5 - 10 µg B12 vitamiini või tarbida B12 vitamiiniga rikastatud toiduaineid. Ka vajavad nende emade lapsed sama doosi profülaktiliselt. Kui laps sööb piimasegu, saab ta oma vajaduse vitamiiniga rikastatud toidust. Kui imik on jõudnud lisatoidu söömise ikka, ehk teise elupoolaastasse, peaks eakohase koostisega lisatoit tagama lapse piisava B12 vitamiini saamise.

Kõiki tervisemuresid on kergem vältida kui haigusi ravida, seega soovituslikke vitamiine tuleks imikule kindlasti manustada. Kas suuremale lapsele, kes sööb mitmekülgset eakohast toitu, tuleks ka lisavitamiine manustada ei ole selge. D-vitamiin on siinjuures erand, mille kasutamisest võivad kõik.

Eesti Infektsioonhaiguste Seltsi soovitused: alternatiivid amoksitsilliinile enim levinud infektsioonide korral

Seoses amoksitsilliini sisaldavate ravimite tarneraskustega, võib tekkida vajadus kasutada nende asemel teisi antibiootikume. Eesti Infektsioonhaiguste Selts on Ravimiameti palvel koostanud arstidele juhise sobivate alternatiivide valimiseks.

Infektsioon	Ravi	Annus
Äge tonsillofarüngiit	fenoksümetüülpenitsilliin	Täiskasvanud: 1 milj RÜ 2-3 korda ööpäevas Lapsed: 50000-100000 RÜ/kg/ööpäevas (max 3 milj RÜ ööpäevas) jagatuna 3 annuseks
Äge keskkõrvapõletik	tsefuroksiim	Täiskasvanud: 500 mg 2 korda ööpäevas Lapsed: 20-30 mg/kg/ööpäevas jagatuna 2-3 annuseks
Äge bakteriaalne rinosinusiit	doksütsükliin	Täiskasvanud ja alates 12 a: 100 mg 2 korda ööpäevas
	tsefuroksiim	Lapsed: 20-30 mg/kg/ööpäevas jagatuna 2-3 annuseks
Kodutekkene pneumoonia	tsefuroksiim	Lapsed: 20-30 mg/kg/ööpäevas jagatuna 2-3 annuseks
	doksütsükliin (sobib ka atüüpilise tekitaja kahtlusel)	Täiskasvanud: CRB650-1: 100 mg 2 korda ööpäevas
impetigo	tsefadroksiil	Täiskasvanud: 500 mg 2 korda ööpäevas Lapsed: 30 mg/kg/ööpäevas jagatuna 2 annuseks
	klindamütsiin	Täiskasvanud: 300 mg 3-4 korda ööpäevas

Viide: Eesti Infektsioonhaiguste Seltsi soovitused: alternatiivid amoksitsilliinile enim levinud infektsioonide korral. Ravimiamet 02.12.2022

3 UUT PÕHJUST PAREMAKS UNE KVALITEEDIKS

- ① 1,9mg Melatoniini
- ② GABA
- ③ Rohkem kapsleid



Toidulisand



Kasutamine:
üks kapsel öhtuti

/ Sleep-NR kompleks /

Melatoniin	1,9 mg
Punaka kannatuslille (<i>Passiflora incarnata</i>) kuivekstrakt	100 mg
Hariliku humala (<i>Humulus lupulus</i>) kuivekstrakt	25 mg
Aedmelissi (<i>Melissa officinalis</i>) kuivekstrakt	50 mg

/ Rest-NR kompleks /

Veiste-südamerohu (<i>Leonurus cardiaca</i>) ürdi kuivekstrakt	25 mg
Magneesium	100 mg
Vitamiin C	50 mg
Vitamiin B6	1,7 mg
GABA (γ -aminovõihape)	100 mg

Toitained 1 kapslis.



Mürgistused, eriti ravimimürgistused lastel - vaade mürgistusinfoliini 16662 töösse

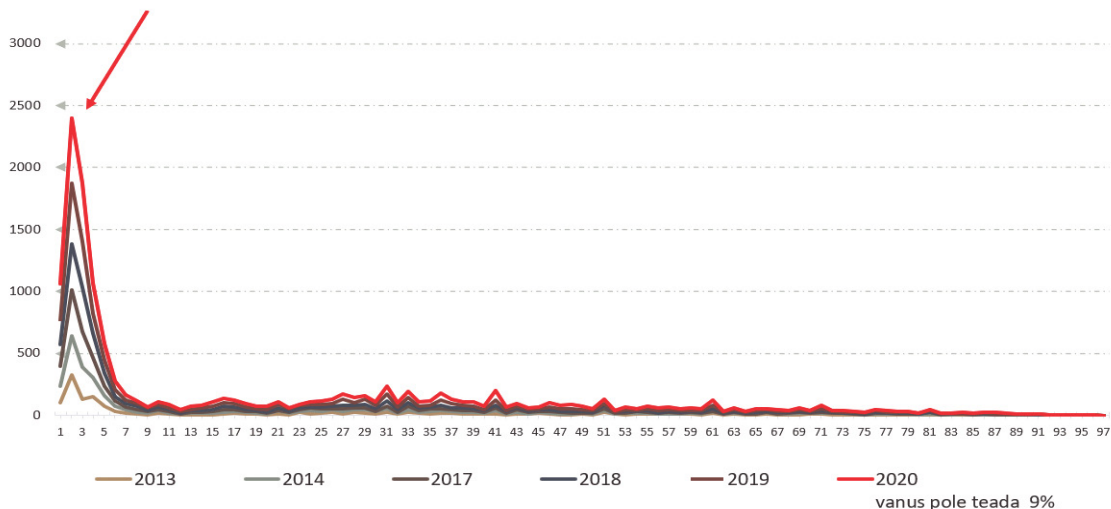
Mare Oder

Terviseamet Mürgistusteabekeskuse juht

Eesti mürgistusteabekeskus tegeleb mürgistuste esmaabi juhendamise, juhtumite triažeerimise ja mürgistusravi ja mürgistustest info jagamisega. Peasjalikult üle infoliini 16662, aga ka läbi koolituste ja toimiva, pidevalt uueneva kodulehe 16662.ee. Infot väljastatakse nii eesti-, vene- kui vajadusel ka inglise keeles. Peasjalikult vajavad inimesed nõu kodus juhtunud õnnetusega, ent võib juhtuda, et mürgistus tabab ka reisil olles.

kasime tulemustes muretekitavat trendi, kus laste vanusegruppis kohe pärast sündi näitas aastate statistika üksnes kasvutrendi.

Covid-19 alguses 2020. aastal vaatasime nendes arvude sisse ka kõiki infoliini 16662 kõnekaarte sisuliselt uurides, mis põhjusel on laste esimesel eluaastal mürgistusõnnetused aina kasvamas (vt *joonis 2 Mürgistust põhjustanud ainete grupid alla 1-aastas-*

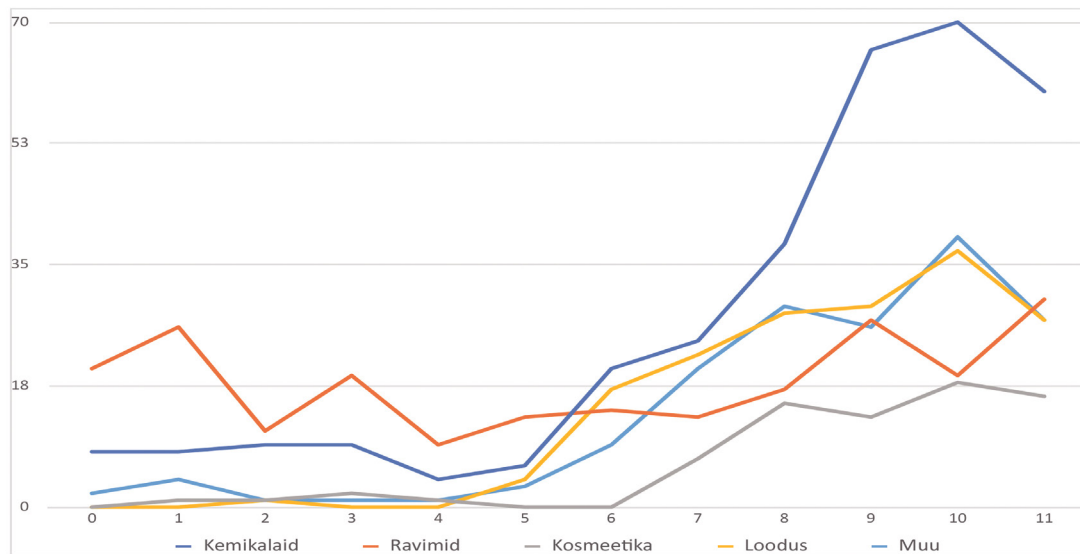


Joonis 1 Infoliini 16662 kõnede ülevaade vanuse järgi aastatel 2008-2020

Kodustes õnnetustes on peale kemikaalide olulisel kohal ka ravimimürgistused, seda nii täiskasvanutel kui lastel. Lastel juhtuvate mürgistuste osakaal on kõikidest mürgistustest aasta-aastalt langenud, ent pakub jätkuvalt väljakutseid (vt *joonis 1 Mürgistused elukaarel 2008-2020*)

Kui 2019. aastal võtsime oma tähelepanu alla mürgistused ja eeskätt kõige suurema grupi, kemikaalimürgistused (sh desinfitseerimisained), siis mär-

tel lastel). Kokku analüüsiti 945 kõnet. Mürgistuste põhjused ja mürgistusi põhjustanud ained muutusid koos vanusega. Nooremas rühmas andis 83,3% valessti manustatud ainetest lapsevanem või vanavanem, vanemas rühmas oli lapsevanem mürgistuse põhjustaja vaid 19% juhtudest. Nooremas rühmas olid 83% valessti manustatud ained originaalpakendis ja sisaldasid enamasti ravimeid/toidulisandeid (59,7%), teisele kohale jäid kodukeemia (28,6%). Kosmeetikatooded ja taimed/seened praktiliselt puudusid.



Joonis 2 Mürgistust põhjustanud ainete grupid alla 1-aastastel lastel

Ravimite/toidulisandite segaminimineku põhjustas tavaliselt üksteisega äravahetamiseni sarnases pakendis olevad tooted, enamasti D-vitamiini sisaldavad 10 ml pudelid versus sarnased pudelid, mis sisaldasid silmatilku, eeterlikke õlisid, e-sigareti täitevedelikke, 30% äädikat, küünelaki eemaldajat jne (vt foto 10 ml pudelikestest kodudes) ja sarnase välimusega väikesed salvtuubid.

Valdavalt juhtuvad õnnetused 10 ml pudelikestega siis, kui lapsele on vaja anda D-vitamiini, aga andja ajab selle segamini samas kohas hoitavate muude pudelikestega. Tavaliselt on õnnetused juhtunud kas

varahommikul (on kiire) või hilja öösel, kui lapsed juba magavad ning üksjagu väsinud emale meenub vitamiini andmise vajadus. Segiaetud pudelikeste tõttu toimund õnnetust märgatakse siis, kui laps nutma hakkab.

Seetõttu ongi ülioluline märgata ohtu juba taoliste pudelikeste/tabletikarpide koju toomisel. Samas saavad apteekrid omalt poolt aidata kaasa ohtude märkamisele, et kodused ravimite hoiustamise süsteemid tasub varakult läbi mõelda. Näiteks saab juba apteegis suunata inimesi tegudele – on hea viis hoida ravimeid ja muid väikepudeleid eraldi. Nii väl-



Äravahetamiseni sarnased 10 ml pudelikesed koduses majapidamises

ditakse olukordi, kus kiirustades või väsimuse tõttu haaratakse tähelepanematuses vale pudel ja tagajärjeks on mürgistus. Lastele mõeldud ravimid on kõige parem üldse eraldi hoida kas suletavas kapikeses või ravimikapis eraldi korvis. Õnnetused juhtuvad ka siis, kui erinevad ravimid on ühes käepärases karbis ja ravimid aetakse lihtsalt segamini. Samal moel juhtuvad õnnetused ka eakatel inimestel oma ravimitega, eriti kui ravimeid võttes prille ette ega toas tuld põlema ei panda.

Apteegis apteekri juuresolekul otsustab inimene nii seda, kas osta geneerilist või originaalravimit, kui ka pakendi suuruse üle. On juba hea tava, et apteeker sellistel juhtudel küsib – kas kodus on ka väikesed lapsed? Eeskätt tasub läbi mõelda erinevate ravimite pakendite suurused – väikeste lastega kodudes võiksid olla kasutusel kuni 20-tabletiga pakendid, eriti ravimite turvapakendid ehk blister pakendid, millest laps ei saa ise kätte enam kui 1 tableti. Nii säästavad lapsevanemad ennast edaspidistest muredest ja hirmudest, kui õnnetus on juba juhtunud. Sellistel juhtudel ja suurte pakendite puhul on ette tulnud, et lisaks kiirele esmaabi andmisele, tuleb põrandal laiali olevat tabletihunnikut üle lugeda (otsida vaiba alt, diivani vahelt, kodulooma hambust, lapse taskutest), et selgitada eelnevalt sissevõetud ravimite kogust.

Ühe suurema õnnetusjuhtumite grupi moodustavad sellised õnnetused, kus unustatakse ravimid (ja kemikaalid) laste vaate- ja käeulatuses turvalisse kohta panna. 6-12 kuu vanuste lastega juhtunud mürgistustest 50% on seotud sellega, et laps on ise ulatunud talle ohtliku tooteni. Nii on juhtunud, kui ravimisiirupile pole kork kohe pärast manustamist peale saanud ja lapsevanem korraks eemale minnes avastab naastes, et kogu ravimipudel või ka tableti purk on tühi. Seega taas mõte apteekritele – ravimi väljastamisel tasub inimestele meelde tuletada, et kork tuleb kohe pärast ravimi võtmist kinni keerata! Teisalt vajab läbimõtlemit ka täiskasvanute endi ravimite võtmine. Seda pole mõistlik teha laste nähes. Nii õpitakse ka ise ravimit haarama ja ka lapsekindlaid pudeleid avama, sest lapsed jäljendavad loomoomaselt vanemaid.

Mürgistusinfoliinile helistatakse võrdlemisi tihti seoses vedelate ravimite ebatäpse manustamisega. Tuletame mürgistusinfoliinilt siis ka meelde, et vedela ravimi mõõtmiseks on ainus sobiv vahend kaasas-

olev mõõdulusikas. Selle asendamine koduse tee- või supilusikaga ei ole mõistlik, sest ravimi kogus peab olema täpne. Tee- ja supilusikaid on tänapäeval väga mitmes suuruses. Samuti ei tohi ravimit manustada otse pudelist, sest nii ei pruugi olla võimalik tegelikult manustatud kogust kindlaks määrata. Ülemäärane kogus kujutab endast ohtu. Ka pudeli tilgasüsteem võib alt vedada, mistõttu tuleb ravim esmalt lusikale tilgutada ja alles seejärel manustada. Ent mürgistusteabekeskuse eksperdid tõdevad seda tagantjäreli tarikusena, ennetamiseks on hea inimese tähelepanu sellele suunata juba ravimi väljastamisel ning nii saab inimene ise palju õnnetuse ärahoidmiseks ära teha.

Ravimimürgistuste teemat kokku võttes soovime inimestel meeles pidada lihtsaid reegleid

- mürgistuse vältimiseks kontrolli ravimeid võttes kolm korda:

- 1. Pakendit avades kontrolli, kas selle sees on õige ravim.**
- 2. Ravimi manustamise eel kontrolli, kui palju peab võtma. Pööra erilist tähelepanu mõõtühikule: milliliitrit ja milligrammi ei tohi segi ajada.**
- 3. Kohe pärast kasutamist kontrolli, kas ravim sai tagasi õigesse pakendisse ja lastele kättesaamatusse kohta.**

Need on üldiselt lihtsad reeglid, mille meelde tuletamisest on väga palju abi ka apteegis kohapeal. Saame infoliinil aeg-ajalt ka tagasiside, et apteegis küsimusi ka küsitakse. Oleme meie apteekritele selle eest väga tänulikud ja toetame teid teavitustöös ka edaspidi. Terviseameti mürgistusteabekeskuses on kujundatud ja välja töötatud ka apteekides abistavaks materjaliks mitmeid animatsioone erinevatele ekraanidele, mida hea meelega jagame tasuta kasutamiseks ja mis aitavad apteegi külastajatel nt järjekorras seistes olulist meeles hoida või meelde tuletada.

Seal hulgas esmaabireeglid, et kui õnnetus juhtub, loputa suu tavalise veega ja tee kindlaks, mida ja kui palju alla neelati. Seejärel helista mürgistusinfo telefonile 16662, et saada hinnang õnnetuse ohtlikkusest ja juhised järgmisteks sammudeks. Mürgistusinfoliinile võib helistada ka siis, kui pole kindel, kas on tekkinud mürgistusoht – näiteks siis, kui laps on kätte saanud mõned rohud või mõned ravimid on antud liiga palju. Mürgistusinfoliin aitab sellises olukorras õige otsuse teha.

Mürgistuste esmaabiks peaks igas kodus olema vähemalt 50 grammi aktiivsütt. Aktiivsütt ei tohi siiski ise manustada, sest ka see on ravim oma kõrvaltoimetega. Aktiivsöe manustamise vajaduse üle otsustab mürgistusteabekeskuse ekspert, kui helistate **numbrile 16662**, seda ööpäevaringselt kõikidel päevadel nädalas.

Lihtsad juhised ja tähelepanekud on viimastel aastatel pälvinud palju tähelepanu ning inimesed on ka oma riskikäitumist vähendanud. Sellest annavad märku ravimite segiajamistest, valest manustamisest tulenenud mürgistuspatientide arvu langused nii mürgistusfoliilil 16662 kui haiglates.

Vaata ka ise infot Terviseameti mürgistuste andmeid: <https://www.16662.ee/et/statistika> ja teemakohaseid artikleid ja teateid ennetustöö osast: <https://www.16662.ee/et/murgistusennetusnadal>

Ükski mürgistus ei pea juhtuma ja kõik mürgistused on välditavad!

AKTIIVSÖE MANUSTAMINE

Mürgistuste korral on aktiivsöe ülesandeks siduda suukaudselt manustatud mürgiseid aineid ja takistada nende imendumist. Aktiivsütt tuleks anda võima-

likult kiiresti, soovitatavalt esimese 30 minuti jooksul mürkaine neelamisest. Ehkki aktiivsüsi on oluline esmaabi vahend, on oluline enne aktiivsöe sissevõtmist pidada nõu mürgistusspetsialistiga!

Aktiivsöe tablettide orienteeruvad kogused:

- täiskasvanu annus on orienteeruvalt 50 g (s.t 200 tabletti) ja lapse annus on 1g kehakilogrammi kohta (nt 10 kg kaaluvale lapsele maksimaalselt 40 tabletti).

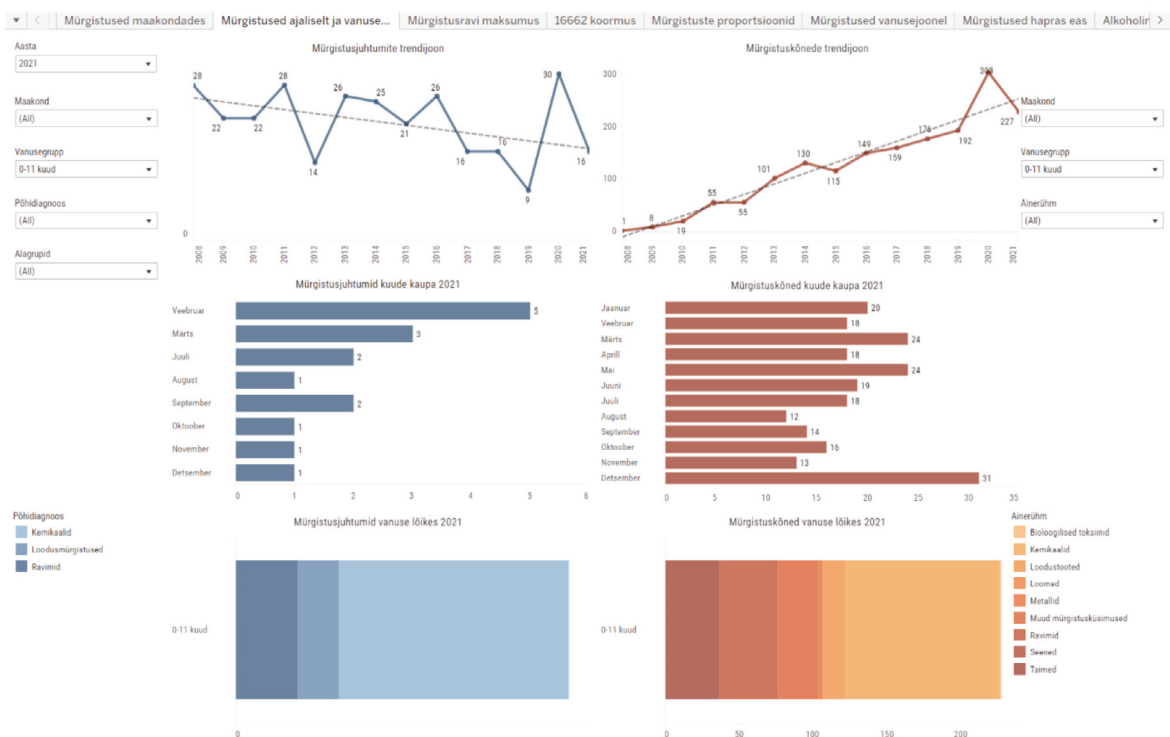
Mürgistusteabekeskuse soovitud aktiivsöe tablettide manustamiseks lastele:

- purusta tabletid väikeses koguses vees;
- sega kogu aktiivsöe annus mingi heamaitselise toidu sisse (jogurt, jäätis, piim, limonaad vms);
- jälgi, et portsjoni suurus ei ületaks kogust, mida laps tavaliselt ära süüa suudab.

Aktiivsütt ei tohi manustada:

- teadvushäirega või teadvuseta patsiendile, kuna patsient võib selle tagajärjel lämbuda;
- petrooleumitooted või söövitavaid aineid joonud patsientidele, kuna aktiivsüsi ei seo neid aineid ning võib mürgistuse kulgu raskendada.

Aktiivsütt ei ole mõtet manustada järgmiste ainete puhul: alkoholid, petrooleumitooted, söövitavad happed ja alused, fluor, tsüaniid, metallid (nt raud ja liitium).



Joonis 3 Tähelepanelikkus ja soovitude järgimine on juba vähendanud pikalt tõusujoones olnud väikeste laste mürgistusi. Trend on jätkunud ka 2022.aastal, ent päris eesmärgini on veel üksjagu teed minna.

ajas segi	3-nädalasele lapsele anti u 1 tl saialilletinktuuri suhu , sest ema ajas ravimid segamini. Laps ajas osa tinktuurist suust välja, aga mingi osa neelas siiski alla. Ema andis lapsele kohe piima juua 70 ml ja laps jõi ilusti. Kas peaks veel midagi tegema?
laps sai ise kätte	9-kuune laps söi teadmata koguse Bepanthen salvi . Kaelal punased laigud. 1220 soovitas meile helistada. Kas ohtlik?
ajas segi	Ema oli kogemata manustanud 1-kuu vanusele lapsele isentressi (raltegraviir) oma annusest 10 kordse annuse . Laps saab HIV antiretroviirus ravi 5,6 mg x 1, manustati 56 mg. Juhtunud täna hommikul. Lapsel mingeid sümptomeid ei ole ilmnenud, sööb hästi (ema hästi kursis kõrvaltoimete ja võimalikke mürgistussümptomitega). Kas võib ilmnedagi veel mingeid sümptomeid?
ajas segi	Ema ajas segi esilpõlvi ja Weleda beebi kõhuõli (sisaldab eeterlike õlide segu, baasõliks mandliõli) pudelis segi ja tilgutas 1-kuu vanusele lapsele piimasegusse 20-25 tilka kõhuõli
ajas segi	Määris pimedas toas kogemata 9 kuusele igemegeeli asemel suhu contractubex geeli
ajas segi	Helistas ema, kes pannud 5k lapsele paratsetamooli asemel hemarroidide raviks mõeldud küünlaid
ajas segi	Ema andis 9-kuu vanusele lapsele kogemata D-vitamiini asemel 4 tilka Allergodili silmatilku .
?	Haiglas 2-kuune laps, kelle narkovõrutusel olev ema lisas lapse lutipudelis mettadooni. Elulised näitajad
ise võttis	11-kuu vanune laps sai kätte nikotiini padjakese ja lutsutas seda . Nüüd oksendab ja on nagu loid. Mida tegema peab?
ajas segi	Ema avastas äsja, et on 2 päeva 5 kuusele Tamiflud topeltkoguses andnud .
ise võttis	Ventoliniga tehti ul 3,5h tagasi inhalatsiooni, mille järgselt raviminõusse jäi mingi osa füsioloogilise lahusega tehtud segu alles. 10 kuu vanune laps jõi selle nüüd 10min tagasi ära.
ise võttis	9-kuune laps on joonud tühjaks D-vitamiin pro expert pudeli. Osa on põrandal- Kaudunud on 8ml. 1 tillgas on 400IU.
ise võttis	6-kuune laps sai kätte D-vit. lahuse pudeli. Sai pudelit korgi ka lahti ja jõi sealt. Ema ei ole kindel kui palju laps tegelikult jõi seda, täpselt ei mäletanud palju pudelis enne oli. Kas laps sai mürgistuse? Kas võib õhtul lapsele süüa anda? Tegemist ainult D-vitamiiniga, teisi vitamiine ja mineraale sh rauda lahus ei sisalda.
ajas segi	Helistab paanikas ema kes täna hommikul puhastas kannu (3 spl 4% äädikat + 1000ml vett), keetis läbi. Nüüd tegi 4kuusele lapsele piimasegu, aga ei mäleta kas vahetas vett või segas sama veega. Laps jõi segu ära. Mis nüüd saab ?!
ise võttis	3- ja 4-aastased lapsed avasid 10 ampulli Pulmicort'i (0,25 mg / 1ml). Suur osa ravimist on maas, kuid võibolla panid lapsed midagi ka suhu. Mürgistus?
ise võttis	Helistab ema kelle 3a poisslaps umbes kell 13.00 olevat ära söönud T.Ibuprofeni 100mg x 12. Mida teha?
ise võttis	Häirekeskus ühendas kõne (toimus konverentskõne), kus laps jõi suuremale lapsele määratud kõharohtu Klacid 1/2 pudelit, kas ohtlik? Kas kiirabi on vajalik?
ajas segi	3,5-aastasele lapsele anti kogemata topeltkogus (kokku 8 ml) klaritromütsiini (125 mg/5 ml). Kas võib põhjustada mürgistuse.
ise võttis	Haiglast - EMOs laps, kes olevat allaneelanud teadmata koguse ja erinevaid tablette. Tabletid olid vanemate sõnul autoukse taskus (panipaik), keegi eelnevalt ei mäletanud nende oleamsolu. Tabletidest olid Nebicard (nebevoolool 5 mg), Cetrix (tsetrisiin 10 mg) Dulsevia (duloksetiin 30 mg). Vanemad ei oska kuidagi öelda võimalikku ja eeldatavat allaneelatud kogust (samuti ei tea eelnevalt olnud tablettide kogust).
ise võttis	3-aastane laps jõi 1 tund tagasi paratsetamooli siirupipudelist. Puudu on 50ml. Pudeli kokku 100ml (120mg/5ml). Mida teha, haiglasse?
ise võttis	Kiirabi kutsel 4-aastase lapse juures, kes on ära joonud 100 ml (120mg/5ml) Panadoli siirupit. Saanud kokku 2400 mg (160 mg/kg). Juhtunud ca 40 minutit tagasi. Sümptomeid ei ole. Kui toksiline on antud annus? Kas hospitaliseerida? Kui palju aktiivsütt?
ise võttis	Vanaema käis poes ja sel ajal 3-aastased lapsed jõid ära Prospan siirupi. Kui ohtlik? Mida teha?
ise võttis	Laps (3a10kuud) sai kätte Zyrtec'i pudeli (10mg/ml), ema ei ole päris kindel kas - ja kui palju laps manustas või andis hoopiski nooremale lapsele (1a11kuud), kuid arvab, et pudelist on kadunud 5ml (st. 50mg), mida teha?
ise võttis	Kummkaurukeste vitamiinid sattusid lapse kätte (ema läks korraks teise tuppa, laps ronis kapile ja võttis riulilt lahti jäänud ravimitopsi), söi ära 10tk. Kogu aeg tahab magusat. Kas mürgistus?
ise võttis	Purgist on ühe päevaga otsa saanud Yomi multivitamiinid. 4-st lapsest (3- ja 5-aastased) keegi ei tunnista, et oleks söönud, aga kahtluse all väiksemad. Kas mürgistus võib tekkida?
ajas segi	2aastasele lapsele anti kogemata ravimi asemel 10 tilka eukalüptiõli. Suus punased laigud ja suurenenud
ise võttis	2,5-aastane laps võttis vanaema toast sidrunheinaõli pudeli ja valas endale suhu. Ema arvates võis saada suhu paar tilka. Lapse suu on loputatud. Neelas joomisel ja söömisel ilusti. Punaseid/kahvatuid laike suus ei olnud. Kas on
ise võttis	2-aastane laps tilgutas omale suhu 2-3 tilka difuuseris kasutatavat essentsiõli. Kui ohtlik? Mida teha?
ise võttis	2-aastane laps tühjendas pooliku pudeli (kokku 10ml) teepuuõli, 100%. Hakaks kohe oksendama, nüüd lamab nagu uimasena. Mida teha? Kas saab kodus hakkama?
ise võttis	2a laps jäi üksi kööki ja laps sai kätte vanavaema ravimid (7 erinevat ravimit), mis oli valmis pandud nädalaks. Tabletid olid laiali ja helistaja ei tea palju ravimeid on kadunud ja kas laps söi neid või mitte. Kiirabisse juba helistati.
ajas segi	2a lapsele anti kogemata kõharohtu asemel 15 tilka Zyrtec'i. Ohtlik? Laps on juba eelnevalt haige: kõrge palavik,
ajas segi	2a lapsele anti tema 400 TU D-vitamiini asemel kogemata vanemate 4000 TU. Ohtlik? Juhtus 1 tund tagasi, midagi
ajas segi	Ema tegi 8k lapsele putru kogemata selle veega, milles oli katlakivieemaldaja. Laps söi 2 ampstu ja tegi nägusid, ema maitseks ka putru - oli hapu maitsega, ajas lapse kohe oksale - laps oksendas pudru välja. Kas mürgistus ja mida
ajas segi	tegid kogemata 11-kuusele lapsele sidrunhappe veega (katlakivi eemaldamiseks kasutatud) juurviljapüreed. Eriti ei maitsenud. Lõunal tegi vanaema samast kannust teed, tema arvates oli õuna maitse.
ajas segi	Ema tegi veekannule katlakivieemaldust äädikaga, eile. Pesi vist veega läbi ja 2.korda pani ka vist vee keema, Eile õhtul 19.00 ajal tegi sellega 10-kuu vanusele lapsele piimasegu ja jootis 200ml. Nüüd ehmatas ja on mures - kas laps
ajas segi	Helistas ema, kes tehti kogemata putru veega, milles oli sidrunhape (katlakivieemaldajana). Pudru söödud. 11-kuu vanustel lastel kaebusi ei ole. Mida teha?
ajas segi	EMOs vanemad 5 kuuse lapsega, kellele kogemata tehti piimasegu Orto katlakivieemaldajaga lahusega. Valvearst küsib, kui ohtlikud on orgaanilised happed. Laps paistab kaebusteta.
ajas segi	2-kuu vanune laps söi 2 lonksu katlakivieemaldajalahusega tehtud piimasegu. Sisaldab sidrunhapet. Mida teha?
ajas segi	Isa puhastas eile veekeetjat kuid unustas katlakivieemaldajag vee välja valada. Täna hommikul kella 07:00 paiku tegi 10 k lapsele selle veega toidusegu, laps söi segu vähe.
ajas segi	6-kuusele lapsele anti öösel toidusegu, mille tegemiseks kasutati katlakivieemaldajaga läbikõõrutatud vett. Laps sai maksimaalselt 30 ml. Mürgistus? Laps on rõõmus ja tegus.
ajas segi	1-aastase lapse ema oli kasutanud Faberlic katlakivieemaldajat veekeedukannus (10ml ampull (1 kasutuskord) sisaldab 30% orgaanilisi toiduhappeid, 30% vett ja 15% bioloogiliseid kompleksmoodustajaid), unustanud katlakivieemaldaja, lisanud kannu 1,7 liitrit vett ning keetnud sellest lapsele piimasegu. Laps sai piimasegu 100 ml, söi kõik ära. Juhtus kell 13.20 (2,5h tagasi), laps kaebusteta, rõõmus, peale seda veel söönud ja joonud. Mida ette võtta?
ajas segi	Kolmeliikmeline pere söi toitu, millele oli lisatud veekannus olnud katlakivieemaldajaga läbikõõrutatud vett. Kas minna kohe EMO-sse? Kaebusteta.

ajas segi	kiirabi kutsel, kus 12 a võttis lonksu katlakivieemaldaja kontsentraati, mis oli ümber valatud kalja pudelisse. Kemikaali nimetus ja pH pole teada. Laps sülitas mingi osa välja, aga neelas alla ka. Loputas veega suud. Kiirabi küsib mida teha? Hetkel lapsel kaebusi ei ole, neelab ilusti, suus limaskestast kahjustust ei ole, valu ei kaeba
ajas segi	Helistab naisterahvas kes hommikul pani keedukannu katlakivieemaldajat ja unustas ära. Mees tuli kööki teadmata, et katlakivieemaldaja on keedukannus. Iias sinna 1000ml vett, keetis läbi ja tegi 1aastasele lapsele putru sellest veest. Hiljem olevat lapsel korraks olnud kõht lahti, aga muidu kaebusteta. Mida teha?
ajas segi	Emaga tegi lapsele piimasegu veega kannust, milles oli katlakivi eemaldi. Laps keeldus söömast aga natuke ikka suhu sattus. Kaebusi ei ole. Küsib, kas on ohtlik?
ajas segi	Emaga tegi lapsele katlakivieemaldajaga segatud veest putru, oli lahjendatud pooleks tavalise veega (veekeeduakannu oli õhtul lahus jäänud ja ema unustas). 6-aastane laps sõi kell 10.00 hommikul, ema avastas eksituse tund tagasi ja hakkas kohe lapsele vett jootma. Nüüd 5h söömisest ja 1h joomisest tagasi hakkas laps kaebama kerget kõhuvalu. Kas võib karta söövitus? Mida teha?
ajas segi	Ajas segi ja pani 6-kuusele beebile Paracetamooli 50mg küünla asemel 250mg. Kas see on väga ohtlik? Kas saab maksakahjustuse?
ajas segi	4a lapsel tuulerõuged ning sügelemise vastu antakse talle igal õhtul Zyrtec'it. Kuna pudelid sarnased, ajas isa need segi ja andis lapsele Ventolini. Kuna ravimit taheti manustada otse suhu tilgutades, kallati laia suudme tõttu peaaegu kogu Ventoliini pudel lapsele peale. Helistaja hinnangul võis lapsele suhu sattuda kuni 5 ml lahust (5mg/ml).
ajas segi	Helistaja ajas eelmisel öösel kell 02.30 ravimküünla segamini ning pani 3-kuusele beebile kogemata Paracetamooli küünla asemel Diclofenac küünla. Ravimküünal sisaldas 50 mg diclofenaki, kuid helistaja eemaldas sellest eelnevalt veerandi - seega maksimaalne saadud annus võis olla kuni 40 mg. Laps on haige: kõha, nohu, eilset ka palavik, oksendab, täna on kõht 5x läbi käinud (väljaheide kollane ja veidi limane). Kas ravimküünalde segiajamine võib seda kõhulahtisust põhjustada?
ajas segi	10-aastane laps ajas pudelid pimedas segi ja neelas lonksu 30% äädikat. Suu loputatud. Mida teha? Kas peab midagi tegema?
ajas segi	Lapsevanem ajas segamini pudelid ja puhastas 2 päeva 3x päevas 3% vesinikuga 1-nädalase lapse silmi (silmalaukusi kui lapsel silmad kinni). Kas see võib kuidagi kahjustada lapse nägemist? Kas peaks koheselt haiglasse pöörduma?
ajas segi	Ajas pudelid segi ja andis 2a lapsele taruvaigu tõmmise asemel ventolini siirupit 3/4 spl. välja kirjutatud 1 tl 2x päevas. Mis juhtub? Kiirabi juba kutsus, häirekeskus suunas konsultatsiooniks.
laps võttis ise, ajas segamini	8a laps võtnud kogemata sisse teelusika täie jooditinktuuri. Tahtis võtta kalamaksaõli, ajas pudeli segi. Oli kerge iiveldus, mis möödus, hetkel keel veidi kibe. Kas see on ohtlik? Kas ajada oksale?
ajas segi	Nutukrabis ema: lapsed olid üksi kodus, 10-aastane vaatas 3-aastast ja ajas segi ravimid. Väiksele lapsele tuli anda AB-i, aga andis 1tl protargooli., kell 10.00 hommikul. Nüüd tuli ema koju, lapsel algasid tervisekaebused. Kiirabi juba kutsutud ja Häirekeskusest palutud veel ka meile helistada.
ajas segi	Emaga pani kogemata lapsele 125mg küünla asemel 250 mg küünla ja nii 2 korda ehk kokku 500mg, 13h tagasi. Nüüd luges ravimiinfost, et tekib maksakahjustus.
ajas segi	12a laps ajas segi ja võttis sisse paracetamooli küünla 250 mg, Mida teha?
ajas segi	Emaga ajas segi kummeltee ja Fairy pesuvee. 10-kuune laps jõi 1 väikese lonksu. Mida teha? Mürgistus?
ajas segi	Isa andis 1-aastasele lapsele antibiootikumi asemel 4ml Duphalac'i. Kui ohtlik? Mida teha?
ajas segi	6a lapsele anti 5ml asemel 10ml Ventolini siirupit ~15 min. tagasi. Laps väriseb. Kas söe andmisest on kasu?
ajas segi	Lasi endale kurku taruvaigu asemel auto lukusula. Loputas suu ja jõi veidi vett peale. Nüüd tulevad kemikaali
ajas segi	Emaga tahtis valutava kurguga lapsele saialille spray'd kurku pritsida aga kogemata lasi autoluku sulatamise spray'd (deicer). Lapsel vastik maitse suus, aga kurk ka enam ei valuta. Suu loputatud, kurk kuristatud. Mida veel teha?
ajas segi	Ajas segamini pudelid ja tilgutas kõrvatiljade asemel kõrva lukusula. Nüüd kõrv valutab (enne ka sügeles ja oli valulik - põletiku tõttu pidigi tilku panema), silmad ka turses.
sai ise ravimini	4a tütarlaps kallutas ekslikult inhalatsiooni nebulisaatori endale suhu mis sisaldas endas sol.Pulmicorti 6ggt, sol.Ventiloni 8ggt ning, NaCL 0,9% 1ml.Miski jäi veel nebulisaatorisse st kõike alla ei neelanud. Inhalatsiooniskeem ordneeritud PA poolt pikaajase kõha raviks. Kroonilisi haigusi laps ei põe. Kas mürgistus?
sai ise ravimini	Kiirabi läheb kutsele, kus 5 a on 2h jooksul ära joonud Ventolini siirupit 400 mcg-1 ml 100 ml koos Coca-Colaga. Kiirabi soovib teada, mida oodata ja millal? Pt. seisundi kohta puudub neil info.
annustamis e viga	Kiirabi 5a lapse juures, kellele tehti Ventolini inhalatsiooni, kuid kogemata pandi seda 0,3 ml asemel 3 ml. Lapsel tekkis väga äge kõhahoog, mille käigus oksendas korduvalt. Haiglasse? Ka kõne ajal kuulda taustal last kõhimas.
sai ise ravimini	1-aastane laps sai hammastega lahti Ventolini pudeli. Enamus ravimit läks maha, aga kui mingi hulk läks suhu. Mida jälgida ja kas peab kohe arstile minema?
sai ise ravimini	2-aastane laps sai kätte Ventolin inhalatsiooni lahuse pudeli (5mg/ml) ja üritas juua. Isa sõnul on pudelist kadunud max 1 ml.
sai ise ravimini	2-aastane laps sai kätte 20 ml Ventolini pudeli (5 mg/ml). Pudelis võis olla maksimaalselt 5 ml. Osa pudeli sisust oli riietel ja põrandal peal. Pole teada, kas ja kui palju on laps pudelist joonud. Kas on mürgistus?
sai ise ravimini	Lastehaiglas 4a laps, kes on joonud 1 tund tagasi Ventolini inhalatsiooni lahust umbes 50 mg. Laps tahhükardiiline.
sai ise ravimini	3a laps sai pool tundi tagasi kätte Ventolini inalatsiooni lahuse pudeli, Kus oli olnud sees ligikaudu 2/3 (20 ml pudelis alles ca 15 ml). Lapsel püksid ja särki varrukad märjad ja pudel tühi.
sai ise ravimini	Emaga tegi 4a lapsele inhalatsiooniks Ventolini lahuse mille laps ära jõi. 1220 soovitas meile helistada. Mida teha?
annustamis e viga	Helistaja lapsele on ordneeritud Ventolini inhalatsioon 2,5 mg (0,5 ml)x 4 päevas. Päeval oli isa kogemata pannud inhalaatorisse 3 ml Ventoliini (5mg/ml) ega lahjendanud NaCl. Sai kokku 15 mg. Laps oli tehtud lahuse ära inhaleerinud. Mingeid kaebusi ei ilmnunud. Kas võib veel midagi tekkida?
sai ise ravimini	3-aastane laps jõi ära umbes 30 ml Ventolini siirupit (5ml/2mg) ja 20 ml Herbion Islandi käärikõrva siirupit. Kaebusi pole.
sai ise ravimini	5a laps võttis ravimi kapi pealt ja tahtis ise omale Zyrtec'i manustada, aga ajas pudelid segamini ja võttis kogemata inhalatsiooniks mõeldud Ventolini (väga sarnased pudelid). Õnneks ema märkas pudeli suu peale panemise hetke (oli korraks tegelemas väiksema lapsega) ja reageeris, Mõni tilk on võib-olla neelanud. Loputas lapse suu ja andis paar lonksu vett juua. Mis mürgistust oodata ja mida teha?
ajas segi	Ajas kogemata segamini pudelid ja 5 min tagasi andis 4a lapsele zyrteci asemel 1-2 ml ventoliini inhalatsioonilahust.
annustamis e viga	2a laps sai 1,5 tundi tagasi inhalatsiooni Ventoliniga. Pidi saama 0.3ml ravimit, aga sai 3ml (10x doos). Oli näo punetus, mis möödunud. Unine ja magab. Kas ohtlik?
ajas segi	4a lapsel tuulerõuged ning sügelemise vastu antakse talle igal õhtul Zyrtec'it. Kuna pudelid sarnased, ajas isa need segi ja andis lapsele Ventolini. Kuna ravimit taheti manustada otse suhu tilgutades, kallati laia suudme tõttu peaaegu kogu Ventoliini pudel lapsele peale. Helistaja hinnangul võis lapsele suhu sattuda kuni 5 ml lahust (5mg/ml).

TTJA hoiatab tarbijaid lõksu meelitava Poola kaupleja eest

Tarbijakaitse ja Tehnilise Järelevalve Ametile (TTJA) on sel aastal laekunud 34 pöördumist seoses Poolas registreeritud kauplejaga Stander Sp z.o.o, kes pakub tooteid peamiselt telefonimüügi teel.

Mitmed tarbijad on saanud postisaadetise teate, kuid ei ole midagi tellinud, kauplejaga ühendust võttes ähvardatakse tarbijaid inkassonõudega.

„Stander Sp z.o.o kasutab eestikeelset kõnekeskust ning müüb tarbijatele erinevaid vitamiine, kuid ei edasta tarbijatele nõutud lepingueelset teavet ega kinnita telefonivestluse järgselt tarbijaga lepingut kirjalikult. Tuletame meelde, et telefoni teel sõlmitud kokkulepped peab vormistama kirjalikult,“ selgitab TTJA EL tarbija nõustamiskeskuse ekspert Helmin Malm.

„Eelmise aasta sügisel sain ma SMS-meeldetuletuse tasumata jäänud arvest. Võtsin kohe kauplejaga telefoni teel ühendust ning andsin teada, et ma ei ole mitte ühtegi pakki tellinud ega saanud. Kuigi kaupleja kinnitas, et mulle rohkem meeldetuletusi ei saadeta, sain ma järgnevatel kuudel jätkuvalt kirju tasumata arvetest, sealjuures märgib kaupleja ära, et minu nõue edastatakse inkassole, kui ma arvet ära ei maksa.“

„Sain selle aasta veebruaris eestikeelse telefonikõne firmalt, mis tegeleb toidulisandite ja vitamiinide müü- giga. Nõustusin tellimusega ja paki saabumisel kand- sin 4.95 viidatud arveldusarvele. Pakist leidsin arve ja sellelt e-posti aadressi, millel ma kirjutasin, et soovin kõikidest edasistest saadetistest loobuda. Maikuus sain postkontorist teate, et minu nimele on saabunud pakk. Saatsin postkontoris paki avamata kauplejale tagasi. Edasi sain veel 5 pakiteadet, millega toimisin sama- moodi. Augustis sain SMS-i, kus kaupleja andis mulle teada, et mul on tasumata arve summas 34.95 eurot + 5 eurot meeldetuletustasu. Samuti ähvardatakse arve mittetasumisega mind inkassoga. Septembris laekus ja paberkanjal kiri, kus nõudele oli täiendavalt juurde lisatud 25 eurot inkassotasu.“

Need on vaid üksikud näited tarbijate pöördumis- test, kes on kimpus Poolas registreeritud kauplejaga Stander Sp z.o.o. Reeglina nõustuvad tarbijad telefo- ni teel proovipaki soetamisega, kuid satuvad paha- aimamatult ning endalegi ootamatult kaupleja poolt edukalt seatud lepingulõksu.

Malm lisab, et ka siis, kui tarbija ja kaupleja on telefoni teel kokkuleppele jõudnud ning oma kok- kulepet kirjalikult kinnitanud, on tarbijal õigus 14 päeva jooksul ümber mõelda, lepingust taganeda ning tooted kauplejale tagastada. Siiski ei saa taga- nemisõigust kasutada teatud tüüpi kaupade puhul, näiteks kiiresti riknevad tooted või suletud pakendis kohaletoimetatud kaubad, mille pakend on avatud ja mida ei ole tervislikel või hügieenilistel põhjustel võimalik tagastada.

Mitmed tarbijad on leidnud end olukorrast, kus tele- foni teel tellitud näidisepaki järgselt hakkavad nad saama arveid inkassoettevõttelt. „Alusetuid inkas- sonõudeid ei pea tasuma. Kui inkassoettevõtte saa- dab alusetult arveid, peab tarbija saatma kauplejale kirjalik kaebuse, kus ta viitab kirjaliku kokkuleppe puudumisele ja esitab nõude arvete tühistamiseks ning kauba saatmise lõpetamiseks. Samuti tasub kontakteeruda kirjalikus vormis inkassoettevõttega, kes on võlgnevuse teate saatnud, sest ka inkassoet- tevõtte peab olema võimeline tõendama, et tarbija on telefoni teel sõlmitud lepinguga nõustunud ning seda kirjalikult kinnitanud,“ täiendab Malm. Inkassoet- tevõttega kaebuse jätkumisel on tarbijal õigus pöörduda abi saamiseks tarbijavaidluste komisjoni poole.

TTJA 10 nõuannet, mida telefoni teel saadud pak- kumiste puhul silmas pidada:

1. telefoni teel sõlmitud kokkulepet, **peab kirjalikult kinnitama!**
2. kaupleja peab **enne lepingu sõlmimist andma Sulle teada lepingu sisust**, ehk kes on kaupleja, mis on kaupleja kontaktandmed ning kuhu kaebuse la-
hendamiseks pöörduda, mis on lepingu alusel tellitu hind, mitu pakki ja mis aja jooksul saadetakse!
3. ka **eestikeelse** telefoni teel tehtud pakkumise taga **võib olla välismaa kaupleja!**
4. Euroopa Liidus registreeritud kauplejatega seotud vaidluste korral **on võimalik abi saada TTJA EL tar-
bija nõustamiskeskusest**, väljaspool Euroopa Liitu registreeritud kauplejatega tekkinud vaidlustes **ei saa TTJA abiks olla!**
5. ka telefoni teel sõlmitud lepingust, mida on kirja-
likult kinnitatud, **on õigus 14 päeva jooksul** tagane-
6. püsiteminutilise vormistamisel lõppeb taganemisõig-
us 14 päeva jooksul peale esimese pakki kättesaamist!
7. kui oled tellimusega nõustunud, kuid pakki luba-
tud aja jooksul ei saadatud, **tuleb kauplejale sellest kirjalikult teada anda!**
8. kätte saamata või tellimata kauba eest tasuma ei
pea, kuid kaupleja või inkassoettevõtte maksenõue-
tele **tuleb kindlasti vastata ning olukorrast teada
anda!**
9. kui kaupleja **ei tarni** Sulle kaupa lubatud tähtajaks
või nõuab **hilinenud** saadetise vastuvõtmist, on **Sul
õigus leping lõpetada**. Sealjuures ei tohi kaupleja
viidata 14-päevase taganemisõiguse möödumisele!
10. kauplejaga probleemide tekkimisel saab nõu kü-
sida **TTJA tarbijate nõuandetelefonil** 6201707 (E-R:
10.00-15.00)

TTJA manitseb kauplejaid uusi allahindluse reegleid järgima

Maikuus jõustunud uute allahindluse näitamise reeglitega seoses annab Tarbijakaitse ja Tehnilise Järelevalve Amet (TTJA) teada, et edaspidi reageeritakse rikkumistele rangemalt. Siinkohal kutsub TTJA kauplejaid üles kahtluste korral ametilt nõu küsima, et vältida hilisemaid menetlusvaidlusi.

Levinuimad eksimused on kolme tüüpi:

1. Tehakse näiliselt personaalne soodumüügi- kampaania püsiklientidele, kuid tegelikult on kliendikaart igaühele hõlpsasti kättesaadav.

Sageli tuginetakse ekslikult reeglite järgi lubatud personaalse pakkumise erandile ning tehakse kampaaniaid stiilis „kliendikaardiga igal laupäeval kogu kaup -20%“, kusjuures kliendikaart on igaühele hõlpsasti kättesaadav ja allahindluse näitamisel ei lähtuta eelmise laupäeva müügihinnast. Sellist pakkumist loetakse üldsusele pakutavaks, mitte personaalseks ja näidata tuleb viimase 30 päeva soodsaimat hinda. Personaalse pakkumise erand on lubatud olukorras, kus tarbija omandab mingi staatuse või liikmelisuse tulenevalt oma varasemast ostuajaloost selle müüja juures, samuti on personaalne pakkumine näiteks sünnipäeva puhul tehtav soodustus. Erandiks ei ole kliendikaardid või -liitumised, mille saab igaüks lihtsalt.

2. Tuuakse küll välja viimase 30 päeva sood- saim hind, aga see jääb muude võrdlushindade seas üsna märkamatuks.

Muid võrdlushindu on lubatud välja tuua tingimusel, et nad ei juhi tarbija tähelepanu kõrvale 30 päeva soodsaimast hinnast ning muid võrdlushindu selgitatakse arusaadavalt. Seega – kaupleja peab suuremalt või muul moel rohkem märgatavalt välja tooma viimase 30 päeva soodsaima hinna (seejuures ei pea sellel selgitust juures olema, et see on viimase 30 päeva soodsaim hind).

3. Poes on hindade väljapanek muutunud seo- ses erinevate kliendiprogrammidega väga kir- juks, mistõttu ei saa keskmine tarbija aru, mil- line hind talle kohaldub.

Kaupleja peab jälgima, et tema allahindlused ja erinevad kliendiprogrammid oleksid kuvatud selliselt, et iga keskmine tarbija saaks aru, milline hind talle kohaldub. Kui toimub üleminek ühelt kliendiprogrammilt teisele, s.t ka varasem klient satub uude olukorda, tuleb hinnateabe arusaadavusele erilist tähelepanu pöörata.

NB! Juhul, kui kuvatud soodushind ei ole arvestatud viimase 30 päeva soodsaimast hinnast, siis tarbijale ei teki sellest õigust nõuda toodet madalama hinnaga.

Vardenafil SanoSwiss

Vardenafil SanoSwiss Tootjad

Rivopharm SA, Pharmaceutical
Laboratories, Switzerland.



Ravimi täiskirjeldus
on leitav siin:



Mis ravim on Vardenafil SanoSwiss ja milleks seda kasutatakse

Vardenafil SanoSwiss sisaldab vardenafiili, mis kuulub 5. tüüpi fosfodiesteraasi inhibiitoriteks nimetatavate ravimite klassi. Neid ravimeid kasutatakse täiskasvanud meestel erektsioonihäire raviks.

Vardenafil SanoSwiss toimib ainult seksuaalse stimulatsiooni korral. See vähendab erektsiooni kadumist põhjustava keemilise aine toimet organismis. Vardenafil SanoSwiss võimaldab erektsioonil kesta piisavalt kaua, et viia lõpuni rahuldav seksuaalvahekord.

Mida Vardenafil SanoSwiss sisaldab

- Toimeaine on vardenafil.

Vardenafil SanoSwiss sisaldab 20 mg vardenafiili (vesinikkloriidina).

- Teised koostisosad on: mikrokristalliline tselluloos, krospovidoon, kolloidne veevaba ränidioksiid, aspartaam (E951), titaandioksiid (E171), punane raudoksiid (E172), kollane raudoksiid (E172), magneesiumstearaat.

Vardenafil SanoSwiss 20 mg sisaldab 10 mg aspartaami igas tabletis.

Kuidas Vardenafil SanoSwiss't kasutada

Vardenafil SanoSwiss tablett tuleb sisse võtta liigikaudu 25...60 minutit enne seksuaaltegevust. Koos seksuaalse stimulatsiooniga võib erektsiooni saavutada alates 25 minutist kuni neli kuni viis tundi pärast Vardenafil SanoSwiss võtmist.

Neelata üks tablett alla koos klaasitäie veega. Mitte võtta Vardenafil SanoSwiss'i rohkem kui üks kord ööpäevas

Võimalikud kõrvaltoimed

Nagu kõik ravimid, võib ka see ravim põhjustada kõrvaltoimeid, kuigi kõigil neid ei teki. Enamik kõrvaltoimeid on kerge või mööduka raskusega.

Kõrvaltoimetest teatamine

Kui tekib ükskõik milline kõrvaltoime, pidada nõu oma arstiga. Kõrvaltoimetest võib ka ise teatada www.ravimiamet.ee kaudu.

Hoiatused ja ettevaatusabinõud

Enne Vardenafil SanoSwiss võtmist pidage nõu oma arsti või apteekriga.

Teatage oma arstile või apteekrile, kui te kasutate või olete hiljuti kasutanud või kavatsete kasutada, mis tahes muid ravimeid.

Vardenafil SanoSwiss ei ole mõeldud lastele ega alla 18-aastastele noorukitele.

Mitte kasutada Vardenafil SanoSwiss õhukese polümeerikattega tablette koos ühegi teise erektsioonihäire raviks kasutatava ravimiga. Vardenafil SanoSwiss ei ole ette nähtud kasutamiseks naistel.

Müügiloa hoidja
SanoSwiss UAB
Lvovo 25-701
LT-09320 Vilnius
Leedu
info@sanoswiss.com

Teksti koostamise kuupäev:

Partii vabastaja EU-s
Holsten Pharma GmbH

sanoSWISS

Euroopa Liidu kohtuasjade kokkuvõte oktoober 2022

Euroopa Liidu õiguse büroo
Välisministeerium

C-616/20: M2Beauté Cosmetics (eelotsus – toote määramine ravimina) Euroopa Kohtu otsus, 13. oktoobril 2022

Kohtuasjas oli põhiline vaidlus selles, kas ripsmete kasvu soodustavat toodet, mida M2Beauté Cosmetics turustas kosmeetikatootena, tuleb liigitada pigem ravimiks kui kosmeetikatooteks. Saksamaa kohus küsis Euroopa Kohtult, kas selleks, et liigitada toode ravimiks, võib liikmesriigi asutus teha kindlaks toote farmakoloogilised omadused, tuginedes nimetatud aine struktuurilise analoogiaga seotud teaduslikele teadmistele, kui aine kohta ei ole olemas ühtegi teaduslikku uuringut.

Euroopa Kohus märkis, et tingimusega, et mille kohaselt peavad aine farmakoloogilised omadused olema teaduslikult tõendatud või olemasolevate teaduslike teadmiste põhjal tuvastatud, peetakse peamiselt silmas aine kohta tehtud uuringuid. See tingimus ei saa siiski välistada, et arvesse võetakse muid teaduslike teadmisi, mis võimaldavad need farmakoloogilised omadused tuvastada, ja seda isegi siis, kui konkreetselt seda ainet puudutavaid uuringuid ei ole tehtud. **Kui struktuurilisi analooge puudutavate olemasolevate teaduslike teadmiste põhjal saab järeldada, et sellel ainel on sarnane toime kui ühel teisel olemasoleval ainel, mille kohta on uuringud tehtud, tuleb teaduslikult tõendatuse tingimust pidada täidetuks.**

Selline hinnang on kooskõlas ka direktiivi 2001/83 (inimtervishoiu kasutatavaid ravimeid käsitlevate

ühenduse eeskirjade kohta) eesmärgiga, mille kohaselt kahtluse korral, kui toode võib vastata samal ajal nii ravimi määratlusele kui ka mõne muu toote määratlusele, kohaldatakse selle direktiivi sätteid. Kui tegemist on aga olemasoleva aine struktuurilise analoogiaga, siis niisugust direktiivist kõrvalehoidmise ohtu ei teki, kui analoogia tase võimaldab objektiivse ja teaduslikult põhjendatud analüüsi põhjal eeldada, et tootes oleval teatud kontsentratsiooniga ainel on samad omadused kui olemasoleval ainel, mille kohta on olemas nõutavad uuringud. **Niisugusel juhul võib liikmesriigi asutus tugineda asjaomase struktuurilise analoogi olemasolule.**

Mis puudutab toote kasulikku või kahjulikku toimet inimese tervisele, siis leidis kohus, et ravimiks toime alusel liigitamine eeldab seda, et oleks võimalik tuvastada, et asjaomasel tootel võib potentsiaalselt olla konkreetne kasulik toime tervisele. Lisaks, et kuigi see kasu võib tuleneda välimuse paranemisest, võttes arvesse kõrgemat enesehinnangut või paremat enesetunnet, mille see paranemine kaasa toob, ei saa niisugune hinnang lähtuda subjektiivsest hindamisest, vaid see peab põhinema teaduslikul seisukohal. Niisugune tingimus on täidetud, kui toodet peetakse tunnustatud patoloogia raviks sobivaks. Seda peab kontrollima eelotsusetaotluse esitanud kohus

C-418/21: Orthomol (eelotsus – toidu eristamine ravimitest) Euroopa Kohtu otsus, 27. oktoobril 2022

Saksamaa ravimifirma turustas tooteid meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toiduna. Põhikohtuasja kaebaja väitis, et need tooted ei vasta niisuguseks liigituseks vajalikele tingimustele, sest toote liigitamiseks meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toiduna ei piisa sellest, kui toitainetel on haiguse esinemise või progresseerumise korral positiivne mõju selles mõttes, et need aitavad seda ennetada, kergendada või ravida.

Saksamaa kohus küsis, kas määruses nr 609/2013 (imikute ja väikelaste toidu, meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toidu ning kehakaalu alandamiseks ettenähtud päevase toidu asendajate kohta) kasutatud mõistet „muud meditsiiniliselt kindlaks tehtud toitumisvajadused“ tuleb tõlgendada nii, et meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toiduks liigitamine eeldab, et tegemist on haiguse tõttu suurenenud toitainevajadustega, mida tuleb toiduga kompenseerida, või on piisav, kui patsiendile on kõnealuse toidu manustamine üldiselt kasulik, kuna selles sisalduvad ained aitavad tervisehäire vastu või leevendavad selle sümptomeid.

Euroopa Kohus märkis kõigepealt, et meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toidu nimetusest endast tuleneb, et oma olemuselt on tegemist toiduga, mis on mõeldud inimtoiduks tarvitamiseks ja kasutamiseks. Samas see siiski pole tavaline toit.

See on toit, mis on „eriliselt töödeldud või koostatud“, et rahuldada patsientide meditsiiniliselt kindlaks tehtud toitumisvajadusi ja mida võib kasutada üksnes meditsiinilise järelevalve all.

Lisaks näeb mõiste „meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toit“ ette kahte liiki meditsiinilised erieesmärgid, milleks see toit võib olla mõeldud. See võib olla mõeldud patsientidele, kelle tavatoidu või teatavate selles sisalduvate toitainete või metaboliitide manustamise, seedimise, imendumise, metaboliseerimise või eritamise võime on piiratud, kahjustunud või häirunud. See võib olla mõeldud ka patsientidele, kellel on muud meditsiiniliselt kindlaks tehtud toitumisvajadused, mille rahuldamist ei ole võimalik tagada üksnes tavatoitumise muutmisega. **Seega ei saa toodet, mis on patsiendile üldiselt kasulik või mis aitab tänu toitainete tarbimisele muul viisil haiguse, tervisehäire või tervisliku seisundi vastu, kuid millel puudub niisugune toitefunktsioon, liigitada meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toiduks.** Selles kontekstis on oluline rõhutada, et meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks ettenähtud toit erineb nii tavalisest toidust kui ka ravimitest, ning nende kolme tootegrupi eriomadusi silmas pidades on erinev ja ainuomane nii iga grupi puhul kasutatav terminoloogia kui ka õiguslik regulatsioon.



Farmaatsia instituudi konverents vaatas tulevikku

Oktoobris tähistas Tartu Ülikooli farmaatsia instituut oma 180. aastapäeva. Juubelit tähistati Tartus konverentsiga „Tartu Ülikooli farmaatsia instituut 180 – uued ravimid, teenused ja tehnoloogiad”

Tekst: Kristiina Sepp

Fotod: Kaisa Põhako



TÜ farmaatsia instituudi juhataja prof. Karin Kogermann oma meeskonda tutvustamas.

Juubeli puhul korraldas Tartu Ülikooli farmaatsia instituut koos Eesti Akadeemilise Farmaatsia Seltiga Tartus konverentsi „Tartu Ülikooli farmaatsia instituut 180 – uued ravimid, teenused ja tehnoloogiad”, kus räägiti lähemalt ravimite 3D-printimisest, haavainfektsioonide ravist, apteekri rollist ning paljust muust.

Konverentsi esimeses osas tutvustasid noorteadlased oma tegevusvaldkondi ning teine pool keskendus praktilisele osale, kus viidi läbi töötubasid.

Pilk tulevikku: uudsed 3D-tabletid ja haavakatted

Konverentsi alustas uus farmaatsia instituudi juhataja, füüsikalise farmaatsia professor **Karin Kogermann**, kes rääkis lähemalt instituudi töötajatest ja tegemistest ning andis ülevaate käimasolevatest teadusprojektidest. Karin Kogermann rõhutas oma ettekandes, kui oluline on suurendada koostööd farmaatsiaspektori erinevate osapooltega, et proviisorite oskused leiaksid rakendust lisaks apteekidele ka ravimiarenduses ja -tööstuses.

Doktorant **Anita Tuula** koos proviisor **Silja Nellisega** rääkisid oma ettekandes „Ambulatoorse patsiendi toetamine kliinilise farmaatsia teenusega“ lähemalt ravimiohutusest ja selle väljaõppest. Vigu ravimite määramisel, väljakirjutamisel või apteegist väljastamisel tekib kõige sagedamini just siis, kui patsiendil on raviskeemis palju erinevaid ja sagedustiheda manustamiskorraga ravimeid. „Tartu Ülikooli farmaatsia instituudis uuritakse ravimite kasutamise hindamise teenuse osutamist väljaspool haiglavõrku ning peagi võiks teenus rakendust leida ka üldapteekides,“ ütles Tuula ettekandes.



Proviisorid Merit Lelumees, Anneli Philips ja Inge Mäe konverentsi töötoas ravimikapsleid täitmas

Doktor **Laura Viidik** ja proviisor **Kristjan Olado** pakkusid oma ettekandes „Ravimite 3D-printimine apteegis – kas ulme või reaalsus“ välja ühe kandursüsteemi koostamise. Tegu on meetodiga, kus arvuti abil disainitud mudel ehitatakse kiht kihi haaval soovitud objektiks. „Näiteks kui inimene võtab viit erinevat ravimit, siis on võimalik 3D printimise tehnoloogiaga toota tabletti, mis sisaldab kõiki määratud raviaineid. Piltlikult öeldes, võiks tulevikus võtta patsient viie erineva ravimi asemel ainult ühe personaalselt 3D printitud tableti,“ sõnas Viidik.



TÜ farmaatsia instituudi lektor Meeme Utt andmas näpunäited raviainete kvaliteedi hindamiseks apteegis

Doktorant **Kairi Lorenz** tutvustas oma ettekandes „Tuleviku haavainfektsiooniravi“ uurimistööd, mis keskendus innovaatilistele lahendustele haavaravis, näiteks kuidas kontrollida haavas raviaine vabanemist ja kiirendada haava paranemist. Haavanditega on hädas ligikaudu 45 miljonit patsienti maailmas, kuid praegu puudub haavainfektsioonide ennetamiseks ja raviks tõhus viis. „Tuleviku haavaravi võiks ideaalis olla lokaalselt manustatav, pikaajalise toimega, antimikroobne, biofilmi tekke vastane ning normaalset haava paranemist soodustav. Sellistele omadustele vastavaid ravimpreparaate oleme farmaatsia instituudis arendamas,“ sõnas Lorenz.



Nooremlektor Georg-Marten Lanno uurimas katse õnnestumist



Proviisorid otsimas apteegi lisateenuste arendamise töötoas lahendust kuidas tubakast ja alkoholist loobujaid apteegis paremini toetada



Aseptilise ravimite valmistamise töötoas osalejad õppimas mida ja kuidas teha tuleb



Nooremlektor Kristjan Olado presenteerimas võimalusi ravimite väiketootmiseks apteegis

Nooremlektor **Kristiina Sepa** ettekanne „Tervisetehnoloogia areng – milliseks kujuneb apteekri roll tulevikus?“ keskendus tervisetehnoloogia mõjule apteekri rolli kujunemisel tulevikus. „Praegune elu muutub nii kiirelt, et suure tõenäosusega tuleb elu jooksul mitu korda ametit vahetada, juurde või ümber õppida. Kui Eestis on apteegisektor endiselt kinni vanas traditsioonilises mõtlemises, siis samal ajal on farmaatsia valdkond rahvusvahelisel tasemel asendumas uuenduslike viisidega patsientide ravimivajaduste rahuldamiseks,“ selgitas Sepp oma ettekandes lähemalt.

Suukaudse ravimi teekond ja aseptiliste rohtude valmistamine

Konverentsi päraselõuna keskendus praktilistele tegevustele. Nooremlektor **Kersti Teder** näitas, mis juhtub suukaudse ravimiga kehas, **Tiina Põldaru** õpetas osalejaid valmistama aseptilisi ravimeid ning professor **Ain Raal** õpetas, kuidas ravimtaimede abil ellu jääda. Proviisorid **Hanna Keidong** ja **Reelika Jõgi** arutlesid erinevate täiendavate teenuste üle apteegis, kaasprofessor **Andres Meos** ja lektor **Meeme Utt** õpetasid, kuidas raviainete kvaliteeti apteegis kontrollida.

Päevale panid punkti tudengite ettekanded, kus tuli juttu vaimsest tervisest, soolisest võrdõigusest meditsiinis ja COVID-19 mõjust harvikaigustele. „Tudengid peegeldasid oma ettekannetega suurepäraselt tänast farmaatsia instituuti ja selle panust farmaatsia teaduse ehk ravimiteaduse arendamisel,“ lisas konverentsi üks korraldaja, nooremlektor Kristiina Sepp.

Jõustus (-)-epigallokatehiin-3-gallaati sisaldavate rohelise tee ekstraktidega seotud määrus

Evelin Kivima

Maaeluministeriumi toiduohutuse osakond

30. novembril 2022. a võttis Euroopa Komisjon vastu määruse (EL) 2022/2340, millega muudetakse Euroopa Parlamendi ja nõukogu määruse (EÜ) nr 1925/2006 III lisa seoses (-)-epigallokatehiin-3-gallaati sisaldavate rohelise tee ekstraktidega. Määrus jõustub 20. detsembril 2022. a. Määrusega on kehtestatud üleminekuperiood, mis tähendab, et neid toiduaineid, mis ei vasta selle määruse nõuetele ja on seaduslikult turule viidud enne käesoleva määruse jõustumist, võivad jääda turule kuni 21. juunini 2023. a.

Uue määrusega seatakse piirnorm (-)-epigallokatehiin-3-gallaati sisaldavatele rohelise tee ekstraktidele. See tähendab, et alates 20. detsembrist 2022. a on turul lubatud sellised (-)-epigallokatehiin-3-gallaati sisaldavatele rohelise tee ekstraktid, mille päevane portsjon peab sisaldama alla 800 mg (-)-epigallokatehiin-3-gallaati. Määrusega ei ole kaetud sellised (-)-epigallokatehiin-3-gallaati sisaldavad rohelise tee vesiekstraktid, millest tehtud valmisjoogi koostis on võrreldav traditsiooniliste rohelise tee tõmmistega.

Rohelist teed toodetakse taime *Camellia sinensis* (L.) Kuntze lehtedest ilma kääritamata ning sellest tulevalt sisaldab roheline tee flavanoole, mida üldiselt tuntakse katehiinide nime all ja millest kõige asjakohasem on (-)-epigallokatehiin-3-gallaat. Rohelises tees sisalduvaid katehiine võib tarbida tra-

ditsioonilise rohelise tee tõmmisena, valmistatava teejoogina või rohelise tee kontsentreeritud ekstrakti sisaldava toidulisandina, milles võib leiduda väga erinevas koguses (-)-epigallokatehiin-3-gallaati. Rohelise tee keemiline koostis, sealhulgas (-)-epigallokatehiin-3-gallaadi sisaldus on sõltuvalt taimesordist, kasvukeskkonnast, aastaajast, lehtede vanusest ja tootmistingimustest väga varieeruv.

Euroopa Toiduohutusameti riskihinnangu kohaselt võib 800 mg ja rohkema (-)-epigallokatehiin-3-gallaadi päevase kogusena tarbimine mõjuda kahjulikult maksale. Kuna rohelise tee ekstrakti sisaldavaid toite (sh toidulisandeid) võidakse tarbida samal päeval, on oht, et (-)-epigallokatehiin-3-gallaadi maksimaalne päevane annus ületatakse. Tarbijale esitatakse edaspidi soovitatav päevase tarbimise kogus ning hoiatus soovitatava päevase doosi ületamise eest. Samuti esitatakse märgistusel (-)-epigallokatehiin-3-gallaadi sisaldus toidu portsjoni kohta ning mitmed hoiatused.

Komisjoni määrus (EL) 2022/2340 on leitav Euroopa Liidu õigusaktide veebilehel:

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ET/TXT/PDF/?uri=CELEX:32022R2340&from=EN>

Kas sinu ainevahetus on korrast ära? Kas peale sööki tunned ennast sageli ebamugavalt? Kas sul esineb tihti kõhulahtisust?

INTESTINORM tabletid sisaldavad looduslikke ravimtaimi, mis rahustavad ärritunud sooli ning gastroresistantseid piimhappebaktereid, mis tasakaalustavad soolestiku mikrobiota.

IntestiNorm tabletid

IntestiNorm on ravimtaimedest ja piimhappebakteritest valmistatud kiiretoimeline preparaat sooletegevuse rahustamiseks. Sisaldab kaheksa tabletti: harilikust kukesabast, mustikast ja kummelist tabletti (roheline) ja kolmest erinevast piimhappebakterite tüvest (laktobatsillid ja bifidobakterid) valmistatud maohappekindlad tabletid (valged).

Harilik kukesaba ja mustikas aitavad säilitada normaalset väljaheite konsistentsi ja aitavad balansseerida soolestiku mikrobiota. Kummel aitab kõhupuhituse ja kõhugaaside korral. Piimhappebakterid soodustavad normaalse soole mikrobiota teket ja ennetavad ebamugavustunnet seedetraktis.

Annustamine:

Täiskasvanud: Võta 2 taimset tabletti (roheline) ja 1 piimhappebakterite tabletti (valge) vajadusel kuni 3 korda päevas koos suure klaasi veega. Lastele alates 6-st eluaastast : 1 taimne(roheline) ja 1 piimhappebakterite tabletti(valge) vajadusel kuni 2 korda päevas koos suure klaasi veega.

Pakend: 24 rohelist tabletti ja 12 valget tabletti

Põhjus võib olla ärritunud sooles

Tootja: Laboratoires Ortis sprl, Belgia

UUS TOODE

IntestiNorm

SOOLETEGEVUSE
HEAKS

KIIRETOIMELINE

Harilik kukesaba

Mustikas
Kummel



3 erinevat tüve
piimhappe-
baktereid

100%
LOODUSLIK

VEG
OK

24 2-6/päevas
12 1-3/päevas

Valged maohappe-
kindlad tabletid

ORTIS.
laboratoires

Hulgimüüja: Loodustode OÜ Tel. 6660091 www.loodustode.ee

Laste ravi konverents pakkus palju põnevaid teavet

Novembrikuu viimasel päeval toimus Tallinnas Apteekrite Liidu ja Lastearstide Seltsi ühine konverents. Konverentsi fookuses olid laste ravi ja ravimid ning põnevad esinejad tutvustasid teemat väga erinevatest tahtudest.

Kaidi Sarv

Eesti Apteekrite Liidu peaproviisor



Laste õigustest rääkimas Kristi Paron Õiguskantsleri Kantsleist

Pikem avaettekannet "Imik ja väikelaps lastearsti praktikas" oli dr Reet Raukaselt Tallinna Lastehaiglast. Dr Heli Grünberg Tartu Ülikooli Kliinikumist rääkis **D-vitamiini ja B12 vitamiini kasutamisest lastel**. Tartu Ülikooli Kliinikumi kliiniline proviisor Jana Lass rääkis **ravimite off-label kasutamisest lastel**. Kuigi tänapäevase ravi aluspõhimõtteks on kasutada üksnes tõstatult tõhusaid ja ohutuid raviviise, pole 70 % müügil olevatest ravimitest lastel kasutamise näidustust.

Konverentsi teine osa oli suuresti pühendatud laste õigustele ning lastekaitse tegevusele. Kristi Paron Õiguskantsleri Kantsleist pidas väga huvitava ettekande **lapspatsiendi õigustest nii teoorias kui praktikas**. Praktikast lähtutakse aga enamasti vanema soovidest. Elu pahupoolest toimuvast **laste ter-**

visega seonduvast lastekaitse tegevusest rääkis hästi Annika Steinberg Sotsiaalkindlustusametist. **Kliinilise proviisori rollist laste farmakoterapias** rääkis Tallinna Lastehaigla kliiniline proviisor Laura Orav ning **abianetust lasteravimites** proviisor Laivi Saaremäel Ravimiametist.

Kõikidele kuulajatele jättis väga sügava mulje Terwiseameti Mürgistusteabekeskuse juhi Mare Oderi põhjalik ettekanne **ravimimürgistustest lastel - vaatest mürgistusinfolehti 16662 töösse**. Konverentsi lõpetas dr Katrin Lutsu **ülevaade koduarsti tööst Tallinnas**.

Huvitav konverentsipäev möödus kiiresti ja lõpus küsiti, et millal järgmine selline kavas on. See oli kõigile korraldajatele meeldivaks tunnustuseks.

EAFS ja Gedeon Richteri stipendiumi sai Marina Tihhonova

EAFS ja Gedeon Richter andsid stipendiumi välja kaheksandat korda Tulevikus saab apteegist 3D-prinditud personaalseid ravimeid.

Tekst: Kristiina Sepp, Eesti Akadeemiline Farmaatsia Selts
Fotod: Jassu Hertsmann, In Nomine



Marina Tihhonova koos töö juhendaja kaasprofessor Urve Paaveriga

Eesti Akadeemiline Farmaatsia Selts (EAFS) ja Gedeon Richter Eesti filiaal andsid professor Peep Veski fondist Tartu Ülikooli Farmaatsia instituudi proviisoriõppe üliõpilasele välja kaheksandat korda stipendiumi, 1000 eurot. Stipendiumi sai proviisoriõppe viienda kursuse üliõpilane Marina Tihhonova 3Dprinditud ravimeid käsitletud uurimistöö eest. Tulevikus saab apteegist 3Dprinditud ravimeid, prooviprinterid on juba katsetamisel.

Stipendiaat **Marina Tihhonova** proviisoriõppe uurimistöö kannab nimetust „Raviaine vabanemine ekstrusioonitehnoloogiaga valmistatud 3D-prinditud tablettidest.“ Ta selgitab, et enamasti valmista-

takse ravimeid masstootmises täpsetes annustes, mis esindavad enamiku kasutajate jaoks ohutu ja terapeutilise toime saavutamiseks vajalikku annust. Samas on teada, et üks annus ei pruugi kõigile sobida. Tulevikus võetakse ravimite väljakirjutamisel rohkem arvesse patsiendipoolseid eripärasid nagu vanus, kaal, sugu, kaasuvad haigused, geneetiline taust, füsioloogilised iseärasused, elustiil ning muud patsiendi eelistused. Ravimite 3D-printimise kasutuselevõtt võib muuta personaalmehaanika rakendamise tõhusust, nii saab toota ravimite väikseid partiisid patsiendile sobivas annuses ning kujul. „Ka loomadele võib luua pehmeid tablette, mida nad meelsamini kui tahkeid tablette alla neelaksid,“ märgib ta.

Marina Tihhonova uuris Soome firma Curify valmistatud 3D-prinditud põletikuvastase toimega tablette, mis on mõeldud veterinaarseks kasutamiseks. Tablett luuakse 3Dprinteris, mis prindib raviainet sisaldavaid kihid üks teise peale, kuni on saavutatud soovitud kõrgus. „Selleks, et ühel päeval neid 3D-prinditud tablette apteegist osta saaks, on vaja põhjalikult uurida, kuidas iga vajaminev raviaine käitub teatud tableti sees. Uurisingi raviaine tablettidest vabanemist ja selle stabiilsust teatud aja jooksul, kasutades selleks laboris erinevaid aparatuurseid meetodeid. Kui ravim aja jooksul laguneb või muudab oma füsikokeemilist olekut, võib sellega kaasneda ka ravimi käitumise muutus organismis, siis peab otsima lahendusi, kuidas seda vältida.“ Praegu on Marina Tihhonova apteegis praktilal ning unistab pakkuda patsientidele kvaliteetset nõustamist. kvaliteetset nõustamist.

Uurimistöö juhendaja **Urve Paaver**, Tartu Ülikooli farmaatsia instituudi kaasprofessor räägib, et ravimite valmistamine apteegis on praegu küll suhteliselt väikesemahuline, kuid siiski vajalik ja samas väga ajamahukas töö. Ravimite 3D-printimine on ühelt poolt moodne viis ravimeid valmistada, teiselt poolt aga oleks see võimalus vähendada apteegis kohapeal ravimite valmistamiseks kuluvat aega. Näiteks pulbrite asendamine prinditud ravimitega kergendab kindlasti proviisorite tööd ning ravim on

patsiendile mugavam kasutada. Farmaatsia üliõpilased tahavad Paaveri kinnitusel tegeleda ülikoolis praktiliste asjadega, eriti ravimiarendusega ja siin oli stipendiaat Marina Tihhonova entusiasm ja teaduslik uudishimu uurimistöö sisukusele suureks abiks.

Gedeon Richteri Eesti filiaali juht **István Bán** näeb viimastel aastatel ülikoolis 3Dprinditud ravimitega tegelemises innovatsiooni pealetungi farmaatsias ja kitsamalt apteekides. „Ma juba kujutan ette, kuidas ma lähen apteeki ja saan sealt purgi just mulle valmistatud tablette.“ Veterinaari haridusega István Bán toetab ka loomadele, eriti koduloomadele mõeldud ravimite 3D-printimist, kuna loomadele ravimite andmine on märkas keerulisem.

Stipendiumi saavad taotleda Tartu Ülikooli proviisoriõppe üliõpilased, kes on teostanud oma uurimistöö farmatseutilise tehnoloogia valdkonnas või sellega lähedalt seotud valdkonnas ja kaitsnud uurimistöö edukalt. Stipendiumi saamisel on määrav uurimistöö valdkondlik sobivus, valitud uurimisteema olulisus farmatseutilises tehnoloogias, töö kvaliteet ja originaalsus ning üliõpilase panus töö valmimisel.

Stipendiaadid 2014-2021 on Maarja Vokk, Annela Toom, Georg-Marten Lanno, Ailen Ringe, Ebe Vaarmets, Brigitta Ergma, Kristjan Olado, Valeria Maandi. 2021. aastal anti välja kaks stipendiumi.



TÜRS-i ja EFS-i Sügisseminar 2022



Lauri Bender



Ahti Varblane

Tartu Ülikooli Rohuteaduse Seltsi ja Eesti Farmaatsia Seltsi üheks traditsiooniliseks ürituseks on kujunenud iga-aastane Sügisseminar tudengitele, proviisoritele, farmatseutidele ja teistele eriala inimestele. Seminari raames saavad töötavad proviisorid ja farmatseudid täiendkoolituspunkte. Samuti on seminar hea võimalus meeldivas õhkkonnas kolleegide ja ülikoolikaaslastega kohtumiseks.

Möödunud aastal viidi üritus läbi koroonaviiruse laia leviku tõttu veebisilla vahendusel, seekordne seminar toimus aga füüsiliselt kohapeal. TÜRS-i ja EFS-i Sügisseminar toimus 19. novembril 2022. aastal Tartus Biomeedikumis (Ravila 19). Seekordse ürituse teemaks oli „**Vastasseis – võitle või põgene**“. Teema valikul saadi inspiratsiooni praegusest nukrast olukorrast maailmas. Nii tervishoiutöötajate kui ka üksikikutena on meil väga suur vastutus hoida oma ühiskonna inimesi tervetena ka kriisiolukordades. Palju on räägitud arstide ja teiste tervishoiutöötajate funktsioonist kriisi olukorras, kuid proviisorid ja farmatseudid on jäänud tagaplaanile. Selleaastasel Sügisseminaril püüti leida vastust küsimusele: *kas vastasseisu olukorras võidelda või põgeneda?*

Seminar algas Biomeedikumis kogunemise, registreerimise ning sööklas hommikukohvi ning küpsiste söömisega. Ürituse ametliku poole avasid EFS-i esimees **Triinu-Entsik Grünberg** ning TÜRS-i esimees **Lotta-Lee Suits**.

Esimene loeng toimus teemal „Sõja- ja katastroofimeditsiin ning selle viis läbi Kaitseväe Akadeemia Sõja- ja katastroofimeditsiini keskuse ülemarst kolonelleitnant **Ahti Varblane**. Loengus räägiti lähemalt sõja- ja katastroofimeditsiini keskuse ülesehitusest, nende poolt pakutavatest kursustest, kuidas on jaotunud rollid Eestis kriisi/katastroofi olukorras, ning mida on oluline sellistel hetkedel mees pidada.

Järgmisena sai sõna Eesti Kaitseväe peastaabi meditsiiniplaneerija **Lauri Bender**, kelle loeng oli teemal „Kaitseväe proviisor“. Osalejad said kuulata mida teeb proviisor kaitseväes, milline on kaitseväe apteegi erinevus üld- ja haiglaapteegist, millised probleemid võivad tekkida välisriikides ravimite käitlemisega ning millised on õppevõimalused selles valdkonnas. Peale loengut said kõik osalejad nautida lõunasööki.

Ürituse teisel poolel toimus kaks seminari. Seminarid olid teemadel: „Esmabi“, mida viis läbi Tartu Ülikooli Kliinikumi erakorralise meditsiini vanemassistent dr **Aleksander Sipria**, „Kukkumisrisi mõjutavad ravimid“, millest rääkis Tartu Ülikooli Kliinikumi kliiniline proviisor **Liisa Jõhvik**, ning „Vaimne tervis ja tööstress“, mille esinejaks oli Tartu Ülikooli Kliinikumi psühhiaatriakliiniku kliiniline psühholoog **Inga Ignatieva**. Iga osaleja sai valida kaks seminari, mida soovis kuulata.

Päeva lõpetas Eesti Kohtuekspertiisi Instituudi keemiaosakonna peaekspert **Peep Rausberg** loenguga teemal „Kriminalistika keemiaosakond“. Räägiti lähemalt Eesti Kohtuekspertiisi keemiaosakonna ülesehitusest, läbiviidavatest protseduuridest ning keemilistest ainetest.

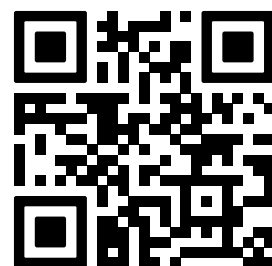
Seminaripäeva jooksul oli võimalik luua uusi tutvusi ning vestelda enda eriala inimestega. Iga loengu/seminari lõpus oli lühikene arutelu esinejaga. Samuti sai tutvuda Biomedikumi õppehoonega, kus praegu õpivad paljud proviisoriõppe tudengid igapäevaselt. Loodetavasti püsib epideemiline olukord stabiilsena ja ka järgmise aasta Sügisseminar saab toimuda kohapeal



Esmabiseminar

Kuidas **SUU** tervis on?

Octenident aitab suu- ja
igemeprobleemide korral!



Saaremaa Apteek sai 100 aastaseks

14. oktoobril sai Saaremaa Apteek Kuressaares 100-aastaseks. Viimased 85 aastat on apteek tegutsenud samas hoones, keskväljaku ääres.



*vasakult : Eerika Uustulnd, Evi Adamson, Anne Suurna, Heli Alas,
Silvi Niit (pensionil), Taimi Pors, Helju Grepp (pensionil), Katrin Oolup ja Külli Kolk*

Saaremaa apteek ei ole Kuressaare vanim apteek. Kuressaare vana apteek oli olemas juba enne Põhjasõda (esmamainimine 1680. aastal). Saaremaa apteegi ehk Saaremaa maakonna apteegi avas Kuressaares Saare maavalitsus linna teise apteegina 14.10.1922.

Saja aasta vältel on apteek tegutsenud kolmes asukohas: alates 14. oktoobrist 1922 Kubermangu tn 12 (nn. Baueri maja, asus praeguse Tallinna tn 17 kohal, hävis 1944. a), alates 22. juunist 1931 Lossi tn 3 ja alates 20. juunist 1937 Lossi tn 1 hoone juurdeehitises.

Apteek on kandnud ka mitmeid nimesid (Saaremaa Maakonnavalitsuse Apteek al. 1922, Saaremaa Apteek nr 1 al. 1947, apteek nr. 49 Kingisepas al. 1952, Kingisepa Rajooni Keskapteek al. 1964, Saaremaa Apteek al. 1990). Üle on elatud erinevaid aegu, kuid apteek ja apteekrid on senini Kuressaare inimeste teenistuses.

Sõja ajast on kirja pandud, et apteegi kasutada oli 8 ruumi: ofitsiin, assisteerimisruum, laboratoorium, köök, kaalumistuba, materjalituba, kabinet ja kelder. Kuna apteegis ei olnud elektrit, oli apteek avatud ainult päevavalgel (hommikul valgest kuni hämarikuni). Öövalves oldi kahekesi. Apteegis töötasid juhataja, 2 retseptiari, laborant, 3 apteekri õpilast, kaaluja, kassapidaja ja koristaja.

Saksa ajal ja sõjajärgsetel aastatel valmistati apteegis palju tinktuure (selleks oli olemas korralik aparaatuur), salve, pille jm. Keedeti suurtes kogustes (20 liitrit korraga) vaarika-, mustsõstra- jm. siirupeid köha- ja laste rohtudesse lisamiseks. Saksa ajal saadi apteegist ka veini (möödeti 0,5 l pudelitesse) arstireseptide alusel Kuressaare Haigla patsientidele. Kõige sagedamini küsiti apteegist «venind haige tilku» (Guttæ «Stomachicæ»).



Selles majas Tallinna tn 12 avati Saaremaa Maakonna Apteek 1922. aastal. Samas majas asusid ka ambulatoorium ja rinnalaste kodu. Maja hävis II Maailmasõja ajal.

Kokkuleppel Kuressaare teise apteegiga koguti ka ravimtaimi (kolm päeva töötas üks apteek kui teise töötajad olid ravimtaimi kogumas ja kolm päeva teine apteek, kui teise apteegi rahvas ravimtaimi kogus - nii vaheldumisi). Koguti kummelit, pärnaõisi, palderjani- ja nurmenukujuuri, leesikaid, kadakamarju jm. Enamik apteegi külastajatest olid venelased (sõjaväelaste naised). Sageli saadi riielda halva vene keele oskuse pärast.

Pärast Eesti taasiseseisvumist sai apteegist 18.02.1994 aktsiaselts ja alates 1997. aastast OÜ Saaremaa Apteek. Pärast 1994. aastat avas apteek müügipunkte Kärlal, Kuressaare Bussijaamas ja Kuressaare Sanaatoriumis. Nüüdseks on need muidugi likvideeritud. Avasime 1994. aastal ka haruapteegi Kuressaare Polikliinikus, kuid pidime selle 2017. aastal pärast polikliiniku remonti sulgema. Leisis avasime haruapteegi 1995.a, kuid töötaja pensionile siirdumisel sulgesime selle 2019. a. Nii, et praegu on meie ainsaks töökohaks ja asupaigaks Lossi tn 1.

Oleme Benu partnerapteek. Meie kollektiivi kuuluvad praegusel hetkel proviisor-juhataja Evi Adamson, proviisor Eerika Uustulnd, proviisor Anne Suurna, proviisor Katrin Oolup, proviisor Taimi Pors, farmatseut Külli Kolk ja raamatupidaja Heli Alas.



Selles majas asub apteek alates 22. juunist 1937

Meie apteegi kollektiiv on püsiv, sõbralik ja kokkuhoidev. Enamikule töötajatest on see pärast kooli lõpetamist esimene ja ka viimane töökoht.

Seega aastal 2022 oli meil topelt aastapäevad: apteegi asutamisest 100 aastat ja praeguses asukohas olemist 85 aastat.

Muudatused apteekide tegevuses

vahemikus 15. oktoobrist kuni 1. detsembrini 2022

1. Avamised

- Augustina Apteek OÜ avas 01.12.2022 Kvissentali Coopi Apteegi uues Kvissentali Coopi kaubanduskeskuses Tartu linnas Aruküla tee 5. Apteegi juhataja on prov Herman Kirsimäe.

2. Asukoha muutused

- Lepistiku Apteek (Sügise Apteek OÜ) asub alates 26.10.2022 aadressil Kallaste tn 7, Tabasalu alevik, Harku vald, Harju maakond. Apteegi uus nimi on Tabasalu Keskuse Apteek.
- Virumaa Apteegi (Unejutt OÜ) haruapteek asub alates 28.10.2022 aadressil Võsu mnt 5, Haljala alevik, Lääne-Viru maakond
- Vikerlase Benu Apteek (Farmaking OÜ) asub alates 03.11.2022 aadressil Kallasmaa tn 4, Maardu linn, Harju maakond (varem asus Vikerlase tn 23, Tallinn). Apteegi uus nimi Maardu Tervisekeskuse BENU Apteek.

3. Apteegi nime muutused

- * Lepistiku Apteegi (Sügise Apteek OÜ) nimi on alates 26.10.2022 Tabasalu Keskuse Apteek
- * Vikerlase Benu Apteek (Farmaking OÜ) nimi on alates 03.11.2022 Maardu Tervisekeskuse BENU Apteek

4. Apteegi omaniku muutused

- Kivila Südameapteegi uus omanik on alates 01.11.2022 Eyrekodu OÜ (varem Alpharm OÜ)
- Maardu Prisma Südameapteegi uus omanik on alates 01.11.2022 Alpharm OÜ (vare Eyrekodu OÜ)

5. Apteegi juhataja vahetumised

- Kivila Südameapteegi uus juhataja on alates

01.11.2022 prov Veronika Fetissova (varem Alina Noorkõiv).

- Maardu Prisma Südameapteegi uus juhataja on alates 01.11.2022 prov Aleksei Gladštein (varem Veronika Fetissova).
- Mint apteegi (OÜ PharmaMint) juhataja on alates 26.10.2022 prov Pille Mägar (varem Aleksei Gladštein).
- T1 Apteegi (Minu Apteek OÜ) uueks juhatajaks on alates 26.10.2022 prov Ebe Vaarmets (varem Lea Teeorg).
- Sepa Keskuse Apteegi (Hiirehernes OÜ) uueks juhatajaks on alates 26.10.2022 prov Piia Kuslap (varem Marika Pihu).
- Sillamäe Euroapteegi (OÜ PharmaThree) uueks juhatajaks on alates 01.11.2022 prov Kristian Semjonov (varem Larissa Siroš).
- Ringi Apteegi (Nordic Pharmacy OÜ) uueks juhatajaks on alates 23.11.2022 prov Külli Kodasmaa (varem Maris Kirikal).
- Põlva Maksimarketi Apteegi (OÜ Põlva Apteek) uueks juhatajaks on alates 23.11.2022 prov Urve Kukk (varem Lili Lemmik).
- Rakvere Keskväljaku Apteegi (Hamamelis OÜ) uueks juhatajaks on alates 23.11.2022 prov Anu Grünberg (varem Natalja Tomberg).

6. Ajutised ja lõplikud sulgemised

- Raudtee Euroapteek (OÜ PharmaThree) aadressil Raudtee tn 1, Jõhvi linn, Ida-Viru maakond lõpetas 04.11.2022 tegevuse
- Jüri Tervisekeskuse Apteegi haruapteek lõpetas 01.11.2022 tegevuse
- Karja tn BENU Apteek (Meluelu OÜ) aadressil Karja tn 4/1, Pärnu linn lõpetas 23.11.2022 tegevuse

Samal teemal:

Raal A. Slava Ukraini! Geroyam slava! ER 2022, 2, 2-3.
Heiberg T. Ain Raali üleskutsest eelmises Eesti Rohuteadlases. ER 2022, 3, 29.

Lugupeetud proviisor Tõnu Heiberg on otsekui lahtisest uksest sisse murdes püüdnud lugejale jätta mulje nagu kutsuks siinkirjutaja üles apteegis sisemaise venekeelse elanikkonnaga vene keele rääkimisest täiesti loobuma. Ei sugugi! Võtame originaalteksti

ja loeme veel korra lauset (lk 3): „Aga kui tööl (s.t. apteegis – A.R.) kohe kuidagi teisiti ei saa, siis eraelus ikka.“ Võibolla jäi selle lause mõte pealiskaudsemal lugemisel tõesti varju, kordame siis üle: alustame sisemaise venekeelse elanikkonnaga suhtlemist alati eesti keeles ja kui saame apteegis töötades aru, et ta seda ei valda, siis edastame talle hädavajaliku professionaalse info vene keeles. Peab vist igaks juhuks lisama, et see ei käi nende apteekrite kohta, kelle emakeel on vene keel.

Ain Raal



FIP Brisbane 2023

81ST FIP WORLD CONGRESS OF PHARMACY AND PHARMACEUTICAL SCIENCES

Brisbane, Australia, 24 to 28 September 2023

Congress Theme: Pharmacy building a sustainable future for healthcare – Aligning goals to 2030

The pharmacist is key in assuring a safe and effective supply of medicines as well as their responsible use. As a direct provider of services, from primary prevention and screening of diseases, immunisations to therapeutic monitoring, the work of our profession ensures that a patient's medical therapy is appropriate, the most effective, the safest possible and the most convenient.

The FIP Development Goals align pharmacists' education with societal and healthcare needs, taking into consideration the path to universal health coverage and the UN Sustainable Development Goals, and make the case for investing in the pharmacy workforce of tomorrow.

These goals present the profession with the direction for advancement and transformation and establishing its place within the healthcare system. By linking the FIP vision with a needs-based pharmaceutical workforce transformation programme, we can then build a sustainable future for healthcare — aligning goals to 2030.

Linked to a healthier world, the “Pharmacy building a sustainable future for healthcare — aligning the goals” theme sets out long-term goals and principles, as well as short-term actions, to transform the role and contribution of pharmacy. That transformation is required to maximise the health gain that healthcare systems derive from their interactions with the pharmacy profession.

Join us in Brisbane and be part of our mission!



TÖÖINSPEKTSIOON



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

COVID-19 ABC töökohas:



Pese regulaarselt käsi



**Rahvarohkes ruumis
kanna maski**



Tuuluta tihti tööruume



Vaktsineeri end



Tee võimalusel kaugtööd



Kui oled tõbine, jää koju

Tekkis küsimusi?
Vaata lähemalt kriis.ee ja tööelu.ee

