

# Perearst või EMO?

Ootamatult tekkiva tervisehäire puhul tekib igaühel küsimus, kust saada kiiresti abi. Vajalikku esmast abi osutab perearst või pereõde Teie oma perearstikeskuses. Haiglate erakorralise meditsiini osakonnas (EMO) pakutakse vältimatut abi, s.o meditsiiniabi, mille osutamise edasilükkamine või osutamata jätmine võib põhjustada abivajaja surma või püsiva tervisekahjustuse.

Võrreldes EMOga, kus isepöördujate keskmine ooteaeg ületab nelja tundi, saab visiidi aega perearsti ja pereõe juurde

planeerida. Samuti on võimalik saada visiidi ajal perearstikeskuses rohkem teavet oma haiguse olemuse ning profülaktika kohta. EMOs on fookuses raskes seisundis patsiendi kiirdiagnostika ja ravi alustamine.

Selleks, et säästa nii oma aega kui ka tervishoiuasutuse ressursi, soovime Teil valida sobivaima variandi. Käesolev infoleht aitab otsustada, millisesse tervishoiuasutusse oma probleemiga pöörduda.

## TÄISKASVANUD

**Erakorralise meditsiini osakonda (EMOsse) minge siis, kui kahtlustate, et Teie tervislik seisund võib põhjustada surma või püsiva tervisekahjustuse.**

Regionaalhaigla erakorralise meditsiini osakonnas osutatakse arstiabi alates 16. eluaastast, Ida-Tallinna Keskhaigla ja Lääne-Tallinna Keskhaigla erakorralise meditsiini osakonnas alates 15. eluaastast.

### MINGE PEREARSTI JUURDE

### MINGE EMOsse

#### VALU

##### KESKMISE TUGEVUSEGA JA/VÕI PIKALT KESTNUD VALU

- peavalu
- liigesevalu
- alaseljavalu
- kõrvavalu
- kurguvalu
- kõhuvalu

##### TUGEV JA ÄKKI TEKINUD VALU

- tuim pigistav, suruv või ängistav rindkerevalu
- äkki tekkinud tugev ja piinav peavalu, millega võivad kaasned oksendamine ja tasakaaluhäired
- talumatu kõhuvalu korduva oksendamisega
- talumatu suukaudsetele ravimitele allumatu valu

**NB!** Jäsemete valu, alaselja valu ja näopiirkonna valu, sh hambavalu ilma kõrge palavikuta ei ole eluohtlik ega vaja EMO abi! Nende valude puhul konsulteerige perearstiga või küsige nõu perearsti nõuandeliinilt **1220**.

#### TRAUMA/ÕNNETUS

##### VÄIKSEM TRAUMA/ÕNNETUS

- trauma, millega ei kaasne vigastatud kehaosa tugevat paistetust, kaju muutust ega liikuvuse piiratust
- pisitrauma
- putukahammustus, sh puugihammustus

##### TRAUMA/ÕNNETUS

- värske trauma, vigastatud kehaosa tugev paistetust, kaju muutus ja liikuvuse piiratus, haavad, põletus, söövitust, elektritrauma, mürgistus jmt
- võõrkeha hingamisteedes, seedetraktis või mujal
- looma hammustus (kass, koer vms)

#### VEREJOOKS

##### VEREJOOKS

- veri väljaheites
- verekiud rögas
- sagedased ninaverejooksud

##### ÄGE VEREJOOKS

- kestev seedetrakti verejooks
- kuse-suguteede verejooks
- äge ninaverejooks
- äge verikõha

#### ÄGEDAD SEISUNDID

##### KERGEMATE HAIGUSTE ÄGEDAD SEISUNDID

- haigestumine külmetushaigustesse (nohu, köha, kurgu- kõrva- ja peavalu jmt)
- haigestumine kõhuviirusesse või kaebused seedetraktis (iiveldus, oksendamine, kõrvetised, kõhuvalu, kõhulahtisus jmt)
- allergianähud (dermatiit ehk nahapõletik, astma, heinanohu, keele- ja neeluturse)
- enam kui 48 tundi tagasi tekkinud südamerütmihäire, millega ei kaasne õhupuudust ega valu rinnus ning patsient ei tarvita antikoagulante (veredeldajaid)
- sage urineerimine, ebamugavus- või survetunne urineerimisel, urineerimistakistus, voolus suguelunditest, kahtlus suguhaigusele
- nägemisteravuse langus, eritis silmast, silmapõletik
- kuulmislangu, kohin/helid kõrvus, eritis kõrvast
- krooniliste haiguste ägenemine (kõrgenenud vererõhk jmt)

##### ÄGEDAD SEISUNDID

- insuldikahtlus – äkki tekkinud kõnehäire ja kehapoole halvatus või nõrkus või tundlikkuse langus (nt üks suunurk vajub allapoole), äkki tekkinud tasakaaluhäire või peapööritus, mälu- või teadvusekaotus
- äärmuslik nõrkus, jõuetus
- palavikualandajatele allumatu püsiv üle 38,5 °C palavik, kõrge palavik eakatel
- kõrge palavik ja/või lakkamatu oksendamine keemiaravi patsiendil
- hingeldus, õhupuudus, raske astmahoog (hingamisraskus vilistava väljahingamisega)
- äge allergiline reaktsioon, millega kaasneb õhupuudus, kogu keha haarav ulatuslik lööve, keeleturse, neelamistakistus jmt
- uriinipeetus
- kuni 48 tundi tagasi tekkinud südamerütmihäired või enam kui 48 tundi kestnud südamerütmihäired, millega kaasneb õhupuudus ning valu rinnus
- tromboosikahtlus – äkki tekkinud valu ja turse jäsemel, enamasti sääremarja piirkonnas; jäseme jahedus ja värvumine valgeks või punakas-lillaks

#### NAHAPÕLETIKUD

##### NAHAPÕLETIKUD

- nahaaluskoe mädanikud (paise, mädamuhk jmt)
- nahapõletik – võib esineda lööve nii täppidena kui laikudena, sügelus, kipitus, ketendus jms)
- kroonilised haavandid
- herpes

##### ÄGEDAD NAHAPÕLETIKUD

- laialdased mädanikud ja mädakogumid, millega kaasneb valu ja palavik
- põletikuline haav, millega kaasneb palavik ja vigastatud piirkonnas kiiresti (tundidega) leviv turse (ulatuslik paistetust)

#### PSÜÜHIKA- JA MEELEOLUHÄIRED

##### MEELEOLUHÄIRED

- depressioon (masendus, meeleheide, huvipuudus ümbritseva suhtes), meeleolulangus
- ärevus ja unehäired
- käitumis- ja sõltuvusprobleemid

##### PSÜÜHIKAHÄIRED, MIS ON PATSIENDILE ENDALE VÕI TEISTELE OHTLIKUD

- äge psühhoo (luulud, meelepetted, paranoia)
- segasusseisund
- enesetapukatse

# LAPSED

Erakorralise meditsiini osakonda (EMO) minge lapsega siis, kui kahtlustate, et tema tervislik seisund võib põhjustada tema surma või püsiva tervisekahjustuse.

Lastehaiglas osutavad erakorralist abi lastearst kuni 18-aastastele (kaasa arvatud) ning kirurg ja traumatoloog kuni 15-aastastele (kaasa arvatud) lastele.

## MINGE PEREARSTI JUURDE

## MINGE EMOsse

### VALU

#### KESKMISE TUGEVUSEGA JA/VÕI PIKALT KESTNUD VALU

- peavalu
- liigesevalu
- alaseljavalu
- kõrvavalu
- kurguvalu
- kõhuvalu

#### TUGEV JA ÄKKI TEKkinUD VALU

- äkki tekkinud tugev ja piinav peavalu, millega võivad kaasnedaks oksendamine ja tasakaaluhäired
- talumatu kõhuvalu
- kõhuvalu koos sapiseguse oksendamise ja/või verise väljaheitega
- süvenev kõhuvalu koos kerge palaviku ning iivelduse ja oksendamisega
- talumatu suukaudsetele ravimitele allumatu valu

**NB!** Näopiirkonna valu, sh hambavalu, jäsemete valu ja alaselja valu ilma kõrge palavikuta ei ole eluohulik ega vaja EMO abi! Nende valude puhul konsulteerige perearstiga või küsige nõu perearsti nõuandeliinilt **1220**.

#### SONG, VESISONG

- valutut esileölvumus (muna) kubemes, munandikotis või nabas

#### POISTEL MUNANDI KEERDUMINE, PITSUNUD SONG

- järsku tekkinud valulik moodustis kubemes või munandikotis, eriti koos iivelduse ja oksendamisega

### TRAUMA

#### VÄIKSEM TRAUMA/ÕNNETUS

- trauma, millega ei kaasne vigastatud kehaosa tugevat paistetust, kuju muutust ega liikuvuse piiratust
- pisitrauma
- putukahammustus/puugihammustus

#### TRAUMA/ÕNNETUS

- värske trauma, vigastatud kehaosa tugev paistetust, kuju muutus ja liikuvuse piiratus, haavad, põletus, söövitus, elektritrauma, mürgistus jmt
- võõrkeha hingamisteedes, seedetraktis või mujal
- looma hammustus (kass, koer vms)

### VEREJOOKS

#### VERITSUS

- veri väljaheites ilma muude haigusnähtudeta
- sagedased ninaverejooksud

#### ÄGE VEREJOOKS

- äge ninaverejooks
- mandlioperatsiooni järgne verejooks

### ÄGEDAD SEISUNDID

#### KERGEMATE HAIGUSTE ÄGEDAD SEISUNDID

- haigestumine külmetushaigustesse (nohu, köha, kurgu-, kõrva- ja peavalu jmt)
- haigestumine kõhuviirusesse või kaebused seedetraktis (iiveldus, oksendamine, kõrvetised, kõhuvalu, kõhulahtisus, kõhukinnisus, sooleparasiidid jmt) üldise enesetunde olulise halvenemiseta
- allergianähud (dermatiit ehk nahapõletik, heinanohu)
- sage urineerimine, ebamugavus- või survetunne urineerimisel, urineerimistakistus, voolus suguelunditest
- eritis silmast, silmapõletik
- eritis kõrvast, kõrvapõletik
- krooniliste haiguste ägenemine
- nahakollasus imikul
- toitumisprobleemid imikul

#### ÄGEDAD SEISUNDID

- palavikualandajatele allumatu püsiv üle 38,5° C palavik ja/või süvenev loidus, jõuetus ägeda haiguse ajal
- alla kolmekuusel lapsel palavik üle 38 °C
- esmakordne krambihoo
- hingeldus, õhupuudus, astmahoog
- äärmuslik nõrkus, jõuetus
- järsku tekkinud ilma traumata hulgiverevalumid
- äge allergiline reaktsioon, millega kaasneb õhupuudus, kogu keha haarav ulatuslik lööve, keeleturse, neelamistakistus jmt
- insuldikahtlus – äkki tekkinud kõnehäire ja kehapoole halvatus või nõrkus või tundlikkuse langus (nt üks suunurk vajub allapoole), äkki tekkinud tasakaaluhäire või peapööritus, mälu- või teadvusekaotus
- topeltnägemine
- järsku algav ja püsiv südameklõppimishoog

### NAHAPÕLETIKUD

#### NAHAPÕLETIKUD

- pindmised nahapõletikud, k.a paise, allergiline lööve, punased laigud nahal, sügelus, ketendus
- sissekasvanud küüs
- eesnahapõletik
- herpes
- kroonilised haavandid

#### ÄGEDAD NAHAPÕLETIKUD

- laialdased mädanikud ja mädakogumid, millega kaasneb valu ja palavik
- põletikuline haav, millega kaasneb palavik ja vigastatud piirkonnas kiiresti (tundidega) leviv turse (ulatuslik paistetust)

### PSÜÜHIKA- JA MEELEOLUHÄIRED

#### MEELEOLUHÄIRED

- depressioon (masendus, huvipuudus ümbritseva suhtes, tegutsemisvõimetus), meeleolulangus
- ärevus
- käitumisprobleemid, kooli- või koduprobleemid

#### PSÜÜHIKAHÄIRED, MIS ON LAPSELE ENDALE VÕI TEISTELE OHTLIKUD

- äge psühhoo (luulud, meelepettek, paranoia)
- segasusseisund
- enesetapukatse