

Pered vajavad sünnitusjärgseid koduviisiite

Perioodil mai 2022 kuni märts 2023 tegid ämmaemandad koduviisitide mudeli pilootprojekti raames koduküllastuse 330 perele. Veidi üle kolmandiku peredest vajasisid ka korduvat koduviisiiti. Ämmaemand aitab peredel kohaneda lapse sünniga kaasneva elumuutusega ja saab varakult märgata kui perel on vaja lisatuge.

“Koduviisitide mudeli lõplik analüüs valmib augustis, kuid juba esmaste tulemuste järgi on selgelt näha kui oluline on peredele pakkuda sünnitusjärgset tuge kodus oma loomulikus keskkonnas,” tõdeb projektijuht **Tiina Tõemets** SA Lapse Heaolu Arengukeskusest. “Ämmaemandad on kodudes oodatud, nad on lapsevanemate jaoks olemas, kuulavad ja nõustavad. Tänu täiendkoolitusele ja abistavatele hindamisvahenditele märkavad paremini kui perel on vaja lisatuge. Oleme teinud suure sammu selle poole, et iga lapse algusteed on turvaline, hoitud ja kaitstud.”

“Vastsündinud beebiga kodus olles olin alguses kergelt šokiseisundis, mu maailm oli nii palju muutunud, olin ebakindel,” sõnas üheksakuuse poja ema **Cädri-Ly Tjapkin** koduviisitide projekti lõpuüritusel 1. juunil Tartus. “Ämmaemanda külaskäik andis kindlustunde. Ta ei andnud hinnanguid, vaid tunnustas ja suunas ning ütles, et oleme õigel teel.” Ämmaemand **Karmen Suss** kinnitas Tjapkini sõnu: “Kõige suurema ja algusperioodil on pere toetamine väga oluline. Me oleme turvalised abistajad ja loodan, et pered tunnetavad seda tuge”. Suss lisas, et projekti raames toimunud väljaõpe andis varasematele teadmistele palju juurde. “Olin ka varem koduviisiite teinud, aga näiteks hindamisvahendite kasutamine andis lisaväärtust ja suunas tähelepanu vajalikele aspektidele. Lisaks tutvusin tänu projektile oma kogukonna spetsialistidega, kellega koostööd teha ja kelle poole vajadusel pere suunata.”

1. juunil toimus Tartu Loomemajanduskeskuses „Ämmaemanda koduviisiidid esimestel eluaastatel“ pilootprojekti esmaste tulemuste tutvustamine ning projektis osalenud ämmaemandate ja partnerite tunnustamine. Oma tervitussõnad ütlesid ka **Gerli Lehe** Sotsiaalministeeriumist, **Liis Raag** Eesti Ämmaemandate Ühingu ja **Kiira Gornischeff** Lapse Heaolu Arengukeskusest.

„Ämmaemanda koduviisiidid esimestel eluaastatel“ pilootprojekti tegevuste eesmärk on suurendada ema, lapse ja pere heaolu ning testida koduviisitide tegevusmudelit. **Pilootprojekti tulemuste põhjal valmib käesoleva aasta augustis lõpphindang ämmaemandate koduviisitide tegevusmudeli sobivuse kohta Eesti tervishoiu- ja sotsiaalsüsteemi osana.**

Projekti raames said koduviisiidi mudelit ja rakendamist käsitleva põhjaliku väljaõppe kaks gruppi ämmaemandaid, kokku 33 praktiseerivat ämmaemandat ning 9 ämmaemanduse üliõpilast nii Tartu kui Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolist. **Koolitusprogramm andis osalejatele ettevalmistuse ja oskused sünnitusjärgsete koduviisitide läbiviimiseks just projekti jaoks loodud tegevusmudeli alusel**, et olla toeks äsja lapse saanud peredele. Lisateadmistena käsitleti pere toetusteeikonna planeerimist, positiivse vanemluse oskusi ja võimalikke vaimse tervisega seotud riske sünnilähedasel perioodil. Ämmaemandate koduviisiidid aitavad peredel kiiremini kohaneda lapse sünniga kaasneva elumuutusega, märgata varakult toetusvajadust ning toetada tervist ja heaolu soodustavate valikute tegemist.

Ämmaemandad õppisid kasutama kahte sõelumisvahendit – Edinburghi sünnitusjärgse depressiooni skaala (EPDS) ja Calgary sõeltest, mis aitab varakult märgata abivajadust.

Projektiga liitunud ämmaemandad pakuvad koduviite oma teeninduspiirkondades Tartu, Valga, Võru, Harju, Saare, Lääne-Viru ja Ida-Viru maakonnas. Asutused, kus ei ole varem sünnitusjärgseid koduviite teostatud, said projekti poolt koduviitide läbiviimiseks vajaliku kohvri koos tarvikutega. Ämmaemandatele oli projekti vältel tagatud mentorlus ja süsteemne nõustamine, sh toimusid supervisioonid, mida ämmaemandad väga oluliseks peavad, et enda vajadusi ja vaimset tervist toetada. “#koduskäija ämmaemand” pused eristasid projekti käigus koduviite tegevaid ämmaemandaid.

Projekti „Ämmaemanda koduviidid esimestel eluaastatel“ algatas **Sotsiaalministeerium**. Projekti viivad ellu **SA Lapse Heaolu Arengukeskus** ja **Eesti Ämmaemandate Ühing** koostöös Tartu Ülikooli Kliinikumi, Tallinna Ülikooli, Tartu Tervishoiu Kõrgkooli, Tervise Arengu Instituudi ja Rakvere Linnavalitsusega.

Projekt on rahastatud Norra ja Euroopa Majanduspiirkonna perioodi 2014–2021 finantsmehhanismide programmist „Kohalik areng ja vaesuse vähendamine“ meetme „Rahvatervise meetmete ning integreeritud tervishoiu- ja sotsiaalteenuste kvaliteedi tõstmine kohalikul tasandil“ elluviimiseks.

Lisainfo:

Tiina Tõemets

Projektijuht

SA Lapse Heaolu Arengukeskus

tiina@lapseheaolu.ee

tel 53309105