



# MEIE ISE 10

## 1/2008

---

*Kõku klubi ajakiri*



**Tere taas, sõbrad!**

Sel ilusal kevadel on meil põhjust koguni kaheks juubeliks: esiteks täitub Eesti Vaegkuuljate Seltsil 15. tegutsemisaasta ning teiseks ilmub Meie ise ajakirja 10. number. Ilusad ümmargused arvud on nad mõlemad ning omavahel tihedalt seotud ka: mis üks ees teeb, seda teine (järel)kajastab. Oleme ajakirjas püüdnud jõudumööda anda ülevaadet meie tublide kõvakuuljate põnevamatest tegemistest ning ettevõtmistest ning omakorda teavitada rahvast uutest üritustest.

Kutsume kõiki järjekordsesse suvelaagrisse, mis, kui mu mälu mind ei peta, kannab juba 13.aastanumbrit. Esmakordselt 1996.a pisikesel romantilisel Kihnu saarel alguse saanud suvelaagritest on tänaseks kujunenud ülipopulaarne kohtumisaeg noortele, kes sageli on laiali pillutatud Eestimaa kõigisse nurkadesse. Hea on taas üle hulga aja vanad tuttavad üle kaeda, vastastikku käppa suruda ning, mis seal salata, ka hommikuni üheskoos pidu pidada.

Üks vormiline, mitte sisuline uuendus, peaks samuti toimuma. See puudutab kõkude (ehk kõvakuuljate) tegevust. Kui seniajani oli kõku klubi näol tegemist noorte oma seltskonnaga, siis nüüd on plaanis noorteklubi ümber nimetada kõkude kultuuri- ja spordiklubiks. Põhjus selleks on üliproosaline: nimelt on enamus noorteklubi aktivistidest juba ammu säherduses auväärses vanuses, millel "tormaka noorusega" enam suurt midagi pistmist pole. Jaa, loomulikult on inimene täpselt nii vana, kui ta end hinges ise tunneb! Ent vahel ei tee ju paha ka üks sõbralik pilk passiraamatu sisse või ID-kaardi peale visata.

Täname südamest Hiie kooli emakeeleõpetajat Leili Pukki, kes meid lahkelt materjaliga varustas, tänu millele saavad ka kunagised vilistlased Hiie kooli tänaste tegemistega kenasti kursis püsida!

**Kaunist juubelit Eesti Vaegkuuljate Seltsile ja ilusaid kordaminekuid soovides,**

**Kristi Kallaste, ajakirja toimetaja**



## ***SISUKORD***

<b>Tere taas, sõbrad! .....</b>	<b>1</b>
<b>Lugeda on mõnus 2 .....</b>	<b>3</b>
<b>Veelkord sisekõrvaimplantaadist .....</b>	<b>11</b>
<b>Ajutüve implantaat – mis see selline on? .....</b>	<b>14</b>
<b>Arsti ja patsiendi vaheline kommunikatsioon .....</b>	<b>16</b>
<b>Jurmala spaas .....</b>	<b>19</b>
<b>Tervisepäev Keila veekeskuses .....</b>	<b>20</b>
<b>Aeg .....</b>	<b>21</b>
<b>Hõissa, suvepäevad! Info .....</b>	<b>22</b>
<b>Kasulikke linke .....</b>	<b>23</b>

## Lugeda on mõnus 2007 Hiie koolis

**Madis:** LOM tähendab projekti „*Lugeda on mõnus*“.

Inimesed, kes osalevad selles projektis, on *lomikad*. See projekt töötab juba kaheksa aastat. Eelmisel kevadel otsustasid 10 kooli, et sügisel 2007 kohtume Tartus. Nimetan mõned koolid: C. R. Jakobsoni nim. Gümnaasium Viljandist (osales 14 õpilast), Kadrina Keskkool (3 õpilast), Kilingi-Nõmme Gümnaasium (16 õpilast), Rakke Gümnaasium (20 õpilast), Tõrva Gümnaasium (18 õpilast), Võhma Gümnaasium (15 inimest), Tallinna Nõmme Gümnaasium.

Kahjuks ei saanud osaleda Tallinna Heleni Kool. Koos meiega kogunes Tartusse lugemisprojektile 105 inimest.

Valmistusime selleks ürituseks kaua ja korralikult. Koolimaja fuajeesse stendile panime projektis tehtud töö kokkuvõtte ja mina tegin loosungi.



**Jari:** Olin hommikul elevil, sest kaua oodatud 9. november oligi käes. Läksin hommikul kooli, kohtusin õpetajaga ning aitasin ettevalmistusi teha. Ma olin ka natuke õnnelik, et me ei pidanud sel päeval õppima. Mina otsisin kokku võistlusmängudeks vajalikud asjad.

**Madis:** Meie päevakava oli järgmine:

kell 10.00 kohtumine Raekoja platsil purskkaevu juures.



Tartu ajaloo tutvustamine (Tartu Ülikool ja Jaani kirik).



Kell 12 jõudsime Toomemäele. Seal toimus orienteerumismäng.

Kell 13.30 olime tagasi koolimajas – toimus lõunasöök ja koolimaja tutvustamine.

Siis algasid tubased üritused: pidu koos viktoriiniga ja kodutööde esitlused õudusjuttude teemadel. Päev lõppes võistlusmängude korraldamisega meie poolt.

**Janne:** Õpetajad Kadri ja Tiit rääkisid meile Tartu ajaloost. Seejärel me läksime ülikooli vaatama. Istusime aulas ja





**Merilyn:** Meie õpetajad Liivi ja Leili andsid meile orienteerumisülesanded. Me hakkasime otsima, kus miski asub. Neid kohti oli raske leida. Me ei leidnudki kõiki kohti üles.

**Eneli:** Jooksime ja jooksime ning lõpuks me ei suutnudki kõiki kohti leida. Läksime tagasi kooli. Õpetajad tutvustasid külalistele koolimaja. Aulas avas direktor projektis osalevate koolide kogunemise.



**Janne:** Koolijuht Helgi Klein rääkis lugemisprojektist ja lugemise tähtsusest. Siis järgnes meie kooli film. Meie vaatasime rahulikult, sest olime seda juba näinud. Pärast seda me osalesime viktoriinis. Meil ei olnud kõiki asju meeles. Kilingi-Nõmme kool võitis viktoriini. Nad olid üliõnnelikud.

**Monika:** Me tahtsime väga viktoriini võita ja püüdsime meenutada, mida me olime õppinud ajaloo tunnis. Teised, kes linnas käisid, tuletasid meelde tõlgi seletusi. Seda juttu, mida giid rääkis, poleks tohtinud unustada.



**Merilyn:** Viktoriinis oli kokku 15 küsimust Tartu ajaloo kohta. Žüriis olid õpetajad Anu ja Aino. Enamasti oskasime vastata. Õhtu oli huvitav.

**Eneli:** Teised õpilased olid meist kiiremad. Viktoriini võitis Kilingi-Nõmme. Nad paistsid targad välja.

**Janne:** Viktoriini järel hakkasid õpilased esinema. Meie vaatasime ja naersime kõiki teatrietendusi, sest need olid huvitavad.







**Monika:** Kõik koolid esinesid hästi. Ma vaatasin ja naersin.



**Jari:** Viimaks hakkasime mängima. Monika, mina ja Eneli olime mängujuhid. Meil oli väga kahju, et mõned koolid läksid ära, sest nendel ei olnud aega mängida. Aga vähemalt mõned said mängida. Oli huvitav ja üks tüdruk tuli lõpuks mu juurde ning andis mulle kirja. Ma lugesin kirja ja sain teada, et ta tahab minuga tutvuda.

**Merilyn:** Peale viktoriini algas võistlusmängude aeg. Kuuljatele meeldisid mängud. Monika ja Eneli juhendasid ja mina pildistasin (Monika digifotokas oli). Mängud olid naljakad ja lõbusad.

**Monika:** Me pidime elektrimängu mängima, kuid kuuljad ei saanud aru. Mõned said aru. Seepärast oli mäng lühike. Siis järgnes ajalehemäng. Tüdruk ja poiss olid paaris. Ma palusin ühte poissi, et ta võtaks tüdruku sülle, kuid ta ei julgenud, siis okei, ma ei sundinud teda. Mängisime ajalehemängu lõpuni. Võitis paar, kes oskas kõige väiksemal ajalehetükil seista. Kaotajad istusid ja vaatasid meid. Lõpuks algas padjamäng. Inimesi oli selles mängus vähe, sest paljud hakkasid varem koju minema.





**Jari:** Mängisime edasi ja kui kõik mängud said läbi, siis läksime viimaks koju. Olin kodus väsinud. Hea ja halb (minuga juhtus Toomemäel õnnetus) olid selles päevas mõlemad olemas, nagu öeldakse. Head oli siiski rohkem.

**Monika:** Lõpuks läksid kõik inimesed koju. Õpetaja Liivi palus mul korrastada aula toolid. Kui ma juba kodus olin, siis üks LOM-i tüdruk rääkis mulle MSN-s, et meil oli lahe mänguidee, kuid ta ei saanud kogu mängust aru. Üldiselt oli see tore päev.

**Eneli:** Olid head etendused. Meil oli kahju, et meie ei võitnud mitte midagi viktoriinis ja orienteerumises!!! Meie film „Koolivaim“ sai parima idee diplomi. Teised koolid hindasid meie tööd „profiks“.

Külalistel ei olnud palju aega, sest nad läksid koju tellitud bussidega. Oli kurb, kui nad läksid koju. Ema küsis, kuidas *lomikatega* oli? Vastasin, et oli väga tore päev.

**Merilyn:** Oli väga tore päev. Oli huvitav, kuigi õues oli väga külm.

**Janne:** Mina jäin viimasena kooli ja aitasin õpetajatel aulat korrastada. Sain selle eest ühe šokolaaditahvli. Kõik oli sel päeval tore.

*Oma muljeid jagasid lomikad Eneli, Monika, Merilyn, Janne, Jari ja Madis*

## Sisekõrvaimplantaadist veel...

### Pisut üldist...

Inimene kuuleb kõrvas asuvate väikeste karvarakkude abil, mis tõukavad helilaineid edasi. Vaegkuulmine tekib siis, kui karvarakud on kahjustatud või nõrgad, nende tõsise kahjustuse korral saame rääkida juba kurtusest. Sisekõrvaimplantaadi ülesanne on neid karvakesi tööle stimuleerida. Et kohleaimplantaat töötaks hästi, peab kõrvas olema neid karvarakke piisavalt. Kuulmisnärvi mööda jõuab heli kõrvast ajju. Esimene leiutaja, kes tuli lagedale uudisega, et kõrva võiks stimuleerida elektriliselt, oli Benjamin Franklin. Oluline osa on siin ka Prantsuse füüsikutel: House ja Blair Simmons, samuti Clark Austraalias ja Frasier Inglismaal.

Esimene kõrvaimplantaadi kõneprotessor nõudis palju ruumi, see asus suures toas ning kes soovis seda kasutada, pidi sõitma Los Angelesesse, oma koju seda masinat viia ei saanud. Lõpuks arendati välja mugav kaasaskantav seade. Nüüdisaegsed implantaadid on paigaldatud kohlea sisse, neil on palju kanaleid ning digitaalprotsessi strateegiad. Üks tähtsamaid implantaadi tööpõhimõtteid on, et ta peab töötama võimalikult kiiresti – vahendama heli just siis, kui see tekib, mitte millalgi hiljem. Uutel implantaatidel on 22 kanalit ja see vahendab kohleas edukalt erinevaid – nii kõrgeid kui ka madalaid – helisid.

Väga palju on teadlased töötanud saamiseks aru, millised on relevantssed ehk olulised sagedused just nimelt inimekõne mõistmiseks. Eriti palju tööd on tehtud selleks, et inimene kuuleks implantaadiga hästi ka konsonante ehk kaashäälikuid, kuna ilma nendeta pole kõnest võimalik aru saada.

Kõnestrateegiatena kasutati implantaadis nelja eri elektroodi ning CIS-strateegiat, et saaks kõrva stimuleerida kõrgemal tasemel. CIS ühendati spektri-analüüsiga ja see juhatas uue, ACE strateegia juurde. Mida rohkem edeneti, seda paremini implantaat tööle hakkas. Muide, erinevad strateegiad on erineva energiavajadusega, vanemad tihti säästlikumad, uuemad sageli kulukamad, st patareisid tuleb uutel kõneprotessoritel vahetada tihedamini kui vanadel, samas on kuulmine ka väidetavalt parem. Kui lõikushaav pärast operatsiooni suletakse, võime nüüd juba läbi naha stimuleerida sisekõrva, saamaks teada, kas kuulmisnärv reageerib ärritusele. Kui jah, siis on sisekõrvaimplantaat paigaldatud õigele kohale.

### Kellele implantaat sobib?

Sobivate kandidaatide ring on lai. Parimad kandidaadid on eeskätt kuni kolmeaastased väikelapsed, samuti hiliskurdistanud inimesed, kelle ajus on olemas mingigi mälestus kuulmisest. Sobivad ka punetisi põdenud inimesed, samuti pole takistuseks Menière'i tõbi, pärilik kurtus ega trauma tagajärg. Sisekõrva düsplaasia on juba pisut keerukam juhtum, kuigi ka sellise murega inimesi on suudetud aidata. Meningiidi korral on põletik hävitanud normaalse kohlea ja sellistele patsientidele tuleb implantaat paigaldada hästi kiiresti, enne kuulmekäikude luustumist. Implantaati võib paigaldada ka teadmata põhjusel kuulmise kaotanutele. Sellised oleks siis need kurdid, kellele implantaat sobib.

### Mida implantaat neile teeb?

Võiks piltlikult öelda nii, et implantaadi abil pühitakse kõrvanärvide pealt ämblikuvõrgud ära ja pannakse nad taas

tööle. Väga oluline on eelneva kuulmiskogemuse olemasolu või selle puudumisel kurdina elatud aja pikkus. Kümneaastane sünnist saadik kurt laps on implantaadi saamiseks enamasti juba liiga vana, tema jaoks on õige aeg tavaliselt möödas. Parimateks kandidaatideks peetakse umbes kaheaastaseid, noorimad on olnud kuue kuu vanused beebid. Pärast implantaadi töölelülitamist algab inimese kuulmine otsekui uuesti. Nii on kaks aastat tagasi implantaadi saanud inimese passivanus näiteks kakskümmend aastat, ent tema kuulmise vanus on vaid kaks aastat. Paljud pered peavadki igal aastal kahte sünnipäeva – ühte kui inimese enese sündimise päeva ja teist kui tema kuulmise tekkimise (operatsioon või implantaadi sisselülitamine) sünnipäeva.

On ka lapsed, kes tegelikult kuulevad hästi, aga on sotsiaalsest elust maas, nn hundilapsed. Nemad, pääsedes alles näiteks seitsmeaastaselt inimeste sekka, ei õpi tavaliselt enam iialgi kõnet mõistma ega ise rääkima, isegi kui nad on kuuljad. See on müstiline, kuivõrd lühikene on inimese rääkima õppimise ja kõne mõistma hakkamise aeg – vaid esimesed eluaastad! Seoses implantaatide võidukäiguga nii Eestis kui ka mujal kasvab kiiresti vajadus heade logopeedide järele nii laste kui ka täiskasvanute osas.

Lapsed, kes saavad implantaadi enne kolmandat eluaastat, suudavad suure töö ja hea õnnestumise korral saavutada oma vanusele vastava kuulmise. Operatsioon on küll tähtis, kuid veelgi tähtsam on hilisem osa, mil hakatakse kõneprotsessorit häälestama. Seega on kogu implantaadi paigaldamise protsess koostöö erinevate meedikute vahel, pesueht tiimitöö. Maailmas on üle 90 000 sisekõrvaimplantaadi kandjat. Manchesteris on neid 600 ringis ja need arvud tõusevad sedamööda, kuidas eraldatakse lisaraha. Sisekõrvaimplantaadi hind on

Inglismaal 15 000 naela (Eesti kroonides 291 000) ning kokku võivad kõik kulud küündida 30 000 naelani. Kas seda on palju? Võib öelda, et sisekõrva-implantaat liigitub hinna poolest südameoperatsioonide ja teiste suuremate lõikustega ühte ritta.

Kuigi sisekõrvaimplantaatidel on kümneaastane garantii, töötab enamus neist edukalt isegi veel viieteistkümne aasta järel. Hea oleks, kui saaks ühe implantaadiga ühes kõrvas saavutada kuulmise paranemise ka teises, opereerimata kõrvas, ent praegu on see kahjuks veel vaid helesinine unistus. Kahepoolse implantaadiga inimestel on lokaliseerimisvõime märgatavalt paranenud, st nad suudavad edukamalt tabata, kustpoolt heli tuleb. Patsiendid, kel ei ole kuulmisnärvi, ei saa tavalisest sisekõrvaimplantaadist kasu, neile on vaja ajutüveimplantaati (sellest juba järgmises artiklis).

### **Riskidest...**

Kõrvakirurgia põhiliseks riskiteguriks on näonärv. Kuna ta asub täpselt kõrva juures, on suur oht teda lõikuse ajal vigastada. Sel juhul võib inimesele jääda osaline näohalvatus. Üks riskiteguritest on ka meningiidioht. Pärast implantaadi panekut meningiidirisk kahjuks tõuseb, kuna lõikuse käigus kohlea rebenes ja see võib viia infektsioonini. Paljud düsp-laasiaga patsiendid on alati põletikule. See risk maandatakse lõikusjärgse antibiootikumikuuriga. Veel räägitakse staatilisest elektrist, mis takistab implantaadilapsi, sisselülitatud masin kõrva taga, näiteks pallimeres müramast. Eriti tahaks siinkohal hoiatada traumade eest. Kui riskidest üldse rääkida, siis on traumad vähemalt siinkirjutaja meelest üks kõige reaalsemaid ja tõsisemaid ohte implantaadiga inimesele. Isegi täiskasvanutel tuleb ette, et nad saavad ükskõik kust tugeva löögi just kõrva taha ning just implantaadi pihta, mis siis veel lastest rääkida, kel

mänguhoos kõike juhtub. Kuna tavaline sisekõrvaimplantaat ei paikne kolju sees peidus, vaid on ainult kõrva taga naha all, siis võivad löögid talle tõsiselt häda teha. Kui tavaline kuuldeaparaat läheb rikki, saab ta hõlpsasti välja vahetada, aga näiteks kivi poolt pihta saanud implantaadi väljavahetamine on juba hulga keerukam töö (uus operatsioon).

Viimasel ajal on sisekõrvaimplantaat kütnud tublisti kirgi. On nii pooldajaid kui ka vastaseid. Kogunisti meie muidu nii rahumeelsed põhjanaabrid võivad sel teemal end kuumaks vaielda, olgu siin selle kohta näidisenäidise suvaline Internetilink, mille teemaks soome kurdi räppari Markku Vuoriheimo, hüüdnimega SIGNMARK, kurte ja kurtust ülistav ning kuulmise parandamist eitava laulu kommentaarid teiste inimeste poolt:

[http://keskustelu.suomi24.fi/show.fcgi?category=2000000000000015&conference=4500000000000471&posting=22000000006546579&view\\_mode=threaded](http://keskustelu.suomi24.fi/show.fcgi?category=2000000000000015&conference=4500000000000471&posting=22000000006546579&view_mode=threaded)

Vaegkuuljate ja kurtide seas liiguvad kummalised kuulujutud sellest, kuidas implantaadikandja ei tohtivat lennukiga reisida, saunas käia, ujuda ega poest leiba osta, kuna turvaväravad pidavat implantaadile reageerima. Samuti räägivad mõned, nagu turritaks implantistil kõrva tagant mingid juhtmed välja!

Siinkirjutajana mainin, et olen ise kandnud tavalist sisekõrvaimplantaati alates 2000.a aprillist ja mitte ühtegi eelmainitud puudust ma enda juures seni täheldanud pole. Samuti ei leidu maailmas minu teada praegu küll mitte kedagi, kellel turritaks kõrva seest juhtmeid – arvuti on peidetud kõrva taha naha alla ning ühendus kõrvasisese osaga saadakse ainult magneti abil. Kui ujuma või magama minnes kõneprotsessor

kõrva tagant ära võtta, ei ole kõrva ümbruses mitte midagi erilist märgata, paljas juustega kaetud nahk on vaid. Mina olen oma implantaadiga täiesti rahul ja rahul ka tunduvalt kasvanud uute võimalustega, mida see masin pakub.

Meeles tasub pidada, et mitte ükski operatsioon pole riskivaba. Inimesed ronivad noa alla tunduvalt tühisematelgi põhjustel ja palju väiksemate edulootustega kui kuulmise parandamist ihkajad. Vaadake kas või filmistaare, kes kümneid kordi lasknud teostada oma pea piirkonnas operatsioone, üks keerulisem ja ohtlikum kui teine – ise ma eelistaks sel juhul riskida pigem juba parema kuulmise, kui teismelist plikat meenutava näolapi nimel. Samuti ei saa ma aru sellest, miks üritavad implantaatide vastased tuua ettekäändeks viipekeelt (*kurdile lapsele pole implantaati vaja, kuna temal on juba keel olemas – viipekeel!*). Sama oleks öelda: *pimedale ei ole nägemist tarvis, kuna ta juba oskab lugeda pimedate punktikirja*. Kuulmine, nagu ka nägemine, on meeleline aisting, hõlmates endas väga paljut – miljonid erinevad hääled, hääliitsused ja helid, millest keel on vaid üks osa. Seevastu keel on poliitika, ning püüdlused taandada ühe lihtsa kehalise meeleeelundi tööd keerulisele poliitikale on minu meelest natuke naljakas. Samas on meie ühiskonnas dialoog väga kasulik asi ja inimestele olulistest asjadest tuleks rääkida vabalt. Praegu valitseb vähemalt Eesti vaegkuuljate seas implantaadi suhtes palju teadmatust, kuigi meil oleks kahtlemata õigus täpsele infole kõige – nii positiivsete kui ka võimalike negatiivsete aspektide – osas.

*Artiklis on kasutatud Manchesteri kõrvakirurg Richard Ramsden'i loengu materjale*

# PISUT AJUTÜVEIMPLANTAADIST

## UUEST JA PÕNEVAST VÕIMALUSEST KUULMISE RAVIS



\*\*\*

Ajutüveimplantaat (ingl. k *Auditory Brainstem Implant* (ABI), soome k. *aivorunkoimplantti*) võimaldab kuulmist osaliselt taastada ka neil kurtidel, kellel pole kasu ei kuuldeaparaadist ega tavalisest sisekõrvaimplantaadist. Kui kohlea- ehk sisekõrvaimplantaat paigaldatakse inimese sisekõrva, kus ta hakkab stimuleerima kuulmisnärv, siis ajutüveimplantaat paigaldatakse otse ajutüvesse, minnes mööda kuulmisnärvist. See võimalus on mõeldud neile kurtidele, kelle kuulmisnärv enam üldse ei tööta – kas on kuulmisnärv mõne haruldase haiguse tõttu tõsiselt kahjustatud või siis mingil põhjusel (nt vähk) üleüldse eemaldatud.

\*\*\*

ABI paigaldatakse peamiselt teismeliste lastele ning täiskasvanutele. Seade meenutab väliselt tavalist sisekõrvaimplantaati, ta koosneb samuti kahest osast - sisemisest implantaadist ning väljaspool asuvast äravõetavast kõne-

protssessorist. Süsteem sisaldab vastuvõtjat, kehal kantavat väikesemõõdulist kõneprotssessorit ja mikrofoni. Ajutüvi koosneb peamiselt närvirakkude jätketest, mis ühendavad pea ja seljaaju närvirakke, tuues informatsiooni kehasse peajusse või vastupidi, edastades käsklusi kehale. Operatsioonil paigaldatakse vastuvõtja kõrva taha oimuluusse ning sealt lähtuv elektroodijuhe koos elektroodidega implanteeritakse ajutüvesse. Kõneprotssessor koos vastuvõtjaga hakkavad püüdma helisid ning suunama neid elektriliste impulsside abil kohale. Impulsid liiguvad elektroode mööda ning elektriline signaal jõuab kõrvast ajutüveni.

Kogu lõikus sooritatakse arvuti valvsa silma all: peanaha külge kinnitatakse elektroodid, võrreldakse seda vastustega ning jõudes õigesse kohta, tuleb vastuslaine. Ajutüve stimuleeritakse ning kui tablookõverale ilmub hüpe, siis puuritakse sellesse kohta läbi kolju väike ava.

Selle ava kaudu juhitakse elektroodid ajutüvesse. Kohlea nukleus pannakse õigesse kohta. 21 elektroodi asetatakse seal täpselt sinna ajutüve avasse, kuhu nad peavad minema. See läheb päris sügavale. Taas testivad arstid kõike ning võrdlevad vastuseid ja tulemusi. Saades õiged vastused, on arstidel teada, et implantaat asub õiges kohas.

\*\*\*

Pärast lõikust vajab patsient regulaarseid logopeedikülastusi vähemalt aasta jooksul.

Kliiniliste uurimuste põhjal suudavad 82% ABI kandjatest eristada tuttavaid lihtsaid helisid nagu uksekella helin või koputus; 85% suudavad koos suultlugemisega osaleda keskustelus. 12% saavad edukalt kasutada telefoni. Üheksakümnest ABI kandjast 18 protsenti ei suuda helisid kuulda. ABI ei taasta normaalset kuulmist, ent ta aitab neid, kelle kuulmiskahjustus on äärmiselt tõsine. Ja kui enne kivikurt inimene suudab kuulda ABI asemel kas või natukegi ning tänu sellele elus paremini toime tulla, on see seadeldis oma ülesande täitnud. ABI panekuga kaasnevad riskid on vähemalt netimaterjalide põhjal tavapärased, seostudes operatsiooni ning üldnarkoosi ohtudega.

\*\*\*

Soomes elav Liisa jäi kurdiks 1976. aastal kuulmisnärvide kasvaja tõttu. Neurokirurgi sõnutsi oli ta Soomes esimene inimene, kes mõlema kõrva vähilõikusest eluga pääses. 2004. a paigaldati Liisale ajutüveimplantaat (ABI). Seade stimuleerib otse ajutüves asuvat kuulmiskeskust. ABI vahendusel tajub naise aju hääli, hoolimata sellest, et tal kuulmisnärve enam pole.

Ajutüveimplantaat võimaldas Liisale naasmist helide maailma. Pärast 28 aastat väldanud kurtust teab ta jälle, milline erinevus on vaikselt ja vastupidi, lärmakamat sorti ümbrusel. Aias

toimetades kuuleb Liisa, kuidas metroo suhiseb mööda, helikopter lendab üle pea Tallinna poole ning puu otsas istuv vares enesekindlalt kraaksatab. Väikeste lindude hääli ta veel ei kuule, ent vestlused naabritega on muutunud juba hulga lihtsamaks, kui enne kõrvamasina programmeerimist. Ehkki hääli kuuleb Liisa hästi, on vahel probleeme helide eristamisega, st kuuldu kipub vajuma kokku ühesuguseks helide virvarriks ja kõige selle eristamine nõuab tublisti õppimist. Koos suult lugemisega on tal võimalik juba teiste inimestega küllaltki rahuldavalt suhelda.

\*\*\*

Ajutüveimplantaat tuli maailmas laialdasemalt kasutusele 1990. ndatel. Soomes sooritati esimene ABI operatsioon Helsingis 2003. a novembris ning edaspidi tehti seal paar-kolm sellist lõikust aastas. Käesoleva, 2008, aasta jaanuaris paigaldati Soomes ajutüveimplantaat seitsmendale patsiendile ja võimalik, et nüüd tuleb lõikustes mõneks ajaks paus sisse. Nimelt on kuulmisnärvide lõplik kahjustus või nende eemaldamine sedavõrd haruldane juhtum, et sellise probleemiga inimesi leidub vähe. Peab ju ajutüveimplantaadi saamiseks olema väga tõsine põhjus, niisama seda kellelegi küll ei paigaldata ja kelle kuulmisnärvid vähegi toimivad, neile pannakse lihtsam sisekõrvaimplantaat.

Sisekõrvaimplantaat ei nõua kolju avamist, ajutüveimplantaat aga küll. Sageli paigaldatakse ABI juba kuulmisnärvikasvaja eemaldamise ajal, mil kolju on siis nagunii avatud, kuna üks operatsioon kahe asemel on patsiendile pisut kergem taluda.

Soome vaegkuuljate ajakirjas *Kuuloviesti* ilmus käesoleva aasta alguses artikkel, mis käsitles neid haigusi, mille tõttu võidakse paigaldada ajutüveimplantaat. Soomes tegelevad vähist kahjustatud kuulmisnärvide eemaldamise ning ajutüveimplantaadi paigaldamisega



ühed ja samad kõrvakirurgid – Göran Blomstedt ning Jussi Jero.  
Meil Eestis selliseid lõikusi vähemalt praegu veel ei tehta.

*Artiklis on kasutatud temaatilisi internetilinke:*

<http://www.hei.org/news/facts/abifact.htm>  
<http://www.fda.gov/cdrh/mda/docs/p000015.html>  
<http://www.mayoclinic.org/auditory-brainstem-implant/>

## Arsti ja patsiendi vahelise suhtluse probleemidest

Võib küllap liialdamata öelda, et suhtlemine on ühiskonna põhitegevus, milleta inimene hakkama ei saa. Suhtlemist ehk kommunikatsiooni on väga mitmesugust liiki. Suhtlus algab väga vara, juba looteas, mil ema silitab oma kõhtu ning laps tunnetab ema paitusi läbi kõhunaha. Helid ja rütmid, laulud jms muutuvad lapsele tuttavaks juba enne sündi, sama kehtib ka puudutuste ja tundeastingute kohta. Nii õpib laps algusest peale, kui oluline on suhtlus.

Laps ei sünni perre tühja tahvlina. Lapsed on erinevad ja suhtlevad eri viisidel. Normaalne suhtlus on interaktiivne – see on niisugune suhtlus, milles osalevad aktiivselt mõlemad pooled, mitte ainult üks kahest. Vahel on eri kultuuride vaheline suhtlus keerukas, lapsed on õnneks selliste asjade õppimisel väga nobedad ja haaravad suhtlusviise lennult. Suhtlemiseks on väga palju võimalusi, see ei toimu ainult suulises vormis. Ent suhtlus ei ole mitte ainult tehniline oskus, vaid ka emotsionaalne. Kas teate, et Soomes on üle 10% laste saadetud SMS-dest läkitatud oma vanaemadele! Seega ei saadeta sõnumeid mitte ainult sõpradele, vaid selle abil suheldakse isegi vanaemade ja teiste lapsele lähedaste

inimestega, suhtlus on seotud emotsioonidega, haiguse puhul aga aitavad positiivsed emotsioonid kaasa inimese tervenemisele.

Arsti ametis on suhtlusel seetõttu keskne osa. Arst peab suhtlema perega, emaga, lastega – kõigiga, kes on ravisse kaasatud ning oskama seda teha igapäevase eakohasel ja vastuvõetaval moel. Lapsele tuleb kindlasti rääkida, mis temaga juhtuma hakkab, laps peaks tundma ennast oma tervise suhtes aktiivse osalisena ega tohiks vajalikkude protseduuri või uuringut karta. Eriti vajalik on arsti hea suhtlusoskus siis, kui patsiendil endal on mingeid suhtlemist raskendavaid probleeme, nagu näiteks vaegkuulmine või kurtus.

Kahjuks jääb vahel mulje, et suhtluse tegelik tähendus ja vastavad oskused pole kõikide ametirühmade koolituses piisavalt olulised ja mõne meediku jaoks on paberite täitmine ning kõiksugu bürokraatia tähtsam kui inimesega suhtlemine.

Kui lektor ise 40 aastat tagasi ülikoolis õppis, siis tema väitel sellist asja nagu kommunikatsioon arstiteaduse tudengitele üldse ei õpetatudki, sellist teadust polnud

olemaski - vähemalt mitte sellisel määral nagu seda praegu tuntakse.

Arsti ja patsiendi suhtluse teemal on tehtud palju uurimusi etnoloogide, sotsioloogide ja psühholoogide poolt. Uurimustest selgub, et kahjuks näikse suurim osa suhtlusest olevat ühesuunaline – arst lihtsalt jutustab inimesele, mis toimub, inimene vaid kuulab ja nõustub.

Ka arstide küsimuste esitamise oskus jätab praegu veel soovida. Lektor ise lindistas kord tavalist arsti konsultatsiooni. Linti hiljem üle kuulates tundus, et mingit vestlust ega nõupidamist arsti ja patsiendi vahel ei toimugi. Arsti küsimused on väga otsesed ja arst ootab neilt vaid lühikest *jah / ei* vastust. Vestlused keskenduvad somaatilistele küsimustele nagu: *millised on teie kaebused?* Psühholoogilist poolt ei vaadelda üldse. Tundub, et ravi vajav inimene lahutatakse hingeaks ja kehaks, ent koos ühtse tervikuna neid ei vaadelda.

Arst üksi ei suuda neid probleeme lahendada, tema üksi ei saa luua avalat vestlus-suhet. Osa patsiente tahaks olla arstiga lähedased, osa jällegi hoida distantsti. Mõni tahab vabalt oma tundeid väljendada, teine vajab privaatsust. Muidugi ei ole ka õige, kus inimene ise peab endale ravi välja mõtlema, on ju arst siiski oma ala asjatundja ning peaks oskama soovitada ja põhjendada, miks just seda rohtu või lõikust vaja on. Samas ei peaks ühe poole suuremad teadmised konkreetses valdkonnas olema dialoogi ja nõupidamist välistavaks teguriks.

Siinkohal on neli tähtsat aspekti:

- 1) meditsiiniteenuse kättesaadavus;
- 2) kulude kontrollitus;
- 3) informeerimine;
- 4) asjakohasus.

Kõiki neid aspekte tuleb alati meeles pidada, kui tegemist on erivajadusega inimestega. Suurim probleem näikse olevat teenuste organiseeritus. Kas puudega

inimeste nõustamine, ravimine ning rehabilitatsioon peaksid olema suuremas osas avalikud teenused või mitte? Mõlemal alternatiivil on oma plussid ja miinused. Me peame paremaks integratsiooni ehk puudega inimeste sulandamist n.ö tervete sekka, aga seegi pole lihtne ülesanne. Peab jälgima, et integreeritavate vajadused oleks täidetud ja et ka terved, kelle seas töötab või õpib puudega inimene, ei peaks oluliselt kannatama. Näiteks kurdavad mõned lapsevanemad, et tema lapsega samas klassis või lasteaias käiv puudega laps nõuab kogu õpetaja tähelepanu ning tervetele lastele seda enam ei jagugi. Oluline on rõhutada, et kõik lapsed vajavad õpingutes tuge, eriti aga erivajadustega lapsed. Iseasi, milline see tugi on ja kes seda osutama peaks. Seepärast on just erivajadusega lapse puhul äärmiselt oluline arsti (või nõustaja), lasteasutuse ja kodu tihe koostöö. Lapsevanem peaks saama arstilt või nõustajalt tuge ning nõuandeid ja siis koostöös õpetajatega kokku leppima, millist konkreetset abi tema laps tõesti vajab. Nt kuulmislangusega lapse puhul võiks õpetajale rõhutada, et kodused ülesanded tasuks alati tahvlile kirja panna, või siis suulise etteütlemise korral paluda vaegkuuljast lapse tervel pinginaabril vaadata üle, kas laps ikka kirjutas ülesande õigesti oma päevikusse. Iseenesest ei ole see kokkuvõttes teab kui suur töö, kui kõik osapooled omavahel need asjad läbi räägitud saavad.

Tundub, et just kuulmislangusega inimesed satuvad kergesti olukorda, kus nende informeeritus on liiga vähene. Nende teadmised koosnevad vaid inforaasukestest, ent nad ei saa sellest kokku loogilist ja tõepärast pilti. Vahel tõlgendavad nad ümbrusest saadud infot valesti, tekib paranoia, nad ei tea mis toimub ja muutuvad kõige suhtes kahtlustavaks. Võib juhtuda, et teadmus ümbrusest on liiga nõrk, ja eriti võib seda juhtuda tööelus. Vahel surub ümbrus nad eemale, stiilis *ah, mis me talle ikka räägime, ta ju nagunii ei saa kõigest aru!* Kehva kuulmisega inimese

kaaslased võivad tõlgendada olukorda valesti.

Seepärast oleks just kuulmislangusega patsientide puhul eriti vajalik arsti särav suhtlemisoskus ning kannatlikkus sellisele patsiendile toimuvat võimalikult adekvaatselt ja õigesti selgitada. Praegu on suhtlus arstide jaoks suur probleem. Suhtluse vajalikkust tuleks sotsiaalses ja meditsiinielus kahtlemata rohkem rõhutada, vaja oleks rohkem vastavaid koolitusi ning kommunikatsioonilaseid teadmisi. Muuseas tuleb naljaga pooleks tõdeda, et parimad teenuse arendajad on häälekalt rahulolematud ehk vinguvad patsiendid. Kui keegi midagi ei kaeba ega nõua, vaid

patsient ainult rõõmsalt kõigega nõustub, siis tekib seisak ja midagi paremaks ei muutugi. Samas peavad ka patsiendid ise arsti juures käies õppima oma pead kasutama ning kaasa mõtlema. Meditsiini-töötajatele ei teeks paha saada pisut põhiteadmisi viipekeelest, nad võiksid ära õppida nt kümme või sada oma töövaldkonnaga seotud viibet; see ei tohiks iseenesest kellelegi üle jõu käia. Tehkem siis üheskoos tööd parema suhtluse poolt!

*Materjalid pärinevad Helsingi Vaegkuuljate Maailmakongressilt Soome kõrvaarsti Vappu Taipale ettekandest*



*Elu põhineb suhtlemisel...*

# Teekond Jurmala spaasse ehk sinna ja tagasi

(sarjast: Kõkude kuulsusrikas elu ja seiklused)

*20.-21.oktoobril 2007 käisime kõkulastega Riias ja Jūrmalas. Osavõtjaid oli 46 inimest, ilmselt oleks olnud paar inimest rohkemgi, kui sügisesed viirused poleks nii agaralt kimbutanud. Sellest hoolimata oli tegu Kõku ajaloo suurima osavõtjate arvuga üritusega. Kahe päeva jooksul tutvusime giidi juhendamisel Riia vanalinnaga, lõõgastusime Livu veepargis, jalutasime sügiskuldse Jūrmala tänavatel ja mererannas ning nautisime Läti populaarseima söögi-ja meelelahutuskoha Lido võlusid. Leidsime jätkuvalt, et ühiselt rännates saab parimad reisielamused ning omasugustega koosolemine aitab paremini toime tulla argielu sekeldustega. Järgmine pikem reis on plaanis 2009 aastal Hispaaniasse ja Portugali. Olge siis ikka meiega!*

*Külliki Bode*



# TERVES KEHAS TERVE VAIM



*Käesoleva aasta kevad tuli mitte teisiti, vaid ikka samamoodi ehk juba traditsiooniks kujunenud tervisepäevaga Keila veekeskuses ühel ilusal naisi soosival päeval ehk 8.märtsil. Mõeldud oli üritus mitte ainult vaegkuuljatele, vaid kõigile, kel mure oma tervise pärast. Mida me seal siis tegime? Venitasime oma talvest kahvatuks jäänud käppasid sõudetrenazhööri, loopisime ennastunustavalt palli korvi ja katsetasime jääujumist, viimast küll mõnusalt köetud basseini õuesosas. Noorim kõkude klubi osaleja oli aasta ja paari kuune Mikaela.*



## Aeg

*Kujutle, et on olemas pank, mis saadab su arvele iga päev 86.400 krooni. Arve tühjendatakse igal õhtul, hoolimata sellest, kas oled raha ära kasutanud või mitte. Mida sa teeksid? Loomulikult võtaksid kõik raha juba hommikul välja! Igal ühel meist on selline pank. Selle panga nimi on AEG. Igal hommikul saadetakse su arvele 86.400 sekundit. Igal ööl arve tühjendatakse, hoolimata sellest, kuidas ja kas oled neid sekundeid kasutanud. Sellele arvele ei saa korjata sääste, ega seda või ületada. Iga päev avab pank su jaoks uue arve. Öösiti see jälle tühjeneb. Kui sa ei ole oma summat kasutanud, on kaotus pöördumatu. Tagasiteed ei ole. Ei ole võimalik jätta pisut homseks, sa pead kasutama antut just täna. Investeeri targalt, nii et saaksid selle summa eest võimalikult palju õnne, tervist ning edu.*

*Aeg jookseb, kell tiksub.. Tee parim, mis sa suudad, juba täna!*

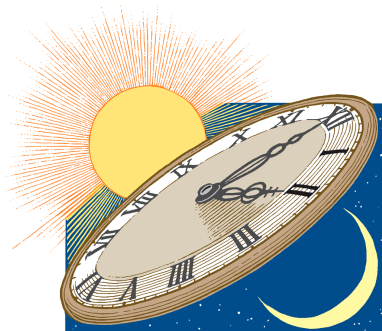
*Saamaks aru ühe aasta tähendusest, küsi seda üliõpilaselt, kes jorutas aasta kooliajast maha.*

*Mõistmaks ühe kuu tähendust, küsi seda emalt, kelle laps sündis kuu aega varem.*

*Nädalast saad selge pildi, kui vestled nädalalehe toimetajaga. Küsi tunni tähendust armastajailt, kes ootavad omavahelist kohtumist. Minuti tähtsusest saad aru, kui räägid inimesega, kes jäi rongist maha. Kui pikk saab olla sekund, teavad pajatada inimesed, kes on läbi elanud raske õnnetuse.*

*Sajandiksekundite mängust saab aimu, jälgides tippsportlasi.*

*Hinda iga hetke, mis sulle on antud, eriti veel neid hetki, mida saad veeta koos lähedastega, kes tahavad oma aega just sinuga jagada. Pea meeles, et aeg ei oota kedagi. Eilne on ajalugu, homme on müsteerium, tänane päev on kingitus! Sõbrad on tõeliselt haruldased kalliskivid: nad panevad sind naeratama ja julgustavad; nad kuulavad sind ja innustavad; nad on valmis avama Sinule oma südame!*



# Hõissa, suvepäevad!

*Täis päikest on suvised päevad,  
ja põllud ning niidud meid näevad...*

Nii laulis Pipi Pikksukk suve saabudes. Tõsi ta on – kes see ikka tahab suviseid päevi ennast hoopis kontoris näidates mööda saata?!

2008 aasta "Kõku" suvepäevad toimuvad 25.-27.juulil Pärnumaal Tori vallas Randivälja külas, Klaara-Manni puhkemajas. Puhkemaja kohta leiate informatsiooni siit: <http://www.klaaramanni.ee/>

“Tori on maailma keskpunkt” – nii väidavad kohalikud elanikud. Nimelt on seal ainulaadne kolmainsus, mida mujal maailmas kusagil ei kohta: ühel pool teed on kirik, teisel pool põrgu ning nende vahel on sild!

Kuidas see kõik küll võimalik on?

Mõistatuse lahendamiseks ootame teid registreeruma suvepäevadele! Osavõtutasu on 150 krooni, selle eest saab majutust, toitlustust ja meelelahtutust. Täpsema programmi paneme kokku lähiajal, värskema info riputame foorumisse

<http://www.vaegkuuljad.ee/foorum/>

Samuti võib laagri kohta käivaid küsimusi esitada meie väsimatule aktivistile ja kangele korraldajale Küllikile: [kyllikibode@hotmail.com](mailto:kyllikibode@hotmail.com)

## **MÕNUSAID LINKE MEIE RAHVALE**

<http://www.aamhl.org/>

See on ingliskeelne kodulehekülg neile, kes on kuulmise kaotanud ning kes sellegipoolest armastavad musitseerida.

<http://www.hearinglossweb.com/>

Sellele lehele on koondunud seltskond, kes on kuulmise kaotanud, ent ei soovi liituda traditsioonilise kurtide kogukonnaga.

<http://www.hatis.com/>

Siin pakutakse kuuldeaparaadiga sobivaid abivahendeid telefoniga rääkimiseks.

[http://www.harriscomm.com/catalog/product\\_info.php?products\\_id=18332](http://www.harriscomm.com/catalog/product_info.php?products_id=18332)  
Clear Sound'i silmused.

<http://www.cochlearamericas.com/Support/169.asp>  
Sisekõrvaimplantaatide valmistajafirma kodulehekülg

<http://www.vaegkuuljad.ee/lehed/info/auris2/auris63.pdf>

## **EESTI VAEGKUULJATE LIIT JA LIKMESORGANISATSIOONID**

### **EESTI VAEGKUULJATE LIIT**

Tallinn, 10137, Toompuiestee 10  
Telefon 6616394  
E-post [vaegkuuljad@hotmail.ee](mailto:vaegkuuljad@hotmail.ee)  
Kodulehekülg: <http://www.vaegkuuljad.ee>  
Juhatuse esimees **Andrus Helenurm** (mobiil 5341 0113)

### **LIKMESORGANISATSIOONID**

#### **EESTI VAEGKUULJATE LIIDU TARTU ORGANISATSIOON**

Tartu, 50112, Rahu tn 8, Tartu PIK (telefon 736 6762)  
E-post [tartukoda@hotmail.ee](mailto:tartukoda@hotmail.ee)  
Kontakt: **Heli Veide**  
E-post: [heli.veide@mail.ee](mailto:heli.veide@mail.ee)

#### **HIIUMAA VAEGKUULJATE ÜHING**

Kärdla, 92412 Nõmme tn 23  
Telefon 4631278  
E-post [ene.oga001@mail.ee](mailto:ene.oga001@mail.ee)  
Juhatuse esinaine **Ene Oga** (mobiil 5330 6081)

#### **IDA-VIRUMAA VAEGKUULJATE ÜHING**

Kohtla Järve, 30322 Ravi tn 10  
**Kontakt:** telefon: 3395135

#### **JÕGEVA VAEGKUULJATE ÜHING**

Jõgeva, 48303 Ristiku tn 3, Jõgeva PIK  
Telefon 776 0192  
E-post: [elinakabanen@hotmail.ee](mailto:elinakabanen@hotmail.ee)  
Juhatuse esinaine **Elina Kabanen** (mobiil 525 6470)

#### **JÕHVI VAEGKUULJATE ÜHING**

Jõhvi, 41534 Kaare tn 7 tel. Virumaa PIK  
Tel 335 6551  
E-post: [mall.enok@mail.ee](mailto:mall.enok@mail.ee) ; [johvi.vk@email.ee](mailto:johvi.vk@email.ee)  
Juhatuse esinaine **Hilja Makara** (telefon 335 6241; mobiil 5559 8558)

#### **JÄRVAMAA VAEGKUULJATE ÜHING**

Paide, 72713 Tallinna mnt 13, Järvamaa PIK  
Telefon 385 2553  
E-post [jarvakoda@hotmail.ee](mailto:jarvakoda@hotmail.ee)  
Juhatuse esinaine **Ülle Kruusmaa** (mobiil 55519682)  
E-post [kruusmaaylle2@hotmail.ee](mailto:kruusmaaylle2@hotmail.ee)



**LÄÄNEMAA VAEGKUULJATE ÜHING**

Haapsalu, Kastani 7 90508, Läänemaa PIK

Telefon: 475 6448

Juhatuse liige **Ülo Koemets**, Haapsalu (mobiil 56626208)

E-post [liiviko@gmail.com](mailto:liiviko@gmail.com)

**LÄÄNE-VIRUMAA VAEGKUULJATE ÜHING**

Rakvere, 44311 Lille tn 8 [Lääne-Virumaa PIK](#)

Telefon: 324 2023

E-post: [virukoda@hotmail.ee](mailto:virukoda@hotmail.ee)

Juhatuse esinaine **Piret Landsov**

**NÕMME VAEGKUULJATE SELTS**

Tallinn, 10137, Toompuiestee 10

Juhatuse esimees **Rein Järve** (mobiil 58262730))

E-post: [reinjarve@hotmail.ee](mailto:reinjarve@hotmail.ee) tel 670 0357

**PÕLVA VAEGKUULJATE ÜHING**

Põlva, 63308 Uus tn 2, Põlvamaa PIK

Telefon: 799 4864

E-post [polvapik@hotmail.ee](mailto:polvapik@hotmail.ee)

Juhatuse esinaine **Milvi Ojaverre** (telefon 799 6331)

Mobiil 5145234

**PÄRNUMAA VAEGKUULJATE ÜHING**

Pärnu, 80015 Riia mnt 70 Pärnu PIK tel 442 5741

E-post: [parnumvk@hotmail.ee](mailto:parnumvk@hotmail.ee)

Juhatuse esinaine **Laine Lehtsalu** (mobiil 5233543)

E-post: Laine245@hotmail.ee Tel 4432537

Kodulehekülg: <http://www.hot.ee/parnukv/>

**RAPLAMA A VAEGKUULJATE ÜHING**

Rapla Maakonna Puuetega Inimeste Koda, Kuusiku tee 5 tel 4894128

Kohila, 79801 Roheline põik 4

Tel. 48 32 722

Juhatuse esinaine **Malle Tähe**

E-post: [malletahe@hotmail.ee](mailto:malletahe@hotmail.ee)

Kodulehekülg: [www.zone.ee/raplavk/](http://www.zone.ee/raplavk/)

**SAAREMAA VAEGKUULJATE ÜHING**

Kuressaare, 93812, Pikk tn 39 Saaremaa PIK

Telefon/faks: 45 55 697

Juhatuse esinaine **Eda Pöld** (telefon 453 8166).

E-post [edapold@hotmail.ee](mailto:edapold@hotmail.ee)