

# Sinu terviseinfo ühes kohas

Terviseportaal on digivärv, mis avab ligipääsu inimese enda ja tema lähedaste terviseinfole.

Viimasel ajal on inimeste terviseteadlikkus kasvanud, suurendades ootusi terviseandmete kättesaadavusele. Koroonaviiruse pandeemia ajal tõusis teadlikkus digiloo olemasolust, eriti COVID-19 tõendite ja analüüsitulemuste vaatamisel, mis tõi omakorda kaasa negatiivse tagasiside ja muutis terviseportaaali loomise esmatähtsaks.

Digilugu oli viimase kümnendi jooksul vähe muutunud – kontseptsioon ja disain püsisid sarnased alates 2013. aastast, mil tehti viimane suurem uuendus.

## Digiloo puhul töid kasutajad välja järgmiseid murekohti:

- põhifunktsioonide kasutamisega saadi hakkama, aga see nõudis suurt pingutust;
- ebamäärane veebilehe nimetus;
- keeruline navigatsioon ja kujundus;
- keeruline keelekasutus nii veebilehel kui dokumentide sisus;
- puudulikud funktsioonid, mistõttu ei pakkunud teenus kasutajale piisavalt väärtust.

## UUE PORTAALI SÜND

27. nov 2023. aastal vahetas terviseportaal välja senise Digiloo. Uue terviseportaaali väljatöötamisel oli peamine eesmärk olla lihtsamini kasutatav. Uuendasime endiseid digilugu.ee teenuseid, muutes tervisega seotud andmete vaatamise mugavaks ja sujuvaks. Lisaks lihtsustasime keerulisi meditsiinilisi termineid, mille mõistmine oli vanas portaalil suur väljakutse. Näiteks ei pruugi inimesed teada, mida tähendab mõiste „epikriis“.

## Suurimad väljakutsed uue portaali arendamisel:

- Andmete kvaliteet
- Erinevad kasutajarühmad
- Meditsiiniliste terminite lihtsustamine ja tõlkimine
- Dokumendipõhine mõtlemine
- Seadusandlusest tulenevad ootused ja piirangud

## TESTIMINE JA TAGASISIDE

Terviseportaaali meeskonna eesmärk on pakkuda head kasutajakogemust, olles inimestele avatud ja kuulata nende soove, kaasata erinevaid sihtgruppe ja teenuste kasutajaid.

Mullu kevadel kaasasime avalikkust sotsiaalmeedia üleskutsega, et saada tagasisidet esimeste teenuste ja töölaua osas. Kampanias osales ligi 200 inimest ning nende tagasiside alusel tehti soovitud täiendused.

Testime kasutajatega iga teenust. Tervise ja Heaolu Infosüsteemide Keskuse (TEHIK) kasutajatoe statistika paljastab, et alates portaali käivitamisest kuni tänaseni on TEHIKu poole pöördunud 5322 erineva küsimusega. See väärtuslik tagasiside on oluline portaali jätkuvaks täiustamiseks ja kasutajakogemuse parendamiseks.

Lisaks oleme teenuste loomisel kaasanud perearste, hambaarste, Eesti Laborimediitsiini Ühingu ja Terviseametit, Eesti Pimedate Liitu, Eesti Puuetega Inimeste Koda ja teisi.

## SIHTGRUPP

Terviseportaal koondab inimese terviseandmed, raviinfo ja annab ülevaate kokkupuudetest tervishoiuga. Terviseportaaali kasutajad on kõik Eesti kodanikud, kellel on võimekus kasutada arvutit/mobiiltelefoni ning kes soovivad leida infot enda ja oma lähedaste tervises seisundi kui ka tervisedenduse kohta.

Terviseportaaali disaini ja analüüsi käigus selgusid kolm olulist kasutajarühma, kelle vajadused on erinevad – lapsed, terved noored ja kroonilised haiged.

## STATISTIKA

2023. aastal logiti Digiloo portaali sisse **üle 7,7 miljoni korra**. Seega käis igaüks meist seal aasta jooksul ligi 5 korda.

2024. aastal (31. märtsi seisuga) on terviseportaaali sisse logitud **üle 2,7 miljoni korra**.

Digiloo ühe kuu keskmine sisselogimiste arv oli 640 000, terviseportaaali puhul on vastav arv **900 000**.

Uue terviseportaaali edukuse üks silmapaistvamaid näitajaid on **kõrge mobiilikasutuse tase**. Erinevalt varasemast digiloost, kus mobiili- ja arvutikasutajate suhtarv oli ligikaudu võrdne, on portaali mobiilis kasutajate hulk nüüdseks **kasvanud vähemalt kahe kolmandikuni kõikidest kasutajatest**.

## PORTAALI EELISED

- Kiire ligipääs terviseandmetele;
- Kogu terviseinfo on ühes kohas;
- Tekstid ja keel on arusaadavam – võimalusel on lihtsustatud sõnastusi, meditsiinilised dokumendid sisaldavad jätkuvalt meditsiinilisi termineid, kuid töölaud ja alamehed on viidud keeleliselt arusaadavamale kujule;
- Ligipääsetavus – terviseportaal vastab 99,9% [EN 301 549](#) nõuetele;
- Terviseteadlikkuse ja ennetuse tõstmine;
- Tehnoloogilised uuendused - terviseportaaalis on kasutusel *feature flag*-id, mille abil saab uuendusi rakendada järk-järgult ning kontrollitult;
- Taaskasutatavad komponendid - arenduse raames täiendati TEHIKu *component library*-t.

## PORTAALI LOOJAD JA HOIDJAD

Terviseportaaali taga seisab Tervisekassa, kes hoolitseb vajaliku sisu eest ning seisab hea selle eest, et terviseportaal oleks homme veelgi kasulikum.

Teenusedisaini ja arenduse eest vastutab Tervise ja Heaolu Infosüsteemide Keskus (TEHIK) koostöös arenduspartneritega Iglu, Industry62, Snowhound ja DUX.

terviseportaal
Ligipääsetavus
Mina esindan: Ülle Rebane
Keel: EST

Minu töölaud

Vastuvõttud ja saatekirjad

Retseptid ja meditsiiniseadmed

Minu tervise ajalugu

Hammaste tervis

Vaktsineerimine

Personaalmiditsiin

Tõendid ja deklaratsioonid

Töövõime

Ravianved

Minu seaded

Logiraamat

## Minu töölaud

Ülle Rebane 44702011227  
Kindlustatud Tervisekassa

**Üleriigiline digiregistratuur**  
Broneeri ja muuda tulevasi vastuvõtte.

[Ava registratuur →](#)

**Minu tahteavaldused**  
Näiteks organidoonorlus, vereülekanne

[Vaata tahteavaldusi →](#)

**Minu perearst**

Nimi: Tiina-Diana Iives  
Telefon: +372 555 1220

### Järgmised vastuvõttud

05. AUGUST 12.30	<b>Naistearsti vastuvõtt</b> Kristjan Lepik   Riia 142, Tartu, II korrus, kabinet 12	Muuda →
------------------	---	---------

**Broneeri vastuvõtt saatekirja alusel**

Kõrva-nina-kurguarsti vastuvõtt (unehäired)	Broneeri →
Taastusarsti vastuvõtt <span style="background-color: #ffc107; padding: 2px;">Aegumas</span>	Broneeri →

Küsimuste korral pöördu saatekirja koostaja poole

### Välja ostmata retseptid

<b>Kodelin + Paratseemool 30mg + 500mg</b>	Istmikunärvipõletik e ishias Kehtib kuni 12.08.2023	Vaata →
<b>Ibuprofeen 600mg</b>	Istmikunärvipõletik e ishias Kehtib kuni 12.08.2023	Vaata →
<b>Amokitsilliin 500mg</b>	Äge suulae- e kurgumandlipõletik e tonsillit Kehtib kuni 12.08.2023	Vaata →
<b>Atorvastatiin 10mg</b>	Täpsustamata hüperlipideemia Kehtib kuni 12.08.2023	Vaata →
<b>Perindopriilum 4mg</b>	Hüpertooniatõbi e essentsiaalne e primaarne arteriaalne hüpertensioon e kõrgvererõhk <span style="background-color: #ffc107; padding: 2px;">Aegumas</span> Kehtib kuni 22.07.2023	Vaata →

Küsimuste korral pöördu retsepti koostaja poole [Vaata retseptide ülevaadet →](#)

### Viimase poole aasta uuringud, analüüsid ja vastuvõttud

12. JUUNI 2023	<b>Analüüs: Veri</b> Hemogramm, Kreatiin, e-GRF, Uurea, TSH, ALAT, ASAT, Vitamiin D, Vitamiin B12 Näita kokkuvõtet	Vaata →
01. JUUNI 2023	<b>Vastuvõtt: Tartu Ülikooli Kliinikum</b> Hüpertooniatõbi e essentsiaalne e primaarne arteriaalne hüpertensioon e kõrgvererõhk Näita kokkuvõtet	Vaata →
01. JUUNI 2023	<b>Analüüs: uriin</b> Ribaanalüüs Näita kokkuvõtet	Vaata →
12. MAI 2023	<b>Perearsti vastuvõtt</b> Äge suulae- e kurgumandlipõletik e tonsillit Näita kokkuvõtet	Vaata →
12. MAI 2023	<b>Analüüs: Veri</b> CRV, Hemogramm Näita kokkuvõtet	Vaata →
07. MÄRTS 2023	<b>Röntgenlühivõtte ulajäsemetest (kaks ülevõtet)</b> Põhja-Eesti Regionaalhaigla Näita kokkuvõtet	Vaata →
07. MÄRTS 2023	<b>Kirirabikaart</b> Luumurru kahtlus või pisivigastused (näos või jäsemetes) Näita kokkuvõtet	Vaata →

Küsimuste korral pöördu dokumendi koostaja poole [Vaata tervise ajalugu →](#)

### Vaktsineerimise soovitusel

Soovitused on välja toodud juhul, kui eelneval vaktsineerimisel on märgitud järgmise vaktsineerimise aeg.

<b>Puukentsellit</b> Järgmine vaktsineerimine alates 12.12.2023.	
<b>COVID-19</b> Järgmine vaktsineerimine alates 12.12.2023. Soovitame vaktsineerida, kuna kuulud riskirühma.	Broneeri →

Küsimuste korral pöördu vaktsineerija poole [Vaata vaktsineerimise ajalugu →](#)

10:38
terviseportaal

## Minu töölaud

Ülle Rebane | 44702011227

Kindlustatud Tervisekassa

Vaata kiirlinke ▾

**Üleriigiline digiregistratuur**

Broneeri ja muuda tulevasi vastuvõtte.

[Ava digiregistratuur →](#)

*Informatsiooni puudumisel või küsimuste korral pöördu dokumendi koostanud raviasutuse poole.*

Järgmised vastuvõttud: 2 ▾

Välja ostmata retseptid: 6 ▾

Viimase poole aasta uuringud, analüüsid ja vastuvõttud: 6 ▾

Vaktsineerimise soovitusel: 1 ▾

Sul puuduvad saatekirjad.

[Tagasiside ★](#)

**ABI**

Kirjuta meile: [abi@tehnik.ee](mailto:abi@tehnik.ee)

[Asutuse kontaktid](#)

**PATSIENDIPORTAAL**

[Jälgimeid Facebookis](#)

[Tervise portaal](#)

**SUHTLUS**

[Anna tagasisidet](#)

terviseportaal
Liipäsetavus
Tested !
Mina esindan: Ülle Rebane
Keel: EST

Minu töölaud

Vastuvõtt ja saatkirjad

Retseptid ja meditsiiniasjad

Minu tervise ajalugu

Hammaste tervis

Vaktsineerimine

Personaalmiditsiin

Tõendid ja deklaratsioonid

Töövõime

Raviarvud

Logisamat

Avalaht > Minu tervise ajalugu

### Minu tervise ajalugu

Ülevaade sinu haigestumiste, uuringute, analüüside ja visiitide ajaloost alates 2006 aastast.

Vastuvõtt
 Analüüsid
 Uuringud
 Vaktsineerimine
 Kiirabi
 Haiglaravi
 Operatsioon

Ava detailne filter

📄	05.09.2023	<b>Analüüs: Veri</b> Hemogramm, Kreatiniin, e-GRF, Uurea, TSH, ALAT, ASAT, Vitamiin D, Vitamiin B12 Näita kokkuvõtet	Vaata tulemust
🏥	01.06.2023	<b>Vastuvõtt: Tartu Ülikooli Kliinikum</b> Hüpertooniatõbi e essentsiaalne e primaarne arteriaalne hüpertensioon e kõrgvererõhktoibi Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
📄	01.06.2023	<b>Analüüs: Urin</b> Ribaanalüüs Näita kokkuvõtet	Vaata tulemust
🏥	12.05.2023	<b>Perearsti vastuvõtt</b> Äge suulae- e kurgumandlipõletik e tonsillit Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
📄	12.05.2023	<b>Analüüs: Veri</b> CRV, Hemogramm Näita kokkuvõtet	Vaata tulemust
📄	07.03.2023	<b>Röntgeniülevõtte ülajäsemetest (kaks ülevõtet)</b> Põhja-Eesti Regionaalhaigla Näita kokkuvõtet	Vaata tulemust
🏥	07.03.2023	<b>Kiirabikaart</b> Luumurru kahitus või pisivigastused (näos või jäsemetes) Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
🏥	21.10.2021	<b>Operatsioon: tonsillektoomia</b> Põhja-Eesti Regionaalhaigla Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
🏥	21.08.2021	<b>Päevaravi</b> Müeloidne leukeemia e müeloidleukeemia Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
🏥	11.05.2021	<b>Haiglaravi</b> Krooniline mandlipõletik e tonsillit Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
📄	03.03.2021	<b>Analüüs: Veri</b> Hemogramm, eGFR, ALAT, ASAT, kreatiniin, GGT, glükoos, CRV, settereakts... Näita kokkuvõtet	Vaata tulemust
🏥	03.02.2021	<b>Vastuvõtt: Perearstikeskus OÜ</b> Lapse tervise tavaläbivaatus Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
🏥	03.02.2018	<b>Operatsioon: tonsillektoomia</b> Põhja-Eesti Regionaalhaigla Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu
🏥	05.09.1960	<b>Sünd</b> Haiglas sündinud üksik laps Näita kokkuvõtet	Vaata haigusjuhtu

ABI

Kirjuta meile: [abi@tehnik.ee](mailto:abi@tehnik.ee)  
Asutuse kontaktid

PATSIENDIPORTAAL

Jälgi meid Facebookis  
Terviseportaalil abi

SUHILUS

Annan tagasisidet

10:38
terviseportaal
Sisene

< Minu tervise ajalugu

### Minu tervise ajalugu

Ülevaade sinu haigestumiste, uuringute, analüüside ja visiitide ajaloost alates 2006 aastast.

Vastuvõtt
 Analüüsid
 Uuring
 Kiirabi
 Haiglaravi
 Operatsioon

Ava detailne filter

**05.09.2023**

**Analüüs: Veri**

Hemogramm, Kreatiniin, e-GRF, Uurea...

[Näita vähem](#)

Plaaniline ninaseina plastiline korrektsioon. Endotrahheaalne anesteesia. SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla / Mari Mänd

Vaata haigusjuhtu

**01.06.2023**

**Vastuvõtt: Tartu Ülikooli Kliinikum**

Hüpertooniatõbi e essentsiaalne e primaarne arteriaalne hüpertensioon e kõrgvererõhktoibi

[Näita kokkuvõtet](#)

Vaata tulemusi

**01.06.2023**

**Analüüs: Veri**

D vitamiin, B12 vitamiin

[Näita kokkuvõtet](#)

Kõik tulemused on normvahemikus.

Vaata tulemusi

Tagasiside ★

terviseportaol

Ligipääsetavus Teated Mina esindan: Kaiiri Sarapuu Keel: EST

Minu töölaud Vastuvõetud ja saatekirjad Retseptid ja meditsiiniseadmed Minu tervise ajalugu Hammaste tervis Vaksineerimine Personaalmeditsiin Tõendid ja deklaratsioonid Töövõime Raviarvad Minu seaded Logi raamat

Avaleht > Hammaste tervis

### Hammaste tervis

Hammaste tervise ja ravi ülevaade alates 2015. aastast. Loe rohkem [hambaravi ja proteesihüvitise](#) järgi kohta.

#### Hammaste mudel

Ülevaade sinu hammaste seisukorrast, kus esile on toodud ravitud hambad.

**Ülemised hambad**

Paremal	Vasakul
Nr 14 purihammas Kaaries	Nr 15 purihammas Eemaldatud
Nr 15 purihammas Eemaldatud	Nr 16 purihammas Juuretäidis   Ajutine täidis   Dentinkaarides   Kuldpanus
Nr 16 lõikehammas Kaaries	Nr 17 lisahammas Kaaries
Nr 17 silmahammas Kaaries	
Nr 18 tarkusehammas Eemaldatud	

**Alumised hambad**

Paremal	Vasakul
Nr 45 purihammas Juuretäidis   Ajutine täidis	Nr 33 silmahammas Juuretäidis   Ajutine täidis
Nr 46 Purihammas Eemaldatud	Nr 34 purihammas Kaaries
Nr 47 purihammas Eemaldatud	Nr 38 purihammas Eemaldatud
Nr 48 tarkusehammas	

#### Hambaravi hüvitis

Periood	Sinu hüvitise määr	Sinu hüvitise jääk
01.01.2024 - 31.12.2024	60 €   omaosalus 50%	23€

[Täpsemalt Tervisekassa kodulehel >](#)

#### Hambaproteeside hüvitis

Periood	Sinu hüvitise määr	Sinu hüvitise jääk
15.05.2022 - 15.05.2025	260 €	23€

[Täpsemalt Tervisekassa kodulehel >](#)

Kuupäev alates Kuupäev kuni Arst [Filtreeri](#)

26.02.2023	Ortodontia: Britta Tramm Tallinna Hambakliinik OÜ <a href="#">Näita kokkuvõtet</a>	<a href="#">Vaata hambakaarti</a>
12.02.2023	Ortodontia: Britta Tramm Hambakliinik OÜ <a href="#">Näita kokkuvõtet</a>	<a href="#">Vaata hambakaarti</a>
21.12.2019	Hambaravi: Liina Tamm Tartu Ülikooli kliinikum <a href="#">Näita kokkuvõtet</a>	<a href="#">Vaata hambakaarti</a>
21.12.2019	Hambaravi: Priit Kallas Tartu Ülikooli kliinikum <a href="#">Näita kokkuvõtet</a>	<a href="#">Vaata hambakaarti</a>
01.02.2022	Ortodontia: Britta Tramm Kuldne Hambakliinik OÜ <a href="#">Näita kokkuvõtet</a>	<a href="#">Vaata hambakaarti</a>
11.08.2019	Hambaravi: Tarmo Paide Hammas OÜ <a href="#">Näita kokkuvõtet</a>	<a href="#">Vaata hambakaarti</a>

10:38

terviseportaol

< Saatekirja uuringule

### Hammaste tervis

Hammaste tervise ja ravi ülevaade alates 2015. aastast.

#### Hammaste mudel

Ülevaade sinu hammaste seisukorrast, kus esile on toodud ravitud hambad.

Paremal Vasakul

● L44 - lisahammas

Ülemised hambad [Näita rohkem \(3\)](#)

Alumised hambad [Näita rohkem \(4\)](#)

**Hambaravi hüvitis** [Vaata](#)

**Hambaproteeside hüvitis** [Vaata](#)

[Ava detailne filter](#)

26.02.2023

Ortodontia: Britta Tamm  
Tallinna Hambakliinik OÜ  
[Näita kokkuvõtet](#)

[Vaata hambakaarti](#)

12.02.2023

Ortodontia: Britta Tamm  
Hambakliinik OÜ  
[Näita kokkuvõtet](#)

[Vaata hambakaarti](#)

21.12.2019

Ortodontia: Britta Tamm  
Tartu Ülikooli kliinikum  
[Näita kokkuvõtet](#)