

TOITUMIS- JA
LIIKUMISRAVI
KONVERENTS

RASVTÕBI – multidistsiplinaarne väljakutse

30.01.2020

Tallinn, Viru konverentsikeskus



Rasvtõbi – multidistsiplinaarne väljakutse

Toitumis- ja liikumisravi konverents

30.01.2020

Viru konverentsikeskus

Rasvtõbi on üha suurenev probleem. Euroopa Liidu maades on rasvunud ligikaudu 20% ning ka Eestis on ülekaaluliste ja rasvunud inimeste arv järjest suurenenud.

Tervise Arengu Instituudi poolt 2018. aastal läbiviidud Eesti täiskasvanute (16-64-aastaste)

tervisekäitumuse uuringu kohaselt oli normaalkaalus 47% inimestest. Liigse kehakaaluga oli uuritud meestest 61% ja naistest 44%, seejuures rasvunud (KMI ≥ 30) oli meeste seas 21% (2008. a 17,5%) ning naiste seas 18% (2008. a 18%).

Kurb statistika näitab, et iga neljas 1. klassi laps on Eestis ülekaaluline või rasvunud – seejuures on rasvunud kümnendik ning ülekaalulised 16% kooliteed alustanud lastest.

Rasvtõve ja selle tüsistuste ravi on väga kulukas. Parimaid tulemusi on võimalik saavutada vaid motiveeritud patsiendi ning multidistsiplinaarse meeskonnatöoga.

Sihtgrupp: arstid, õed, toitumisenõustajad, toitumisterapeudid, füsioterapeudid jt meedikutele huvilised.

Konverentsil osalemine annab 8 täiendkoolituspunkti.

Info ja näitusepindade broneerimine: Karin Tamm, Meditsiiniuudiste sündmuste juht, tel. +372 513 8862, e-post: karin.tamm@aripaev.ee

ESTSPEN
Estonian Society for Parenteral and Enteral Nutrition

Regionaalhaigla

**MEDITSIINI-
KONVERENTSID**

PROGRAMM

30.01.2020

9:00 - 10:00 ○ Registreerimine, tervituskohv, ravimfirmade näitused

10:00 - 10:04 ○ Avasõnad



Terje Peetso Põhja-Eesti Regionaalhaigla juhatuse liige

10:04 ○ I sessioon: RASVTÕBI ELUKAARE LÕIKES. Moderaatorid:



Hanna-Liis Lepp Põhja-Eesti Regionaalhaigla, sisearst-kliinilise toitumise konsultant



Maarja Lember Põhja-Eesti Regionaalhaigla, Kaalukirurgia keskus, Tallinna Lastehaigla, kliiniline toitumisterapeut

10:05 - 10:15 ○ **Sissejuhatus seminaripäeva:**



Hanna-Liis Lepp Põhja-Eesti Regionaalhaigla, sisearst-kliinilise toitmise konsultant

Interaktiivsete võimaluste tutvustus/õpetus. Teema avamine

10:15 - 10:45 ○ **Mehed, rasvumine ja reproduktiivfunktsioon**



Kristel Ehala-Aleksejev Tartu Ülikooli Kliinikumi meestekliinik ja SA Toitumiskliinik, arst-toitumisterapeut

10:45 - 11:15 ○ **Naised ja rasvumine - endokriinsed muutused läbi elu**



Jekaterina Haritonova Ida-Tallinna Keskaigla endokrinoloog

11:15 - 11:45 ○ **Laste rasvumise kaasaegne käsitus ja ennetamise viisid**



Ülle Einberg Tallinna Lastehaigla endokrinoloogiateenistuse juhataja

11:45 - 12:15 ○ **Eakate ülekaal – keerulisem, kui esmapilgul paistab**



Helgi Kolk Tartu Ülikooli Kliinikumi vanemarst-õppejõud

12:15 - 12:25 ○ **Küsimused ja vastused**

12:25 - 13:25 ○ **Lõuna, ravimifirmade näitused**

13:25 ○ **II sessioon JUHISED, EESMÄRGID JA VÕIMALUSED.
Moderaatorid:**



Hanna-Liis Lepp Põhja-Eesti Regionaalhaigla, sisearst-kliinilise toitmise konsultant



Maarja Lember Põhja-Eesti Regionaalhaigla, Kaalukirurgia keskus, Tallinna Lastehaigla, kliiniline toitumisterapeut

13:26 - 13:55 ○ **Uus ravijuhend – kas lihtsad lahendused?**



Anneli Rätsep Tartu Ülikool, peremeditsiini dotsent; Ülikooli Perearstikeskus, perearst

13:55 - 14:25 ○ **Kui rasvunud patsient satub haiglaravile**



Susan Sündema Ida-Tallinna Keskhaigla, sisearst, kliinilise toitmise konsultant

14:25 - 14:55

○ Ülekaaluline patsient toitumisoüstaja vastuvõtul



Anna Danik Ida-Tallinna Keskhaigla, endokrinoloogiakeskuse õde

14:55 - 15:20

○ Liikumisravi nõustamine – kuidas määrata sagedust, intensiivsust, harjutuste sobivust? Võimalused Eestis



Jan-Morten Mõistus Põhja-Eesti Regionaalhaigla füsioterapeut; Tartu Ülikool, arstiteaduskonna tudeng

15:20 - 15:30

○ Küsimused ja vastused

15:30 - 16:00

○ Kohvipaus, ravimifirmade näitused

16:00

○ III sessioon TEHNIKAD JA KOGEMUSED. Moderaatorid:



Hanna-Liis Lepp Põhja-Eesti Regionaalhaigla, sisearst-kliinilise toitmise konsultant



Maarja Lember Põhja-Eesti Regionaalhaigla, Kaalukirurgia keskus, Tallinna Lastehaigla, kliiniline toitumisterapeut

16:01 - 16:30

○ Psühholoogiline pool – patsiendi motiveerimine, rasvumise psühholoogilised kõrvalmõjud



Uku Vainik Tartu Ülikool, eksperimentaalpsühholoog

16:30 - 16:45

○ Praktilised tervishoiukogemused meilt ja mujalt. Soome näide

16:45 - 17:00

○ Praktilised tervishoiukogemused meilt ja mujalt. Lastehaigla näide



Lagle Suurorg Tallinna Lastehaigla kvaliteedijuht

17:00 - 17:25

○ Kas rasv läheb äpi sisse?



Kristjan Port Tallinna Ülikool, professor; Terviseteaduste ja Spordi Instituut

LISAINFO

Osalemise tingimused

Palume teatada mitteosalemisest kirjalikult vähemalt 10 tööpäeva enne ürituse toimumist aadressil registreerimine@aripaev.ee. Sellisel juhul tagastame laekunud osalustasu või tühistame veel tasumata arve.

Kui teatate mitteosalemisest 5-9 tööpäeva enne konverentsi toimumist tagastame 50% tasutud maksumusest.

Kui teatate mitteosalemisest hiljem või unustate teatada, osalustasu ei tagastata.

Korraldaja võib üritusel teha pilte, videoid ja helisalvestisi ning jagada neid nii osalejatega kui ka avalikes meediakanalites, samuti kasutada sarnaste ürituste turundamiseks.

Täpsemat teavet andmete kasutamise kohta leiab Äripäeva [Privaatsustingimustest](#).

Reklaam

Kui soovite tutvustada oma ettevõtet konverentsil, siis võtke ühendust sponsor@aripaev.ee või 667 0105.