

Tervise- ja tööministri
7. septembri 2015. a määrus nr 39
„Töövõime hindamise taotlusele
kantavate andmete loetelu, töövõime
hindamise tingimused ja töövõimet
välistavate seisundite loetelu”
Lisa
(sotsiaalministri 14.02.2020 määruse nr 4 sõnastuses)

Võtmetegevuste raskusastmete vastavustabel

| Valdkonna ja võtmetegevuste küsimused | Raskusastmele vastavad punktid |
|--|---------------------------------------|
| Minu võimekus ... on muutlik* | 9 |

KEHALINE JA VAIMNE VÕIMEKUS

Kas Teil on tahet igapäevaelus osaleda?*

- Jah
- Ei

1. Liikumine

1.1. Liikumine eri tasapindadel

1.1.1. Kui pika vahemaa suudate läbida ilma valu, nõrkuse, väsimuse, peapöörituse, õhupuuduse või tasakaalukaotuseta?

- | | |
|---|-------------|
| - Enam kui 200 meetrit | 0*** |
| - 200 meetrit | 2 |
| - 100 meetrit (umbes jalgpalliväljaku pikkus) | 3 |
| - 50 meetrit (umbes 5 bussi pikkus) | 4 |
| - Ei suuda iseseisvalt üldse liikuda | 4 |

* Kõikide võtmetegevuste küsimuste üks valikvastustest. Number 9 tähistab hinnangut, et vastus ei ole rakendatav taotleja määratud raskusastmena. Ekspertarst annab vastusele „Minu võimekus ... on muutlik” punktiväärtuse vastavalt valdkonnas esineva piirangu raskusastmele skaalal 0–4.

** Vastust arvestatakse hinnatava võtmetegevuse sooritamisel esinevale piirangule raskusastme määramisel, kuid eraldi punktiväärtust sellele ei anta.

*** Punktiga 0 hinnatakse nende tegevuste raskusaste, mille küsimuste vastusevariantide hulgas on „Jah“, „Väikeste raskustega“ või „Enam kui 200 meetrit”. Arst täidab hinnangu vastavalt sobivale raskusastmele:

- kui tegevuspiirang puudub, jääb hinnanguks 0; kui esineb kerge piirang, pannakse hinnanguks 1;
- kui enam kui 200 meetri läbitakse piiranguteta, pannakse hinnanguks 0;
- kui enam kui 200 meetri läbimisel esineb kergeid takistusi, pannakse hinnanguks 1.

| Valdkonna ja võtmetegevuste küsimused | Raskusastmele vastavad punktid |
|---|---------------------------------------|
| 1.1.2. Kas suudate treppidel liikuda ja vajaduse korral takistusi (nt lävepakud, kõnnitee äärekivid jms) ületada? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 0 |
| – Mõõdukate raskustega | 1 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 2 |
| – Ei | 3 |
| 1.2. Ohutu ringiliikumine | |
| 1.2.1. Kas suudate ohutult tänaval liikuda, sh kohtades, kus pole varem käinud? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 1.2.2. Kas suudate liikuda ohutult siseruumides, sh ruumides, kus pole varem käinud? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 0 |
| – Mõõdukate raskustega | 1 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 2 |
| – Ei | 3 |
| 1.3. Seismine ja istumine | |
| 1.3.1. Kas suudate ühel kohal olla seistes või istudes, tundmata valu või väsimust? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Suudan kuni 3 tundi | 2 |
| – Suudan vähem kui 1 tunni | 3 |
| – Ei | 4 |
| 1.3.2. Kas suudate kehaasendeid vahetada, nt püsti tõusta, toolile istuda, kummardada jne? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 1.4. Liikumisega seotud muud piirangud** | |
| 2. Käeline tegevus | |
| 2.1. Käte sirutamine | |
| 2.1.1. Kas suudate käsi nii palju tõsta, et näiteks riulilt mingit eset kätte saada? | |

| Valdkonna ja võtmetegevuste küsimused | Raskusastmele vastavad punktid |
|--|---------------------------------------|
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 2.2. Asjade liigutamine | |
| 2.2.1. Kas suudate tõsta ja liigutada 1-liitrist vedelikuga täidetud anumad? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suudan tõsta kuni pooleliitrist vedelikuga anumad | 3 |
| – Ei suuda tõsta ühtegi eset olenemata kaalust | 4 |
| 2.2.2. Kas suudate raskusteta tõsta ja liigutada suurt ja kerget eset, näiteks patja või tühja pappkasti? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 2.3. Käteosavus | |
| 2.3.1. Kuidas saate käsi ja sõrmi kasutada? | |
| – Väikeste raskustega mõne tegevuse sooritamiseks | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 2.4. Käelise tegevusega seotud muud piirangud** | |
| 3. Teabe edasiandmine ja vastuvõtmine | |
| 3.1. Teabe edasiandmine | |
| 3.1.1. Kas suudate teisele inimesele edasi anda lihtsa teabe? (lihtne teave võib olla näiteks hoiatushüüe, teave kellaaja või asukoha kohta) | |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 3.2. Teabe vastuvõtmine | |
| 3.2.1. Kas kuulete ja/või saate teise inimese huultelt lugeda lihtsat teavet? (lihtne teave võib olla näiteks hoiatushüüe, teave kellaaja või asukoha kohta) | |
| – Jah | 0*** |

| Valdkonna ja võtmetegevuste küsimused | Raskusastmele vastavad punktid |
|--|---------------------------------------|
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 3.2.2. Kas näete lugeda suures kirjas trükitud teadet? (suure kirja all mõistetakse tavalisest ajalehe ja raamatukirjast suuremat teksti, vähemalt tähesuurusega 14) | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 3.3. Teabevahetusega seotud muud piirangud** | |
| 4. Teadvusel püsimine ja enesehooldus | |
| 4.1. Teadvusel püsimine | |
| 4.1.1. Kui tihti Teil esineb teadvusehäireid? (siia kuuluvad minestused, epilepsiahood, diabeediga seotud teadvusehäired jne) | |
| – Üks kord paari aasta jooksul | 1 |
| – Mõni kord aastas | 2 |
| – Iga kuu | 3 |
| – Vähemalt üks kord nädalas | 4 |
| 4.2. Tualettruumi toimingud | |
| 4.2.1. Kas Teil esineb põie või soole kontrollimisega vms raskusi? | |
| – Jah, üksikutel juhtudel aasta jooksul | 2 |
| – Jah, iga kuu | 3 |
| – Jah, iga päev | 4 |
| 4.3. Söömine ja joomine | |
| 4.3.1. Kas suudate panna toitu ja jooki omale suhu, ilma et teine inimene peaks Teid aitama? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 4.3.2. Kas suudate mäluda ja neelata vabalt? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |

| Valdkonna ja võtmetegevuste küsimused | Raskusastmele vastavad punktid |
|---|---------------------------------------|
| – Ei | 4 |
| 4.4. Teadvusel püsimise ja enesehooldusega seotud muud piirangud** | |
| 5. Õppimine ja tegevuste sooritamine | |
| 5.1. Tegevuste õppimine | |
| 5.1.1. Kas suudate õppida selgeks lihtsaid tegevusi? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 5.1.2. Kas suudate õppida selgeks keerulisi tegevusi? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 0 |
| – Mõõdukate raskustega | 1 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 2 |
| – Ei | 3 |
| 5.2. Tegevuste alustamine ja lõpetamine | |
| 5.2.1. Kas suudate ise märgata igapäevategevuste vajadust ja neid kavandada, alustada ja lõpetada? | |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 5.3. Õppimise ja tegevuste sooritamise seotud muud piirangud** | |
| 6. Muutustega kohanemine ja ohu tajumine | |
| 6.1. Väljaskäimine | |
| 6.1.1. Kas saate emotsionaalse või vaimse pingeta ja ärevust tundmata minna Teile tuttavatesse kohtadesse? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 6.1.2. Kas saate emotsionaalse või vaimse pingeta ja ärevust tundmata minna Teile tundmatutesse kohtadesse? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 0 |
| – Mõõdukate raskustega | 1 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 2 |

| Valdkonna ja võtmetegevuste küsimused | Raskusastmele vastavad punktid |
|---|---------------------------------------|
| – Ei | 3 |
| 6.2. Riski või ohu tajumine | |
| 6.2.1. Kas vajate ohu vältimiseks kedagi enda kõrvale? | |
| – Ei | 0 |
| – Üksikute tegevuste juures, mitte iga päev | 2 |
| – Jah, päevasel ajal alati | 3 |
| – Jah, ööpäev läbi | 4 |
| 6.3. Toimetulek muutustega | |
| 6.3.1. Kas tulete toime muutustega oma igapäevases elus? (näiteks söögiaeg nihkub ette- või tahapoole, buss või rong tuleb oodatust erineval ajal, sõber või hooldaja saabub Teie juurde plaanitud varem või hiljem) | |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Jah, kui tean muudatust ette | 2 |
| – Ei, kui muudatus on ootamatu | 2 |
| – Ei tule üldse muutustega toime | 4 |
| 6.4. Muutustega kohanemise ja ohu tajumisega seotud muud piirangud** | |
| 7. Suhtlemine | |
| 7.1. Suhtlemisega hakkamasaamine | |
| 7.1.1. Kas saate tuttavate inimestega kohtuda, tundmata liigset ärevust või hirmu? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 1 |
| – Mõõdukate raskustega | 2 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 3 |
| – Ei | 4 |
| 7.1.2. Kas saate võõraste inimestega kohtuda, tundmata liigset ärevust või hirmu? | |
| – Jah | 0*** |
| – Väikeste raskustega | 0 |
| – Mõõdukate raskustega | 1 |
| – Suurte raskustega, peaaegu võimatu | 2 |
| – Ei | 3 |
| 7.2. Kohane käitumine | |
| 7.2.1. Kui sageli kaotate kontrolli oma emotsioonide ja käitumise üle? | |
| – Harva | 1 |
| – Vahetevahel | 2 |
| – Sageli | 3 |
| – Iga päev | 4 |

7.3. Suhtlemisega seotud muud piirangud****8. Sõltuvust tekitavate ainete mõju ja ravimite kõrvaltoimed****

8.1. Kas Teil on tegutsemisraskusi alkoholi või sõltuvust tekitavate muude ainete (narkootikumid, liimid, lahustid vm) tarvitamise tõttu?

- Jah
- Ei

8.2. Kas Teil on ravimite tarvitamisest tingitud kõrvaltoimeid (nt oksendamine, iiveldus, peapööritus vms)?

- Jah
- Ei

9. Muud tervisehäired**

9.1. Kas Teil on tegutsemisraskusi, mida eespool esitatud küsimused ei käsitlenud?

- Jah
- Ei

10. Erijuhtumid

Meditsiinilise hinnangu alusel

- Jah
- Ei

4
0