

Residentuuri lõpetajad 2011/2012. õppeaastal

	Ees- ja perekonnanimi	Õppekava	Aasta
1	Stanislav Agejev	Anestesioloogia ja intensiivravi	2011
2	Maarja Hallik	Anestesioloogia ja intensiivravi	2012
3	Triin Jakobson	Anestesioloogia ja intensiivravi	2011
4	Andres Kukeste	Anestesioloogia ja intensiivravi	2012
5	Kadri Marvet	Anestesioloogia ja intensiivravi	2012
6	Marrit Paama	Anestesioloogia ja intensiivravi	2012
7	Kaie Stroo	Anestesioloogia ja intensiivravi	2011
8	Neve Vendt	Anestesioloogia ja intensiivravi	2012
9	Merike Jõgiste	Endokrinoloogia	2012
10	Olga Jankovskaja	Erakorraline meditsiin	2012
11	Indrek Olveti	Erakorraline meditsiin	2012
12	Annika Albert-Aksjonov	Füsiatria ja taastusravi	2012
13	Ly Edenberg	Füsiatria ja taastusravi	2012
14	Margus Lääne	Gastroenteroloogia	2012
15	Anastassia Nedbalskaja	Gastroenteroloogia	2012
16	Jelena Nõmmik	Gastroenteroloogia	2012
17	Varvara Vassiljeva	Gastroenteroloogia	2012
18	Ksenia Boriskina	Hematoloogia	2012
19	Albina Jossifova	Infektsioonhaigused	2012
20	Juta Kogan	Infektsioonhaigused	2012
21	Boris Lapidus	Kardioloogia	2012
22	Mikhail Fomichev	Laboratoorne meditsiin	2012
23	Neeme Tõnisson	Laboratoorne meditsiin	2012
24	Kristin Sepp	Nefroloogia	2012
25	Pirgit Meritam	Neuroloogia	2012
26	Karin Rallmann	Neuroloogia	2012
27	Riina Vibo	Neuroloogia	2012
28	Mikk Pauklin	Oftalmoloogia	2012
29	Anne-Liis Paul	Oftalmoloogia	2012
30	Niina Biševa-Kadõrko	Onkoloogia	2012
31	Gerli Kuusk	Onkoloogia	2012
32	Anna Možarova	Ortodontia	2012
33	Dmitri Somov	Ortodontia	2012
34	Triin Nurm	Ortopeedia	2012
35	Andres Šavel	Ortopeedia	2012
36	Oleg Zemljannikov	Ortopeedia	2012
37	Laura Villemson	Ortopeedia	2012
38	Karit Kivimäe	Otorinolarüngoloogia	2012
39	Tatjana Matvejeva	Patoloogia ja kohtuarstiteadus	2012
40	Jaanika Ilisson	Pediaatria	2012
41	Svetlana Kostjukovitš	Pediaatria	2012
42	Reelika Part	Pediaatria	2012
43	Jelena Roomet	Pediaatria	2012
44	Aivi Aurik	Peremeditsiin	2012
45	Sergei Fjodorov	Peremeditsiin	2011
46	Araksia Gevorkjan	Peremeditsiin	2012
47	Hevelyn Hanschmidt	Peremeditsiin	2011
48	Ursel Kedars	Peremeditsiin	2012
49	Kadri Kiisel	Peremeditsiin	2012
50	Anželika Kovešnikova	Peremeditsiin	2012
51	Arved Kristjan	Peremeditsiin	2012
52	Helen Lasn	Peremeditsiin	2012
53	Anna Melnikova	Peremeditsiin	2012
54	Oleg Novikov	Peremeditsiin	2012
55	Elena Novikova	Peremeditsiin	2012
56	Irina Ogoltsova	Peremeditsiin	2012
57	Indrek Parts	Peremeditsiin	2012
58	Jelena Petrova	Peremeditsiin	2012
59	Anna Nellis	Peremeditsiin	2012
60	Tatjana Solomatina	Peremeditsiin	2012
61	Varju Vaher	Peremeditsiin	2012
62	Karin Alavere	Psühhiaatria	2011
63	Riina Arendi	Psühhiaatria	2012
64	Marina Cojocar	Psühhiaatria	2012
65	Laura Einroos	Psühhiaatria	2012
66	Taavi Hallik	Psühhiaatria	2012
67	Ave Meier	Psühhiaatria	2012
68	Kaiti Redlich	Psühhiaatria	2012
69	Renata Melnikova	Pulmonoloogia	2012
70	Helina Survo	Pulmonoloogia	2012
71	Dione Tipka	Pulmonoloogia	2012
72	Maria Dementjeva	Radioloogia	2012
73	Maria Gurba	Radioloogia	2012
74	Natalia Kabanova	Radioloogia	2012
75	Avo Nuuma	Radioloogia	2012
76	Kai Oherd	Radioloogia	2011

TÜ ARSTITEADUSKONNA AASTAPÄEV 2012

77	Galina Šeremeta	Radioloogia	2012
78	Jaanus Torm	Radioloogia	2012
79	Erik Lott	Restauratiivne hambaravi	2012
80	Dagmar Piikov	Restauratiivne hambaravi	2012
81	Kaidi Tamm	Restauratiivne hambaravi	2012
82	Annika Aart	Reumatoloogia	2012
83	Mart Kull	Reumatoloogia	2012
84	Maria Gustavson	Sisehaigused	2012
85	Natalia Koržets	Sisehaigused	2012
86	Hardi Lipping	Sisehaigused	2012
87	Marion Ploovits	Sisehaigused	2012
88	Julia Villemson	Sisehaigused	2012
89	Annely Hramov	Sünnitusabi ja günekoloogia	2012
90	Ilona Larina	Sünnitusabi ja günekoloogia	2012

91	Anneli Linnamägi	Sünnitusabi ja günekoloogia	2012
92	Liina Rajasalu	Sünnitusabi ja günekoloogia	2012
93	Janne Toomsalu	Sünnitusabi ja günekoloogia	2012
94	Katrin Täär	Sünnitusabi ja günekoloogia	2012
95	Monika Viger	Sünnitusabi ja günekoloogia	2012
96	Eero Jakobson	Torakaalkirurgia	2012
97	Aleksander Helberg	Töötervishoid	2012
98	Merle Kallas	Töötervishoid	2012
99	Dmitri Nelzin	Uroloogia	2012
100	Martin Adamson	Üldkirurgia	2012
101	Sander Kütner	Üldkirurgia	2012
102	Viktor Paršikov	Üldkirurgia	2012
103	Alo Treial	Üldkirurgia	2012

Füüsiline inaktiivsus on paljude tänapäeval levinud haiguste tõsine riskitegur

Kindlalt on tõestatud, et füüsiliselt väheliikuvatel inimestel on suurem risk enneaegseks surmaks, haigestumiseks koronaaarhaigusse, 2. tüüpi diabeeti, rinna- ja soolevähki, arteriaalsesse hüpertensiooni, depressiooni ning insulti. Samuti on neil suurem risk metaboolse sündroomi kujunemiseks.

Tõestatud on, et füüsiline aktiivsus parandab kardiorespiratoorset ja üldist füüsilist suutlikkust, kehamassi kontrolli, luude tervist ning kognitiivset võimekust.

Ajakirja Lancet füüsilise aktiivsuse tööriühm rakendas spetsiaalset meetodikat (PAF – *popu-*

lation attributable fraction), et hinnata paljude tänapäeval levinud mittenakkuslike haiguste vähenemist, kui oleks välistatud füüsiline inaktiivsus kui riskitegur.

Uuring näitas, et füüsiline inaktiivsus põhjustab kogu maailma arvestuses 6% koronaaarhaiguse, 7% diabeedi, 10% rinnavähi ja 10% soolevähi juhtudest. Arvestuste kohaselt oli füüsiline inaktiivsus maailmas 2008. aastal 5,3 miljoni surma põhjuseks (kokku oli maailmas sel aastal 57 miljonit surmajuhtu). Säilitades füüsilise aktiivsuse, elaksid inimesed maailmas 0,41–0,95 aastat kauem.

Eestis oleks nende arvestuste kohaselt füüsiliselt väheliikuvatel inimestel relatiivne risk haigestuda koronaaarhaigusse 2,9%; 2. tüüpi diabeeti 3,5%; rinnavähki

4,9%; soolevähki 5,1% ning enneaegse suremuse risk 4,5%. Loetletud haigustesse haigestumise relatiivne risk on eri maades erinev, oluline osa on ka teistel riskiteguretel.

Tööst ilmneb, et vähene füüsiline aktiivsus on paljude haiguste ja enneaegse surma samaväärse tähendusega riskitegur nagu suitsetamine või rasvumine.

Paljudes uuringutes on tõestatud, et ka mõõdukas füüsiline aktiivsus – 15–30 minutit kiiret kõndi päevas – vähendab oluliselt paljudesse haigustesse haigestumise riski.

ALLIKAS

Lee I-Min, Shiroma EJ, Lobelo F, et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. Lancet 2012;380:219–29.

LÜHIDALT