

# OCCUPATIONAL QUALIFICATION STANDARD

## Täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeut, tase 6

Täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeut, tase 6 kutsestandard on aluseks õppekavade koostamisele ning isikute kompetentsuse hindamisele kutse andmisel.

| Occupational title                              | Level of Estonian Qualifications Framework (EstQF) |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeut, tase 6 | 6                                                  |

| Possible specialisation and titles on occupational certificate |                                                 |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Specialisation                                                 | Title on occupational qualification certificate |
| Aroomteraapia                                                  | Aroomterapeut, tase 6                           |
| Eesti loodusterapia                                            | Eesti loodusterapeut, tase 6                    |
| Hiina loodusterapia                                            | Hiina loodusterapeut, tase 6                    |
| Holistiline regressiooniteraapia                               | Holistilise regressiooni terapeut, tase 6       |
| Homöopaatia                                                    | Homöopaat, tase 6                               |
| Refleksoloogia                                                 | Refleksoloog, tase 6                            |
| Shiatsu teraapia                                               | Shiatsu terapeut, tase 6                        |
| Tai loodusterapia                                              | Tai loodusterapeut, tase 6                      |
| Tiibeti loodusterapia                                          | Tiibeti loodusterapeut, tase 6                  |

## Part A DESCRIPTION OF WORK

| A.1 Description of work                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Täiendmeditsiini ja loodusravi terapeudi töö eesmärk on aidata inimestel saavutada optimaalset elukvaliteeti. Elukvaliteet paraneb koos muutustega tervislikus seisundis, mõtteviisis, elustiilis ja -tegevuses. Täiendmeditsiini ja loodusravi terapeut käsitleb klienti kui unikaalset indiviidi, kelle keha, tunded ja mõtted moodustavad lahutamatu terviku. Tema töö fookus on tihti terviseprobleemide ennetamisel. Koostöös kliendiga aitab ta leida heaolu languse põhjused ja läbi viia muutused, mis aitavad uuesti leida sisemist tasakaalu, tagades sel moel tervise ja elukvaliteedi tõusu. Ta täiendab oma oskusi pidevalt ja vajadusel soovib kliendil pöörduda mõne teise spetsialisti poole. Käesolevas kutsestandardis kasutatav mõiste „loodusravi terapeut“ ei tähenda isikut, kellel on arsti kutse ning kes diagnoosib ja ravib lähtudes konventsionaalse meditsiini seisukohtadest.</p> <p>Täiendmeditsiini ja loodusraviterapeudi spetsialiseerumisalad on järgmised:</p> <p>Aroomteraapia on meetod, kus kasutatakse aromaatsete taimede ürtidest, lehtedest, juurtest, seemnetest või ka puidust ja vahadest ekstraheeritud eeterlikke õlisid ja õlirikaste taimede külmpressimisel saadud baasõlide segusid. Aroomteraapia aktiveerib organismi valmidust võidelda tõvestavate viiruste ja bakteritega. Aroomteraapiaga saab leevendada ja ära hoida stressist või väärteist elutavatest põhjustatud tervisehäireid. Aroomteraapiat kasutatakse ka inimese tundemaailma tasakaalustamiseks, füsioloogiliste häirete ennetamiseks ja nendest taastumiseks.</p> <p>Aroomterapeut on spetsialist, kes tunneb kasutatavate õlide näidustusi ja vastunäidustusi konkreetsele kliendile, valdab aroomteraapilist massaažitehnikat ning oskab nõustada klienti teistes aroomteraapilistes kasutusvõimalustes ja vajadustes, et saavutada parim tervistav tulemus. Aroomteraapiat rakendatakse lisaks nahahoolduses, veeprotseduuridel (vannid, mähised, saunad, inhalatsioon jne.) ja ruumide lõhnastamisel.</p> <p>Eesti loodusterapia on eestlaste (maarahva) pärimusel baseeruv looduslik raviviis, mis on ajaproovile vastu pidanud ja kohandatud tänapäeva oludele. Eesti loodusterapeut nõustab pärimusliku elulaadi ja eluviiside osas.</p> |

Eesti loodusterapeut võib kasutada lisaks pärimuslikele raviviisidele ka muid Eestis kasutatavaid loomulikke ja kogu tervikut toetavaid raviviise, kui need vastavad loodusravi põhimõtetele.

Eesti loodusterapeut kasutab oma töös mitmesuguseid loodusravi viise: taimeravi, saunaravi, soonetasumine (massaaž), kupuravi, kaaniravi, mesilasravi, heli- ja sõnaravi (regilaul, loits), veeravi, ravi tervistavate harjutustega jms. Ta võib ravida saunas või iidsetes looduslikes pühapaikades (hiied, raviallikad). Oma töös võib Eesti loodusterapeut kasutada kompresse, salve, ürdivanne, soola, savi, taruvaiku, kopranõret vms vahendeid. Ennetustegevustes ja ravis kasutab ta ökoloogilist ja maailmas jätkusuutlikku mõtteviisi, võib kasutada ka astroloogiat, vee-soonte paiknemist (vitsa või pendlit), paastu või toitumisravi, tervistavaid harjutusi ning teha iluprotseduure (kasutades selleks arhailisi ja/või kodumaiseid saadusi).

Hiina traditsiooniline meditsiin on iidne teadmiste kogum elustiili korrastamiseks, terviseprobleemide ennetamiseks ja ravimiseks.

Hiina loodusterapeut on spetsialist, kes kasutab traditsioonilisi Hiina teadmisi selleks, et toetada inimese enda võimet kohaneda keskkonnamuutustega ja -mõjudega. Hiina loodusterapeut valmistab ette töökeskkonna, loob lõdvestust soodustava ümbruse ja õhkkonna. Ta kasutab erialast diagnostikat (keel, pulss), saades informatsiooni erinevate organsüsteemide seisukorrast ning seejärel annab nõu elustiili muutmiseks (nt toitumine) ja vajaduse korral teostab mitmesuguseid organismi tasakaalustavaid toiminguid. Ta kasutab selleks spetsiaalseid resoneerivaid (aku)punkte ja energiakanaleid (meridiaane) ning meetodeid nagu punktmassaaž, massaaž, Qi Gong (hingamis- ja liikumisharjutused) ja moksibustsioon (soojendamine).

Homöopaatia alusepanijaks on Saksa arst Samuel Hahnemann, kes aastal 1796 avaldas uue teraapiaviisi põhimõtted. Homöopaatia tähendab kreeka keeles "sarnane kannatus", ladina keeles kasutatakse väljendit similia similibus curentur ehk "sarnane ravib sarnast". Seega sarnane impulss, mis on terviseprobleemi põhjustanud, saab olla ka tervendajaks. Ideede aluseks on arusaam, et organismil on endal suund sisemisele tasakaalule ning inimese tervendamiseks piisab impulsi andmisest organismi enda tervendavatele jõududele. Homöopaadi tööülesanded on kliendi loo kuulamine ning selle alusel õige homöopaatilise aine määramine, kliendi reaktsioonide jälgimine ja vajaduse korral uue kliendiloo võtmine. Oma töös juhindub homöopaat Organoni, Repertoriumidesse ja Materia medicatesse kogutud teabest ning kasutab klassikalisel meetodil valmistatud homöopaatilisi raviaineid. Oma töös kasutab homöopaat homöopaatilisi aineid, mis on mineraalse, taimse või loomse päritoluga.

Holistilise regressiooni terapeudi töö eesmärk on toetada klienti tema psüühilise ning selle kaudu ka füüsilise ja sotsiaalse heaoluseisundi saavutamisel. Teraapia aluseks on põhjuse ja tagajärje seoste uurimine ja selgitamine. Terapeut lähtub oma töös kliendi eesmärgist ja teraapia käigus selgunud teabest. Ta aitab kliendil nii leida kui ka teadvustada probleemide põhjuseks olevaid sisekonflikte ning neid lahendada käitumuslikul, emotsionaalsel, füüsilisel, mentaalsel ja suhete tasandil. Terapeut juhendab klienti teraapiaprotsessis saadud uue informatsiooni ellu integreerimisel ja terviklikkuse poole liikumisel. Terapeudi fookus on positiivsel, ta toetab klienti potentsiaali teadvustamisel ja julgustab teda oma ressursse kasutama. Holistilise regressiooni terapeut lähtub teraapias põhimõttest, et klient on võrdne koostööpartner ning kliendi omavastutus on muutuste ja tervenemise aluseks. Iga klient on unikaalne ja terapeut valib antud kliendile sobiva lähenemise ja töövõtted. Oma töös järgib terapeut eetikakoodeksit (vt <http://holistiliseteraapiaselts.weebly.com/eetikakoodeks.html>).

Refleksoloogia meetod põhineb avastusel, et organism peegeldab informatsiooni oma organite seisundist keha pinnal asuvatesse kindlatesse tsoonidesse. Refleksoloogi töö seisneb käelise tegevuse kaudu nende tsoonide masseerimises. Töö eesmärk on organismi eneseregulatsiooni funktsioonide tugevdamine, tasakaalustamine ja tervisehäirete ennetamine. Töö tulemusena käivitub organismi puhastumine jääkainetest, suureneb keha vastupanuvõime infektsioonidele ning kasvab stressitaluvus. Refleksoloogi põhilised tööülesanded on töökoha ettevalmistamine, kliendiloo kogumine, tsoonide masseerimine ja pidev kliendi reaktsioonide jälgimine. Kuna iga klient on erinev, siis valib refleksoloog iga kord ainulaadse, ainult antud kliendile vastava ja sobiva massaaži järjekorra ja töövõtted.

Shiatsu kui Jaapani ühe tuntuma teraapia alged on pärit samadest allikatest, kust pärineb ka Hiina traditsiooniline meditsiin.

Tänapäeval maailmas kahe tuntuma shiatsu-koolkonna arendajateks olid Tokujiro Namikochi ja Shizuto Masunaga. Namikochi selgitas shiatsut lääne meditsiini terminite abil, pannes rõhu vaid nn neuro-lihaspunktide survele. Masunaga, soovides muuta ravimeetodeid efektiivsemaks, sidus meridiaanide teooria kaasaegse psühholoogia ja füsioloogiaga, rõhutas kliendi probleemi väljaselgitamisel kõhult võtmise viisi diagnoosi olulisust ning laiendas meridiaanide kasutusulatust ravis. Ta lõi oma koolkonna teoreetilise baasi pikaajase kliinilise praktika jooksul.

Masunaga Ki-shiatsu põhineb täielikule idamaisele meditsiinilisele süsteemile, kirjeldades inimkeha kui võrgustikku meridiaanidest läbi mille voolab eluenergia – Jaapani keeles Ki.

Shiatsu teraapiaga stimuleeritakse keha iseeneslikku paranemisvõimet, mille tulemusena paraneb organismi enda elujõud, mis ongi võtmeks terviseprobleemide võitmiseks ja ärahoidmiseks. Kui Ki vool läbi meridiaanide on sujuv, on inimene terve. Kui vool saab takistatud, inimene haigestub. Energia voolu seisundit hinnatakse Hiina duaalse yin-yang'i kontseptsiooni järgi ning jagatakse kahte seisundisse: Kyo ja Jitsu. Idamaise meditsiini kohaselt on suur osa terviseprobleemidest tingitud lahendamata probleemidest tulenevast stressist, mille käigus on meridiaanides voolava eluenergia Ki vool organismi mõnes osas häiritud, takerdunud ja vastavad organismi funktsioonid tuhmunud. Selle tulemusena energia kuhjub teistes, Jitsu-kohtades, kus on vool liiga kiire ja organismi funktsioonid liigaktiivsed. Kui energia jätkuvalt ei liigu, blokeering süveneb ning tekivad nn "energiaaugud", mis viivadki terviseprobleemideni. Shiatsu eesmärk on blokeerunud energia taas liikuma panna, täites „energiaauke“ ja tagades energia vaba vool ja organismi loomulik tasakaal.

Shiatsu loodusterapeut tunnetab organismi olukorda ja energia liikumist käte abil ning teeb pehmeid vajutusi ja venitusi piki meridiaane, keha pinnal asuvaid liine. Shiatsu-teraapia aitab ravida paljusid terviseprobleeme nagu stress, kurnatus, unetus, ainevahetushäired, selja-, kaela- ja peavalu, liigesteprobleemid jpm. Järjepidev shiatsu-teraapia mitte ainult ei vähenda terviseprobleemide ilminguid, vaid omab ka profülaktilist toimet oma tervise eest hoolitsemisel.

Lääne meditsiini kohaselt rahustab shiatsu autonoomset närvisüsteemi, mille tulemusena väheneb stress ja suureneb stressitaluvus. Samuti paranevad vere- ja lümfiringe, lihaste toonus ning siseorganite funktsioonid, tugevneb immuunsüsteem. Shiatsu't soovitatakse üha enamate terviseprobleemide raviks.

Shiatsu't kirjeldatakse ka kui "tähelepaneliku puudutuse kunsti". Teda on kirjeldatud erilise sisemise austava hoiaku ja tähelepanuna kliendi suhtes. Shiatsu-teraapia toimub meditatiivses lõõgastavas atmosfääris, mis võimaldab avatud kontakti kliendi ja terapeudi vahel.

Tai loodusterapia on tailaste iidne traditsiooniline meditsiin, mis on üle 4000 aasta vana ja kasutusel (ning pideval täiustamisel) tänapäevani. Algselt koosnes see ravitsemisest, sünnitusabist, luude- liigeste korrigeerimisest ja massaažist. Kuigi siiani on kasutusel kõik valdkonnad, on kõige tuntum praegu Nuad Bo- Rarn (iidne Tai massaaž). Massaažidest kasutatakse lisaks veel tai jalamassaaži, massaaži kuumade taimepallidega, tai õlimassaaž, tai käemassaaži ja paljusid erinevaid SPA massaaže.

Ravitsemistest on enamkasutatavad toitumisravi, kõhuravi, Tok Sen, Yamkhan ja taimeravi.

Tai loodusterapeut on spetsialist, kes kasutab tai rahvameditsiinis kasutatavaid teadmisi ja oskusi selleks, et toetada inimese enda võimet ennetada haigestumisi ja stressi ning viia organismi tasakaalu.

Tai loodusterapeut valmistab ette töökeskkonna, loob lõdvestust soodustava ümbruse ja õhkkonna, kasutades erialast diagnostikat (nt erinevate energialiinide ja tsoonide pinget). Ta teeb erinevaid organismi tasakaalustavaid toiminguid või massaaži. Nuad Bo- Rarn massaažis kasutatakse käsi, jalgu, küünarvarsi ning põlvi, et venitada klienti joogavõimlemise sarnaselt ja teha samal ajal spetsiaalset ravimassaaži energialiinidele (sarnased Hiina meridiaanide ja ajurveda nadidega) ja energiapunktile. Nuad Bo-Rarn massaaži teraapia osa käsitleb kümme eluenergia kanalit Sen Sib'i, milles ringleb eluenergia Lom Pran. Sellise tegevuse abil tekib tasakaalustumine energialiinides ja lihaste ja kõõluste verevarustuses, vere- ja lümfiringe paranemine, mõjutused neurohumoraalsel tasandil ning tekib lõõgastumine ja organismi tasakaalustumine. Tais on enam kui füüsilise keha korrastamine, oluline just energeetilise tasakaalu saavutamine.

Tiibeti traditsiooniline meditsiin (TTM) on üks vanimaid katkematu järjepidevusena praktiseeritav meditsiinisüsteem maailmas, mille vanus on u 3900 aastat. Tegemist on Tiibetist alguse saanud meditsiinisüsteemiga, millel on unikaalne omapära.

TTMi eesmärgiks on inimese keha, energia ja meele harmoonia. Tiibeti loodusterapeut rakendab Tiibeti meditsiinis kasutatavaid teadmisi ja oskusi nii organismi tasakaalu säilitamiseks (preventsioon) kui ka taastamiseks (ravi). Selleks valmistab ta ette sobiva töökeskkonna, määrab küsitluse teel inimese konstitutsioonilise tüübi ja/või selles peituvad ebakõlad, selgitab välja kliendi probleemi kasutades pulsi meetodit, uriini, keele jm põhjal patoloogia olemasolu, soovib tasakaalustatud toitumist ja eluviisi ning viib vastavalt vajadusele läbi TTMis kasutatavaid tasakaalustavaid teraapiaid.

## A.2 Tasks

A.2.1 Kliendi seisundi hindamine ja kliendi loo ärakuulamine ning teabe dokumenteerimine

1. Kliendi seisundi esmane hindamine.
2. Kliendi küsitlemine tema pöördumise põhjuste väljaselgitamiseks.
3. Kliendi seisundi, tundlikkuse ja vastunäidustustega arvestamine.

**A.2.2 Terapeutilise töö (teraapiate tsükli) planeerimine, elluviimine ning vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine**

1. Küsitlusest kokkuvõtte tegemine ja eesmärgi püstitamine.
2. Eesmärkide selgitamine kliendile.
3. Vastastikuste õiguste ja kohustuste selgitamine.
4. Tagasiside kogumine ja hindamine.
5. Terviseprobleeme ülalhoidvate faktorite leidmine ja väljatoomine.
6. Eluviisi muutmise vajalikkuse ja võimalikkuse selgitamine.
7. Teiste spetsialistide kaasamine.
8. Dokumenteerimine.

**A.2.3 Klienditeenindus**

1. Tööks ettevalmistamine.
2. Tööruumi ettevalmistamine.
3. Kliendiga suhtlemine.
4. Probleemidega toimetulemine.

**Specialised areas of work**

**Aroomteraapia**

**A.2.4 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine ja teraapia teostamine**

1. Vastunäidustuste määratlemine.
2. Eeterlike aroomõlide valimine.
3. Aroommassaaži tegemine.
4. Reaktsioonide ja tagasiside jälgimine ja hindamine.

**Eesti loodusteraapia**

**A.2.5 Terapeutilise töö (teraapiate tsükli) planeerimine, elluviimine ning vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine**

1. Pöördumise põhjuste, näidustuste ja vastunäidustuste väljaselgitamine.
2. Sobiva teraapia valimine.
3. Teraapia teostamine.
4. Reaktsioonide ja tagasiside jälgimine ja hindamine.
5. Kliendi nõustamine.

**Hiina loodusteraapia**

**A.2.6 Kliendi pöördumise põhjuste välja selgitamine**

1. Vaatlemine.
2. Kliendi loo kuulamine ja täpsustavate küsimuste esitamine.
3. Palpeerimine.
4. Kokkuvõtete tegemine ja terviseprobleemide põhjuste väljaselgitamine.

**A.2.7 Teraapia teostamine**

1. Teraapia planeerimine ja teostamine.
2. Tervise ja terviseprobleemide arengu prognoosimine.
3. Tervisliku eluviisi aluste tutvustamine.

**Holistiline regressiooniteraapia**

**A.2.8 Kliendi seisundi hindamine ja kliendiloo kogumine**

1. Kontakti loomine kliendiga ja vastastikuste kokkulepete sõlmimine.
2. Genogrammi koostamine.

**A.2.9 Terapeutilise töö (teraapiate tsükli) planeerimine, elluviimine ning vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine**

1. Kliendi suunamine soovitud muutust kirjeldama.
2. Teraapia fookuse hoidmine ja holistilise regressiooniteraapia spetsiifiliste tehnikate kasutamine.
3. Holistilise rännaku läbiviimise võtete kasutamine.
4. Ühenduste loomine olevikumomendi ja minevikusündmuste vahel.
5. Kliendi juhendamine vajaduste, tunnete ja kehareaktsioonide kogemisel ning väljendamisel.
6. Kliendi juhendamine uue informatsiooni mõtestamisel ja integreerimisel.

**A.2.10 Vestluse läbiviimine holistilise regressiooniteraapia põhimõtete kohaselt**

1. Vestluse eesmärgistamine.
2. Intervjueerimise, kuulamise ja mõjutamise tehnikate kasutamine.
3. Empaatiline ja avatud olemine.

**Homöopaat**

**A.2.11 Juhtumi analüüsimine**

1. Põhitõdede tutvustamine.

2. Kliendiloo kuulamine.
3. Ilmingute analüüsimine ja klassifitseerimine.
- A.2.12 Repertoriseerimine (raviainete leidmine vastavalt ilmingutele) ja raviaine valimine Materia Medica abil
  1. Ilmingute repertoriseerimine.
  2. Raviainete leidmine.
  3. Raviaine valimine.
- A.2.13 Raviaine annustamine ja kliendi jälgimine
  1. Raviaine potentsi määramine.
  2. Raviaine manustamise määramine.
  3. Raviaine manustamise sageduse ja doosi määramine.
  4. Kliendi juhendamine homöopaatiliste raviainete kasutamisel.
  5. Soovituste andmine terviseprobleemide ülalhooldvate faktorite kõrvaldamiseks.
  6. Järgmise kontakteerumise aja ja meetodi määramine.
  7. Tagasiside kogumine ilmingutes toimunud muutuste kohta.
- Refleksoloogia
  - A.2.14 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine ja teraapia teostamine
    1. Artikulatsiooni (kehapiirkondade soojendus, lahtivõimlemine) tegemine.
    2. Refleksoloogiliste tsoonide mõjutamise teostamine.
    3. Kliendi konkreetse probleemiga seotud piirkondade hindamine.
    4. Reaktsioonide jälgimine ja analüüsimine ning vajadusel teraapia kulu korrigeerimine.
- Shiatsu
  - A.2.15 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine
    1. Kliendi vaatlemine tervikuna.
    2. Kliendi loo kuulamine.
    3. Kliendi kõhu palpeerimine.
    4. Kokkuvõtte tegemine.
  - A.2.16 Teraapia teostamine
    1. Teraapia planeerimine ja teostamine.
    2. Kliendi nõustamine tervislikuma eluviisi aluste osas.
- Tai loodusteraapia
  - A.2.17 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine
    1. Kliendi vaatlemine tervikuna.
    2. Kliendi loo kuulamine.
    3. Kliendi palpeerimine.
    4. Kokkuvõtte tegemine.
  - A.2.18 Teraapia elluviimine
    1. Teraapiaviisi valimine.
    2. Kliendile eluviisi aluste tutvustamine.
- Tiibeti traditsiooniline meditsiin
  - A.2.19 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine
    1. Kliendi vaatlemine tervikuna.
    2. Kliendi loo kuulamine.
    3. Kliendi palpeerimine.
    4. Kokkuvõtete tegemine.
  - A.2.20 Teraapia teostamine
    1. Teraapia planeerimine ja teostamine.
    2. Tervise ja terviseprobleemide arengu planeerimine.
    3. Kliendile eluviisi aluste tutvustamine.

### A.3 Work environment and specific nature of work

Täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeut töötab eraettevõtluses ja/ või tervise- ja taastusravikeskustes. Loodusravispetsialisti tööaeg on paindlik ja jaguneb tööks klientidega, iseseisvaks tööks, koostööks teiste spetsialistidega ja enesetäiendamiseks.

### A.4 Tools

Täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeudi töövahendid on teraapiaprotsessis kasutatavad vahendid (nt õlid, ravimtaimed, padi, massaažilaud jt).

## A.5 Personal qualities required for work: abilities and characteristics

Eeldatakse usaldusväärsust, tolerantsust ja empaatiavõimet, analüüsi- ja koostöövõimet, loovust ja paindlikkust, pingetaluvust, asjatundlikkust.

## A.6 Professional preparation

Tavaliselt on täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeutid keskharidus ja erialane (täiendmeditsiini ja loodusravi alane) koolitus, soovitatavalt kõrgharidus.

## A.7 Most common occupational titles

Aroomterapeut, Eesti loodusterapeut, ennetus- ja täiendmeditsiini spetsialist, Hiina loodusterapeut, holistiline regressiooniterapeut, homöopaat, refleksoloog, shiatsu-terapeut, Tai loodusterapeut, Tiibeti loodusterapeut.

# Part B COMPETENCY REQUIREMENTS

## B.1 Structure of occupation

Selle kutse taotlemisel tuleb tõendada kompetentse järgmiselt:

Kõigile on kohustuslikud kompetentsid B.2.1 – B.2.4 ja läbiv kompetents B.2.22, järgnevate hulgast peab valima ühe spetsialiseerumise:

Aroomteraapia B.2.5.

Eesti loodusterapia B.2.6.

Hiina loodusterapeut B.2.7 – B.2.8.

Holistiline regressiooniteraapia B.2.9 – B.2.11.

Homöopaatia B.2.12 – B.2.14.

Refleksoloogia B.2.15.

Shiatsu B.2.16 – B.2.17.

Tai loodusterapia B.2.18 – B.2.19.

Tiibeti loodusterapia B.2.20- B.2.21

## B.2 Competences

### MANDATORY COMPETENCES

#### B.2.1 Kliendi seisundi hindamine ja kliendi loo ärakuulamine ning teabe dokumenteerimine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) hindab kliendi esmast seisundit, arvestades kehahoiakut, meeleolu, jumet, kehalõhnu, kehatüüpi;
- 2) küsitleb klienti, lähtudes pöördumise põhjusest ja kogub kliendi loo, arvestades senist terviseprobleemi- ja ravikulgu, elukäiku ning haigusloo koostamise põhimõtteid;
- 3) arvestab oma töös kliendi seisundi, tundlikkuse ja vastunäidustustega.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

#### B.2.2 Terapeutilise töö (teraapiate tsükli) planeerimine, elluviimine ning vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) teeb küsitlusest kokkuvõtte ja püstitab terapeutilise töö eesmärgid, valib sobivad meetodid ja koostab töökava, lähtudes kliendiloost ja kliendist;
- 2) selgitab üldiselt töö eesmärgid ja sisu kliendile või tema lähedastele ning võtab kliendi informeeritud nõusoleku;
- 3) selgitab kliendile vastastikuseid õigusi ja kohustusi;
- 4) kogub ja hindab tagasisidet kliendilt või tema lähedastelt enne teraapiat, teraapiate ajal ja pärast teraapiat, eesmärgiga teha täpsustusi töökavas;
- 5) leiab ja toob välja terviseprobleemi ülalhoitvad faktorid ning annab soovitusi nende kõrvaldamiseks;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 6) selgitab kliendile tema eluviisi muutmise vajalikkust ja võimalikkust ning annab soovitusd selle elluviimiseks;<br>7) vajaduse korral kaasab teisi spetsialiste või suunab kliendi teiste spetsialistide juurde;<br>8) dokumenteerib oma tegevuse: uuringu käigu, tulemused, hinnangud, teraapiaplaani ja kokkuvõtted, kasutades korrektset erialaterminoloogiat ja emakeelt. |                      |
| Hindamismeetod(id):<br>Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                      |
| <b>B.2.3 Klienditeenindus</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>EstQF Level 5</b> |
| Tegevusnäitajad:<br>1) valmistab enda ja tööruumi ette sobiva õhkkonna loomiseks;<br>2) suhtleb kliendiga lähtudes klienditeeninduse põhimõtetest;<br>3) tuleb toime probleemidega ja pingeliste tööolukordadega.                                                                                                                                                                |                      |
| Teadmised:<br>1) suhtlemisstrateegiad;<br>2) tagasiside andmise mudel;<br>3) probleemide lahendamise meetodid.                                                                                                                                                                                                                                                                   |                      |
| Hindamismeetod(id):<br>Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                      |

## COMPETENCES RELATED TO SPECIALISATION

Selle kutse taotleja peab valima ühe spetsialiseerumise:

Aroomteraapia B.2.5.

Eesti loodusteraapia B.2.6.

Hiina loodusteraapeut B.2.7 – B.2.8.

Holistiline regressiooniteraapia B.2.9 – B.2.11.

Homöopaatia B.2.12 – B.2.14.

Refleksoloogia B.2.15.

Shiatsu B.2.16 – B.2.17.

Tai loodusteraapia B.2.18 – B.2.19.

Tiibeti loodusteraapia B.2.20- B.2.21

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Aroomteraapia</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                      |
| <b>B.2.4 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine ja teraapia teostamine</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>EstQF Level 6</b> |
| Tegevusnäitajad:<br>1) määratleb vastunäidustused, lähtudes kliendiloost ja kliendi naha reaktsioonist;<br>2) valib eeterlikud aroomõli(d) (ei kasuta jätkatud ja sünteetilisi õlisid), lähtudes kliendiloost, vastunäidustustest, lõhnatundlikkusest ja reaktsioonist lõhnale ning õli(de) keemilisest koostisest (aldehüüdid, estrid, alkoholid, ketoonid, terpeenid, laktoonid, fenoolid, kumariinid, oksiidid, happed);<br>3) teeb aroommassaaži vastavalt aroommassaaži põhimõtetele ja kasutades sobivaid tehnikaid, valib sobiva loodusliku (mittesünteetiline) baasõli; vajadusel kasutab teisi aroomteraapia meetodeid (nt inhalatsioon, vannid, mähised, õli- ja lõhnasegude valmistamine kliendile iseseisvaks kasutamiseks jt) ja juhendab nende teostamist ja kasutamist;<br>4) jälgib ja hindab kliendi reaktsioone ja tagasisidet aroomteraapiale ning mõjutamise tulemusi ja analüüsib saadud teavet, lähtudes aroomteraapia põhimõtetest; teeb vahekokkuvõtte ning vajaduse korral korrigeerib (nt intensiivsuse, ulatuse, kestvuse muutmise jt) teraapia kulgu. |                      |
| Teadmised:<br>1) aroomõlide vastunäidustused ja indikatsioonid;<br>2) aroomõlide keemiline koostis (aldehüüdid, estrid, alkoholid, ketoonid, terpeenid, laktoonid, fenoolid, kumariinid, oksiidid, happed) ja nende toime;<br>3) eeterlike aroomõlide raviomadused;<br>4) eeterlike aroomõlide kasutamisoskus; massaažitehnikad;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                      |

5) eeterlike aroomõlide ja baasõlide valik ja annustamine.

Hindamismeetod(id):

Test, juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

## Eesti loodusteraapia

### B.2.5 Terapeutilise töö (teraapiate tsükli) planeerimine, elluviimine ning vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) selgitab kliendiloo põhjal välja näidustused ja vastunäidustused;
- 2) kliendiloo põhjal valib sobiva teraapia, loob teraapia elluviimiseks sobiva õhustiku ja vajaliku keskkonna, lähtudes kliendi seisundist ja raviskeemist;
- 3) teostab teraapiat, lähtudes kliendist ja eesti pärimusmeditsiini ja/või loodusteraapia põhimõtetest;
- 4) jälgib ja hindab kliendi reaktsioone ja tagasisidet ning mõjutamise tulemusi ja analüüsib saadud teavet, lähtudes Eesti loodusteraapia põhimõtetest; teeb vahekokkuvõtte ning vajadusel korrigeerib (nt intensiivsuse, ulatuse, kestvuse muutmine jt) teraapia kulgu;
- 5) nõustab klienti, tema eluviisi muutmise vajalikkuse ja võimalikkuse osas, valides sobiva suhtlemistehnika.

Teadmised:

- 1) vähemalt 45 enamkasutatavat ravimtaime, nende raviomadused, näidustused ja vastunäidustused;
- 2) vähemalt 30 ravimtaime ladinakeelsed ja rahvapärased nimetused;
- 2) kaani-, mesilas-, kupu-, väe-, saunateraapia põhilised, raviskeemid, näidustused ja vastunäidustused; nende teraapiate meetodid, ruumidele vajalikud nõuded ja töö eetikad;
- 3) soonetasumise (vana-eesti massaaž) võtted, mõju organismile, eesmärgid, näidustused ja vastunäidustused; soonetasumise teraapia osa, nii õliga kui ka matil, läbi riiete;
- 4) tervistavad harjutused, sh "viis eesti väekat harjutust";
- 5) heli ja sõna vägi (regilaul, loits, rahvapillid);
- 6) maarahva pühapaigad (saun, hiis, raviallikad, jms) ja nendega seonduvaid peamised aiad ja kombad;
- 7) rahvakalender ja inimese eluringi peamised tähtpäevad;
- 8) maarahva kultuur ja kombad (vöökirid, kõlavööd, talukultuur, toitumine, jms).

Hindamismeetod(id):

Test.

## Hiina loodusteraapia

### B.2.6 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) vaatleb klienti tervikuna (nt hoiak, kõnnak, žestid jt) ja pöörab erilist tähelepanu kliendi keelele (nt kuju, värv ja katt, kuivus, jt) ja jumele (näit värvus ja selle intensiivsus jt) traditsioonilise Hiina meditsiini (THM) kriteeriumite kohaselt;
- 2) kuulab kliendi lugu ja esitab vajaduse korral täpsustavaid küsimusi (nt kaebuste tekkimise dünaamika, jt) traditsioonilise Hiina meditsiini kriteeriumite kohaselt;
- 3) palpeerib vastavalt vajadusele erinevaid kliendi keha piirkondi, punkte, kanaleid ja pulssi traditsioonilise Hiina meditsiini kriteeriumite kohaselt;
- 4) teeb saadud andmetest kokkuvõtte ja selgitab välja terviseprobleemide põhjused ning arengud ja paneb selgitab välja kliendi pöördumise põhjuse traditsioonilise Hiina meditsiini kriteeriumite kohaselt.

Teadmised:

- 1) THM-i alused- Yin ja Yang, Dao;
- 2) Jing Luo Mai- kanalid ja resonaatorid;
- 3) Wu-Xing- 5 Muutuvat Riiki;
- 4) Fu Shi oktoogramm;
- 5) Qigong, meditatsioon, kontemplatsioon;
- 6) humanistlik inimese käsitus;
- 7) pärlilukud ja omandatud energiad;
- 8) terviseprobleemide põhjused THM-i järgi-välised, sisemised jne;

- 9) inimese uurimise meetodid THM-i järgi- keel, jume, jne;  
10) toitumise alused THM-i järgi- toiduainete energeetilised omadused;  
11) Hiina traditsioonilise astroloogia alused- Kia-tze.

Hindamismeetod(id):  
Test ja vestlus.

### B.2.7 Teraapia teostamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) kliendist ja kliendi pöördumise põhjuse väljaselgitamisest lähtuvalt planeerib ja teostab teraapia, kasutades üht või mitut THM- meetodit (nt toitumine, massaaž, qi-gong, moksaterapia, kuputeraapia, gua-sha, ploomiõiehaamri teraapia); soovib tootumisharjumuste muutmist THM-i kriteeriumite kohaselt, vajadusel planeerib ravitoitumist;
- 2) tervise ja terviseprobleemi arengu prognoosimine toetudes looduse rütmidele; annab kliendile juhiseid või soovitusi edaspidiseks lähtudes prognoosist;
- 3) tutvustab kliendile eluviisi aluseid (nt toitumise, liikumise, hingamise jt põhimõtteid), lähtudes THMist; selgitab mõtteviisi, suhtlemise ja vaimsuse mõju tervisele ja terviseprobleemide tekkimisele; vajaduse korral õpetab kliendile keha ja meele harjutusi traditsioonilise Hiina meditsiini kriteeriumite kohaselt.

Hindamismeetod(id):

Test, etteantud andmetega terviseprobleemiloo ja toimimise planeerimine, vestlus.

## Holistiline regressiooniteraapia

### B.2.8 Kliendi seisundi hindamine ja kliendiloo kogumine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) loob kontakti kliendiga ja sõlmib teraapiaprotsessi puudutavad vastastikused kokkulepped, selgitades kliendile omavastutuse ja koostöö põhimõtteid ning olulisust; kogub infot kasutades holistilise regressiooniteraapia võtteid, tutvustab kliendile holistilise regressiooniteraapia tööprotsessi, -põhimõtteid ja võimalusi; selgitab kliendile eetikakoodeksist (lisa 3) tulenevaid vastastikuseid õigusi ja kohustusi;
- 2) koostab kliendi elu- ja perekonnaloost genogrammi, kasutades esmase intervjuu tehnikat; interpreteerib ja üldistab intervjuu tulemusi, teadvustades põhjuse ja tagajärje seoseid.

Teadmised:

Juhtumianalüüs, seansi salvestuse analüüs, vaatlus, kliendi tagasiside.

Hindamismeetod(id):

Test, ülesanne.

### B.2.2 Terapeutilise töö (teraapiate tsükli) planeerimine, elluviimine ning vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) teeb küsitlusest kokkuvõtte ja püstib terapeutilise töö eesmärgid, valib sobivad meetodid ja koostab töökava, lähtudes kliendiloost ja kliendist;
- 2) selgitab üldiselt töö eesmärgid ja sisu kliendile või tema lähedastele ning võtab kliendi informeeritud nõusoleku;
- 3) selgitab kliendile vastastikuseid õigusi ja kohustusi;
- 4) kogub ja hindab tagasisidet kliendilt või tema lähedastelt enne teraapiat, teraapiate ajal ja pärast teraapiat, eesmärgiga teha täpsustusi töökavas;
- 5) leiab ja toob välja terviseprobleemi ülahoidvad faktorid ning annab soovitusi nende kõrvaldamiseks;
- 6) selgitab kliendile tema eluviisi muutmise vajalikkust ja võimalikkust ning annab soovitusi selle elluviimiseks;
- 7) vajaduse korral kaasab teisi spetsialiste või suunab kliendi teiste spetsialistide juurde;
- 8) dokumenteerib oma tegevuse: uuringu käigu, tulemused, hinnangud, teraapiaplaani ja kokkuvõtteid, kasutades korrektset erialaterminoloogiat ja emakeelt.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

### B.2.9 Vestluse läbiviimine holistilise regressiooniteraapia põhimõtete kohaselt

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

1. eesmärgistab vestluse ja hoiab vestluse fookust teraapia eesmärkidest lähtuvalt;
2. kasutab intervjuueerimise, kuulamise ja mõjutamise tehnikaid;

3. on kliendi suhtes empaatiline ja avatud.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs, seansi salvestuse analüüs, ülesanne.

## Homöopaatia

### B.2.10 Juhtumi analüüsimine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) vajadusel tutvustab kliendile klassikalise homöopaatia põhitõdesid;
- 2) kuulab ära kliendi loo ja teeb visuaalse analüüsi, lähtudes klassikalise homöopaatia põhimõtetest;
- 3) analüüsib ilminguid ja klassifitseerib terviseprobleeme (akuutne/krooniline) klassikalise homöopaatia põhimõtetest lähtuvalt ning kategoriseerib ja hierarhiseerib ilmingud (nt üldised, lokaalsed, individuaalsed, karakterised jt).

Teadmised:

- 1) akuutse ja kroonilise terviseprobleemi kliendiloo kogumise tehnikad, Organoni kasutamine;
- 2) ilmingute analüüsimine ja selekteerimine.

Hindamismeetod(id):

Test.

### B.2.11 Repertoriseerimine (raviainete leidmine vastavalt ilmingutele) ja raviaine valimine Materia medica abil

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) kasutades repertooriumi repertoriseerib kliendi ilmingud;
- 2) leiab raviained lähtudes kliendi kas akuutsest või kroonilisest terviseprobleemist;
- 3) valib raviaine, kasutades Materia medicaid

Teadmised:

- 1) erinevate repertooriumite kasutamisoskus;
- 2) kliendi ilmingute võrdlemine raviaine ilmingutega (Materia Medica, Organon).

Hindamismeetod(id):

Test.

### B.2.12 Ravimaine annustamine ja kliendi jälgimine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) määrab raviaine potentsi vastavalt ilmingute intensiivsusele;
- 2) määrab raviaine manustamise viisi (peale määrimine, inhaleerimine, sisse võtmine jt);
- 3) määrab raviaine manustamise sageduse ja doosi vastavalt klassikalise homöopaatia põhimõtetele;
- 4) juhendab klienti homöopaatiliste raviainete kasutamisel (käsitlemine, säilitamine, erinevate ainete mõju ravimite kasutamisel, tarvitamine - lahus, inhaleerimine, kuivdoos jt);
- 5) annab soovitusi terviseprobleemi ülahoidvate faktorite kõrvaldamiseks;
- 6) vastavalt juhtumile (akuutne või krooniline) määrab järgmise kontakteerumise aja ja meetodi (vastuvõtt, telefon vm);
- 7) kogub tagasisidet ilmingutes toimunud muutuste kohta ning võtab vajadusel uue kliendiloo.

Teadmised:

- 1) erinevate potentside ja raviainete toime, toimeaja ja -ulatuse mõistmine;
- 2) erinevad raviained ja nende manustamisviisid;
- 3) raviainete säilitamine ja neile mõjuvad kahjulikud tegurid (päike, kiirgus, niiskus jt);
- 4) terviseprobleemi ülahoidvate faktorite ja tervenemist takistavate faktorite tundmine ja mõistmine.

Hindamismeetod(id):

Test.

## Refleksoloogia

### B.2.13 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine ja teraapia teostamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) teeb artikulasiooni (kehapiirkondade soojendus, lahtivõimlemine), lähtudes kliendi seisundist;

2) teostab esmase refleksoloogiliste tsoonide (jalalaba, säär, käsi, kõrvalest, keha, nägu, pea) mõjutamise, lähtudes refleksoloogia põhimõtetest ja saab teraapiaprotsessi käigus tagasiside kliendi tervislikust seisundist;  
3) töötleb kliendi konkreetse probleemiga seotud piirkondasid, kasutades vajadusel kõiki refleksoloogia meetodeid (tsoonid, toimimispunktid ja -tasandid, energiakeskused, elemendid, polariteedid);  
4) jälgib ja hindab kliendi reaktsioone ja tagasisidet teraapiale ning mõjutamise tulemusi ning analüüsib saadud teavet, lähtudes refleksoloogia põhimõtetest; teeb vahekokkuvõtte ning vajaduse korral korrigeerib teraapia kulgu.

Teadmised:

- 1) erinevad refleksoloogilised terviksüsteemid (jalalaba, säär, käsi, kõrvalest, keha, nägu, pea);
- 2) erinevad refleksoloogilised meetodid ja õpetused (toimimispunktid ja -tasandid, energiakeskused, elemendiõpetus, polariteediõpetus);
- 3) erinevate refleksoloogiliste süsteemide, meetodite ja õpetuste käsitlustehnikad;
- 4) terviklik inimesekäsitus.

Hindamismeetod(id):

Test.

## Shiatsu teraapia

### B.2.14 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) vaatleb klienti tervikuna (nt meeleolu, hoiak, kõnnak, žestid, jume jt) traditsioonilise Hiina meditsiini (THM) kriteeriumite kohaselt shiatsu meetoditega;
- 2) kuulab kliendi lugu ja esitab vajaduse korral täpsustavaid küsimusi (nt kaebuste tekkimise dünaamika, jt) shiatsu meetoditest lähtuvalt;
- 3) palpeerib kliendi kõhtu üldiselt ja kõhutsoone ja määrab kliendi hetkeseisundi, lähtudes shiatsu meridiaanide kaardist;
- 4) teeb saadud andmetest esialgse kokkuvõtte ja määrab esmase kliendi pöördumise põhjuse( kyo ja jitsu) shiatsu kriteeriumite kohaselt.

Teadmised:

- 1) shiatsu meetodid kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamiseks;
- 2) shiatsu meridiaanide, tsoonide ja nende funktsioonide tundmine.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

### B.2.15 Teraapia teostamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) kliendist ja kliendi pöördumise põhjusest lähtuvalt planeerib ja teostab teraapia, kasutades vastavat shiatsu tehnikat ja lähtudes shiatsu meridiaanide kaardist, meridiaanide energeetilisest tasemest, kliendi palpeerimisel saadavast teabest;
- 2) nõustab klienti tervislikuma eluviisi aluste osas (näit toitumine, liikumine, hingamine, mõtlemine), lähtudes shiatsu kriteeriumidest ja THMi teooriatest; vajadusel selgitab organismi erinevate tasakaalutuste omavahelist seost ja mõju tervisele ning annab kliendile juhiseid iseseisvateks harjutusteks.

Teadmised:

- 1) shiatsu venitusharjutuste tundmine.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

## Tai loodusteraapia

### B.2.16 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

- 1) vaatleb klienti tervikuna (nt meeleolu, hoiak, kõnnak, žestid, jume jt) traditsioonilise Tai meditsiini (Nuad Bo Rarn) kriteeriumite kohaselt;
- 2) kuulab kliendi lugu ja esitab vajaduse korral täpsustavaid küsimusi (nt kaebuste tekkimise dünaamika, jt) traditsioonilise Tai meditsiini (Nuad Bo Rarn) kriteeriumite kohaselt;

3) palpeerib vastavalt vajadusele erinevaid kliendi keha punkte, liine ja tsoone traditsioonilise Tai meditsiini (Nuad Bo Rarn) kriteeriumite kohaselt;  
4) teeb saadud andmetest kokkuvõtted ja selgitab välja esmase kliendi pöördumise põhjuse traditsioonilise Tai meditsiini (Nuad Bo Rarn) kriteeriumite kohaselt.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

#### B.2.17 Tegevusteraapia elluviimine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

1) valib teraapiaviisiid (nt massaaž, liinide- punktide teraapia, taimeravi jt), lähtudes traditsioonilise Tai meditsiini (Nuad Bo Rarn) kriteeriumitest, liinide energeetilisest tasemest ja arvestades kliendi palpeerimisel saadud teavet ja teostab teraapia;  
2) tutvustab kliendile eluviisi aluseid (nt toitumise, liikumise, hingamise jt põhimõtteid), lähtudes traditsioonilise Tai meditsiini (Nuad Bo Rarn) kriteeriumite; vajaduse korral selgitab mõtteviisi, suhtlemise ja vaimsuse mõju tervisele ja terviseprobleemide tekkimisele.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

### Tiibeti loodusteraapia

#### B.2.18 Kliendi pöördumise põhjuste väljaselgitamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

1) vaatleb klienti tervikuna (hoiak, kõnnak, žestid, meeleseisund jm), lisaks pöörab erilist tähelepanu kliendi keelele (kuju, värv, katt, kuivus jm), jumele (värvus, selle intensiivsus jm) ja uriinile (lõhn, värvus, selgus, sade, mullid jm) Tiibeti traditsioonilise meditsiini kriteeriumite kohaselt;  
2) kuulab kliendi lugu ja esitab vajaduse korral täpsustavaid küsimusi (kaebuste tekkimise dünaamika jm) Tiibeti traditsioonilise meditsiini kriteeriumite kohaselt;  
3) palpeerib vastavalt vajadusele erinevaid kliendi kehapiirkondi, punkte ja kanaleid tiibeti traditsioonilise meditsiini kriteeriumite kohaselt; teostab pulsidiagnostikat järgides Tiibeti traditsioonilise meditsiini põhimõtteid;  
4) teeb saadud andmetest kokkuvõtted, selgitab välja terviseprobleemide põhjused ning arengud ja selgitab välja kliendi pöördumise põhjuse Tiibeti traditsioonilise meditsiini kriteeriumite kohaselt.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

#### B.2.19 Teraapia teostamine

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

1) kliendist ja kliendi pöördumise põhjusest lähtuvalt planeerib ja teostab teraapia, kasutades üht või mitut Tiibeti traditsioonilise meditsiini meetodit (kunye jm massaažid, erinevad moksibustsiooniteraapiad, kuputeraapia, kompressid ja mähised, juk-chö teraapia, ravivannid);  
2) tervise ja terviseprobleemi arengu prognoosimine toetudes Tiibeti traditsioonilise meditsiini põhimõtetele; annab kliendile juhiseid või soovitusi edaspidiseks lähtudes prognoosist;  
3) tutvustab kliendile eluviisi aluseid (toitumine, liikumine, puhkus, elukoht, aastaaja rütmid jm), lähtudes tiibeti traditsioonilisest meditsiinist; vajadusel selgitab mõtteviisi, suhtlemise ja vaimsuse mõju tervisele ja terviseprobleemide tekkimisele ning õpetab kliendile keha ja meele harjutusi Tiibeti traditsioonilise meditsiini (TTM) kriteeriumite kohaselt.

Hindamismeetod(id):

Juhtumianalüüs või ülesanne, intervjuu.

## RECURRING COMPETENCES

#### B.2.20 Täiendmeditsiini ja loodusravi terapeudi kutset läbiv kompetents

EstQF Level 6

Tegevusnäitajad:

1) kasutab oma töös eesti keelt tasemel B2 ja ühte võõrkeelt tasemel B1 (lisa 2);  
2) täiendab tööalaseid teadmisi läbi pideva professionaalse arengu; läheneb ülesannetele loovalt;

- 3) reageerib muutustele ja kohaneb nendega hästi; talub pinget ja tuleb toime tagasilöökidega;
- 4) planeerib oma aega, töötab süsteemselt ja organiseeritult; jälgib juhendeid ja protseduure;
- 5) oma tegevuses on suunatud kliendi vaimse, emotsionaalse ja füüsilise tasakaalu saavutamisele ja hoidmisele;
- 6) järgib oma töös kõiki asjakohaseid õigusakte
- 7) järgib keskkonnaohutusnõudeid
- 8) orienteerub kaasaegses erialases kirjanduses ja on kursis erialaste teadusuuringute tulemustega
- 9) arendab ja leiab toimivaid lahendusi kutsealastele probleemidele ning prognoosib nende mõjusid;
- 10) teeb koostööd kodumaiste ja rahvusvaheliste erialaorganisatsioonidega;
- 11) rakendab iseseisvalt ja koostöös terviseala sektoritega (nt perearstid, ämmaemandad, tervisedendusspetsialistid, pedagoogid jt) kogukonnapõhiseid preventiivseid meetmeid (nt vanus, joogivee fluoriidi sisaldusest tingitud erinevused, erinevad tervisedendusprogrammid jne);
- 12) vajadusel annab esmaabi.

**Teadmised:**

- 1) Täiendmeditsiini ja loodusravi terapeudi kutse-eetika
- 2) keskkonna loomine;
- 3) enesearendamine;
- 4) anatoomia ja füsioloogia – kesktase, holistilise regressiooni terapeudil algtase, nõue ei kehti shiatsu terapeudi korral;
- 4.1 rakk, kude; raku ehitus ja talitus; elundid, elundkonnad; histoloogia;
- 4.2 nahk;
- 4.3 tugi- ja liikumiselundkond: luud, liigesed, lihased;
- 4.4 vereringeelundkond: veri, süda, veresooneid; vereringe
- 4.5 sisesekretoorsed näärmed;
- 4.6 seedeelundkond, ainevahetuse regulatsioon;
- 4.7 sigimiselundkond;
- 4.8 embrüoloogia; inimese eluring;
- 4.9 erituselundkond;
- 4.10 närvisüsteem, meeleelundite talitus;
- 4.11 hingamiselundkond;
- 4.12 organismi kaitsereaktsioonid;
- 5) elu tekkimine ja evolutsioon.
- 6) patoloogia - algtase, holistilise regressiooni terapeudil patoloogia asemel psühhopatoloogia algtase;
- 7) ravimiõpetus- algtase; holistilise regressiooni terapeudil psühhofarmakoloogia algtase;
- 8) üldpsühholoogia – algtase;
- 9) kutsealaga seonduvad õigusaktid.

**Hindamismeetod(id):**

Läbivaid kompetentse hinnatakse integreeritult kõigi teiste kutsestandardis toodud kompetentside hindamise käigus.

## Part C GENERAL INFORMATION AND ANNEXES

### C.1 Information concerning compilation and certification of occupational qualification standard and reference to classification of occupations

|                                                                                         |                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 1. ID of occupational qualification standard in register of occupational qualifications | 05-06122012-9.2/4k |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|

|                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. Occupational qualification standard compiled by:                            | Ella Alemaa, Ki-Shiatsu Ühendus MTÜ<br>Marina Eberth, Holistilise Teraapia Instituut, European Association for Regression Therapy, Marina Eberth OÜ<br>Tiia Frantsusova, MTÜ Holistilise Teraapia Eesti Selts ja Tõusutee OÜ<br>Epp Hallik, Eesti Aroomteraapia Ühing<br>Valdo Herzmann, Ki-Shiatsu Ühendus MTÜ, Massaaž ja Shiatsu OÜ<br>Sven Konga, Eesti Neijingi Kool<br>Alar Krautman, Krautmani Massaaži ja Terviseakadeemia<br>Elin Langron, homöopaatia ekspert<br>Ülo Liivamägi, Sternum Koolitus kool<br>Katariina Martens, MTÜ Holistilise Teraapia Eesti Selts ja Katariina Koolitused OÜ<br>Karl Muinast, Eesti Aroomteraapia Ühing, Eesti Massööride Ühing<br>Annika Noor, MTÜ Eesti Refleksoloogid<br>Anu Rootalu, Eesti Tiibeti Traditsioonilise Meditsiini Ühing<br>Heili Sömer, Heiliko OÜ, Fie Heili-Riina Sömer, MTÜ Eesti Konsultantide Assotsiatsioon, OÜ Implement Inscape<br>Tiina Talijärv, Eesti Loodusteraapiate Nõukoda<br>Heino Tiik, nõelraviarst<br>Kaidi-Ly Vält, MTÜ Läbi Tähevärava, Peetri Kooli Hoolekogu |
| 3. Occupational qualification standard approved by:                            | Health Care and Social Work                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 4. No. of decision of Sectoral Council                                         | 11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 5. Date of decision of Sectoral Council                                        | 06.12.2012                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 6. Occupational qualification standard valid until                             | 10.12.2013                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 7. Occupational qualification standard version no.                             | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 8. Reference to International Standard Classification of Occupations (ISCO 08) | 2230 Traditional and Complementary Medicine Professionals                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 9. Reference to European Qualifications Framework (EQF)                        | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>C.2 Occupational title in foreign language</b>                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| English:                                                                       | Aromatherapist; Chinese natural therapist, Homeopath, Reflexologist, Nuad Bo-Rarn natural therapist, Holistic regression therapist, Asian Bodywork therapist; Estonian Old Traditional Medicine; Tibetan natural therapist; Shiatsu therapist                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| English:                                                                       | Täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeut, tase 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>C.3 Annexes</b>                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Lisa 1 <a href="#">Töösad ja tööülesanded</a>                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Lisa 2 <a href="#">Keelte oskustasemete kirjeldused</a>                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Lisa 3 <a href="#">Täiendmeditsiini ja loodusraviterapeudi eetikakoodeks</a>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |