



Euroopa Liit  
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



SIHTASUTUS  
Kutsekoda

ESF programm "Kutsete süsteemi arendamine"

# KUTSESTANDARD

## Lümfimassöör, tase 5

Kutsestandard on dokument, milles kirjeldatakse tööd ning töö edukaks tegemiseks vajalike oskuste, teadmiste ja hoiakute kogumit ehk kompetentsusnõudeid

Lümfimassöör, tase 5 kutsestandard on tööturu nõudmistele vastavate koolituskavade ja õppeprogrammide koostamise ja isikute kompetentsuse hindamise alus.

Kutsenimetus	Eesti kvalifikatsiooniraamistiku (EKR) tase
Lümfimassöör, tase 5	5

### A-osa KUTSEKIRJELDUS

#### A.1 Töö kirjeldus

Lümfimassööri töö on kliendi/patsiendi masseerimine erinevaid manuaalseid võtteid kasutades. Töö eesmärk on kliendi/patsiendi füüsilise suutlikkuse säilitamine või taastamine, tervisehäirete ennetamine, organismi üldise vastupanuvõime tugevdamine ja hea enesetunde saavutamisele kaasaaitamine lümfodünaamiliste tursete korral. Lümfimassöör valmistab ette töökoha, loob kontakti masseeritavaga, kogub anamneesi ja masseerib, kasutades korrektseid ja kohaseid massaaživõtteid. Lümfimassöör järgib kutse-eeskirja. Ta juhendab kliente/patsiente lümfodünaamilise turse vähendamiseks tuleneva režiimi osas ning vajadusel soovib pöörduda lümfiterapeudi, füsioterapeudi ja/või tervishoiutöötaja (nt perearst, taastusarst, onkoloog, veresoonte- või üldkirurg jt) poole.

#### A.2 Tööosad

- A.2.1 Klienditeenindus ja suhtlemine
  - 2.1.1 Kliendi/patsiendi vastuvõtmine ja ärasaatmine.
  - 2.1.2 Lümfimassaaži tutvustamine.
  - 2.1.3 Klientide/patsientide teenindamine.
- A.2.2 Töö dokumentide ja andmebaasiga
  - 2.2.1 Töö dokumenteerimine.
  - 2.2.2 Raamatupidamise korraldamine.
  - 2.2.3 Korrektse erialaterminoloogia valdamine.
  - 2.2.4 Kliendibaasi haldamine.
- A.2.3 Lümfimassaaž ja seda toetavad tegevused
  - 2.3.1 Tööks ettevalmistumine (riietus, juuksed, küüned, hügieen, psühholoogiline valmisolek jm).
  - 2.3.2 Töökeskkonna ja töövahendite ettevalmistamine.
  - 2.3.3 Töökoha korrashoidmine.
  - 2.3.4 Lümfiterapeutilise anamneesi kogumine, kliendi/patsiendi seisundi hindamine ning kliendi/patsiendi ettevalmistamine massaažiks.
  - 2.3.5 Positiivse õhkkonna loomine.
  - 2.3.6 Lümfimassaažiseansi planeerimine.
  - 2.3.7 Lümfimassaaži tegemine.
  - 2.3.8 Lümfimassaaži lõpetamine.
  - 2.3.9 Lümfimassaaži tulemuste hindamine.

#### A.3 Töö keskkond ja eripära

Lümfimassööri töökeskkond peab olema ergonoomiline, puhas, valgustatud, õhutatud ja soe. Lümfimassööri töö eripära on vältimatu kehaline kontakt kliendiga/patsiendiga, mis loob delikaatse situatsiooni, kus klient/patsient peab tundma end turvaliselt. Lümfimassöör töötab lümfimassaažikabinetis, kliendi/patsiendi kodus, spaakeskustes või mujal.



Euroopa Liit  
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



SIHTASUTUS  
Kutsekoda

ESF programm "Kutsete süsteemi arendamine"

#### A.4 Töövahendid

Lümfimassöör kasutab massaaži teostamisel massaažilauda, patju, tekke, linasid, talki, puhastusvahendeid jms. Sobiva keskkonna loomiseks kasutab värve, helisid ja valgustust.

#### A.5 Tööks vajalikud isikuomadused

Lümfimassööri töö eeldab manuaalset võimekust, analüüsivõimet ning teenindusvalmidust. Lümfimassöör on empaatiavõimeline, usaldusväärne, koostöövõimeline, kohanemisvõimeline, kõrge füüsilise- ja vaimse pingetaluvusega. Lümfimassöör on tähelepanelik ja delikaatne.

#### A.6 Kutsealane ettevalmistus

Tavaliselt on lümfimassöör vähemalt keskhariduse baasil omandatud erialase haridusega kosmeetik, massöör, füsioterapeut, tegevusterapeut või tervishoiutöötaja (muu meditsiinilise haridusega isik), kes on läbinud lümfimassaaži erikoolituse.

#### A.7 Enamlevinud ametinimetused

Lümfimassöör.

## B-osa KOMPETENTSUSNÕUDED

#### B.1 Kutse struktuur

5. taseme lümfimassööri kutse taotlemisel tuleb tõendada kõik kompetentsid.

#### B.2 Kompetentsid

### KOHUSTUSLIKUD KOMPETENSIID

#### B.2.1 Klienditeenindus ja suhtlemine

**EKR tase 5**

Tegevusnäitajad:

1. Võtab kliendi/patsiendi vastu ja loob kliendile/patsiendile turvalise keskkonna. Pärast lümfimassaaži tegemist küsib tagasisidet ja huvitub kliendi seisundist. Selgitab kliendile/patsiendile järgmiste lümfimassaažiseansside või muude teenuste vajadust. Lähtub eelkirjeldatud tegevustes klienditeeninduse heast tavast ja arvestab eelseisvat lümfimassaažiprotseduuri.
2. Suhtleb klientidega/patsientidega sõbralikult, lähtudes kutse-eeetikast ning konfidentsiaalsuse põhimõtetest. Mõistab ja arvestab kultuuride mitmekesisust ja on salliv. Väljendab ennast selgelt ja arusaadavalt. Lahendab delikaatselt konfliktsituatsioonid. Kuulab klienti/patsienti tähelepanelikult. Kasutab korrektset erialast terminoloogiat ja edastab info kliendile lihtsalt ja arusaadavalt.
3. Tutvustab eelseisvat lümfimassaažiprotseduuri, lähtudes lümfodünaamilisest näidustusest.

#### B.2.2 Töö dokumentide ja andmebaasiga

**EKR tase 5**

Tegevusnäitajad:

1. Dokumenteerib korrektselt ja arusaadavalt kliendi/patsiendiga tehtud töö, lähtudes kehtivatest andmekaitse- ja valdkonnaga seonduvatest õigusaktidest.
2. Korraldab oma raamatupidamist, lähtudes õigusaktidest ja raamatupidamise heast tavast.
3. Valdab korrektset erialast terminoloogiat.
4. Haldab kliendibaase, arvestades kehtivaid andmekaitse- ja valdkonnaga seonduvatest õigusaktidest.

#### B.2.3 Lümfimassaaž ja seda toetavad tegevused

**EKR tase 5**

Tegevusnäitajad:

1. Tööks ettevalmistumisel lähtub hügieeni- ja turvalisuse nõuetest ja eriala eetikast (riietus, juuksed, küüned, hügieen, psühholoogiline valmisolek teenuse osutamiseks ning kliendiga suhtlemiseks jm).
2. Valmistab ette tööruumi ja töövahendid (õhk, temperatuur, ruumi ja vahendite hügieen, valgustus, muusika, laud, padjad, rullid, linad, rätikud, aluspaber, desinfitseerivad vahendid, pesemisvahendid, talgid jm), lähtudes tööruumile esitatavatest tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest ja võimalustest.



Euroopa Liit  
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



SIHTASUTUS  
Kutsekoda

ESF programm "Kutsete süsteemi arendamine"

3. Töökoha korrashoidmisel lähtub tööohutusest, ergonoomikast ja hügieeninõuetest. Korrastab ruumi enne ja pärast lümfimassaažiseansi.
4. Selgitab välja kliendi/patsiendi pöördumise põhjuse, ootused ja võimalikud terviseriskid. Kasutab teabe kogumiseks anamneesiküsimustikku, arsti ettekirjutust ja/või küsitleb klienti. Valib sobivad lümfimassaaživõtted ning vajadusel soovib toetavaid vahendeid (nt meditsiinilised kompressioonitooted jm) ja selgitab kliendile/patsiendile valitud lähenemist, lähtudes näidustustest ja vastunäidustustest. Terviseriski olemasolu korral soovib teisi võimalusi või pöördumist tervishoiutöötaja, füsioterapeudi või lümfiterapeudi poole. Lümfimassaaži tegemisest keeldumise korral põhjendab oma otsust kliendile/patsiendile.
5. Loob positiivse tööahkkonna.
6. Lähtudes lümfiterapeutilisest anamneesist ja kliendi/patsiendi probleemist planeerib sobivad võtted (nt tempo, rütm, tugevus jm) ning võtete rakendamise ajalise kestvuse. Teavitab klienti võtete otsestest ja kaudsetest toimetest.
7. Teeb lümfimassaaži, lähtudes koostatud plaanist. Suhtleb kliendiga/patsiendiga tagasiside saamiseks, rakendab ergonoomilisi tehnikaid, abistab klienti kehaasendi muutmisel, kasutab töövahendeid vastavalt vajadusele.
8. Teavitab klienti/patsienti lümfimassaažiseansi lõppemisest ja võimalikust ortostaatilise reaktsioonist (kukkumisoht), vajadusel abistab klienti/patsienti massaažilaualt tõusmisel. Teavitab klienti/patsienti võimalikest lümfimassaažijärgsetest füüsilistest ja psüühilistest muutustest organismis (nt unisus, peavalu, vedelikupuuduse oht jm). Annab soovitusi eneseabiks ja vajadusel soovib kliendil/patsiendil pöörduda tervishoiutöötaja, taastusarsti ja/või füsioterapeudi poole;
9. Hindab lümfimassaaži tulemusi, lähtudes püstitatud eesmärgist ja kasutatud võtetest ja vahenditest.

## Kutset läbivad kompetentsid

<b>B.2.4 Lümfimassöör, tase 5 kutset läbiv kompetents</b>	<b>EKR tase 5</b>
<p>Tegevusnäitajad:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kasutab oma töös eesti keelt tasemel B2 ja ühte võõrkeelt tasemel A2 (vt lisa 1).</li> <li>2. Kasutab korrektset erialast terminoloogiat ja edastab info kliendile/patsiendile kergesti ja arusaadavalt.</li> <li>3. Tegeleb süstemaatilise ja regulaarse enesetäiendamise. On kursis erialaste tõenduspõhiste arengutega.</li> <li>4. Reageerib muutustele ja kohaneb nendega hästi. Talub pinget ja tuleb toime tagasilöökidega.</li> <li>5. Planeerib oma aega, töötab süsteemselt ja organiseeritult. Jälgib juhendeid ja protseduure.</li> <li>6. Oma tegevuses on suunatud kliendi vaimse, emotsionaalse ja füüsilise tasakaalu saavutamisele ja hoidmisele.</li> <li>7. Järgib keskkonnaohutusnõudeid.</li> <li>8. Vajadusel annab esmaabi.</li> <li>9. Kasutab oma töös arvutit tasemel AO moodulid 1–7 ja moodul 12 (vt lisa 2).</li> <li>10. Järgib oma töös kutsealaga seonduvaid õigusakte.</li> <li>11. Järgib oma töös kutse-eetikat (vt lisa 3).</li> </ol>	
<p>Teadmised:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anatoomia ja füsioloogia – kesktase.</li> <li>2. Lümfimassaaž - kesktase</li> <li>3. Lümfiteraapia alused</li> <li>4. Biomehhaanika, kinesioloogia – algtase.</li> <li>5. Majandus ja ettevõtlus – algtase.</li> <li>6. Kliendi seisundi hindamine, sh tugiliikumiselundkonna testimine ja kliendi uurimise meetodid – kesktase.</li> <li>7. Ravimiõpetus – algtase.</li> <li>8. Haigusõpetus – kesktase.</li> <li>9. Erialane terminoloogia.</li> </ol>	
<p><b>TEADMISTE JA OSKUSTE TASEME KIRJELDUS:</b></p> <p>Algtase – mõistete, faktide ja põhimõtete teadmine; põhiliste töövõtete valdamine.          Kesktase – mõistete ja faktide tõlgendamine ja võrdlemine, seoste loomine; mitmekesiste töövõtete valdamine.          Kõrgtase – analüüsimine seostatud faktide alusel, prognoosimine, järeldamine, üldistamine, hindamine; mitmekesiste keerukate töövõtete valdamine.</p>	



Euroopa Liit  
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



SIHTASUTUS  
Kutsekoda

ESF programm "Kutsete süsteemi arendamine"

## C-osa Üldteave ja lisad

<b>C.1 Teave kutsestandardi koostamise ja kinnitamise kohta ning viide ametite klassifikaatorile</b>	
1. Kutsestandardi tähis kutseregistris	05-29052014-9.1.1/5k
2. Kutsestandardi koostajad	Annika Albert-Aksjonov, Eesti Taastusarstide Selts Laivi Toots, MTÜ Eesti Lümfiteraapia Liit Raili Raik, OÜ Lümfra Reio Vilipuu, Ida-Tallinna Keskhaigla
3. Kutsestandardi kinnitaja	Tervishoiu ja Sotsiaaltöö Kutsenõukogu
4. Kutsenõukogu otsuse number	20
5. Kutsenõukogu otsuse kuupäev	29.05.2014
6. Kutsestandard kehtib kuni	28.05.2019
7. Kutsestandardi versiooni number	5
8. Viide Ametite Klassifikaatorile (ISCO 08)	3255 Abifüsioterapeudid
9. Viide Euroopa kvalifikatsiooniraamistikule (EQF)	5
<b>C.2 Kutsenimetus võõrkeeles</b>	
Inglise keeles	Lymph massage therapist, level 5
Soome keeles	Lymfahieroja
<b>C.3 Lisad</b>	
Lisa 1	<a href="#">Keelte oskustasemete kirjeldused</a>
Lisa 2	<a href="#">Arvuti kasutamise oskused</a>
Lisa 3	<a href="#">Kutse-eetika</a>