

Eestikeelne nimetus	Lühend	Ingliskeelne nimetus	Selgitus
õhukese polümeerikattega tablett	polüm.tab	Film-coated tablet	Tahke üheannuseline ravimvorm; mõne minuti jooksul seedetrakti mahlas lahustuv õhukese polümeerikattega kaetud tablett. Polümeerikattega tabletid manustatakse suu kaudu, kusjuures toimeaine(te) vabanemise kiirus ei erine oluliselt katmata tabletist.
tablett	tab.	Tablet	Tahke üheannuseline katteta ravimvorm, mis saadakse ühtlase suurusega tahkete osakeste pressimisel või muul valmistamisviisil. Tabletid võivad olla ühekihilised, olles saadud osakeste ühekordsel pressimisel, või mitmekihilised, sisaldades erineva koostisega osakeste mitmekordse pressimise tulemusel saadud kontsentrilisi või paralleelkihte. Tablette manustatakse suu kaudu allaneelamisel; toimeained vabanevad seedemahladesse, kusjuures vabanemise kiirus sõltub oluliselt toimeaine(te) peamistest omadustest (konventsionaalne vabanemine).
süstelahus	inj.	Solution for injection	Vedel steriilne ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; lahus, mida manustatakse süstimisel.
kõvakapsel	kaps.	Capsule, hard	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis on varieeruva suurusega kõva kesta sees. Kest on valmistatud želatiinist või mõnest muust ainest ning koosneb kahest silindrilisest osast, mille üks ots on ümar ja suletud ning teine ots avatud. Kesta sisu on tahke või pooltahke ning see viiakse kesta ühte poolde; seejärel kapsel suletakse, asetades teise poole esimese peale. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel.
toimeainet prolongeeritult vabastav tablett	prolong.tab	Prolonged-release tablet	Tahke üheannuseline toimeainet modifitseeritult vabastav ravimvorm, mis vabastab toimeainet aeglasemalt kui toimeainet konventsionaalselt vabastav tablett. Toimeaine prolongeeritud vabastamine saavutatakse spetsiaalse disaini ja/või tootmismeetodiga. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel.
infusioonilahus	inf.	Solution for infusion	Vedel steriilne ravimvorm; vesilahus, mis on enamasti ette nähtud suurtes kogustes manustamiseks ja enamasti vereringesse viimiseks.
infusioonilahuse kontsentraat	inf.konts	Concentrate for solution for infusion	Vedel steriilne ravimvorm; vesilahus, millest saadakse süstelahus ette nähtud vedelikuga lahjendamisel. Võib lisada infusioonilahusele manustamise ajal.

süstelahus süstlis	inj.süstlis	Solution for injection in pre-filled syringe	Süstlisse pakendatud süstelahus.
silmatilgad, lahus	okul.gtt	Eye drops, solution	Vedel steriilne ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; vesi- või õlilahus okulaarseks manustamiseks. Mitmeannuseline pakend võimaldab mugavat tilkadena manustamist. Pakendi suurus on tavaliselt 10 ml.
süste-/infusioonilahus	inj./inf.	Solution for injection/infusion	Vedel steriilne ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; lahus, mida manustatakse süste või infusioonina. Ravimvorm lahjendatakse enamasti enne infusioonina manustamist.
süstelahuse pulber ja lahusti	inj.pulv+lahusti	Powder and solvent for solution for injection	Kahest konteinerist koosnev pakend, mis sisaldab steriilset pulbrit (k.a külmkuivatatud pulbrid) ja steriilset lahustit, millest pulbri lahustamisel lahustis valmistatakse süstelahus.
süstelahus pen-süstlis	inj.pen	Solution for injection in pre-filled pen	Pen-süstlisse pakendatud süstelahus.
kaetud tablett	kaetud tab	Coated tablet	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis on kaetud ühe või mitme aine (nt suhkrute ja vahade) segu kihiga. Kattesse võib lisada värv-, maitse- ja lõhna- ning toimeaineid. Katte paksus on suurem kui õhukese polümeeri-kattega tabletil. Kaetud tablettidel on sile pind. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel. Kui kate lahustub või disintegreerub, vabastatakse toimeaine(d) seedetrakti kiirusel, mis sõltub peamiselt aine omadustest (konventsionaalne vabastamine).
kreem	kreem	Cream	Pooltahke, ühe- või mitmeannuseline homogeenne väljanägemisega ravim-vorm; kreem, mis koosneb teineteises peenelt dispergeeritud lipofiilsest ja vesifaasist. Toimeaine(d) on lahustunud või dispergeeritud aluses, mis võib olla nii hüdrofiilne kui ka hüdrofoobne. Manustatakse nahale. Teatud juhtudel võib esineda ka toimeaine trans-dermaalne imendumine.
gastroresistentne tablett	gastrores.tab	Gastro-resistant tablet	Tahke üheannuseline toimeainet viivitavalt vabastav maohappekindel ravimvorm, mis vabastab toimeaine(d) soolemahlas. Need omadused saavutatakse tableti katmisel gastro-resistentse materjaliga või tahkete osakeste lisamisega gastroresistentse materjali enne pressimist. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel.

gastroresistentne kõvakapsel	gastrores.kaps	Gastro-resistant capsule, hard	Tahke üheannuseline toimeainet viivitatult vabastav kõva kesta sees olev maohappekindel ravimvorm, mis vabastab toimeaine(d) soolemahlas. Gastroresistentsete kõvakapslite valmistamisel täidetakse kõvakapslid enamasti gastroresistentsete graanulite või gastro-resistentsete tahkete osakestega või varustatakse kõvakapslid gastroresistentse kestaga. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel.
suukaudne lahus	p.o.sol	Oral solution	Vedel ühe- või mitmeannuseline suukaudne ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest sobivas lahustis lahustatud toimeainest. Mitmeannuselisest pakendist manustatakse iga annus, enamasti 5 ml või selle kordne, sobiva mõõtevahendiga.
geel	geel	Gel	Pooltahke ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; geel, milles toimeaine(d) on lahustunud või dispergeeritud sobiva geelistaja abil ühefaasilises vedelikaluses, mis võib olla nii hüdrofiilne kui ka hüdrofoobne. Manustatakse nahale.
salv	salv	Ointment	Pooltahke ühe- või mitmeannuseline ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest toimeainest ja ühefaasilisest alusest. Toimeaine(d) on lahustunud või dispergeeritud aluses, mis võib olla nii hüdrofiilne, hüdrofoobne kui ka vesiemulgeeritud. Manustatakse nahale. Teatud juhtudel võib esineda ka toimeaine transdermaalne imendumine.
infusioonilahuse kontsentradi pulber	inf.konts.pulv	Powder for concentrate for solution for infusion	Tahke steriilne ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest pulbrist (k.a külmkuiwatatud pulbrid), mille lahustamisel ette nähtud vedelikus saadakse infusioonilahuse kontsentraat. Saadud kontsentraati peab enne infusioonilahusena manustamist veel kord lahjendama. Terminit kasutatakse ainult juhul, kui mõlemad lahjendamised tuleb ohutuse tagamiseks läbi viia alati enne manustamist.
süste-/infusioonilahuse pulber	inj./inf.pulv	Powder for solution for injection/infusion	Tahke steriilne ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest pulbrist (k.a külmkuiwatatud pulbrid) ja mille lahustamisel ette nähtud vedelikus saadakse süste-/infusioonilahus.
süstelahuse pulber	inj.pulv	Powder for solution for injection	Tahke steriilne ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest tahket toimeainet sisaldavast pulbrist (k.a külmkuiwatatud pulbrid) ja millest saadakse süstelahus, lahustades pulbrit ette nähtud vedelikus.

toimeainet prolongeeritult vabastav kõvakapsel	prolong.kaps	Prolonged-release capsule, hard	Tahke üheannuseline toimeainet modifitseeritult vabastav ravimvorm kõvas kestas. Ravimvorm võimaldab toimeaine(te) aeglasemat vabanemist kui konventsionaalse vabanemise korral. Toimeaine prolongeeritud vabanemine saavutatakse spetsiaalse disaini ja/või tootmismeetodiga. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel.
pehmekapsel	pehmekaps	Capsule, soft	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis on varieeruva suurusega pehme kesta sees. Kest on valmistatud želatiinist või mõnest muust ainest ning võib sisaldada üht või mitut tahket toimeainet. Kest on paksem kui kõvakapsliil ning koosneb ühest osast, sest pehmekapslid valmistatakse, täidetakse ja suletakse enamasti ühe operatsiooni käigus. Kesta sisu võib olla pooltahke või vedel. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel.
süstesuspensioon	inj.susp	Suspension for injection	Vedel steriilne ühe- ja mitmeannuseline ravimvorm; suspensioon, mida manustatakse süstena.
suukaudse lahuse pulber	p.o.sol.pulv	Powder for oral solution	Tahke ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest tahkest toimeainest ja võib sisaldada ka ette nähtud vedelikus lahustumist kergendavaid abiained. Termin hõlmab ka külmuivatatud pulbreid. Suukaudne lahus valmistatakse enamasti vahetult enne manustamist.
suus dispergeeruv tablett	suus disp.tab	Orodispersible tablet	Tahke üheannuseline ravimvorm; katmata tablett, mis pannakse suhu, kus see enne allaneelamist süljes kiiresti dispergeerub.
toimeainet modifitseeritult vabastav tablett	modif.tab	Modified-release tablet	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis käitub toimeaine vabastamise kiiruse, koha ja/või aja seisukohalt toimeainet konventsionaalselt vabastavast tablettist erinevalt. Taotluslik modifikatsioon saavutatakse spetsiaalse disaini ja/või tootmismeetodiga. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel. Toimeainet modifitseeritult vabastavate tablettide hulka kuuluvad toimeainet prolongeeritult, viivitatult ja pulseerivalt vabastavad tabletid. Terminit kasutatakse ainult juhul, kui terminid „gastroresistentne tablett“ või „toimeainet prolongeeritult vabastav tablett“ ei ole kohased.

siirup	sir.	Syrup	Vedel ühe- või mitmeannuseline suukaudne vett sisaldav ravimvorm, mida iseloomustab magus maitse ja viskoossus ning mis enamasti sisaldab lõhna- ja/või maitseaineid. Mitmeannuselisest pakendist manustatakse iga annus, enamasti 5 ml või selle kordne, sobiva mõõtevahendiga.
rektaalsuposiit	rekt.sup	Suppository	Tahke üheannuseline ravimvorm, mille kuju, suurus ja konsistents on sobivad selle rektaalseks manustamiseks. Suposiidid sisaldavad üht või mitut toimeainet lahustatuna või dispergeerituna sobivas massis, mis võib olla lahustuv, vees dispergeeruv või sulada kehatemperatuuril.
suukaudsed tilgad, lahus	p.o.gtt	Oral drops, solution	Vedel, enamasti mitmeannuseline suu kaudu manustatav ravimvorm; lahus, mis koosneb ühest või mitmest sobivas lahustis lahustatud toimeainest. Ravimvormi manustatakse väikestes kogustes sobiva, täpset annustamist võimaldava mõõtevahendi, nt tilguti, pipeti või suusüstla abil. Väljamõõdetud annust võib enne allaneelamist vees või muus sobivas vedelikus veel kord lahjendada.
ninasprei, lahus	ninasprei	Nasal spray, solution	Vedel ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; lahus nasaalseks manustamiseks. Pakendatud mõõteklapiga või ilma selleta rõhu all olevasse pakendisse või spreipumbaga (või mõne teise spreid tekitava vahendiga) pakendisse.
infusioonilahuse pulber	inf.pulv	Powder for solution for infusion	Tahke steriilne ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest tahket toimeainet sisaldavast pulbrist (k.a külmuivatatud pulbrid) ja millest saadakse infusioonilahus, lahustades pulbrit ette nähtud vedelikus.
kihisev tablett	kih.tab	Effervescent tablet	Tahke üheannuseline ravimvorm; katmata tablett, milles sisalduvad happelised ained ja karbonaadid või vesinikkarbonaadid vabastavad vees kiiresti reageerides süsinik-dioksiidi. Kihisevad tabletid lahustatakse või dispergeeritakse enne suukaudset manustamist vees.
nahalahus	nahalahus	Cutaneous solution	Vedel, enamasti mitmeannuseline ravimvorm, mis koosneb toimeainest ja sobivast lahustist. Manustatakse nahale.
närimistablett	närim.tab	Chewable tablet	Tahke üheannuseline ravimvorm; katmata tablett, mis tuleb enne allaneelamist katki närida. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel.

peritoneaaldialüsilahus	p.d.sol	Solution for peritoneal dialysis	Steriilne vesilahus intraperitoneaalseks manustamiseks. Lahus sisaldab elektrolüüte kontsentratsioonis, mis on ligilähedane plasma elektrolüütisele koostisele, ja erinevas kontsentratsioonis glükoosi või teisi sobivaid osmootseid aineid.
inhalatsioonipulber	inh.pulv	Inhalation powder	Tahke mitmeannuseline ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest tahket toimeainet sisaldavast pulbrist, mida manustatakse kindlat annust tagava mehhanismiga varustatud inhalaatori abil.
infusiooniemulsioon	inf.emuls	Emulsion for infusion	Vedel steriilne ravimvorm; õlivesiemulsioon, mis on enamasti ette nähtud suurtes kogustes manustamiseks ning enamasti vereringesse viimiseks.
loseng	loseng	Lozenge	Tahke üheannuseline ravimvorm, mida imetakse enamasti paikse toime saavutamiseks suuõõnes ja kurgus. Loseng on kõva, vormivalamise teel valmistatav ravimvorm. Tavaliselt sisaldavad maitse- ja magusaineid. Imedes lahustuvad või lagunevad aeglaselt.
suukaudse suspensiooni pulber	p.o.susp.pulv	Powder for oral suspension	Tahke ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest tahkest toimeainest ja võib sisaldada ka ette nähtud vedelikus disperseerumist kergendavaid ning säilitamisel sedimentatsiooni vältivaid abiaineid. Termin hõlmab ka külmkuivatatud pulbreid. Suukaudne suspensioon valmistatakse enamasti vahetult enne manustamist.
meditsiiniline surugaas	surugaas	Medicinal gas, compressed	Rõhu all gaas, mis on temperatuuril -50°C gaasilises olekus.
süstesuspensioon süstlis	inj.susp.süstlis	Suspension for injection in pre-filled syringe	Süstliste pakendatud süstesuspensioon.
silmatilgad, suspensioon	okul.gtt.susp	Eye drops, suspension	Vedel steriilne ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; vesi- või õlisuspensioon okulaarseks manustamiseks. Mitmeannuseline pakend võimaldab mugavat tilkadena manustamist. Pakendi suurus on tavaliselt 10 ml.

transdermaalne plaaster	t.derm.pl või t.d.p	Transdermal patch	Elastne üheannuseline ravimvorm, mida kasutatakse kahjustamata nahal, kus toimeaine vabaneb pikema aja jooksul ja avaldab süsteemset toimet. Transdermaalsed plaastrid koosnevad tagalehest, millele on kinnitatud üht või mitut toimeainet sisaldav mahuti ning mille peal on survetundlik liim, mis tagab ravimi adhesiooni nahale. Tagaleht on toimeaine(te)le ja tavaliselt ka veele läbimatu. Mahutisüsteemides võivad toimeained olla lahustunud või dispergeeritud pooltahkes aluses või tahkes polümeermaatriksis, mis on nahast eraldatud vabanemiskiirust mõjutava membraani abil. Survetundlik liim võib olla kantud kogu membraanile või mõnedesse kohtadesse membraanil või ainult membraani ja tagalehe äärel. Maatriksüsteemid sisaldavad toimeainet tahkes või pooltahkes maatriksis, mille omadused mõjutavad toimeaine difusiooni kiirust nahka. Maatriksüsteem võib olla ka lahus või dispersioon survetundlikus liimis. Toimeainet vabastav plaastripool on kaetud kaitsva pealistasmaterjaliga, mis enne plaastri nahale asetamist eemaldatakse.
suukaudne suspensioon	p.o.susp	Oral suspension	Vedel ühe- või mitmeannuseline suukaudne ravimvorm, kus üks või mitu toimeainet on dispergeeritud sobivas lahustis. Mitmeannuselisest pakendist manustatakse iga annus, enamasti 5 ml või selle kordne, sobiva mõõtevahendiga.
süste-/infusiooniemulsioon	inj./inf.emuls	Emulsion for injection/infusion	Vedel steriilne ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; emulsioon, mida manustatakse süste või infusioonina. Enne infusioonina manustamist ravimvorm enamasti lahustatakse.
toimeainet modifitseeritud vabastav kõvakapsel	modif.kaps	Modified-release capsule, hard	Tahke üheannuseline ravimvorm kõvas kestas. Ravimvorm võimaldab muuta erinevalt konventsionaalse vabanemisega kapslitest toimeaine vabanemise kiirust, kohta ja/või aega. Taotluslik modifitseerimine saavutatakse spetsiaalse disaini ja/või tootmismeetodiga. Manustatakse suu kaudu allaneelamisel. Toimeainet modifitseeritud vabastavate kõvakapslite hulka kuuluvad toimeainet prolungeeritud, viivitatult ja pulseerivalt vabastavad ravimvormid. Terminit kasutatakse ainult juhul, kui terminid „gastroresistente kõvakapsel” ja „toimeainet prolungeeritud vabastav kõvakapsel” ei ole kohased.

toimeainet prolongeeritult vabastava süstesuspensiooni pulber ja lahusti	prolong.inj.susp.pulv+lahusti	Powder and solvent for prolonged-release suspension for injection	Steriilne pulber (k.a külmuivatatud pulber) ja steriilne lahusti toimeainet prolongeeritult vabastava süstesuspensiooni valmistamiseks, dispergeerides pulbri lahustis.
annustatud inhalatsioonipulber	dos.inh.pulv	Inhalation powder, pre-dispensed	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest tahket toimeainet sisaldavast inhaleeritavast pulbrist, mis on pakendatud muusse sobivasse vormi peale kõvakapsli. Ravimvorm paigutatakse aerosooli tekitamiseks pulbriinhalaatorisse.
inhalatsiooniaerosool, suspensioon	inh.aer.susp	Pressurised inhalation, suspension	Inhalatsioonisuspensioonist koosnev vedel mitmeannuseline ravimvorm, mis on pakendatud rõhu all olevasse mõõteklapiga pakendisse.
ninasprei, suspensioon	ninasprei susp	Nasal spray, suspension	Vedel ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; suspensioon nasaalseks manustamiseks. Pakendatud mõõteklapiga või ilma selleta rõhu all olevasse pakendisse või spreipumbaga (või mõne teise spreid tekitava vahendiga) pakendisse.
silmasalv	silmasalv	Eye ointment	Pooltahke steriilne ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; salv okulaarseks manustamiseks. Võib olla pakendatud kokkupigistatavatesse kanüüliga tuubidesse, mis sisaldavad kuni 5 g salvi, või sobivatesse üheannuselistesse pakenditesse. Pakendi kuju või tuubi otsik võimaldab ära hoida ravimi saastumise manustamisel.
süstelahus kolbampullis	inj.kolbamp	Solution for injection in cartridge	Kolbampulli pakendatud süstelahus.
süsteravimi lahusti	inj.lahusti	Solvent for parenteral use	Vedel steriilne ravimvorm; lahusti, mis ei sisalda toimeaineid, vaid on ette nähtud parenteraalse süsteravimi valmistamiseks. Terminit kasutatakse ainult juhul, kui lahusti on turul omaette eraldi tootena ega ole kasutusel lisatootena, nagu näiteks „pulber ja lahusti süstelahuse valmistamiseks”.
süstesuspensiooni pulber ja lahusti	inj.susp.pulv+lahusti	Powder and solvent for suspension for injection	Kahest konteinerist koosnev pakend, mis sisaldab steriilset pulbrit (k.a külmuivatatud pulbrid) ja steriilset lahustit, millest pulbri dispergeerimisel lahustis valmistatakse süstesuspensioon.
vaginaalsuposiit	vag.sup	Pessary	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis valmistatakse tavaliselt vormivalamisel. Võib olla erineva kujuga, tavaliselt munajas, mille suurus ja konsistents võimaldavad ravimvormi viimise tuppe paikse toime saavutamiseks. Sisaldab üht või mitut toimeainet, mis on dispergeeritud või lahustatud sobivas aluses, mis omakorda võib olla vees lahustuv või dispergeeruv või sulada kehatemperatuuril.



inhalatsioonipulber kõvakapslis	inh.pulv.kaps	Inhalation powder, hard capsule	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis koosneb ühest või mitmest tahket toimeainet sisaldavast inhaleeritavast pulbrist kõvakapslis. Kapsel paigutatakse aerosooli tekitamiseks pulbriinhalaatorisse.
kapsel	kaps.	Capsule	Pole standardtermin. Kasutada ainult juhul kui kapsli täpne tüüp on teadmata.
nebuliseeritav lahus	nebul.sol	Nebuliser solution	Inhalatsioonilahusest koosnev vedel ravimvorm, mida manustatakse aerosoolina kestva või kindlat annust tagava pulveriseerimise teel.
ravimplaaster	rav.pl	Medicated plaster	Elastne üheannuseline ravimvorm, mis asetatakse nahale enamasti paikse toime saavutamiseks. Ravimplaaster koosneb toimeainet sisaldavast kleepuvast alusest, mis on ühtlase kihina jaotatud sobilikust looduslikust või sünteetilisest materjalist valmistatud toetavale kihile. Kleepuv osa on kaetud kaitsematerjaliga, mis eemaldatakse enne ravimplaastri nahale asetamist. Ravim-plaastreid valmistatakse väga erineva suurusega, mh suuremate lõigatavate lehtedena.
suukaudse suspensiooni graanulid	p.o.susp.gran	Granules for oral suspension	Tahke ravimvorm, mis koosneb seotud osakestest ning võib sisaldada ka ette nähtud lahustis määrgumist ja dispergeerumist kergendavaid abiaineid. Suukaudne suspensioon valmistatakse enamasti vahetult enne manustamist.
inhalatsiooniaerosool, lahus	inh.aer.sol	Pressurised inhalation, solution	Inhalatsioonilahusest koosnev vedel mitmeannuseline ravimvorm, mis on pakendatud rõhu all olevasse enamasti mõõteklapiga varustatud pakendisse.
meditsiiniline vedelgaas	vedelgaas	Medicinal gas, liquefied	Rõhu all gaas, mis on temperatuuril -50°C osaliselt vedel.
ninatilgad, lahus	nas.gtt.sol	Nasal drops, solution	Vedel ühe- või mitmeannuseline ravimvorm; sobiva aplikaatori abil ninna manustatav lahus.
ravimnärimiskumm	rav.näts	Medicated chewing-gum	Tahke üheannuseline ravimvorm, mis koosneb peamiselt kummipõhisest alusest, mida tuleb närida, kuid mitte alla neelata. Toimeained vabanevad sülge närimisel. Ravimnärimiskummi kasutatakse paikseks (suuõõne) või süsteemseks raviks pärast toimeaine(te) imendumist läbi suu limaskesta või seedetrakti.
suuõõnesprei, lahus	orom.sprei.sol	Oromucosal spray, solution	Vedel, enamasti mitmeannuseline ravimvorm; lahus oromukosaalseks manustamiseks. Lahust pihustatakse suuõõnde, soovitud kohta suuõõnes või kurku. Pakendatud rõhu all olevasse spreipumbaga pakendisse, millel võib olla mõõteklapp. Terminit ei kasutata keelealuse spreid kohta.