

Kiire abi päästab aju

Kui insuldi põhjuseks on peaaaju veresoonte sulgumine, tuleb ülimalt kiiresti tegutseda.

Oleme harjunud rääkima südame-veresoonehaigustest, mõeldes selle all eeskätt südameinfarkti. Tegelikult on vähemalt sama olulised peaaaju veresoontega seotud haigused, täpsemalt insult, mis esineb sagedamini naistel ning põhjustab sageli rasket püsivat puuet. Insult on suurim puude põhjustaja Euroopas.

Insuldi all mõtleme nii peaaaju veresoonte sulgumisest tingitud peaaaju infarkte kui veresoonte lõhkemisest tingitud verevalandust.

Viimasel ajal on tehtud suuri edusamme just peaaaju veresoonte sulgusega seotud peaaaju infarkti ravis, kuid viimase tõhususe sõltub kiirusest, millega infarkti saanud inimene haiglasse jõuab.

See on vajalik nii inimese enda, tema lähedaste ja kõikide pealtnägijate kui ka kiirabi ning haigla arstide kiire tegutsemise.

TROMBOLÜÜS NÜÜD LUBATUD 4,5 TUNNI JOOKSUL

Viimasel ajal on üha enam hakatud kasutusele võtma trombolüüsi peaaaju infarkti tekitanud trombi lõhustamiseks. See on protseduur, mille käigus süstitakse veeni ravimit, mis vähendab vere hüübivust ja samal ajal lõhustab trombi. Kui trombi lõhustub täielikult, taandub halvatus juba ravi ajal. Igal juhul on aga tõestatud, et kõikide trombolüüsitud inimeste paranemine on 3 kuu pärast parem, võrreldes nendega, kellel seda ravi tehtud ei ole.

Kiire tegutsemine on vajalik, sest ajukahjustus peaaaju infark-



ti koldes süveneb iga hetkega ning trombolüüs on efektiivne vaid kindla aja jooksul.

Siiani oli trombe lõhustav ravi lubatud vaid 3 tunni jooksul insuldi esimeste sümptomite ilmnemisest. Sel aastal, 25. septembril toimunud insuldi maailmakongressil Viinis avaldati uurimuse tulemused, millest osutus, et trombolüüs on tõhus ning ohutu ka 4,5 tunni möödumisel pärast peaaaju infarkti teket. Seda ravi saanutel on kolmandiku võrra suurem tõenäosus edasises igapäevaelus iseseisvalt hakkama saada.

Kahjuks tehakse hetkel trombolüüsi vaid Tallinna ja Tartu haiglates. Samas tänu sellele, et nüüd võib trombolüüsi teha kuni 4,5 tundi pärast käe-jala nõrkuse teket, on võimalik ka väljaspool neid linnu elavatel inimestel jõuda haiglasse õigeaegselt. Kõige olulisem on ära tunda insuldi varajased sümptomid ja kohe kutsuda kiirabi.

MILLISED ON PEEAJU INFARKTI PÕHJUSED?

Peaaaju infarkti haigestumus suureneb hüppeliselt pärast 65. eluaastat ning insuldi risk suureneb pidevalt vanuse suurenemisega. Peaaaju infarkti teket soodustavate faktorite hulgas on mitmeid, mida saame mõjutada ning sellega riski vähendada.

Kindlalt on tõestatud, et tervislik eluviis vähendab



Sportlik tegevus vähendab riski peaaaju infarkti tekkeks.

peaaaju infarkti riski. Meile kõigile tuntud tavapärased asjad, nagu mittersuitsetamine, normaalne kehakaal, mõõdukas füüsiline koormus, ka vaid 30 minutit päevas – kõik vähendavad riski peaaaju infarkti tekkeks.

Väga oluline on ka vererõhu jälgimine ja vajadusel ravi. Kui varem on arvatud, et vererõhk peabki vanemas eas kõrgem olema, siis tänapäeval on selge, et vanusest sõltumatult on inimesel kõrgvererõhktõbi, kui tema vererõhk on kõrgem kui 139 ülemine ehk süstoolne väärtus ning 80–89 alumine ehk diastoolne väärtus.

Kaasajal tuleks juba tähelepanu pöörata vererõhu väärtustele, mis ületavad 120/80 piiri.

Teine oluline faktor on kolesterool, mille erinevad allliigid samuti mõjutavad peaaaju infarkti teket, ravi vajaduse osas peaks konsulteerima perearstiga. Samuti on teada, et kui inimesel on mitmeid veresoonehaiguste riskifaktoreid ja/või on olnud kas südame või peaaaju veresoonte isheemia tunnuseid, on soovitatav kasutada aspiriini, mis vähendab vere-

soonte tromboosi riski. Kui inimesel on südame arütmia, soovivad arstid enamasti kasutada veelgi tugevamaid nn verevedeldajaid.

TUNNE HAIGUST

Kahjuks siiski, hoolimata profülaktika võimalustest ning efektiivsusest, tekib Eestis vähemalt 3000 inimesel aastas peaaaju infarkt. Kuidas seda ära tunda? Oluline on meele pida, et peaaaju infarkt ei teki ta valu. Peaaaju veresoone umbumine toob kaasa äkki tekkinud ühe kehapoolse nõrkuse, millega võib kaasneda kõnetakistus. Peaaaju infarkt võib tekitada nii kerge nõrkuse ehk osalise halvatuseni kui ka täieliku halvatuseni, mil inimene ei saa üldse kätt ega jalga liigutada. Oluline on kohe kutsuda kiirabi, kui lähedane kaebab kas või kerget käe nõrkust, ka siis, kui nõrkus või kõnehäire tekkis ning möödub kiiresti. Efektiivselt ravida saame vaid loetud tundide jooksul.

Dr KATRIN GROSS-PAJU ja dr SIIM SCHNEIDER LTKH närvihaiguste keskusest