

LUGEJA KÜSIB

Miks sügeleb?

Viimasel ajal on mul nahk hakanud õhtuti sügelema. Kohe nii hullusti, et pean kratsima ja vigastan sealjuures küüntega nahka. Arvasin, et mul on sügelised, kuid arst eitab seda. Mul uuriti ka vere suhkrusisaldust, see oli normis. Mis võiks olla sügelemise põhjus? Olen pensionieas.

Vastab
NAOMI LOOGNA

Lugeja Võrumaalt

Naha või limaskestast sügelemine, ladina keeles *pruritus*, on eba-meeldiv tunne, mis sunnib kratsima. Sügelemise ulatus võib olla erinev. Mõned kannatavad üldise, teised ainult mõne kehapiirkonna kiheluse all. Sagedamini kurdetakse pea, sõrmevahede, suguelundite ja päarakupiirkonna sügelemise üle. Nahk ja limaskestad võivad sealjuures olla nähtavate muutusteta.

Sügeleda võib perioodiliselt – ainult õhtuti, väga sooja ilmaga jne.

Nahk võib kihededa nõrgalt või siis nii tugevasti, et sunnib ilmtingimata kratsima. Viimane kahjustab nahka, mis omakorda suurendab sügelustunnet. Lõpuks hakkab naha pind punetama, muutub krobeliseks, pakseneb, ilmub ketendus. Piskute sattumisel nahavigastustesse tekib põletik.

PALJU PÕHJUSI

Sügelusel võib olla väga erinevaid põhjusi – naha- ja sisehaigused, ravimid, väliste ärritajad, psühhogeensed tegurid.

Mõnede sisehaiguste kor-



REPRO

ral kuhjuvad nahka kihelust põhjustavad ainevahetussaadused. Seetõttu kannatavad eriti sageli sügeluse all neeru- ja maksahaigustega patsiendid, samuti suhkruhaiged. Inimene ei pruugi seejuures oma suhkruhaigusest teadlik olla.

Vanematel meestel on sügelemine mõnikord seotud eesnäärme suurenemisega.

Kihedelema võivad naha panna ka mõned riietusesemed, nende materjalid, värvained. Tõuget selleks annavad teinekord veel allergeenid või ärritav-toksilised ained, näiteks ravimpreparaadid, toiduained, nende lisandid, õietolm, seened, mürgid, putukate ja parasiitide sekreet, kokkupuude lõhnaainete ning parfüümidega.

Mõningate nahahaiguste, näiteks sügeliste korral on nahk väliselt tunduvalt muutunud ning reeglina kaasneb sügelemine.

Sügelemist võivad põhjustada naha toitumishäired, näiteks veenikomude piirkonnas jalgadel. Peanaha kihelamine on sageli seotud rasunäärmete haiguse seborröaga.

Suguelundite piirkonna sügelemist põhjustavad parasiidid trihhomoonased, seened, kubemetäid, samuti mõningad günekoloogilised haigused. Pärassoole piirkonna kihelamine on sageli tingitud hemorroididest, päraku haavanditest, aga ka soole-nugulistest.

NAHK VAJAB HOOLT

Sügelemise põhjused võivad olla veel psühhogeensed, näiteks tekib sügelustunne asotsiaali läheduses viibides.

Kroonilise kiheluse korral tuleb nõu pidada arstiga. Ravimisel on kõige tähtsam kõrvaldada probleemi põhjustav tegur või tegurid.

Mõningate retseptiravimite abil on sügelust võimalik leevendada. Määritakse ka

Sügeluse põhjusi

- Nahahaigused: allergilised nahahaigused, naha viirus- ja bakternakkused, seenhaigused, psoriaas ehk soomussammaspool jt.
- Sisehaigused: suhkruhaigus, krooniline neerupuudulikkus, maksahaigused, kasvaja, verehaigused (lümfoom, leukeemia).
- Krooniline mäda kolle organismis.
- Närvisüsteemi haigused.
- Rasedusega seotud tüsistused ja haigused.
- Ravimite kõrvalmõjud.
- Stress.

salitsüül- ja mentoolpiirituse, sidrunimahlagaga. Oluline on nahka hooldada, et see ei muutuks liiga kuivaks. Selle jaoks on müügil mitmeid nahahoolduskomplekte: Orion, Sebamed, Essex, Eucerin, Linnola jt. Lisaks kreemidele kuuluvad sinna veel seebi- asendajad ja vanniõli.

LUGEJA SOOVITAB

Sibulaga konnasilmast priiks

Soovitasite konnasilma ravida äädikas leotatud saiatüki abil. Võin omalt poolt soovitada vahendit, mille abil konnasilmast ühe korraga lahti saab. See on omal nahal ja pereliikmete peal mitu korda järele proovitud.

Pange hommikul tükk sibulat 30% ää-

dikasse likku. Õhtul leotage konnasilm sooja vees pehmeks. Pange peale just konnasilma suurune tükk äädikas leotatud sibulat ja siduge kinni. See võib naha kiptama panna, aga aitab kindlalt.

ANN PEEP