

Algus lk 246

“Pimesoolepõletiku puhul on valud tavaliselt paremal alakõhus, aga ussripik võib asetseda ka ebatüüpiliselt. Siis on valud kas rohkem keskel alakõhus või ülakõhus.”

Lõplik diagnoos langetatakse anamneesi, kõhu palpatsiooni, vere põletikunäitajate esinemise ja ultraheliuuringute alusel, mis näitab, kas pimesoole ümbruses on vedelikku.

Funktsionaalsed kõhuvalud

Dr Rosenthal tunnistab, et 50% kõhuvalude põhjustest jääbki sageli selgusetuks, sest enamasti on need n-õ funktsionaalsed, mööduvad kõhuvalud, mis seotud kõhugaaside, spasmide, kõhukinnisusega.

“Lastel on esinenud ka kõige tavalisemaid lihasvalusid – laps on kas trenni teinud või tõstnud väikest õekest-vennakest. Pahatihti on aga tegu kõhukinnisusega. Lapsevanemad ei taipa alati küsida, millal lapse kõht viimati läbi käis.”

Kõhuvalu kurtmine on lastel paraku kõige sagedasem nipp koolist puudumise lunimiseks. Perearst soovib igasse lapse kaebusesse siiski tähelepanuga suhtuda. Kahtluse korral tasub jälgida, kas lapse kõhuvalu kaob hetkega, kui teda paelub mingi lemmiktegevus.

“Tihti on lapse kõhuvalu tingitud tühjust kõhust. Kui hommikul kõhuvaluga ärkanud laps saab sooja toitu, võib valu kaduda. Kui kõhuvalud korduvad, tuleks kindlasti pöörduda perearsti poole, sest meil on lihtsam valu põhjuseid selgitada. Vahel viitab kõhuvalu või selle teesklemine aga tähelepanu puudusele või probleemidele koolis, mis mõlemad on tõsised asjad.”

Enteroviirus ehk kõhugriip

Enteroviirust tuleb kõhuvalu korral kahtlustada siis, kui lisaks valule esineb ka muid sümptomeid:



SHUTTERSTOCK

Kindlasti ei tohi tundmatu valu korral kasutada soojenduskotti ega muud soojendavat vahendit. Soe võib suurendada põletiku levikut või hoogustada verejooksu.

kõhulahtisus või oksendamine, palavik.

“Inimesed, keda on tabanud kõhulahtisus, tahavad harilikult sellest murest kiiresti vabaneda ning ostavad apteegist käsimüügiravimeid, näiteks loperamidi, mis paneb kõhu kinni,” teab dr Rosenthal.

“Kui organism on mürgistus seisundis, püüab ta mürgist vabendada ning seda ei tohiks takistada. Olukord muutub sellega vaid halvemaks. Loperamiidi võib võtta ainult juhul, kui ollakse kindel, et kõhulahtisus ei ole seotud bakteriaalse ega viirusliku kõhulahtisusega.”

Arsti sõnul võib lastele anda mürgistuse ja kõhulahtisuse puhul söetablette, neid võib päeva jooksul manustada korduvalt. Täiskasvanud võiksid võtta 2–3 Sorbexi tabletti, mis on oma toimel sama mis söetablett, kuid kümneid korde tõhusam. Ka Rennie tabletid aitavad, kui on tegu ülehappesusest tingitud mao ärritusnähtudega.

Kuidas end ise aidata

Tänapäeval on ka tohtrid seisukohal, et inimene ei pea valu kannatama. Aga arsti poole pöörduja võib karta, et valuvaigisti peidab lisaks haiguse tunnused.

Dr Rosenthal kummutab selle arvamuse: “Kindlasti tohib võtta kaks tabletti Paracetamoli või sama palju No-spad – valu leevendub, aga tõsist haigust sellega ei peida. Mööduvate, niinimetatud funktsio-

naalsete valude puhul aitavad need valu lausa unustada.”

Kas on midagi, mida ei tohi teha? “Päris kindlasti ei tohi tundmatu valu korral kasutada soojenduskotti ega mingit muud soojendavat vahendit. Soe võib suurendada põletiku levikut, samuti hoogustada verejooksu.”

Paljud võtavad valuvaigistina ibuprofeeni sisaldavaid tablette, aga ka neid dr Rosenthal väga ei soovita: “Kui valu on tingitud maoärritusest, koguni maohaavandist, teeb see ravim asja hullemaks. Paracetamol ärritab magu vähem.”

Väikelaste gaasivalud on teada-tuntud, aga ka täiskasvanutel võivad sellised valud tekkida pika söögivahe ajal ja minna pärast söömist veel hullemaks. Kust need gaasid tulevad?

“Üldjuhul soodustab gaaside teket mao ülehappesus. Seda soosivad omakorda närvipinge ja suur töökoormus. Ka reflukshaigus võib anda tugeva rindkerevalu.

Kõhugaaside kogunemisest tekkinud spasme aitavad silelihaste lõõgastamisega leevendada No-spa tabletid, see on tõhus spastiliste valude vastane ravim. Abi võib saada ka Rennie tablettidest ja Sorbexist.”

Dr Rosenthal soovib mao ülehappesuse korral kindlasti üle vaadata oma toidumenüü. Sageli piisab ka sellest, kui süüa tihedamini, vältida gaasilisi jooke, alkoholi ja võrtsikaid toite.

 **Empatrx**
tervisekauplus
www.invaabi.ee

E, T, N, R 9–17
K 9–19, L 10–13

Empatrx OÜ
Tartu mnt 32, Tallinn
tel 600 0666

Nõustamine, tellimine:
tel 5560 5125
faks 711 2883
e-post info@invaabi.ee
e-pood www.invaabi.ee

- ortopeedilised tugisidemed (ortoosid, korsetid)
- songavööd/bandaažid
- Amoena välised rinnaproteesid ja spetsiaalpesu
- ravisukatooted
- valmislahased (sõrme, käe, jala)
- silikoonist ortopeedilised abivahendid
- ortopeedilised jalanõud ja tallatoed
- taastusravivahendid
- nahahooldusvahendid
- inva- ja liikumisabivahendid (müük ja laenus)

Isikliku Abivahendi Kaardiga müük soodustatud tingimustel.