

Ei leivale-saiiale?!

Tsöliaakiasse ehk gluteen-enteropaatiasse, rahvakeeli ka teravilja-talumatusesse haigestumine on viimastel aasta- (kümne)tel kogu maailmas plahvatuslikult sagenenud, nendib Tartu Ülikooli kliinikumi lastekliiniku arst-õppejõud **Oivi Uibo**.

TEKST **TIINA KOLK**
FOTO **REUTERS / SCANPIX**

Eestis on lastel tsöliaakiat viimastel ajal diagnoositud umbes 30 korda rohkem kui 35 aastat tagasi, lisab Uibo, kes 1994. aastal kaitses tsöliaakiauringute põhjal tehtud meditsiinidoktori-tööd.

Viimastel kümnenditel on inimeste toitumisharjumused nii Eestis kui ka mujal väga oluliselt muutunud. Varem sõid eestlased kartulit, liha ja rukkileiba – rukkis on aga kordades vähem tsöliaakiat vallandavat ehk peensoole limaskesti kahjustavat valku kui nisus, selgitab arst. Paraku eelistatakse meilgi üha rohkem nisutooteid ehk valget saia, makarone, pastat ja pitsat. See paneb organismile suure koormuse ning päriliku eelsoodumusega inimestel võib teatud tingimustel – näiteks kui soolenakkus on peensoole limaskestast juba eelnevalt pisut kahjustanud – vallanduda haigus.

Kuigi esmased andmed tsöliaakia kohta pärinevad juba II sajandist eKr, kirjeldati tõve kolme iseloomulikku haigusnähtu – periooditi esinevat kõhulahtisust, kõhnumist ja kõhupuhitust – alles 1888. aastal. Kulus veel enam kui sada aastat, kuni teadusuuringud kinnitasid, et tsöliaakia on klassikaline autoimmuunhaigus, mille puhul nisus, rukkis, odra (võimalik, et ka kaeras) sisalduvate valkude toimel kahjustub haigel peensoole limaskest ja hävivad selle hatud. Kuna viimaste kaudu imenduvad organismi kõik toitanud (valgud, rasvad, süsivesikud, vitamiinid, mineraalained ja mikroelemendid), kujuneb haigel välja nende vaegus.

Tsöliaakia võib avalduda igas vanuses. Alates esimesest kirjeldusest kuni 1980ndateni tunti seda kui kõhnunud, samas suure punnis kõhu, kroonilise kõhulahtisuse, rauavaegu-



se vms käes vaevlevate imikute või väikelaste tervisehädade. Siis hakati haigust diagnoosima juba vanematel lastel, ja mida aasta edasi, seda rohkem ka täiskasvanutel.

See asjaolu ongi pannud kogu maailma teadlased elavalt tsöliaakiat uurima, sest pahatihti just kliinilise pildi muutumise tõttu ei tunta haigust kohe ära ja see jääbki ravimata, tõdeb Uibo. Tema sõnul võib haigetel esineda mitmesuguseid vaevusi: rauavaegusaneemia, kasvupeetus (kuigi kaal või olla normis või inimene isegi ülekaalus), osteoporoos. Samuti puberteedi hilinemine, menstruaatsioonitsükli häired, sagedased iseeneslikud abordid, viljatus, paljud neuroloogilised ja psühhiaatrilised probleemid, aga ka hammaste emaili ja struktuuri muutused ning suu limaskestast haavandid. Paraku satuvad selliste haigusnähtudega haiged gastroenteroloogi asemel tavaliselt teiste spetsialistide vastuvõtule.

«Paljudel haigetel on pikka aega olnud «tagasihoidlikud» vaevused, mille põhjust pole varem uuritud või avastatud,» mainib õppejõud. «Tsöliaakiat saab ravida ainult seda vallandava toidu – nisu, odra, rukki – vältimisega, see tagab peensoole limaskestast täieliku taastumise. Erakordselt range toidupiirang on eluaegne.»

Uibo rõhutab, et toidusedelit ei tohi siiski muutma hakata enne lõpliku diagnoosi panemist – vastasel juhul võib peensoole limaskestast täielikult taastuda ning hiljem on raske kindlaks teha, kas tegu oli üldse tsöliaakiaga ja kas edaspidised ranged dieedipiirangud on vajalikud. **la**

SÜNNIPÄEVAHINNAD!

Paljud prilliraamid –25% kuni –50%
Kehtib raami ja klaaside koosostul

Kõik Tokai prilliklaasid –25%
Kehtib raami ja klaaside koosostul

Sertifikaat –50%

Prilli- või läätseostjale silmakontroll tasuta

**Juba 18 aastat professionaalset teenindust, head kaubavalikut ja usaldusväärsust!
Elu on vaatamist väärt!**

<p>TALLINN Pärnu mnt 10 E-R 10-19, L 10-17 telefon 627 0110 Endla 12 E-R 10-19, L 10-17 telefon 662 1150 Paldiski mnt 102 (Rocca al Mare kaubanduskeskuse 1. korrusel) E-P 10-21 telefon 665 9105</p>	<p>TARTU Kaluri 2 (hotell "Tartu" juurdeehitus) E-R 10-18, L 10-15 telefon 733 3938 Lõunakeskus Ringtee 75 E-P 10-21 telefon: 731 5638</p> <p>RAKVERE Põhjakeskus, Tõremäe E-P 10-20 telefon 326 0500</p>	<p>PÄRNU Rüütli 39 E-R 10-18, L 10-15 telefon 445 1900 Kaubamajakas Papiniidu 8/10 E-P 10-20 telefon 445 5979</p>
--	--	---

EAGLE VISION
Elu on vaatamist väärt
www.eagle-vision.ee