

# Tsöliaakiapatsiendi raviteekond

ÜHA ROHKEM RÄÄGITAKSE TÄNAPÄEVAL PATSIENDI RAVITEEKONNAST. SEE PEAB LÄHTUMA KONKREETSE PATSIENDI VAJADUSEST JA KÕIK OSAPOOLED (MEDITSIINITÖÖTAJAD, SOTSIAALTÖÖTAJAD, NÕUSTAJAD, PATSIENDID JA NENDE LÄHEDASED JT) PEAVAD OLEMA RAVITEEKONNAST TEADLIKUD NING SUHTUMA SELLESSE VASTUTUSTUNDEGA.



“

EESTI HAIGEKASSA TEEB ETTEVALMISTUSI TERVIKLIKU RAVITEEKONNA JA PATSIENDI TULEMUSTE KESKSE EHK VÄÄRTUSPÕHISE TERVISHOIU LÄHENEMISE PILOTEERIMISEKS EESTIS (EESTI HAIGEKASSA 2021).

”

TSÖLIAAKIA KAHJUKS PILOOTPROJEKTI EI KUULU. SIISKI ON ERINEVATE PATSIENTIDE RAVITEEKONNA KRITEERIUMID PALJUSKI SARNASED NING HAIGEKASSA POOLT VÄLJA TOODUD MÄRKSI „SELGUS“, „JÄRJEPIDEVUS“, „TERVIKLIK“, „KOORDINEERITUD“, „SÜSTEEMSUS“ JM SOBIVAD ISELOOMUSTAMA KA TSÖLIAAKIAHAIGE RAVITEEKONDA.



Tervis



Positiivsus



Teadlikkuse  
tõstmine





# Diagnoosieelne aeg

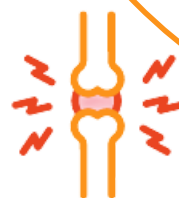
“ HINNANGULISELT VAID 10-20% TSÖLIAAKIAHAIGETEST ON SAANUD DIAGNOOSI. ”



Rauavaegusaneemia



Väsimus



Liigesevalud



Osteoporoos



Maksa või kilpnäärme  
probleemid



Depressioon / ärevus



Viljakuse / menstruatsioon  
probleemid



Sügelevad villid  
küünarnakkidel/põlvedel



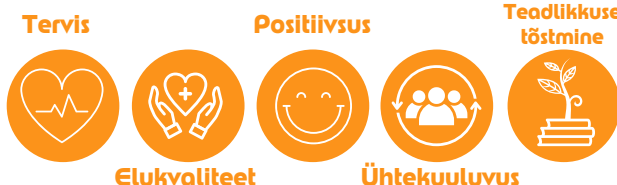
Valusad haavandid  
suus



SEEGA TSÖLIAAKIA SÜMPTOMEID PEAVAD OSKAMA MÄRGATA KÕIK MEDITSIINITÖÖTAJAD (SH HAMBAARSTID, NEUROLOOGID, ENDOKRINOLOOGID JN) NING VÕIMALIKU KAHTLUSE KORRAL SUUNAMA PATSIENDI EDASISTELE UURINGUTELE. PEREARSTID VAJAVAD KORREKTSET RAVIJUHENDIT TSÖLIAAKIA DIAGNOOSIMISEKS.



Probleemid  
hammastega



Tervis

Positiivsus

Teadlikkuse  
tõstmine

Elukvaliteet

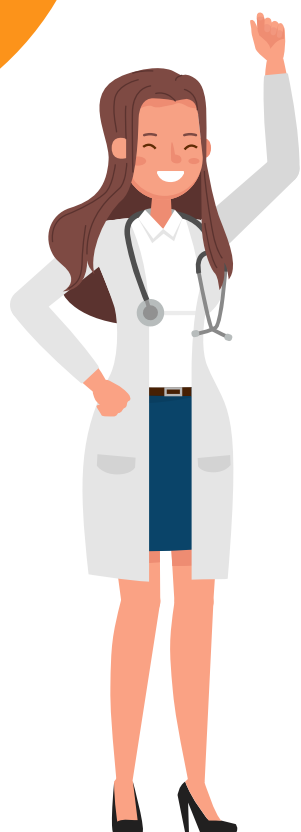
Ühtekuuluvus

# Diagnoosieelne aeg

“ KIIREMA DIAGNOOSI TAGAB  
MEDITSIINITÖÖTAJATE  
TEADLIKKUSE KASV TSÖLIAAKIA  
SÜMPTOMITEST, MIS VÕIVAD  
OLLA VÄGA ERINEVAD JA  
INDIVIDUAALSED ”



TSÖLIAAKIA SÜMPTOMEID PEAKSID OSKAMA MÄRGATA KA  
KOOLIÕED, SOTSIAALTÖÖTAJAD JA TEISED  
SOTSIAALVALDKONNA JA TERVISHOIUTÖÖTAJAD.



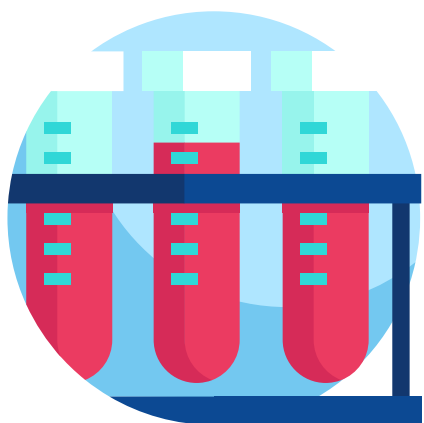
DIAGNOOSIMISE KIIRENDAMINE TOOB  
INIMESE ELLU SELGUSE OMA HAIGUSEST  
JA RAVIST. Tervis hakkab taastuma ja  
vähenevad tervishoiukulud, mis  
kuluvad erinevate kaasnevate  
haiguste raviks.



# Diagnoosimine



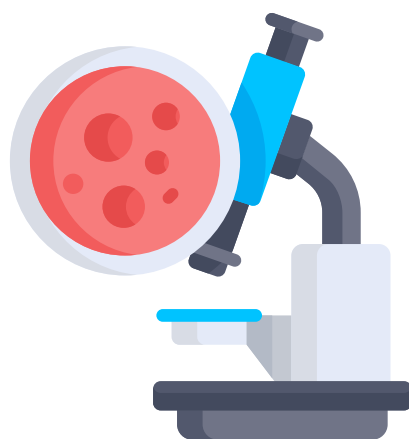
“ TSÖLIAAKIA KAHTLUSE KORRAL TULEB ESMALT PÖÖRDUDA PEREARSTI KONSULTATSIOONILE, KES TSÖLIAAKIALE VIITAVATE VEREANALÜÜSI TULEMUSTE KORRAL SUUNAB PATSIENDI GASTROENTEROLOOGI KONSULTATSIOONILE/LISAUURINGUTELE. ”



VEREPROOV



+



BIOPSIA

“ DIAGNOOSI KINNITAMISEKS ON VAJALIK PEENSOOLE BIOPSIA TEGEMINE, ENNE TSÖLIAAKIA LÕPLIKKU DIAGNOOSIMIST EI TOHI PIDADA GLUTEENIVABA DIEETI. ”

Tervis



Positiivsus



Teadlikkuse  
tõstmine





# Ravi

“ TSÖLIAAKIAHAIGE AINUS RAVI ON RANGE ELUAEGNE GLUTEENIVABA DIEET ST KEELATUD ON NISU, RUKIS JA ODER NING TEISED RISTSAASTUNUD TERAVILJAD JA TOIDUD. ”



NISU



RUKKIS



ODER

LISAKS TEISED RISTSAASTUNUD TERAVILJAD

“ PIIMA EI OLE SOOVITATAV JUUA KUUE KUU KUNI AASTA JOOKSUL PEALE GLUTEENIVABA DIEEDI ALUSTAMIST. ”

Tervis



Positiivsus



Teadlikkuse  
tõstmine

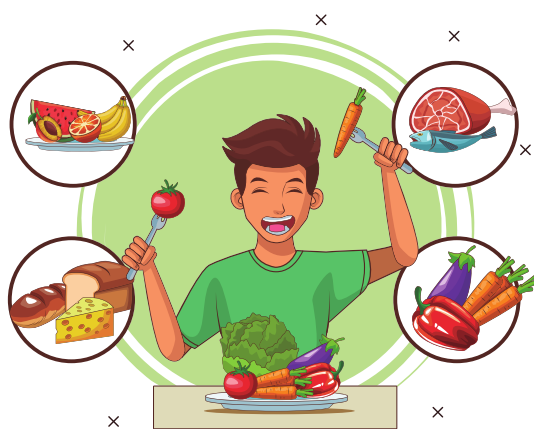


Elukvaliteet

Ühtekuuluvus

# Nõustamine ja toetamine

PÄRAST TSÖLIAAKIA DIAGNOOSI SAAMIST ON VÄGA OLULINE, ET TSÖLIAATIK SAAKS IGAKÜLGSET NÕUSTAMIST. PALJUDE EUROOPA RIIKIDE MEDITSIINISÜSTEEMIDES ON ETTENÄHTUD KA TSÖLIAAKIAHAIGETELE TOITUMISTERAPEUDIPOOLSED NÕUSTAMISED.



EESTIS NÕUSTAVAD TSÖLIAAKIAHAIGED DIAGNOOSI JÄRGSOLT ENAMASTI GASTROENTEROLOOG VÕI PEREÕDE, KUID NENDEL NAPIB AEGA NING NAD EI OLE SAANUD SPETSIAALSelt TOITUMISNÕUSTAMISEGA SEOTUD VÄLJAÕPET. TSÖLIAAKIAHAIGED VÕIVAD KÜLL PÕÖRDUDA TOITUMISTERAPEUTIDE POOLE, KUID NENDE VISIITIDE EEST TULEB ISE MAKSTA NING SAGELI NAPIB KA INFOT NENDE TAUSTA KOHTA.

# Nõustamine ja toetamine



EESTI TSÖLIAAKIA SELTS ON PATSIENDIORGANISATSIOON, MIS PAKUB TUGE NII TSÖLIAATIKUTELE KUI NENDE LÄHEDASTELE.

MEIE SELTSI LIIKMED NÕUSTAVAD KOGEMUSNÕUSTAMISE PÕHIMÕTTEID KASUTADES KÕIKI SOOVIJAJD ERINEVATES MAAKONDADES, SELTSI KABINETIS TALLINNAS KUI KA VIRTUAALSEL TEEL.



[www.tsoliaakia.ee](http://www.tsoliaakia.ee)

EESTI TSÖLIAAKIA SELTSI KODULEHELT SAAB LUGEDA TEADUSPÕHIST INFOT HAIGUSE JA DIEEDI KOHTA. SEALT SAAB LUGEDA JA ENDALE ALLA LAADIDA ERINEVAID JUHENDMATERJALE. JÄLGIDA TASUB KA SELTSI FACEBOOKI JA INSTAGRAMI. TSÖLIAAKIAHAIGED TOETAVAD ÜKSTEIST KA KINNISES TSÖLIAAKIA FACEBOOKI GRUPIS.



# Tsöliaakiahaige jälgimine



“

TSÖLIAAKIAHAIGED PEAVAD  
KORD AASTAS KÄIMA  
ARSTLIKUS KONTROLLIS.

”

ESIMENE KONTROLL PÄRAST  
TSÖLIAAKIA DIAGNOOSIMIST JA  
GLUTEENIVABA DIEEDI ALUSTAMIST  
PEAB KINDLASTI TOIMUMA  
HILJEMALT KUUE KUU PÄRAST. ARST  
HINDAB HAIGE VAEVUSTE  
TAANDUMIST.



EDASPIDI PEAB IGA TSÖLIAAKIAHAIGE KÄIMA REGULAARSEL  
ARSTLIKUL KONTROLLIL KORD AASTAS VÕI VÄHEMALT KORD  
KAHE AASTA JOOKSUL.

Tervis



Positiivsus



Teadlikkuse  
tõstmine



# Elukvaliteet

“TSÖLIAATIK PEAB VÄGA  
HOOLEGA LUGEMA  
KOOSTISAINEID  
TOIDUKAUPADE  
PAKENDITELT.”



LISAKS TULEB PLANEERIDA KORREKTSET  
MENÜÜD, OTSIDA SOBIVAD RETSEPTE JA  
JÄLGIDA TASAKAALUSTATUD TOITUMISE  
PÕHIMÕTTEID.



KÜLLA MINNES JA VÄLJAS SÖÖMAS KÄIES  
TULEB JULGELT GLUTEENIVABA DIEEDIGA  
SEOTUD PIIRANGUTEST TEADA ANDA NING  
KOOSTÖÖS LEIDMA SOBIVAD TOIDUD.



# Elukvaliteet

“

PALJU PROBLEEME ESINEB  
LASTE TOITLUSTUSEL  
LASTEAEADEDES JA  
KOOLOIDES.

”



KEHTIVA SEADUSANDLUSE JÄRGI PEAB  
LASTEASUTUSES OLEMA TOITLUSTUS  
KORRALDATUD LAPSEVANEMA, TOITLUSTAJA  
JA LASTEASUTUSE PIDAJA KOOSTÖÖS.



EESTI TSÖLIAAKIA SELTS ON KAASATUD UUE MÄÄRUSE  
EELNÕU TÖÖGRUPPI, MILLE ALUSEL KOHUSTUB  
LASTEASUTUS EDASPIDI PAKKUMA KA TERVISLIKUL  
PÕHJUSEL TEISITI TOITUVALE LAPSELE SOBIVAT TOITU.





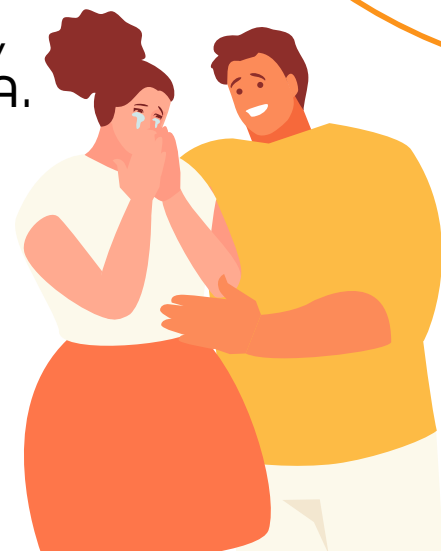
# Elukvaliteet

“ LISAKS MÕJUTAB  
TSÖLIAAKIA DIAGNOOS  
INIMEST SOTSIAALSELT  
NING PSÜHHOLOOGILISELT.

”



NII LASTEL KUI KA TÄISKASVANUTEL VÕIB  
TEKKIDA PROBLEEME OMA HAIGUSE  
SELGITAMISEGA PERELIIKMETELE,  
SÕPRADELE NING TÖÖKAASLASTEGA.



TEKKIDA VÕIVAD PROBLEEMID DIEEDIST KINNIPIDAMISEL  
NING VAJADUS SPETSIALISTI TOELE.





“  
TSÖLIAATIKU TERVIKLIKU  
JA PATSIENDIKESKSE  
RAVITEEKONNAGA ON  
SEOTUD 4 SUUREMAT  
VÄLJAKUTSET  
”

1 Kiirem diagnoos

2 Riiklikult rahastatud toitumisterapeudi ja vajadusel psühholoogiline nõustamine

3 Tsöliaakiahaige lapsele korrektne gluteenivaba menüü lasteasutuses

4 Tsöliaatikule korrektse gluteenivaba menüü tagamine haiglates



# Kasutatud allikad



1

Al-Toma, A., Volta, U., Auricchio, R., Castillejo, G., Sanders, S D., Cellier, C., Mulder, J C., Lundin, E A K. (2019). European Society for the Study of Coeliac Disease (ESsCD) guideline for coeliac disease and other gluten-related disorders. *United European Gastroenterology Journal* 2019, Vol. 7(5) 583–613.  
[https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6545713/pdf/10.1177\\_2050640619844125.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6545713/pdf/10.1177_2050640619844125.pdf)

2

Ciacci, C., Ciclitira, P., Hadjivassiliou, M., Kaukinen, K., Ludvigsson F J., McGough, N. Sanders, S D., Woodward, J., Leonard, N J., Gillian L Swift L G. (2014). The gluten-free diet and its current application in coeliac disease and dermatitis herpetiformis. *United European Gastroenterology Journal* 2015, Vol. 3(2) 121–135.  
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2050640614559263>

3

Eesti Haigekassa. (12.04.2021). Insuldi juhtprojekt.  
<https://www.haigekassa.ee/insuldi-juhtprojekt>

4

Grode, B L., Agerholm, E I., Humaidan, P., Parkner, T., Bech, H B., Ramlau-Hansen, H C., Jensen M T. (2018). Unrecognised coeliac disease among men and women undergoing fertility treatment: A screening study. *United European Gastroenterology Journal* 2018, Vol. 6(10) 1477–1484.  
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2050640618796750>

5

Uibo, O., Mitt, K. (2012). Tsöliaakia ehk gluteenenteropaatia. *Patsiendiinfo*. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.  
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2050640618796750>

Tervis



Positiivsus



Teadlikkuse  
tõstmine

