

Kui haavandit ei ravita, võivad Teil esineda järgmised probleemid:

- maoverejooks;
- sooleseina võib tekkida auk;
- haavand võib põhjustada armkoe, mis takistab toidu liikumist maost soolde.

Kui Teil esinevad nimetatud haigusnähud võite vajada haiglaravi või operatsiooni.

#### Haavandite taastekke ennetamiseks

- tehke läbi vajalik ravi;
- võtke kõiki arsti poolt määratud ravimeid;
- käige regulaarselt järelkontrollis;
- kui haigusnähud kestavad või Teie tervislik seisund halveneb, konsulteerige oma arstiga.

Hoiduge:

- suitsetamisest;
- ärge võtke aspiriini, ibuprofeeni või naprokseeni. Küsige oma arstilt, kas võite kasutada valuvaigistina atsetaminofeeni (nt. Tylenol).

Hoolitsege oma tervise eest:

- sööge kahe või kolme suure söögikorra asemel päevas sagedamini, aga väikseid toidukoguseid.
- Puhake piisavalt.
- Olge kehaliselt aktiivne, järgides oma arsti soovitusi.
- Ärge tarbige magu ärritavaid toite ja jooke. Ärritavate jookide hulka kuuluvad kohv, koolajogid ja alkohol.

*Tõlkinud: üldkirurgia osakonna  
õde Maarit Maimets*

## Kaksteistsõrmikuhaavand

**Kaksteistsõrmikuhaavand** on limaskesta kahjustus peensoole algusosas. Kaksteistsõrmik ühendab magu ja peensoolt. Kaksteistsõrmikuhaavand tekib, kui maohape hävitab ära osa soole limaskestast. Normaalses seisundis on limaskest maohappe eest kaitstud, kuid mõnikord on kaitse ebapiisav ning Teil võib tekkida haavand. See võib juhtuda mitmel viisil:

- bakter, mida nimetatakse *Helicobacter pylori* on peaaegu kõikide seda tüüpi haavandite põhjustajaks.
- Mõned ravimid, nagu näiteks aspiriin, ibuprofeen ja naprokseen võivad samuti põhjustada seda tüüpi haavandeid.
- Teil on suurem tõenäosus haavandi tekkeks, kui Te suitsetate.
- Ained, mis suurendavad maohappe tootmist, nagu näiteks kofeiin, võivad suurendada haavandite tekkeriski ja põhjustavad valu tugevnemist.
- Arvatakse, et ka stress soodustab haavandite teket, kuid selle osakaal haavandite põhjustamises ei ole veel selge.
- Inimestel, kelle perekonnas on esinenud kaksteistsõrmikuhaavandtõbe, on suurem risk haavandite tekkeks. Kaksteistsõrmikuhaavandid esinevad meestel neli korda sagedamini kui naistel ning esinemissagedus on kõrgeim vanusegrupis 40 kuni 50 eluaastat.

### Haiguse sümptomid

- Närv või kõrvetav valu ülakõhus;
- valu, mis leeveneb söömisel või pärast happesust vähendava ravimi võtmist;
- valu, mis tugevneb paar tundi pärast või vahetult enne söömist;
- valu, mille peale Te öösel üles ärkate.

Kui haavand veritseb, võib oksemassides esineda erepunast või kohvipaksu meenutavat verd ning väljaheide võib olla musta värvi.

### Uuringud

Teie arst küsitleb Teid haigusnähtude ja eelnevalt põetud haiguste kohta ning teen Teile seejärel läbivaatuse. Teile võidakse määrata üks või mitu allpool nimetatud uuringutest.

- Röntgenoloogiline uuring. Selle uuringu läbiviimiseks peate jooma kontrastainet baariumsulfaati. Nimetatud vedelik võimaldab arstil näha röntgenpildil haavandit.
- Vereanalüüsid, et määrata kindlaks mikroobid, mis põhjustavad haavandite teket.
- Vereanalüüs kontrollimaks aneemia olemasolu. Kui Teil esineb veritsev haavand, võib sellega kaasneda aneemia e kehvveresus.
- Endoskoopiline uuring, mille käigus on arstil peenikese painduva toru ja väikese kaamera abil võimalik näha haavandit. Toru viiakse makku suu kaudu.
- Spetsiaalne uuring, mida nimetatakse biopsiaks. Teie arst võtab peensoole algusosast väikese koetüki laboratoorseteks analüüsideks.

### Ravi

Haavandi esinemisel on oluline seda ravida. Ravi korral:

- tunnete vähem valu;
- Teie haavand paraneb;
- ennetatakse teisi probleeme, mida haavand võib põhjustada ja hoitakse ära haavandi taasteke.

Arsti korraldusel peate lõpetama selliste ravimite nagu aspiriin, ibuprofeen ja naprokseen võtmise.

Teie arst võib määrata teile:

- antibiootikume *H. pylori* raviks;
- antatsiide ehk maohappevastaseid ravimeid;
- ravimi, mis vähendab mao poolt toodetava happe kogust;
- ravimi, mis kaitseb haavandit ümbritsevat piirkonda.

Võimalik, et peate ravimeid võtma pikka aega ning muutma oma söömis- harjumusi, samuti pöörama suuremat tähelepanu oma tervise eest hoolitsemisele.

### Paranemine

Nimetatud tüüpi haavandid paranevad ravimisel, kuid nende tekkimine võib korduda. Määratud ravimit tuleb tarvitada regulaarselt. Sellega vähendate haavandi taastekke võimalust.