

Paranemine

Maohaavandid alluvad hästi ravile, kuid võimalik on nende taasteke. Teil on võimalik vähendada haavandite taastekke riski, võttes määratud ravimeid. Ravimata haavandite võimalikeks tüsistusteks on:

- hemorraagia (suur verejooks);
- perforatsioon (haavandi poolt põhjustatud auk maoseinas);
- obstruktsioon (haavandi armistumine, mis takistab toidu liikumist).

Nimetatud tüsistuste puhul võib osutuda vajalikuks kirurgiline ravi. 2-3% maohaavanditest arenevad maovähiks. Teatage kõikidest jätkuvatest või taastekivatest vaevustest oma arstile.

Kodune enesehooldus

- Järgige hoolikalt arsti poolt määratud ravi.
- Käige regulaarselt järelkontrollis.
- Ärge suitsetage.
- Vältige ravimeid, mis ärritavad magu, nagu näiteks aspiriin, ibuprofeen ja naprokseen. Nende asemel võite kasutada atsetaminofeeni.
- Sööge tervislikult. Mitu väikest söögikorda päevas on parem kui 2-3 suurt einet. Järgige arsti poolt määratud dieeti.
- Vältige kohvi, kaasa arvatud kofeiinivaba kohv, koolajoogid ning kõik toidud ja joogid, mis võivad ärritada teie magu (nt alkohol).
- Puhake ja magage piisavalt.
- Olge kehaliselt aktiivne ja järgige oma arsti soovitusi.
- Kui Teie vaevused kestavad või tugevnevad, kontakteeruge arstiga.

*Tõlkinud: üldkirurgia osakonna
õde Maarit Maimets*

MAOHAAVAND

Maohaavandiks nimetatakse defekti või haavandit mao limaskestal. Mao limaskestal on kaitsev rakkude kiht, mis produtseerib lima. Lima kaitseb magu maohappe ja seedemahlade kahjustava toime eest. Kui nimetatud kaitsekiht on kahjustatud, võib tekkida haavand.

Maohaavandi tekkimise riskitegurid

Maohaavandid võivad tekkida alljärgnevatel põhjustel:

- mikroobi *Helicobacter pylori* (*H. pylori*) esinemine, mis on kõige tavalisem maohaavandite tekitaja;
- mao limaskesta vähenenud resistentsus maohappe suhtes;
- maohappe produktsiooni tõus.

Maohaavandid esinevad sagedamini inimestel, kes võtavad regulaarselt mittesteroidseid põletikuvastaseid ravimeid (nt aspiriin, ibuprofeen ja naprokseen) ning suitsetavad.

Ained, mis suurendavad maohappe produktsiooni, nagu näiteks kofeiin, võivad suurendada haavandite tekkeriski ja põhjustavad valu tugevnemist. Arvatakse, et ka stress aitab kaasa haavandite tekkele, kuid selle osakaal haavandite põhjustamisel ei ole veel selge.

Maohaavandi sümptomid

- Näriv või kõrvetav kõhuvalu, eelkõige ülakõhu keskmises osas;
- kõrvetised;
- iiveldus;
- valu, mis võib leevenduda, kui Te sööte või võtate antatsiide;
- valu, mis võib tugevneda paar tundi pärast söömist või mõnikord ka enne söömist;
- valu, mille peale Te öösel üles ärkate.

Kui haavand veritseb, võib Teil esineda:

- oksendamist ning oksemassides võib esineda erepunast verd või verd, mis näeb välja nagu pruun kohvipaks;
- musta värvi väljaheidet.

Esineb ka ilma sümptomiteta haavandeid, kuid see ei ole tavapärane.

Uuringud

Teie arst küsib Teie sümptomite ja eelnevalt põetud haiguste kohta ning vaatab Teid läbi. Teile võidakse määrata üks või mitu allpool nimetatud uuringutest:

- seedetrakti ülemise osa röntgenoloogiline uuring (selle uuringu läbiviimiseks peate te jooma baariumsulfaati, mis võimaldab arstil näha röntgenpildil haavandit);
- vereanalüüsid, mikroobi *H. pylori* esinemise kindlaks tegemiseks;
- väljaheiteproovid, et kontrollida vere olemasolu väljaheites (mida võib põhjustada veritsev haavand);
- vereanalüüs kontrollimaks aneemia olemasolu (mis võib olla sisemise verejooksu sümptomiks);
- seedetrakti ülemise osa endoskoopiline uuring, mille käigus on Teie arstil võimalik peenikese painduva toru ja väikese kaamera abil näha haavandit. Toru viiakse makku suu kaudu;
- biopsia, mis tähendab koetüki võtmist endoskoopia ajal. Koetükk saadetakse laborisse analüüside tegemiseks, mille abil on võimalik kindlaks teha vähi ja infektsiooni olemasolu.

Ravi

Ravi eesmärgiks on leevendada valu, ravida haavandit ja vältida tüsistusi. Ravi aitab ka ennetada haavandi taastekkimist. Ravi esimesel perioodil võidakse Teid hospitaliseerida, kui Teie sümptomid on ägedad või kui Teil esineb tüsistusena verejooks.

Teie arst võib määrata Teile:

- antatsiide (vedelas vormis ravim on tõhusam kui tablett);
- ravimit maohappe produktsiooni vähendamiseks;
- antibiootikume *H. pylori* raviks;
- sukralfaati - ravimit, mis moodustab haavandile kaitsva barjääri, aidates sellega kaasa haavandi paranemisele.

Antatsiidide pikemaajalisel võtmisel võivad tekkida kõrvaltoimed. Järgige hoolikalt oma arsti soovitusi ja probleemide tekkimisel kontakteeruge kohe arstiga.