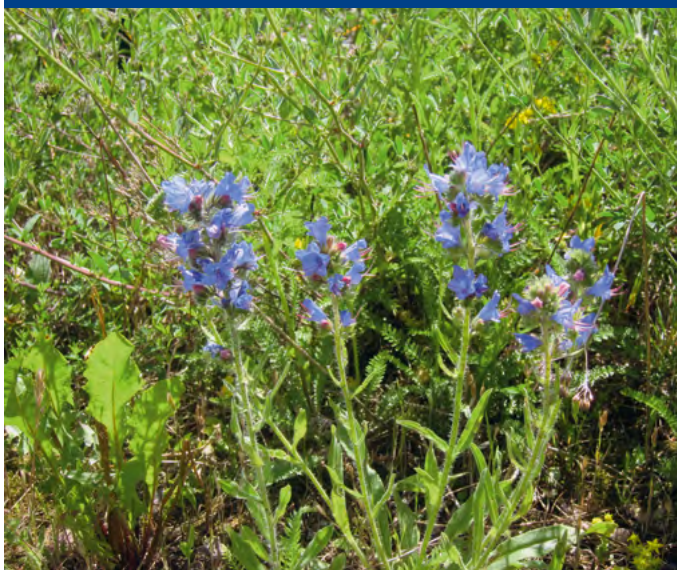




**Regionaalhaigla**

# **Kubemesonga ravi**

**Kubemesong – mis see on  
Kirurgilised ravimeetodid  
Kuidas valmistuda operatsiooniks  
Operatsioonijärgne periood  
Riskid ja kõrvaltoimed**



## Mis see on

Kubemesong on kõhukoopa elundi või selle osa väljasopistumine läbi kubemekanali nahaalustesse kudedesse. Väljasopistumine toimub läbi nn nõrkade kohtade ehk songavärati kaudu kõhuseina lihaste ja kubemesideme vahel.

Meestel kulgeb läbi selle avause seemneväärt, naistel emakat hoidev ümarside. Välja võib sopistuda enamasti rasvik ja peensool, aga ka teised kõhuõõne organid. Kubemesong võib olla kaasasündinud või areneda hiljem kudede nõrkuse tõttu, tekitades enamasti vaid kerget kaebusi.

Song tekib sagedamini meestel, riskifaktoriteks on tegurid, mis suurendavad pinget kõhuseinale ja kahjustavad kudesid:

- intensiivne füüsiline töö ja raskuste tõstmine;
- suitsetamisest tingitud krooniline köha;
- ülekaalulisus;
- krooniline kõhukinnisus, pingutamine soole tühjendamisel ja urineerimisel;
- pidev aevastamine (allergikud).

Naistel võib song tekkida ka raseduse ajal.

**Reponeeruv song** – väljasopistunud osa on võimalik pikali asendis tagasi lükata.

**Mittereponeeruv song** – väljasopistunud osa ei ole võimalik tagasi suruda.

**Pitsunud song** – mittereponeeruv song võib põhjustada tugevat valu, mille põhjuseks võib olla soole osaline pitsumine songaväratis. **Seisund vajab kiiret kirurgilist ravi.**

## Sümptomid:

- ebamugavustunne ja valu, mis tugevnevad füüsilisel pingutusel;
- võib kaasneda kõhukinnisus ja gaaside peetus;
- pitsunud songa puhul võib esineda tugev valu, iiveldus, oksendamine, väljaheite ja gaaside peetus ning kõhupuhitus, palavik ja verine väljaheide.

Mõnikord võib song olla vaevusteta.

Operatsioon on ainus ravimeetod songast vabanemiseks. Parim on opereerida, kui vaevused on tagasihoidlikud. Kuni operatsioonini on võimalik vaevusi vähendada, kandes bandaaži ehk songavööd, mida saab osta meditsiiniliste abivahendite kauplustest, kuid pikas perspektiivis ei ole see soovitatav ega tervisele kasulik. Kitsa songavärati puhul võib esineda pitsumine koos soolesulguse või kõhukelmepõletikuga, mis nõuab erakorralist operatsiooni ja suurendab operatsiooniga kaasnevaid riske.

**Ravita jäänud song võib põhjustada eluohtlikke tüsitusi!**



## Kirurgilised ravimeetodid

Sõltuvalt songa suuruselt ja asukohast opereeritakse avatud lõikusega või laparoskoopiliselt.

- Avatud lõikusel tehakse nahalõige songa kohal, avatakse kubemekanal ja asetatakse paigale võrk, mis väldib edaspidi uue songa teket.
- Laparoskoopilisel operatsioonil asetatakse võrk kolme 0,5–1 cm pikkuse sisselõike kaudu kõhukelme ja lihase vahele. Võrk kas fikseeritakse paigale spetsiaalsete kinnititega või surub kõhusisene rõhk selle ise paigale.

Operatsiooni ajal toimuva valutustamise meetod otsustatakse vastavalt operatsiooni mahule seda eelnevalt Teiega arutades:

- üldnarkoos – patsient on teadvuseta ega tunne valu;
- kohalik tuimastus – valutustatakse ainult opereeritava piirkond;
- spinaalanesteesia – tehakse seljasüst, mille tagajärjel alakeha muutub paariks tunniks tundetuks.

## Kuidas valmistuda operatsiooniks

Operatsioonieelse päeva õhtul sööge kergemini seeditavat toitu ja jooge rohkem vett. Ärge tarvitage alkoholi! Manustage ainult ravimeid, mis on eelnevalt raviarsti või anestezioloogiga kokku lepitud.

Operatsioonijärgsetel päevadel võite valu leevendamiseks vajada valuvaigisteid, nt ibuprofeeni ja paratsetamooli, mida saate osta apteegi käsimüügist.

Kui kasutate verd vedeldavaid ravimeid, pidage nõu pere- või raviarstiga ravimite asendamiseks või ära jätmiseks enne operatsiooni.

Ärge tulge operatsioonile, kui Teil on viirushaiguse sümptomid: köha, nohu ja kehatemperatuuri tõus.

### Operatsiooni päeval:

- **6 tundi enne operatsiooni ei tohi süüa, juua piimatooteid ja viljalihaga mahla. Võite juua piimata kohvi, teed, selget mahla ja vett. 2 tundi enne operatsiooni on keelatud kõik joogid.** Kui olete hiljem söönud või joonud, võib mao sisu narkoosi ajal hingamisteedesse sattuda ja eluohtlikke tüsistusi põhjustada ning Teie tervise huvides tuleb operatsioon edasi lükata või ära jätta.
- Hommikul peske ennast duši all.
- Vajadusel võtke sisse anestezioloogi/raviarsti lubatud või määratud ravim(id) lonksu veega.
- Teiega võetakse telefoni teel ühendust operatsioonile eelneva päeva pärastlõunaks. Tulge haiglasse Teile teatatud ajal.
- Enne operatsiooni peate allkirjastama nõusoleku operatsiooni ja anesteesia läbiviimiseks. Enne operatsioonile minekut tuleb ümber riietuda haiglas antavasse operatsiooniriietusse.

- Võimalusel jätke koju ehted, kontaktläätsed ja needid. Prillid ja eemaldatavad hambaproteesid saate jätta osakonna õe kätte.
- Käige enne operatsioonile minekut WCs.
- Vajadusel võtke operatsioonituppa kaasa kuuldeaparaat ja/või astmainhalaator(id).
- Vahetult enne operatsiooni raseeritakse opereeritava kehapiirkond.

## Operatsioonijärgne periood

- Koju lubatakse üldjuhul samal päeval.
- Üldanesteesia ehk narkoosi järgselt võib esineda pearinglust ja iiveldust. Tarbige operatsiooni järgselt rohkem vedelikku, see aitab organismil kiiremini taastuda.
- Häiritud reaktsioonivõime tõttu ei tohi 24 tundi pärast anesteesiat juhtida autot ega töötada seadmetega. Ohutuks koju jõudmiseks kutsuge endale keegi vastu.
- Peske haava voolava vee all 24 tundi pärast operatsiooni ja asetage puhas plaaster. Haava normaalsel paranemisel ei ole vaja kasutada desinfitseerivaid lahuseid, piisab haava pesemisest voolava vee all. Vältige sauna, vanni ning ujumist haavade täieliku paranemiseni (umbes nädal).
- Nahaõmblused võivad olla:
  - isesulanduvad ehk resorbeeruvad õmblused, mida eemaldama ei pea;
  - mitteresorbeeruvad õmblused, mille eemaldamiseks pöörduge perearsti juurde 10–12 päeva pärast operatsiooni. Vastavad juhised antakse haiglast lahkumisel kaasa.
- Haava ümbruses (ka munanditel) võib operatsioonijärgselt esineda turse ja verevalumid.
- Operatsioonijärgselt on ootuspärane kerge või mõõdukas haavavalu. Selle leevendamiseks on esimestel päevadel oluline võtta regulaarselt apteegis käsimüügis olevaid valuvaigisteid paratsetamooli ja/või ibuprofeeni. Aja jooksul haavavalu väheneb.
- Uute armkudede moodustumisel võib märgata kipitust, tuimust, haava sügelust ning kõva tüki tunnet. See on normaalne paranemine.

- Aktiivne eluviis ja kerge treening, näiteks kõndimine, aitab paranemisprotsessile kaasa. Vältige üle 5kg raskuste tõstmist ja pingutavat tegevust (ka pressimist WC-s) umbes 2–4 nädala jooksul. See sõltub eelkõige operatsioonimeetodist, vastavad juhised antakse haiglast lahkumisel kaasa.
- Kõhukinnisuse riski saate vähendada piisavalt vedelikku juues ning köögivilju, puuvilju ja kiudainerikkaid toite, nt pruuni riisi ja täisteraleiba süües. Vajadusel kasutage leebeid kõhulahtisteid, nt Guttalaxi.
- Sportimise piirangud olenevad tekkivast koormusest kubemepiirkonnas. Pärast kahe nädala möödumist operatsioonist on lubatud sportlikud tegevused vastavalt enesetundele.

## Riskid ja kõrvaltoimed

Tervisliku seisukorra järsul halvenemisel pärast operatsiooni pöörduge erakorralise meditsiini osakonda või kutsuge kiirabi alljärgnevate sümptomite korral:

- püsiv temperatuur üle 38 °C või külmavärinad;
- verejooks haavast;
- süvenev turse või valu kõhus (kubemes, munandites), mida valuvaigistid ei leevenda;
- püsiv iiveldus või oksendamine;
- püsiv köha või õhupuudus;
- uriinipeetus.

**Küsimuste korral ning lisateabe saamiseks pöörduge raviarsti või õe poole.**



Põhja-Eesti Regionaalhaigla sihiks on keskkonnasäästlikkus.  
Trükise võtmise asemel leiate sama patsiendiõpetuse siit:



NB! vt filmi päevakirurgilise operatsiooni korraldusest  
[www.regionaalhaigla.ee/et/paevakirurgia](http://www.regionaalhaigla.ee/et/paevakirurgia)

Foto: erakogu

**Koostanud:**

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
J. Sütiste tee 19  
13419 Tallinn  
[www.regionaalhaigla.ee](http://www.regionaalhaigla.ee)

Patsiendiõpetuse on kooskõlastanud päevakirurgia osakond (2024)