

Meeste artikkel

**Miks jõuavad mehed oma hädadega arsti juurde alles pärast paariaastast kannatamist?
05. mai 2011 07:30 Signe Kalberg**

Lääne-Tallinna keskhaigla vanemarst-uroloog Gennadi Timberg soovib juba avalauses rõhutada olulisimat: „**Mehed, eesnääre on teie teine süda. Kui eesnäärmega on kõik korras, on teile tagatud ka täisväärtuslik elukvaliteet.**”

Kuigi eesnääre kaalub noorel mehel keskmiselt 15–20 grammi, mõjutab see mehe kehamassiga võrreldes imeväike organ tugevama sugupoole tervist suurema osa elust. Sagedasemad eesnäärmehaigused on põletik, healoomuline suurenemine ja pahaloomuline kasvaja. Eestis diagnoositakse üle 800 eesnäärmevähi esmajahu aastas ja praegu näitab see veelgi kasvutendentsi.

Seksuaalelu tipp-perioodil kuni 45. eluaastani on noorte meeste põhihaiguseks prostatiit ehk eesnäärmepõletik. Eestis põeb seda haigust uuringute põhjal umbes 10–15% meestest, tegelik haigestunute arv võib oletuslikult olla veelgi suurem. Prostatiiti leitakse enim aktiivse seksuaalelu tipp-perioodil vanuses 25–35. Samuti vanuses 45–55, mil vaevusi põhjustab eesnäärme algav suurenemine. Eesnäärme healoomulise suurenemise olulisemateks riskiteguriteks on vanus, vähenenud seksuaalne aktiivsus ja meessuguhormoonide sisaldus veres.

Käige arsti juures!

Dr Gennadi Timberg soovitab meestel vähemalt 50. eluaastast alates korrapäraselt ehk vähemalt kord aastas uroloogi-androloogi külastada, sest eesnäärme pahaloomuline kasvaja võib kulgeda üsna sümptomivaeselt.

„Tihti ei oska patsient algavale hädale üldse tähelepanu pöörata ja peab vähe häirivaid kusemise sümptomeid lihtsalt eaga kaasnevaks probleemiks. Vahel seostatakse seda ka ülemäärase vedelikuga tarbimisega. Nii ei pea näiteks paljud mehed pärast õhtust õllejoomist tekkinud öist kusemist mingiks häireks. Hiljem muutub see aga tasahilju rutiinseks öiseks kusemiseks ja siis võib siin tegemist olla juba varjatult kulgeva haigusega,” ütleb dr Timberg.

Eesnäärme kasvajat on võimalik aga diagnoosida viis aastat enne seda, kui see tervist mõjutama hakkab ja eluohtlikuks muutub. Esmalt tuleks pöörduda perearsti poole. „Alustuseks teeb peretohter selgeks patsienti häirivad alumiste kuseteede sümptomid.

Selleks on kõige parem iga perearsti juures kättesaadav IPSS ehk eesnäärme sümptomskoori küsimustik, mis võimaldab hinnata kaebuste raskust ja elukvaliteeti ning üsna loomulikult on ka heaks ravi tulemuslikkuse esiletõojaks,” selgitab doktor Timberg. Vajaduse korral saab perearsti käest saatekirja eriarsti juurde.

Doktor Timbergi sõnul mõistavad mehed järjest rohkem elukvaliteedi vajadust, mille üks loomulik osa on ka sugufunktsioon. Seejuures ongi oluline, et alumiste kuseteede häired, olenemata sellest, milline patoloogia on selle aluseks, mõjutavad ja langetavad alati mehel

sugufunktsiooni. „Nii kannatab 53% meestest erektilsete häirete all, 21 protsendil esineb varajane ejakulatsioon ja 8–10% meestest on kimpus orgasmiprobleemidega. Oluline on teada, et probleemi pikemaajalisel esinemisel see järjest süveneb.

Selline rusuv olukord mõjutab tugevalt elukvaliteeti, tekitab püsivat stressi ja depressiooniseisundit,” ütleb dr Timberg.

Dr Timberg on nii perearstidele kui ka patsientidele mõeldud raamatu „Eesnäärmehaigused ja seksuaalsus” üks kaasautoreid.

Mehed, ärge häbenege arstil käia!

- Eesnääre on kuse- ja sugutrakti kaitseorgan, mille haigestumine viitab üldisele organismi kaitsevõime vähenemisele.
- Eesnäärmega seotud lihased tagavad uriini püsimise põies ning lihaste kahjustuse tagajärjel võib tekkida uriinipidamatus.
- Elu jooksul põeb eesnäärmepõletikku umbes 50% meestest.
- Ravimata krooniline põletik võib olla üks eesnäärme kasvaja tekkepõhjusi.
- Eesnäärme krooniline põletik on ka üks olulisemaid viljakusnäitajate languse põhjusi meestel.
- 25% visiitidest meestearsti juurde on seotud eesnäärme-põletikust tingitud kaebustega.
- Üle 60-aastasest meestest on 40% eesnäärme healoomulise suurenemise sümptomeid.
- Eesnäärmepõletiku sagedasemad põhjused on külmetamine ning vihmane ja niiske kliima, aga ka uroinfektsioonid, eesnäärme kivid ja eesnäärme suurenemisest tingitud põhjused.
- Tähtsamateks riskiteguriteks on vanus, ülekaalulisus, geograafiline paiknemine ning varasem eesnäärme- või rinnavähi esinemine perekonnas.

www.eesnaare.ee, www.mees.eu