

20 minutit rindade tervise heaks. Vajadusel põhjalikumalt ja rohkem

Rinna tervise kabineti arst ja ämmaemand: naiste teadlikkus on kasvanud

Sellest aastast on Ida-Tallinna Keskhaiglas avatud rinna tervise kabinet, kus käivad vastuvõtul naised, kellel on kaebusi või küsimusi seoses rindadega. Kabinetis võtavad vastu kolm arsti ja neli ämmaemandat.

Günekoloog dr Gabor Szirko sõnul jõuavad kabinetti nii need naised, kes on otsustanud valida rinnaskriiningu kohaks Ida-Tallinna Keskhaigla ja käinud siin mammoloogilisel uuringul, mille järel on tekkinud vajadus neid põhjalikult uurida, kui ka need naised, kel on rindadega seoses kaebusi, kuid kes sünniaasta poolest sõeluuringusse veel (või enam) ei kuulu.

Kõige sagedasemad probleemid, millega naised kabinetti pöörduvad, on rinnas olev tükk, tihti esinev rindade valulikkus, eritis rinnanibudest jpm. Naiste teadlikkus tähelepanu pööramisel rindadele on oluliselt kasvanud, märgib dr Szirko.

Seepärast ongi jaanuarist ellu kutsutud rinna tervise kabineti valdava osa patsientide arusaam selline, et rinnad vajavad ennetavat kontrolli. Siia kabinetti jõuavad näiteks paljud

naised, kellel on soov hinnata oma riske, sest nende perekonnas on esinenud rinnavähki.

"Noored naised on väga hästi informeeritud. Sageli on just noored need, kellele sõeluuringu kutse pole veel tulnud, kuid nad soovivad siiski alustada regulaarset rindade uurimist," räägib dr Szirko.

Dr Gabor Szirko sõnul diagnoositakse kõige rohkem rinnavähki 60. eluaastates naistel, kuid kabineti külastajaid on igas vanuses – alates noortest emadest kuni soliidsete prouadeni.

Üks sagedasemaid murekohti on näiteks see, et rinnad ei ole alati pehmed ja ühtlase konsistentsiga, mis tekitab naises ärevust. Küsitakse, milline võiks olla n-ö ise välja katsutud leid, millega arsti poole pöörduda. Samuti tahavad patsiendid teada, miks rindade struktuur tsükli jooksul muutub või miks on tsükli lõpupoole sagedamini tunda rinnas tükikesi.

"Normaalne sõlmelisus on tingitud hormonaalsetest muutustest. Kui sõlmelisus kaob tsükli alguses ära, võib patsient rahuneda. Kui aga leid jääb püsima, võiks tulla arstiga nõu pidama küll. Kindlasti vääriks tähelepanu sellised tükid, mis aja jooksul muutuvad, või need, mille kohal on nahk sisse tõmbunud või punetab. Me ei jäta vastamata ka siis, kui naise mure



138 Rinna tervise kabinet
A. Suurpalu
J. Toomsalu
G. Szirko

20 minutit oma rindade tervise heaks rinna tervise kabinetis pole pikk aeg. Järjest nooremad naised on otsustanud selle aja iseenda heaks leida. Rinna tervise kabineti arsti dr Gabor Szirko ja ämmaemanda Tiina Lille sõnul on just noorte naiste teadlikkus rindade tervisest kasvanud.

seoses rindadega on pigem kosmeetiline, nagu näiteks rindade asümmeetria," räägib dr Szirko.

Arstid ja ämmaemand tegelevad kabinetis ka rinnavähi ennetustegevusega, rääkides pat-

sientidele seostest rinna tervise ja tervislike eluviiside vahel.

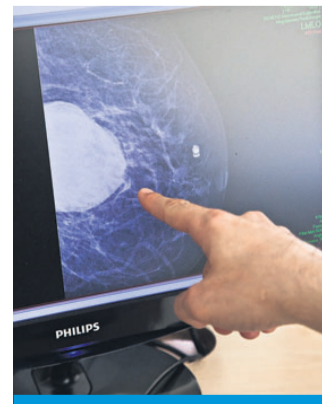
Rinna tervise kabineti ämmaemanda Tiina Lille sõnul pole naisel lihtne oma rindu palpeerida, kui ta ei tea, kuidas seda teha. "Anname oma kabinetis nõu, kuidas rindu ise kontrollida. Tähtis on seda teha regulaarselt ja nii, et terve rind saaks läbi katsutud," sõnab ta.

Juhul kui naisel on rindadega kaebusi, ongi esimene, kelle poole pöörduda, ämmaemand, kes annab nõu ja tellib vajalikud uuringud. Kui ämmaemanda kaasabil korraldatud kliinilisest hinnangust ja piltidiagnostikast selgub, et naine vajab veel konsultatsioone, tegeleb temaga edasi arst. Sama hästi saab patsient soovi korral otse rinna tervise kabineti arsti poole pöörduda.

"Väga paljud patsiendid vajavad eelkõige nõustamist ja siinkohal on just ämmaemand see, kes küsimustele vastab. Patsientide probleemistik on ikka üks ja sama, neil on ühed ja samad mured ning siin on väga oluline psühholoogiline pool, eriti kuni uuringud on tehtud ja vastused käes. Pakume kõikidele naistele võimalust järelkontrolliks. Et huvilisi on palju, on meil kavas ämmaemanda vastuvõttu laiendada," ütles Lille.



Leiu korral suunavad dr Gabor Szirko ja ämmaemand Tiina Lille patsiendi lisauuringutele ja vajadusel Ida-Tallinna Keskhaiglasse onkoloogi vastuvõtule.



Paljud naised tulevad rinna tervise kabinetti järelkontrolli pärast rinna sõeluuringut, mille nad on otsustanud teha Ida-Tallinna Keskhaigla Magdaleena üksuses paiknevas mammograafiakabinetis. Fotol ämmaemand Tiina Lille koos abiradioloogiaõe Kristiina Reinfeldtiga mammograafilist uuringut läbi vaatamas.