Infoleht – MEHE TERVISEPAKETT

Mida uurime?

Mehe tervisepakett annab üldise ülevaate mitmest olulisest tervisenäitajast:

- verepilt – hemogramm koos leukogrammiga;
- südame-veresoonkonna risktegurid – üdkolesterool, LDL- ja HDL-kolesterool;
- veresuhkru ainevahetus – HBA1c;
- neerude töö ja kusihappe ainevahetus – kreatiniin koos eGFRR-ga ja kusihape;
- maksa seisund – ALAT;
- D-vitamiini tase;
- eesnäärme tervis – PSA.

Kuidas tulla vereproovi andma?

- Verevõtukabinet: Põlva haigla tervisekeskuse 1. korrusel, kabinet 130.
- Avatud E-R kell 8.00-14.00 (lõunapaus 11.30-12.00).
- Vereproovi andmine toimub elava järjekorra alusel.
- Tule võimalusel hommikul ja söömata. Vett võib juua.
- PSA analüüsi eel tasub vältida eesnääret mõjutavat suuremat koormust, näiteks pikemat jalgrattasõitu.

Kust leian vastused? - terviseportaal.ee

- Analüüside tulemused leiad oma Terviseportaalist. Seal näeb tulemusi ka Sinu perearst.
- Kui Sa ise Terviseportaalist tulemusi vaadata ei saa, pöördu oma perearsti poole – tema näeb analüüside vastuseid ja saab need vajadusel koos Sinuga üle vaadata.

Mida tulemused tähendavad?

- Kõrvalekalle referentsväärtusest **ei tähenda automaatselt haigust**. Analüüsi tulemust võivad mõjutada näiteks vanus, eluviis, füüsiline koormus, hiljutine haigestumine ja ravimid.
- Kui mõni näitaja on referentsväärtusest väljas, aruta tulemust oma perearstiga, kes saab seda hinnata koos Sinu terviseseisundi ja varasemate analüüsidega.
- Laborianalüüsid annavad ülevaate organismi hetkeseisundist, **kuid normis analüüsitulemused ei välista kõiki terviseprobleeme**.
- **Kui mõni tulemus vajab kiiret arstlikku hindamist, võtame Sinuga ise ühendust.** Seetõttu palume registratuuri jätta kindlasti **toimiv telefoninumber**.

Analüüside selgitused

Hemogramm koos 5-osalise leukogrammiga ehk valgeverepildiga
Annab ülevaate punastest ja valgetest vereliblede ning trombotsüütidest. Analüüs aitab hinnata vere hapniku transpordivõimet ja organismi kaitsevõimet ning võib anda viite näiteks kehvveresusele, põletikule või infektsioonile ja vereloome häiretele.

Kolesterool, LDL- ja HDL- ja mitte HDL-kolesterool
Vererasvade analüüsid aitavad hinnata südame-veresoonkonnahaiguste riski. Südame-veresoonkonna riski hinnatakse koos teiste riskiteguritega, näiteks vanuse, vererõhu, suitsetamise ja kaasuvate haigustega.

D-vitamiin on oluline kaltsiumi ainevahetuseks ning luude, lihaste ja immuunsüsteemi normaalseks toimimiseks. Vereanalüüs aitab hinnata organismi D-vitamiini taset.

Kreatiniin ja eGFR ehk hinnanguline glomerulaarfiltratsiooni kiirus
Kreatiniin on lihaste ainevahetuse käigus tekkiv aine, mis eritub organismist neerude kaudu. Kreatiniini ja selle alusel arvutatavat eGFR-i kasutatakse neerufunktsiooni hindamiseks. Kreatiniini taset võivad mõjutada lihasmass, tugev füüsiline koormus ja hiljutine liharoa söömine.

Kusihape
Kusihape on puriinide ainevahetuse lõpp-produkt ja eritub peamiselt neerude kaudu. Puriine saame ka toidust ning rohkem leidub neid näiteks punases lihas, rasvases kalas, mereandides, kaunviljades ja õlles. Kõrgenenud kusihappetase võib suurendada podagra ja neerukivide tekkeriski ning püsiva kõrvalekalde korral tasub tulemust arutada perearstiga.

PSA (prostata spetsiifiline antigeen)
PSA on eesnäärme rakkude toodetud valk, mille sisaldust veres kasutatakse eesnäärme tervise hindamisel. PSA tase võib suureneda eesnäärme healoomulise suurenemise, põletiku ja eesnäärmevähi korral, kuid seda võivad ajutiselt mõjutada ka vanus, kuseteede infektsioon, seemnepurse, eesnäärme piirkonna trauma ja pikem rattasõit. Seetõttu ei tähenda kõrgenenud PSA väärtus automaatselt eesnäärmevähki, kuid tulemus tasub perearstiga läbi arutada.

ALAT (alaniini aminotransferaas)
Võimaldab hinnata maksarakkude seisundit. Kõrgenenud väärtused võivad viidata maksahaigusest tingitud maksa kahjustusele, aga olla ka ravimite ja alkoholi tarbimise, ülekaalu, trauma või operatsiooni, ulatusliku lihaskahjustuse jms tagajärg.

Glükohemoglobiin HbA1c
HbA1c näitab viimase ligikaudu 2–3 kuu keskmist veresuhkru taset ning aitab hinnata süsivesikute ainevahetust ja diabeedi võimalust. Tulemust ei mõjuta vahetult enne vereproovi söömine.

Põlva Haigla AS
Uus 2, Põlva 63308
Üldinfo: 799 9101
info@polvahgl.ee
Registratuur: 799 9100
registratuur@polvahgl.ee

Põlva Haigla
Südamega hoitud tervis ja taastumine