

## LYME'İ TÕBI e BORRELIOOS

Lyme'i (loe: laimi) tõbi on puugihammustusega leviv nakkushaigus, mille tekitajaks on bakter nimega *Borrelia burgdorferi*. Haiguse nimetus pärineb ameerika linna Lyme'i nimest. See haigus avastati seal 1970. aastail, mil emad hakkasid muret tundma laste liigesepõletiku suure puhangu pärast. Soomes on juba sada aastat teatud selle haiguse tundemärke, kuid mitte seda haigust põhjustavat bakterit.

Lyme'i tõbe esineb kõikjal, kus on puuke. Puugile meeldib elada niisketel niitudel. Eestis on puuginakkuse ohualad põhjarannik, Pärnu ja Tartu ümbrus ning Kirde- ja Kagu-Eesti. Puuke on leitud ka linnaparkidest, näiteks Tallinnast Rocca al Mare kandist. Kõik puugid ei sisalda borreeliat. On arvatud, et umbes 30% puukidest kannab borreeliat, kuid haigestub vaid umbes 1 hammustatu sajast. Eestis haigestub borrelioosi igal aastal umbes 300–600 inimest.

### Tundemärgid

Suurem osa puugihammustustest ei kutsu esile mingeid haigustunnuseid. Kui hammustusega kandub inimesele üle borreelia, tekib hammustuse ümber punane, suurenev lööberatas. Kui bakter kandub verega organismi, võib tekkida gripisarnane haigus palaviku, nõrkuse ja lihasevaludega. See Lyme'i tõve algusjärg on lühiaegne ja kergekululine.

### Haiguse kulg

Kui bakterinakkust haiguse alguses antibiootikumidega ei ravita, võib see kuude või isegi aastate möödudes põhjustada hilisnähte mitmetes elundites. Sagedasemad on tugi- ja liikumiselundite häired nagu lihasevalud ja ühe või mitme liigese turse ja valulikkus. Haiguse arenedes meenutavad lihasevalud rasket fibromüalgia. Paaegu sama sagedased on närvisüsteemi häired, nagu näonärvi või mõne muu närvi halvatus, ajukelmepõletik ja närvivalud. Borreelia võib tekitada ka kroonilist nahalöövet, erilisi silmapõletikke ja südamelihase põletikku.

Liigesepõletik on üldiselt healoomune ega põhjusta liigese hävimist. Valud võivad kesta kaua.

### Äratundmine

Algusjärgus tuntakse Lyme'i tõbe ära puugihammustuse ümber tekkivast lööberattast. Hilisjärgus, kui haigustunnuseks võib olla üksnes näiteks põlve põletik, nahalöövet enam ei ole. Siis tuleb välistada teised liigesehaigused ja kinnitada borreelianakkus vereprooviga (veres määratakse *Borrelia burgdorferi*'i antikehi). Haiguse diagnoosimisel on suureks abiks teave võibolla mitu kuud eelnenud puugihammustuse kohta.

### Ravi

Lyme'i tõve algusjärgus on raviks paarinädalane antibiootikumikuur. Nakkus paraneb peaaegu alati hästi ja hilisnähte ei teki. Kui haigus jäi algusjärgus ravita ja inimene haigestub hilisnähtudega, tuleb kasutada kauakestvat ja tugevatoimelist antibiootikumravi. Enamik haigestest paraneb, kuid valud võivad kesta veel aastaid.

### Ennetus

Borrelioosi vastu vaktsiini ei ole. Lyme'i tõbe võib ennetada, hoides ära puugihammustusi. Puugiohtlikus piirkonnas liikudes on soovitatav kanda pikka heledat riietust, millel puuke

on kerge märgata. Eriti rohus mängivate laste, aga ka puugipiirkondades elavate täiskasvanute nahka tuleb õhtuti puukide suhtes uurida. Kui nahas on puuk, tuleb see eemaldada. Kõige parem on haarata puugist kinni võimalikult naha lähedalt ja tõmmata see välja, kergelt pöörates vastupäeva (nagu kruvi lahti keerates). Apteekidest saab puugipintsette, kuid mõnikord tuleb toime ka sõrmedega. **Kui puugihammustuse ümber ilmub lööberatas, tuleb kohe pöörduda arsti poole.**