

## SJÖGRENI SÜNDROOM

Sjögreni sündroomi (haigustunnustikku) kuulub silmade, suu ja suguelundite limaskesta kuivamine, mis on tingitud pisara-, sülje- ja suguelundite näärmete aeglasest hävimisest põletiku tagajärjel. Kümnest haigest üheksa on naised. Tavaline vanus haigestumisel on 50–70 eluaastat, kuid haigus võib alata ka noorematel. See on suhteliselt sage haigus.

### Miks see tekib?

Sjögreni tõbi kuulub autoimmuunsete haiguste hulka. Need on haigused, kus immuunrakud ründavad vääriti oma keha kudesid, käesoleval juhul välisnõrenäärmeid. Sjögreni sündroom võib olla omaette haigus või liituda teiste autoimmuunhaigustega, nagu reumatoidartriit või süsteemne erütematoosluupus (SEL). Haiguse põhjust ei teata.

### Tundemärgid

Kõige kergemini ära tuntavad haigustunnused on tingitud limaskestade kuivamisest. Enamik haigeid märkab kõigepealt silmades kipitust ja prügitunnet. Suu kuivamisega kaasnevad neelamisraskused, vajadus kuiva toitu süües peale juua ning kähisev hääl. Hiljem lisanduvad hambaaugud ja igemepõletik, kuna ei eritu kaitsvat sülge. Süljenäärmete turse võib põhjustada põskede laienemist. Nina ja kopsutorude näärmete haigestumine toob kaasa nina kuivamise ja kuiva köha. Suguteede limaskesta kuivamine võib naistel olla väga ebamugavaks vaevuseks. Ka mao ja soolestiku näärmed võivad viga saada, tagajärjeks võib olla B<sub>12</sub>-vitamiini ja raua imendumise häire.

### Äratundmine

Sjögreni haigustunnustik tuntakse ära iseloomuliku limaskestade kuivamise järgi. Pisaraeritust mõõdetakse Schirmeri testiga, mis näitab alalau taha pistetud kuivatuspabeririba niiskumise kiirust. Süljeeritust mõõdetakse nii, et patsient üritab koguda nõusse võimalikult palju sülge. Suu niiskust võib hinnata ka vaatluse teel, sõrmega katsudes või pakkudes süüa kuivi küpsiseid. Eriarsti juures võib teha muidki teste.

Põletikumärgiks kiireneb sete. Peaaegu kõigil haigetel on veres teatud autoantikehi (enda-vastuaineid) nagu reumatoidfaktor, tuuma-vastuained ja SS-A ning SS-B vastuained (SS tähistab lühendina Sjögreni sündroomi).

Vananedes muutuvad kõigil limaskestad kuivemaks. Selline vanadusega kaasnev limaskestakuivus ei ole Sjögreni sündroom.

### Ravi

Kui põed Sjögreni sündroomi ja Sinu põhihaigus on reumatoidartriit või luupus, siis ravitakse Sinu põhihaigust tavalisel moel. Sjögreni haigustunnustikku ei ole võimalik välja ravida, ravi seisneb paiksete kuivusnähtude leevendamises. Tehispisarad ning niiskuse auramise eest kaitsvad prillid aitavad silmi niisutada. Toaõhk ei tohiks olla liiga kuiv. Pisaraid silmast välja juhtivaid pisarakanalikesi võib sulgeda ajutiselt väikeste korkidega või püsivalt lõikusega, nii et juba vähesest pisaraeritusest piisab silmade niisutamiseks. Ksilitolooli sisaldav närimiskummi võib suurendada süljeeritust, nii nagu ka mõned ravimid (pilokarpiin, broomheksidiin). Hammaste seisundit on vaja korrapäraselt üle vaadata. Kuivale suu ja suguteede limaskestale lisandub kergesti seentõbi, mille raviks kasutatakse seenevastaseid aineid. Kui tupekuivus segab suguelu, võib kasutada libestavaid õlisid või määreid (Nivea Milk, Johnson Baby Oil, pähkliõli või apteekides pakutavad eriotstarbelised libestid).

**Ennustus**

Sjögreni sündroom on püsiv ja sellest päriselt ei paraneta. Tuleb õppida koos sellega elama. Limaskestakuivust mõjustab reumatoidartriidi või muu põhihaiguse kulg. Lümfirakkude kasvaja (lümfoomi) oht on keskmisest suurem.