

## PROTSEDUURI TULEMUSED JA TAASTUMINE

Protseduur võib algul põhjustada valu ja ebamugavust. Pärast protseduuri võib süstekoht olla paar päeva valulik. Valu leevendamiseks võib süstekohale asetada külmakoti (või jääd) ja tõsta ravitud liigese kõrgemale, samuti võib valu leevendamiseks tarvitada valu vaigistavaid ravimeid (paratsetamool vm). Pärast süsti tuleks vältida füüsilist koormust. Füüsilise tegevusega (sh taastusravi) on soovitatav alustada u 1 nädal pärast protseduuri.

Enamasti tunnevad patsiendid haiguse sümptomite leevenemist kohe pärast esimest protseduuri (süstimist). **Püsivate tulemuste saavutamiseks on oluline korrata protseduuri paarinädalaste vahedega kuni 3 korda.**

## KÕRVALTOIMED JA TÜSISTUSED

Vereplasmaravi eelis alternatiivsete meetodite (näiteks lokaalne hormoonravi, hüaluroonhapperavi, füsioteraapia, operatsioonid jmt) ees on olematu tüsistuste oht. Puuduvad äratõukereaktsioonid, kuna ravis kasutatakse patsiendi enda kude. Infektsiooni oht on väga väike, sest plasmas endas on infektsioone ära hoidvad immuunrakud. Erandjuhtudel võib tekkida allergiline reaktsioon. Nimetatud sümptomite ilmnemisel tuleb kindlasti võtta ühendust protseduuri teinud arstiga.

**Ortopeedia Arstid AS** on 2005. aastal asutatud erahaigla, mis osutab kõrgetasemelist ambulatoorset ja kirurgilist ravi ortopeedia valdkonnas. Pakume teenuseid nii Eesti Haigekassas kindlustatud isikutele kui ka patsientidele, kes tasuvad oma ravi eest ise või kellel on eraravikindlustus.

**ORTOPEEDIA ARSTID AS**

Paldiski mnt 68a, 10617 Tallinn, tel 606 7747, [www.ortopeediaarstid.ee](http://www.ortopeediaarstid.ee)

## VEREPLASMARAVI (PRP)



**Ravi trombotsüütidega rikastatud vereplasmaga (PRP — *plateret rich plasma*)** on ravimeetod, kus kasutades patsiendi enese tsentrifuugitud verd (5 minutit tsentrifuugis 1500 p/m), saadakse trombotsüütide ja vere valgeliblede kontsentraat, mida süstitakse haigesse piirkonda. Protseduur kiirendab kõõluste, sidemete ja kõhrede tervenemist ning uuenemist. Tehtud uuringute põhjal on selgunud, et ravi tulemusel kiirendatakse vastava piirkonna kudede paranemist 2–3 korda.

### PRP-RAVIPROTSEDUURI NÄIDUSTUSED

Vereplasmaravi on näidustatud patsientidele, kellel esinevad kõõluste ülekoormuse sündroom, vigastused, põletikud või liigeskõhrede deformatsioonid; seda võib kasutada ka lihtsalt kõõluste ja sidemete operatsioonijärgse paranemise kiirendamiseks. Vereplasmaravi on eriti kasulik sportlastele ja patsientidele, kes kannatavad kroonilistest ülekoormushaigustest, vigastustest, tugi- ja liikumiselundkonna traumadest ja kroonilisest ülekoormussündroomist põhjustatud vaevuste all.

PRP-raviprotseduuri teel saab ravida järgmisi haigusi:

- ▶ **osteoartriiti** (liigeste kõhrkoe kulumine: põlved, puusad, hüppeliiges) varajases haigusfaasis;
- ▶ **lihase rebendeid**;
- ▶ **tennise- ja golfimängijate küünarliigese tendinoosi** (krooniline kõõluste degeneratsioon);
- ▶ **jalalaba- ja põiaavalusid — plantaarfastsitiiti** (kudede degeneratsioon, nende osaline rebend);
- ▶ **Achilleuse kõõluse tendiniiti** (kõõluste kiudude degeneratsioon, põletik);
- ▶ **põlvekedra tendinoosi** (põlve kõõluste degeneratsioon).

Protseduuri sobivust ja võimalikku kasu patsiendile saab hinnata nõu pidades arstiga, kes vajaduse korral teeb lisauuringud (magnetresonantstomograafia ja/või ultraheliuuring).

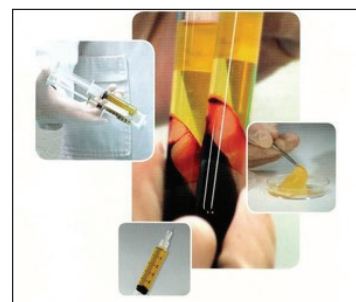
### PROTSEDUURIKS VALMISTUMINE

Ühe nädala jooksul enne protseduuri toimumist **ei tohi tarvitada põletikuvastaseid ja verd vedeldavaid preparaate**, muidu võib ravi efektiivsus väheneda. Muude ravimite tarvitamisest ning allergiatest (eeskätt allergia lidokaiini või bupivakaiini vastu) tuleb kindlasti informeerida protseduuri tegevast arsti.

### PROTSEDUURI KIRJELDUS

Vereplasmaravi võib teha nii operatsiooni ajal kui sellest taastumisel. Protseduuri käigus võetakse patsiendil veenist spetsiaalse süstlaga verd, seejärel eraldatakse verest tsentrifuugi abil **trombotsüütide ja vere valgelibledega rikastatud plasma, mis omakorda süstitakse haigesse või vigastatud piirkonda**. Trombotsüütide aktiveerumisel suureneb nende kasvufaktor, mis kiirendab kahjustatud rakkude iseeneslikku paranemist, ergutab kollageeni tootmist, uute kapillaaride teket, aitab kudedel ja veresoontel taastuda, peatab verejooksu.

Protseduuri korratakse paarinädalaste vahedega kuni 3 korda. Kogu protseduur võtab tavaliselt aega umbes 20–30 minutit.



Joonis 1. Vereplasmaravi protseduur