

PRESSITEADE

Tallinn, 8. oktoober 2026

Reumafoorumi peaesineja, prof Elena Nikiphorou: „Põletikuline reumaatiline haigus ei esine kunagi eraldiseisvana – võti peitub kaasuvate haiguste varajasel avastamisel ja patsientide harimisel.“

Rahvusvaheliselt tunnustatud reumatoloog ja King's College Londoni professor Elena Nikiphorou on täna Tallinnas toimuva reumafoorumi peaesineja. Oma ettekandes rõhutas ta, et reumaatilised haigused ei tähenda ainult liigesevalu, vaid võivad hõlmata ka teisi elundeid ning põhjustada keerukaid kaasuvaid haigusi.

Professor Nikiphorou sõnul mängivad haiguse ravitulemuste optimeerimisel võtmerolli nii arsti oskus tuvastada kaasuvaid haigusi juba esimesel konsultatsioonil kui ka patsiendi enda teadlikkus

„Me ei räägi siin ainult ravist, vaid inimeste eludest – eludest, mis puudutavad üle 250 000 inimese Eestis ja enam kui 120 miljonit inimest kogu Euroopas,“ rõhutas prof **Nikiphorou**. „Põletikulised reumaatilised haigused diagnoositakse sageli noortel inimestel, kes on oma tööelu tipus. Lisaks füüsilistele piirangutele ja valule kaasnevad haigusega sageli vaimse tervise probleemid, töövõime kaotus ja mitmesugused kroonilised kaasuvad haigused, alates südame-veresoonkonna haigustest ja metaboolsest sündroomist kuni rasvumise ja suurenenud vähiriskini.“

Euroopa uuringuandmete kohaselt vähendab iga täiendav kaasuv haigus remissiooni tõenäosust 30 protsendi võrra ühe aasta jooksul.

Prof Nikiphorou rõhutas reumatoloogidele ja esmatasandi tervishoiutöötajatele mõeldes, et arstid peavad juba esimesel vastuvõtul patsiendiga põhjalikult hindama kaasuvate haiguste riske, et pakkuda õigeaegset ravi ja sekkumist ning mõelda ka ennetamisele.

„Kaasuvad haigused ei mõjuta mitte ainult elukvaliteeti, vaid need avaldavad otsest mõju ka ravi tõhususele,“ selgitas prof Nikiphorou. „Näiteks rasvumise korral on remissiooni saavutamise tõenäosus märkimisväärselt madalam. Iga täiendava kaasuva haiguse korral väheneb remissiooni saavutamise tõenäosus märkimisväärselt ning see mõjutab otseselt ka igapäevast elukvaliteeti. See on nagu nõiaring ning sellest vabanemiseks vajab patsient esmase ravi kõrval süstemaatilist tuge – elustiilinõustamist, kehalist aktiivsust ja motiveerivat patsiendi harimist.“

Kaasuvad haigused suurendavad reumaatilise patsiendi haiguskoormust

Luu-, lihaskonna ja reumaatilised haigused (RMD) on tihedalt seotud teiste krooniliste elundkonna haigustega, mis süvendavad märkimisväärselt patsiendi puuet ja lühendavad elulemust:

- **Südame-veresoonehaigused (SVH):** Krooniline süsteemne põletik kiirendab ateroskleroosi teket. Reumatoidartriidiga patsientidel on müokardiinfarkti risk ligi **70%** ja insuldirisk **41%** kõrgem kui üldrahvastikul – näitaja, mis on võrreldav II tüüpi diabeediga kaasneva kardiovaskulaarse riskiga. Süsteemse luupuse (SLE) korral on kardiovaskulaarsete sündmuste suhteline risk enam kui kaks korda suurem.
- **Vaimne tervis ja metaboolsed häired:** Kuni 40%-l põletikulise artriidiga patsientidest esineb kaasuvat ärevust või depressiooni. Psoriaatilise artriidi puhul on metaboolne sündroom ja ülekaalulisus sagedane kaasuv probleem, mis otseselt pärsib ravimite ehk bioloogikumide toimet.
- **Majanduslik mõju:** Euroopa Liidus moodustavad reumaatilistest haigustest tingitud töövõimetus ja tootlikkuse kadu hinnanguliselt kuni **2% EL-i sisemajanduse koguproduktist (SKP)**, see näitaja on reaalsuses tõenäoliselt veelgi suurem

Esineja taust: prof Elena Nikiphorou

Prof. Elena Nikiphorou on reumatoloogia ja meditsiinilise hariduse professor King's College Londonis ja King's College'i haiglas. Tema kliiniline ja teadustöö on keskendunud põletikulistele artriitidele, raskesti ravitavatele haiguse vormidele ning tervise sotsiaalsetele määravatele teguritele. Prof Nikiphorou on Euroopa Reumaliidu (EULAR) *huvikaitsekomitee* esimees ja EMEUNETi endine esimees, kes tegutseb aktiivselt Euroopa Parlamendi ja liikmesriikide valitsuste tasandil, et tagada reumaatiliste haigustega inimestele parem juurdepääs ravile ja parem elukvaliteet.



Fotol: Prof Elena Nikiforou koos Eesti Reumaliidu juhi Ingrid Põldemaga

Fotode autor: Aive Hiiepuu

Juubeliaasta toob üritused üle Eesti

Kogu oktoobri jooksul toimub Reumakuu raames 9 piirkondlikku üritust Eesti eri paigus, mida koordineerivad liidu 12 liikmesühingut ja 8 tugirühma. Lisainfona lansseeritakse patsiendilugude sari ning tähistatakse 12. oktoobril rahvusvahelist Maailma Reumapäeva.

Eesti Reumaliidust:

1991. aastal asutatud Eesti Reumaliit on üle-eestiline katusorganisatsioon, mis ühendab 12 liikmesühingut ja tugirühmasid ligi 600 liikmega. Liidu missioon on toetada reumaatilisi haigeid ja nende lähedasi, parandada haigusteadlikkust ning edendada patsiendikeskset tervishoidu. Lisainfo: reumaliit.ee

Reumakuu tegevused: <https://reumaliit.ee/mida-me-teeme/reumakuu/>

Lisainfo:

Ingrid Põldemaa

Eesti Reumaliidu juhatuse esimees

E-post: ingrid@reumaliit.ee | Tel: +372 5224479

Koduleht: www.reumaliit.ee | [Facebooki leht](#)