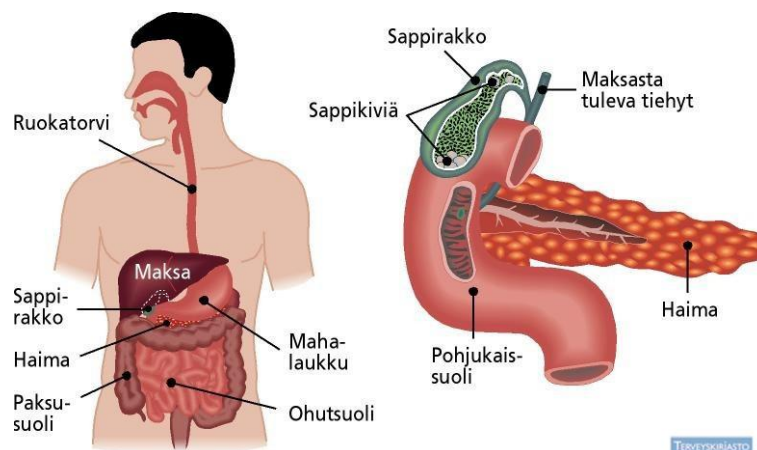


SAPPIKIVITAUTI

Sinulla on todettu sappikivitauti, joka on yksi yleisimmistä akuutin vatsakivun aiheuttajista Suomessa. Haluamme antaa tietoa sairaudestasi, jotta selviytyisit mahdollisimman hyvin kotioloissa. Toisaalta on tärkeää tietää, missä tilanteissa on syytä hakeutua hoitoon. Toivomme, että suullinen ohjaus ja kirjalliset ohjeet auttavat näissä asioissa, ja selkiyttävät käsitystä sairautesi hoidosta Lapin sairaanhoitopiirissä.

Sappirakko

Sappirakko sijaitsee maksan alapinnalla oikean kylkikaaren alla (Kuva 1). Se on noin puolen desilitran vetoinen pussimainen elin. Maksan erittämä sappineste kulkeutuu paaston aikana sappirakkoon, joka väkevöittää eritteen ja toimii sen tilapäisenä säiliönä. Syönnin jälkeen sappirakon supistuessa sappineste virtaa sappirakon tiehyttä pitkin yhteiseen sappitiehyeseen, joka vie sappinesteen ohutsuoleen. Siellä sappinestettä tarvitaan erityisesti rasvaisen ruoan sulatukseen.



Kuva 1. Sappirakon sijainti ja sappikivitauti (kuva lainattu Terveyskirjaston luvalla osoitteesta: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00074&p_haku=kuva).

Sappikivitauti

Sappikivitaudissa väkevöityneeseen sappinesteeseen alkaa eri syistä johtuen muodostua kiteitä, jotka kasautuvat edelleen kiviksi. Tällainen kivi voi sulkea sappirakosta lähtevän sappitiehyen, jolloin tulee tyypilliset ruokailun jälkeiset sappikivikohtauskivut (Kuva 1). Eräät ruoka-aineet (rasvainen ruoka, omena, kananmunan keltuainen, lanttu, kurkku, paprika, kaali) saavat sappirakon supistumaan voimakkaammin ja voivat aiheuttaa siksi kovempia oireita.

Oireet

Sappikivet todetaan usein sattumalta, kun vatsan aluetta tutkitaan kaikututkimuksella muusta syystä. Suurelle osalle potilaista sappikivistä ei ole vaivaa, mutta osalle sappikivet aiheuttavat oireita. Sappikivitaudin tyypillisin oire on melko äkisti alkanut oikealla kylkikaaressa ja keskellä tuntuva aaltoileva ylävatsakipu, joka saattaa säteillä yläselkään oikean lapaluun seutuun. Sopivan



Osasto 4

asennon löytäminen voi olla vaikeaa. Pahoinvointia ja oksentelua saattaa esiintyä. Yleensä kipu helpottaa itsestään joidenkin tuntien kuluessa. Ensimmäisen kipukohtauksen jälkeen seuraava voi tulla vasta vuosikymmenen kuluttua.

Jos kipukohtaus ei väisty 3–6 tunnin kuluessa, on syytä epäillä lisätauteja, joista yleisimpiä ovat sappirakon tulehdus ja sappitiehyeen tukos. Tällöin kivun lisäksi voi esiintyä kuumetta tai muutaman päivän kuluessa tulevaa keltaisuutta (ikterus). Keltaisuuden aiheuttaa syvemmälle sappitiehysiin kulkeutunut kivi, joka estää sappinesteen vapaan virtauksen. Tuolloin sappiväriaine jää elimistöön ja potilas muuttuu kellertäväksi. Myös sappikivien aiheuttama haimatulehdus on mahdollinen, joskin harvinaisempi vaiva.

Sappikivien toteaminen ja hoito

Jos sappikipukohtaus ei mene ohi 3–6 tunnin aikana eikä siihen ole apua kipulääkkeen ottamisesta, on syytä hakeutua hoitoon. On tärkeää selvittää onko kyseessä pelkän kiven aiheuttama kipu vai onko kysymys lisätaudeista. Sappikivien toteamisessa tärkein ja luotettavin menetelmä on ultraäänitutkimus. Kairakuvauksen lisäksi tutkitaan verinäytteellä maksa-arvot, amylaasi ja tulehdusarvo, joilla pystytään sulkemaan pois epäily lisätaudista.

Mikäli sappikiviin liittyy lisätauteja, tarvitaan sairaalahoitoa. Jos kivi tukkii sappitiehyn ja on keltaisuutta, pyritään diagnoosiin ja tarvittaessa kiven poistoon gastroskopiateitse tehtävä sappi- ja haimateiden tähystys- ja kuvantamismenetelmällä. Sappirakon tulehduksessa kipuun liittyy kuumeilu. Hoidoksi annetaan antibiootteja suonensisäisesti ja sappirakko poistetaan tilanteesta riippuen heti tai noin kolmen kuukauden kuluttua, kun tulehdus on rauhoittunut.

Mikäli lisätauteja ei ole, sappirakkoa ei tarvitse leikata yhden sappikipuvaiheen jälkeen. Kipukohtauksien toistuessa leikkaukseen pyritään muutaman kuukauden kuluessa. Yleensä tähystämällä (laparoskooppisesti) tehtävässä leikkauksessa poistetaan sappirakko ja sen mukana sappikivet. **Oireettomia sattumalta todettuja sappikiviä ei tarvitse hoitaa.**

Ravitsemus

Ravinnon koostumuksen vaikutus sappikivien syntyyn on epäselvä. Siksi ei voida suositella mitään erityistä ruokavaliota, jolla voitaisiin estää sappikivien syntyä. Keskeisintä on välttää juuri niitä ruoka-aineita, joista saat oireita. Jos ylävatsasi kipeytyy esimerkiksi omenasta, mutta ei muista tyypillisesti oireita aiheuttavista ruoista, voit syödä muita ja välttää vain omenaa.

Sappikivien ehkäisy

Lihavuus lisää selvästi sappikiviä, joten niitä voidaan ehkäistä painonhallinnalla. Laihduttaminen on hyvä tehdä maltilla, sillä nopea painonpudotus etenkin hyvin vähärasvaisella ruoalla lisää sappikivien vaaraa. Yleissääntö laihduttamisessa on, ettei paino saisi laskea enempää kuin kilon viikossa. Toisinaan järkevä painonpudotus voi olla suositeltavaa ennen leikkausta. Painon hallinnassa ja pu-



Osasto 4

dottamisessa auttaa ruokavalion lisäksi liikunta. Liikunnan harrastamisen on todettu vähentävän sappikivitaudin esiintyvyyttä.

Kivunhoito

Tavanomainen aikuisille määrättävä kipulääke sappikivunhoitoon on Litalgin, jota voi yleensä ottaa keskivaikean kivun hoitoon 1–2 tablettia kolmesti vuorokaudessa. Saat tarvittaessa sairauden todenneelta lääkäriltä kipulääkeresepin ja ohjeen lääkkeen käytöstä. Lääkettä ei ole tarkoitus käyttää säännöllisesti päivittäin. Mikäli lääkkeestä ei ole apua eikä kohtaus tunnu menevän ohi, tulee Sinun hakeutua hoitoon.

Jatkohoito

Lääkärisi kertoo Sinulle miten sairautesi hoito jatkuu tästä eteenpäin. Mikäli Sinulla tulee kotona sairauteesi liittyviä ongelmia, **ota ensisijaisesti yhteyttä virka-aikana omaan terveystieteeseen**. Tarvittaessa voit kysyä toimintaohjeita Lapin keskussairaalan perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteispäivystyksestä (016) 322 4800 (vuorokauden ympäri) tai hakeutua hoitoon edellä mainittuihin paikkoihin.

Toivotamme hyvää vointia!

Luotettavaa tietoa Internetissä



- Lapin sairaanhoitopiiri osoitteessa: www.lshp.fi
- Käypähoito osoitteessa: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/etusivu>
- Terveyskirjasto Duodecim osoitteessa:
<http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti>

LÄHTEET:

- Kellokumpu, I. 2011. Sappikivitauti. Lääkärin käsikirja.
- Leiras 20.2.2012 osoitteessa: <http://www.leiras.fi/files/101699.pdf>.
- Mustajoki, P. 2011. Sappikivi. Lääkärikirja Duodecim 20.2.2012 osoitteessa: <http://www.terveyskirjasto.fi>.
- Suomen lääkärilehti. 2006. Sappikivet ja sappitulehdus. 24/2006 vsk. 61. 20.2.2012 osoitteessa: <http://www.laakarilehti.fi/files/potilaansivu/SLL242006-2704.pdf>