



# Ataksia: patsientidele tähtsad faktid

## MIS SEE ON?

Sõna „ataksia“ tuleneb kreeka keelest ja tähendab „korratu“. Ataksia tähendab ebakorrapäraseid, kohmakaid liigutusi ja tasakaaluhäireid. Koordineeritud liikumine eeldab närvisüsteemi mitmete eri osade koostööd ja ühe piirkonna kahjustumine võib põhjustada ataksiat. Teie arst vaatab teid läbi, et teha kindlaks, kas ataksiat põhjustab häire peaaegus, seljaajus või närvides. Kõige sagemini on ataksiaga seotud väikeajus.

## MILLISED ON ATAKSIA SÜMPTOMID?

- Tasakaaluhäired püsti seistes
- Kõnnakuhäire näiteks:
  - Patsient kõnnib harkisjalu
  - Tuikumine või kaldumineühele või teisele poole
  - Võimetus liikuda mööda sirgjoont
  - Ebakindlusest põhjustatud kukkumised
- Koordineerimatud ja kohmakad käeliigutused
- Värisemine (treemor), mis üldjuhul süveneb, proovides midagi haarata. Ataksiast võivad olla haaratud käed, jalad, pea või isegi kogu keha.
- Kõnehäired, peamiselt ebaselge hääldus
- Silmaliigutuste häired, mis võivad põhjustada kahelinägemist või nägemise ähmastumist
- Peapööritus

## MIS PÕHJUSTAB ATAKSIAT?

Ataksia ei ole haigus, vaid neuroloogiline sümptom. Põhjuseid on mitmeid, sealhulgas:

- Ajukahjustus kasvajate, insuldi, peatrauma, infektsiooni vms tõttu
- Vitamiinipuudulikkus nt B1-, B12- või E-vitamiini puudus
- Kokkupuude teatud ravimite või toksiinidega, nagu fenütoiin, karbamasepiin, barbituraadid, rahustid, teatud antibiootikumid, liitium, amiodaroon ja alkohol
- Autoimmuunhaigused, nagu hulgiskleroos, immuunvastus kasvajale, ajuveresoone põletik või tsöliaakia
- Ainevahetushaigused, nagu kilpnäärme väärtalitlus või madal veresuhkrusisaldus
- Neurodegeneratiivsed haigused, mis põhjustavad ajus närvirakkude kadu, nagu multisüsteemne atroofia (MSA), spinotserebellaarne ataksia (SCA) jm
- Kaasasündinud (pärilikud ehk geneetilised) põhjused

## KUIDAS SEDA DIAGNOOSITAKSE?

Ataksia diagnoosimiseks peab arst esitama küsimusi teie kliinilise anamneesi kohta, sealhulgas tuleb koguda põhjalik perekonnaanamnees. Teile tehakse üksikasjalik neuroloogiline läbivaatus ja vajaduse korral ka järgnevad diagnostilised testid:

- Pildiagnostikauuringud: aju-uuring kompuutertomograafia (KT) või magnetresonantstomograafia (MRT) abil ja/või selja MRT
- Vere-, uriini- ja seljaajuvedeliku analüüs
- Vererõhu mõõtmine ja kuseteede talitluse kontroll
- Südamekontroll
- Närvijuhtivuse uuringud ja elektromüograafia (ENG/EMG)
- Kognitiivse seisundi hindamine või neuropsühholoogiline hindamine
- Silmauuringud
- Vereanalüüsid geneetiliste/pärilike ataksiate määramiseks

## KAS ATAKSIAT SAAB RAVIDA?

Ataksia ravi sõltub põhjusest. Kui ataksiat põhjustavad ravimid või toksiinid, võib ataksiat leevendada nende ainetega kokkupuutest hoidumine. Ravi võib olla võimalik teatud vitamiinipuudulikkuse, kasvajate, autoimmuun- või ainevahetushäirete puhul. Mõnesid geneetilisi ataksiaid on võimalik ravida spetsiifilise vitamiini või ravimiga.

Kui spetsiaalne ravi puudub, võib ataksiaga patsientide elukvaliteedi parandamiseks abi olla füsio-, tegevus- ja kõneteraapiast.