

Perearst: mehed, tulge tervisekontrolli!

Mehed võiksid usinamalt tervist kontrollimas käia, leiab Salme perearst **Tiina Tarkin** ülemaailmse meeste tervise kuu hakul.

“Meeste suhtumine oma tervisesse on erinev – leidub neid, kes on harjunud kord aastas kontrollis käima, mõni teine aga saabub arsti juures alles viimases hädas,” tõdes dr Tiina Tarkin.

Dr Tarkini sõnul on tervise teadlike meeste hulgas, kes regulaarselt tervisekontrollis käivad, nii keskealisi kui ka eakaid mehi.

“PSA-testi, mis võimaldab varakult tuvastada eesnäärmevähki, tuleb mul oma patsientidele sageli teha,” märkis Tarkin.

Sel kevadel jäi paljudel meestel koroonalaine ja eriolukorra tõttu kontrollis käimata – seda rohkem on neid, kes teevad seda praegu.

Dr Tarkini sõnul on soovitud, kuidas tervem püsida, lihtsad: toitu tervislikult, liigu rohkem, ära tarbi alkoholi, ära suitseta. Paraku on tal tulnud üsna sageli juhtida oma meespatsientide tähelepanu nende liiga suurele kehakaalule ja kahjulikele harjumustele.

“Iseasi on see, kas nii vanaks elanud inimene oma harjumusi muutma hakkab,” tõdes perearst. “Millestki loobumist peetakse ju raskeks.”

Tiina Tarkini sõnul on väga oluline, et mehed osaleksid jämesoolevähi sõeluuringul. “Teeme ka ise selle nimel tööd – helistame ja kutsume,” rääkis Tarkin. “Neid, kes keelduvad, on väga üksikuid.”

Haigekassa andmeil kutsuti mullu Saare maakonnas jämesoole sõeluuringule 1602 meest. Kutsutuist osales uuringul 903 ehk 56,4%. Tänavu on maakonnas uuringule oodatud 1051 meest.

TAI tänavu avaldatud uurimus “Vähihaigestumus Eestis 2017” näitab, et 2017. aastal registreeriti Eestis 8779 uut vähi esmasjuhtu, neist 4425 meestel. Meeste kõige sagedasem pahaloomuline kasvaja oli eesnäärmevähk, mis moodustas veerandi kõigist vähijuhtudest. Sageduselt järgnesid kopsuvähk (14% vähijuhtudest) ja naha mittemelanoom (12%). Käärsoolevähk moodustas meestel 6% ning pärasoole- ja neeruvähk kumbki 5% kõigist esmasjuhtudest.

Monika Metsmaa

Eesnäärmebuss jõuab Kuressaarde

19.–27. novembrini peatub Kuressaare haigla juures taas meestekliiniku mobiilne kabinet ehk “eesnäärmebuss”. Seal tegelevad meestearstid kõigi meeste eriomaste haigustega: eesnäärmehaigused, seksuaalhäired, meeste üleminekuga, hüpoponadism, viljatus, sugutrakti ägedad ja kroonilised põletikud, kõik peenise, munandikoti haigused, rinnahaigused meestel.

Vastuvõtule tulemiseks on vaja perearsti saatekirja ning end eelnevalt registreerida meestekliiniku kodulehel e-kirjaga aadressil meestekliinik@kliinikum.ee; telefonidel 73 19 100, 73 19 323. Tasulise teenuse korral pole saatekirja vajalik, kuid võimalusel tuleks kaasa võtta varasemate uuringute tulemused. Kuressaare haiglas võtab patsiente vastu uroloog Andres Sarjas. Tema vastuvõtule saab end kirja panna haigla registratuuri telefonil 45 20 115.



Salme perearst Tiina Tarkin.

RAUL VINNI

Ööpäevaga lisandus Saaremaale kaks koroonapositiivset

Rahvastikuregistri andmetel laekus enim uusi positiivseid testitulemusi Harjumaale, kus koroonaviirusesse nakatumine tuvastati 42 inimesel. Ida-Virumaale lisandus kuus, Raplamaale neli, Saaremaale kaks ja Tartumaale üks positiivne testitulemus.

Ühe Saaremaale lisandunud nakatumisjuhtumit asjaolud on selgitamisel, teine rahvastikuregistri järgi Saaremaale laekunud juhtum on üle antud Põhja regionaalosakonnale, sest inimene elab Harjumaal. Lääne regionaalosakonna jälgimisel on 245 inimest, kellest 55 on haigestunud.

Kuressaare haigla kinnituse

sel on nad koroonaviiruse teise laine tulekuks valmis, kirjutas Postimees.

Kuressaare haigla juhatuse liige **Edward Laane** kinnitas, et ka nemand on Covid-19 haigete hospitaliseerimiseks valmis. “Meil on praegu kasutuses viis hingamisaparaati, kaks on tellimisel. Oleme säilitanud osakondade ees lüüsid,” kirjeldas Laane.

Haigla intensiivraviosakonnas on üks isolaator. “Kohe saaksime ravile võtta 14 patsienti Covid-19 infektsiooniga ja vajadusel saame patsiente vastu võtta veelgi enam,” märkis Laane.

Uudistetoimetuse



Vanuserühmades 8–10 ja 11–13 osales kokku 26 solisti. I reas vasakult paremale: Melissa Rei, Hanna Väli, Rasmus Lõhmus, Karoliine Vaher, Marili Paimre, Geito Jermolov, Melissa Kivi, Marta Aus. II reas juhendajad vasakult paremale: Anne Kann, Pilvi Karu, Imbi Kolk, Laine Lehto, Kairit Sepp.

ALAR TRUU

Maakonna parimad lauljad selgunud

Laupäevaste finaalkontsertidega jõudis Kuressaare lõpule tänavune maakonna noorte solistide konkurs “Kevadümin”, kus kuues vanuserühmas sõeluti välja parimad laulupoisid-tüdrukud.

Mehis Tulk
mehis.tulk@saartehaal.ee

Tavapäraselt kevadel peetava võistluse piirkondlikud eelvoorud sai pandeemia tõttu läbi viia alles oktoobrikuus: Lääne-Saaremaa “Rannalapse laulud” Kärlal, Kesk-Saaremaa “Viisikvakk” Valjalas, Ida-Saaremaa “Laulumaias” Orissaares, Kuressaare Laululind Kuressaare muusikakoolis.

Finaali pääses 60 solisti, kellest lavale jõudis 58. Kuressaare Kultuurivara projekti juht **Ester Soe** ütles, et osalejaid oli arvuliselt umbes sama palju kui eelmisel aastal, selles mõttes pole koroonavõistlusele mõju avaldanud. Ta lisas, et lauluõpetajad andsid juba septembris teada, et ootavad eeloleval kevadel laulu võistluse jätkumist tavapärasel ajal.

Enamik soliste laulis eesti keeles, kuid oli ka ingliskeel-

Kevadümin 2020 tulemused:

Vanuserühm 3–4a

I koht Ariana Isabella Kaerma, Pargi lasteaed, juh Evelin Kask

II koht Deliisa Kastein, Valjala lasteaed, juh Sirje Torn

III koht Säde Sulg, eralasteaed Naerusuu, juh Siret Liiv

Vanuserühm 5–7a

I koht Reio Rei, Kahtla lasteaed, juh Inga Rand

II koht Mia Loviise Ivalo, eralasteaed Naerusuu, juh Siret Liiv

III koht Eelia Marleen Kaasik, Aste PK, juh Reet Lõugas

ERIPREEMIA

Lavalise sära eest – Anni Tamm, Muhu PK, juh Leena Peegel

Vanuserühm 8–10a

I koht Melissa Rei, Orissaare muusikakool, juh Anne Kann

II koht Hanna Väli, Kuressaare gümnaasiumi (KG) huvikool Inspira, juh Pilvi Karu

III koht Marta Aus, Kuressaare muusikakool, juh Kairit Sepp

Vanuserühm 11–13a

I koht Geito Jermolov, KG huvikool Inspira, juh Laine Lehto

II koht Rasmus Lõhmus, Mustjala PK, juh Imbi Kolk

III koht Marili Paimre, KG huvikool Inspira, juh Laine Lehto

ERIPREEMIA

Lavalise võlu ja lustikkuse eest – Melissa Kivi, Kuressaare muusikakool, juh Kairit Sepp

Siira esituse eest – Karoliine Vaher, Kuressaare muusikakool, juh Kairit Sepp

Vanuserühm 14–16a

I koht Kevin Rääm, KG huvikool Inspira, juh Pilvi Karu

II koht Andris Tambur, KG huvikool Inspira, juh Laine Lehto

III koht Oliver Leppik, KG huvikool Inspira, juh Helle Rand

Vanuserühm 17–19a

I koht Martin Vesberg, KG huvikool Inspira, juh Pilvi Karu

II koht Roos Marie Karmel Pšenitšnaja, KG huvikool Inspira, juh Pilvi Karu

III koht Sandra Loik, Kuressaare muusikakool, juh Kairit Sepp

ERIPREEMIA

Stiilpuhtuse eest – Kädi Öun, Salme PK, juh Karin Pulk

Kristalsete kõrgete nootide eest – Aleksandra Trei, KG huvikool Inspira, juh Pilvi Karu

seid lugusid. Vabariiklikul võistlusel ehk ERR-i konkursil “Tähtede lava” on kohustuslik esitada aga eestikeelne pala. Pealinna lähedavad Reio Rei, Melissa Rei ja Geito Jermolov.

Lauljaid hindas žürii koosseisus: Triin Ella – Eesti Rah-

vusooperi solist, hääleseadja ja lauluõpetaja Tallinna muusikakeskkoolis; Pille-Rite Rei – laulja, helilooja ja saksofonist; Katre Roolah – pianist ja klaveriõpetaja Kuressaare muusikakoolis; Piret Puusepp – Kuressaare Kultuurivara

kultuurikorraldaja; Ahto Nelli – muusik ja raadio Kadi muusikatoimetuse juht. Saatebändis mängisid Veikko Lehto, Toomas Tang, Ain Kivilo, Ivo Aksiim. Kontserte juhtisid Vilve Vadi, Kirke Medri ja Vootele Mets.

Järvamaal võis olla muinassaarlaste sadam

Järvamaal asuva Valgma küla ajaloo kohta kokkuvõtte koostanud koduloolane **Andres Kruusmaa** (fotol) käis välja hüpoteesi, et muinasajal oli saarlastel Kareda piirkonnas jõesadam, vahendab ajaleht Järva Teataja. Kohanimi Valgma tähendab lautrit. Sellist hüpoteesi muinasajaloost pole ajaloolased seni välja pakkunud.

Kruusmaa usub oma sõnul, et muinasviikingite riigi mõjula küündis jõgesid mööda

sügavale sisemaale ning Esna jõe kaldal asuv Valgma küla võis olla nende tugipunkt ja Järvamaa kuulsate meresõitjate vasall.

“Läti Hendrik kirjutab Liivimaa kroonikas, et kui orduväed kolmanda sõjakäigu aegu Karedale jõudsid, leidsid nad eest parasjagu toonast Järvamaa keskust rüüstavad saarlased,” rääkis koduloolane Järva Teatajale. Tema sõnul võis seni saarlaste lääni staa-

tuses olnud Järvamaa hakata pärast ristisõdalaste tulekut makse maksma hoopis Riiale ning saarlased ei tulnud siia mitte niisama rüüsteretkele, vaid oma osa nõudma. Kroonikast võib välja lugeda ka selle, et saarlased oli Karedal oma maja. Toona oli jõgede veetase hoopis kõrgem kui tänapäeval ning seega oli võimalik laevadega Kesk-Eestisse sõita.

Uudistetoimetuse



DMITRI KOTJUH / JÄRVA TEATAJA