

# Eestis sagedanevad ravimimürgistused

22

Mürgistusteabekeskuse infoliinilt 16662 saab mürgistuse või selle kahtluse korral kiiret ja asjatundlikku nõu nii kemikaale või ravimeid valesti kasutanu kui ka mürgistusjuhtumiga seotud väljakutsele sõitev kiirabitöötaja ning mürgistusjuhtumi lahendamiseks vajalikke ravijuhiseid sooviv tervishoiutöötaja.



**Anne-Liise Verpson**

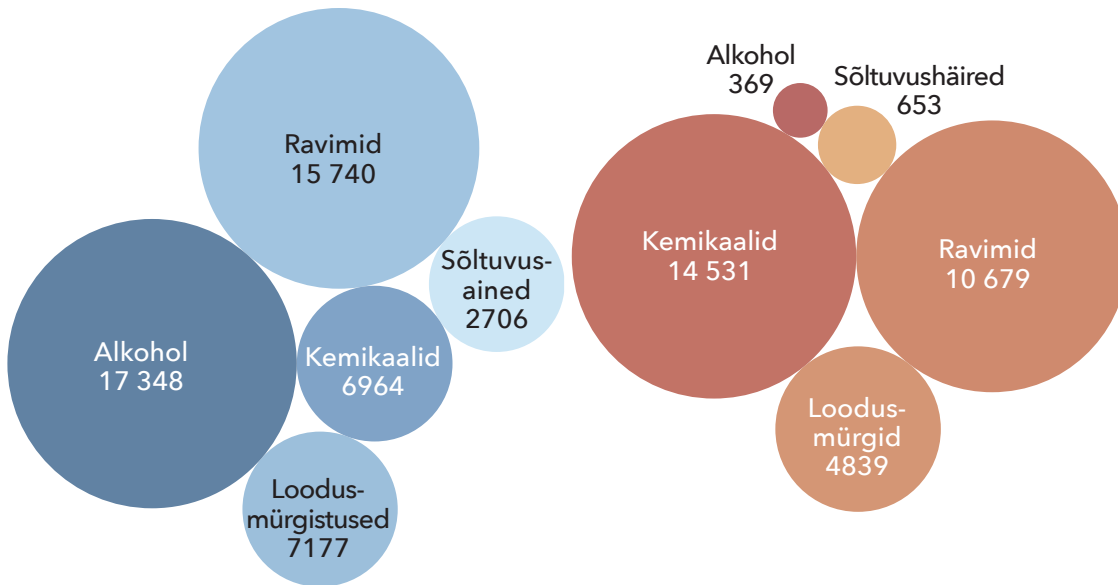
ennetusjuht  
mürgistusteabe osakond  
Terviseamet

**E**lanikkonnale, tervishoiu- ja päästetöötajatele mürgistusinfot ja nõu andev Mürgistusteabekeskuse infoliin 16662 on avatud 2008. aasta 6. oktoobrist. Alates 2010. aastast kuulub Mürgistusteabekeskus Terviseameti koosseisu. Kogu selle aja jooksul oleme nõu andnud ligi 36 000 korral, millest suurem osa on seotud kemikaalide ja ravimite väärkasutamisega.

2023. aastal nõustasime mürgistusinfoliinil 16662 ligi 4500 korral, mida on pea 600 võrra enam kui aasta varem. Kui läbi aastate on olnud mürgistuskõnedest ligi 40% seotud kemikaalidega ning 30% ravimitega (vt joonis 1), siis viimase aastaga on kemikaalidega seotud õnnetuste arv vähenenud ning sagenenud on ravimitega seotud murekõned. 2023. aastal

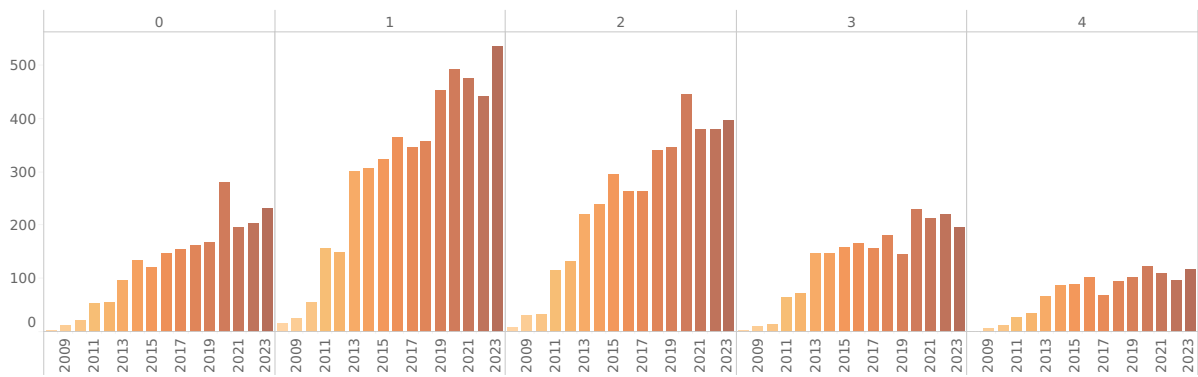
nõustatud kõnedest oli 35% seotud kemikaalide väärkasutamisega ning 32% ravimimürgistuse kahtluse või õnnetusega. Tõusvas joones liiguvad 1–4-aastastega juhtuvad õnnetused ning tahtlikud ravimimürgistused teismeliste ja eakate hulgas.

Mürgistusõnnetusi hinnates näib kodu olevat inimesele kõige ohtlikum paik – suurem osa õnnetustest juhtub kodus kas ravimi või kemikaali väära kasutamise tõttu vales doosis või pakendite segiajamise tõttu. Väsimusest ja kiirustamisest tingitud tähelepanematus või ka teadmatus tõttu jääb ravimikarp ripakile ja lapse haardeulatusse, arvutusvea või ebasobiva suurusega mõõdulusika kasutamisel satub suhu vales koguses ravimit või joob pereliige märgistamata annusse ümber valatud kemikaali.



**Joonis 1.** Mürgistuskõnede jagunemine peamiste ainerühmade lõikes mürgistusfoliivil 16662 (pruun diagramm) ning haiglates/perearstikeskustes ravitud mürgistusjuhtumid (sinine diagramm) (2008-2023).

Allikas: Mürgistusjuhtumite andmeait [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)



**Joonis 2.** Mürgistusfoliivil nõustatud juhtumid vanuses 0-4 eluaastat (2009-2023).

Allikas: Mürgistusteabekeskuse andmeait [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)

Mürgistusteabekeskuse juht Mare Oder juhib tähelepanu tõsiasjale, et kõiki koduseid õnnetusi on võimalik ette näha ja ära hoida. „Tasub oma kodus ringi vaadata ja veenduda, kas oled loonud ravimite ja kodukeemia paigutamiseks süsteemid, mis ei vea sind alt, kui oled väsinud või on kiire,“ soovib Oder ning tõdeb murelikult väikelastega seotud mürgistuskõnede arvu pidevat kasvu viimastel aastatel (vt joonis 2).

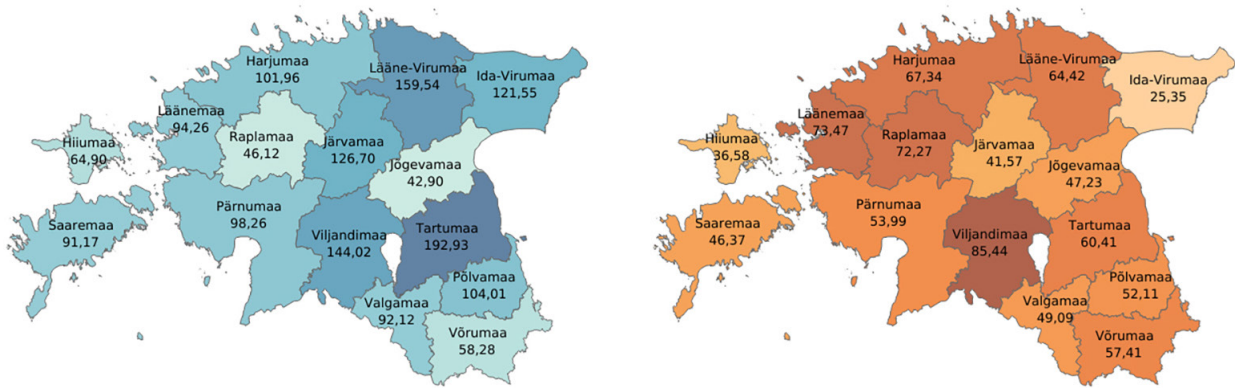
„Seda võib seletada teadlikkuse suurenemisega mürgistusinfonumbri 16662, mida oleme

iga-aastaste mürgistusennetuskampaaniatega ärgitanud telefoni salvestama ning mürgistuskahtluse või õnnetuse korral meile julgelt helistama,“ selgitab Oder mürgistusfoliivil helistavate murelike lapsevanemate hulga suurenemist. Samas tõdeb ta, et väikelastega seotud mürgistuskõnede sagenemine ning kõnede sisu näitab, et peale on sirgunud uus põlvkond lapsevanemaid, kellel ei ole mürgistuste ärahoidmiseks ega õnnetusjuhtumi korral tegutsemiseks vajalikke teadmisi.

„Sageli on lapsevanemal väsi-

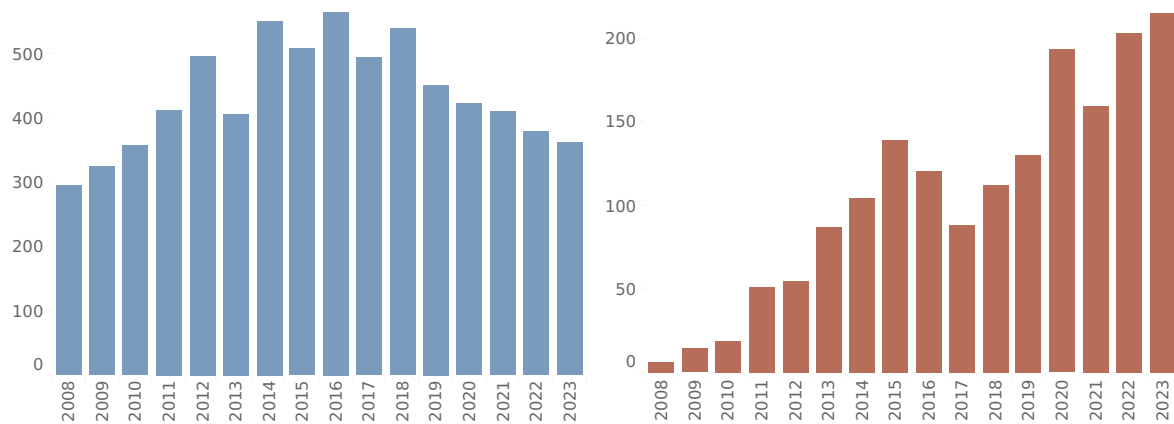
musest või kiirustamisest pea laiali otsas ja nii tekivad vead ravimite annustamisel – vaadatakse, et ravimikarbil olev number klappib, aga segi aetakse milliliiter ja milligramm,“ kirjeldab Oder ravimite vale manustamise levinud põhjust. Lisaks juhtub tihti ka seda, et ravimit ei panda kohe pakendisse tagasi ega lapse käeulatusest eemale ning nii jõuab laps juba ravimi suhu pista, tinktuuripudelil lonksu magusat siirupit võtta või purgitäie kummikarude sarnaseid vitamiine ära süüa enne, kui ema või isa seda märkab.





**Joonis 3.** Ravimimürgistuste nõustamise infoliinil 16662 (pruunil kaardil) ja haiglates/perearstikeskustes ravitud mürgistusjuhtumid (sinisel kaardil) Eestis 10 000 piirkonna elaniku kohta 2008–2023. aastal.

Allikas: Mürgistusjuhtumite andmeid: [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)



**Joonis 4.** Tervise teenuse osutajate juures ravitud mürgistusjuhtumid (sinine diagramm) ja mürgistusinfoliinile 16662 saabunud murekõned (pruun diagramm) vanuses 65+ (2008–2023).

Allikas: Mürgistususteabekeskuse andmeid [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)

Hinnates ravimitega seotud mürgistusjuhtumite seisu Eestis maakondade lõikes alates aastast 2008, on infoliinilt 16662 küsitud ravimimürgistuste kohta nõu enim Viljandi-, Lääne- ja Raplomaalt. Samas on haiglates või perearstikeskustes ravitud enim ravimimürgistusi Tartumaal ja Lääne-Virumaal (vt joonis 3).

Kuigi infoliinil nõustame eesti, vene ja inglise keeles, eelistavad Ida-Virumaa inimesed mürgistusõnnetuse või kahtluse korral telefonitsi nõuküsimise asemel minna otse haiglasse. Samas ei

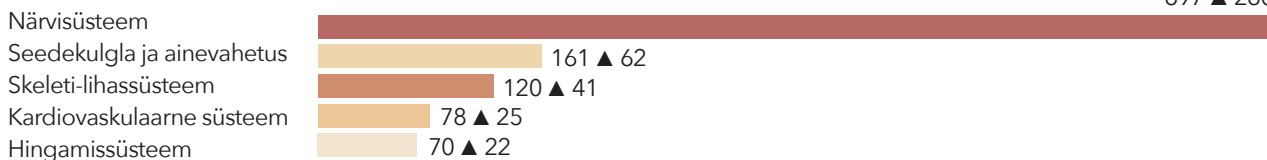
kujuta iga vale ravim või ravimi vales annuses manustamine alati tervisele sellist ohtu, et kohe kiirabi välja kutsuda või tõtata omal käel erakorralise meditsiini osakonda. „Infoliinil 16662 vastavad mürgistusvaldkonna eriväljaõppega õed, kes hindavad kiirelt ja asjatundlikult olukorra ohtlikkust, sealhulgas sissevõetud ravimi potentsiaalselt toksilist doosi, ning annavad tegevusjuhised kas kannatanu jälgimiseks kodus või rõhutavad haiglasse pöördumise ja kannatanu seal jälgimise vajadust,“ kirjeldab Mare Oder infoliini öde-nõustajate rolli

mürgistumurega helistajate nõustamisel.

Apteekrid saavad aidata ravivigastid ära hoida, veendudes ravimi ostja teadmistes – kuidas ravimit kasutada, kas ja kuidas seda enne kasutamist lahjendada, milline on õige kogus ning kuidas seda õigesti sisse võtta, sisse hingata või peale määrada. Väga oluline on rõhutada seda, et ravimid tuleb hoida lastele kättesaamatus kohas ning mitte võtta ravimeid laste silme all ega avada nende nähes lapsekindlaid korke. Vanemad on lapsi õpetanud ennast jälgima ja endalt õppima

## Põhirühm

697 ▲ 260



**Joonis 5.** Ravimimürgistuste peamised põhjustajad (joonisel mürgistuskõnede arv 2023. a, sh kasv või langus võrreldes 2022. aastaga).

Allikas: Mürgistusteabekeskuse andmeait [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)

– nii võtab laps üle ka pakendite avamise nõksud ning avab nii ravimipurgid kui ka näiliselt raskesti avatavad kemikaalipudelikud ilma suurema pingutusega.

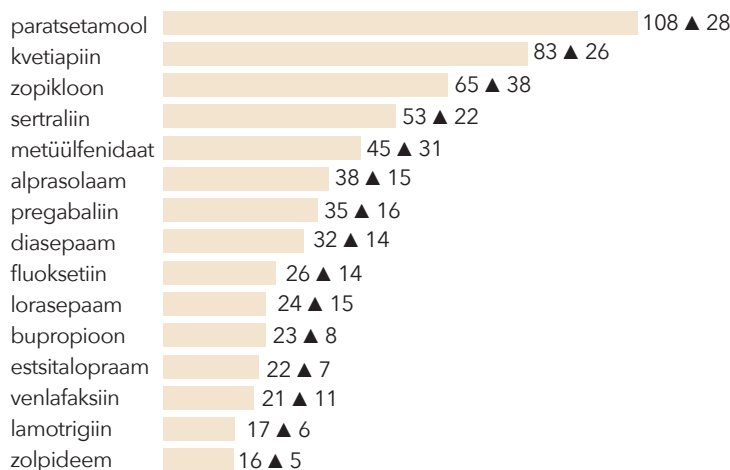
„Lisaks soovitame üksteisest eraldi hoida ravimeid ja väikepudeleid. Tihti hoitakse kõikvõimalikke 10-milliliitrisel pudelid ühes korvis või karbis, kuna tundub loogiline need väikeste käte ulatusest ühte kindlasse kohta ära panna. Nii saavad saatuslikuks aga hoopis suured käed, mis väsimusest või kiirustamisest tekkinud tähelepanematuse tõttu haaravad vale pudeli,“ kirjeldab Oder veel ühte liiki koduseid ravimimürgistusi. Sel moel on pimesi ravimiriulilt haaratud D-vitamiini pudeli asemel näiteks autoluku sulatusõli, küünelakieemaldajat, vesinikku või eeterlikku õli, mida siis vitamiinitilkade asemel tilgutatakse lapsele kogemata suhu.

„Lisaks väikelastega juhtuvatele õnnetustele teeb meid väga murelikuks eakatega seotud ravimimürgistuste sagenemine,“ tõdeb mürgistusteabekeskuse juht (vt joonis 4). Juhul, kui patsiendile on välja kirjutatud mitmeid erinevaid ravimeid, tasub talle soovitada ravimidosaatori kasutamist. Nii saab päeva või nädala jooksul võetavad ravimid ettenähtud aegadel võtmiseks täpselt valmis panna ning sel moel on lihtsam ravimite võtmist mees pidada ja väheneb ka oht eelmine ravimivõtmise kord unustada ning juba sissevõetud ravimit topelt annuses võtta.

Mürgistusinfoliini kõnedest näeme, et ravimimürgistuste põh-

## Toimeaine

Põhirühm: närvisüsteem



**Joonis 6.** Enim väärkasutatud ravimid, mis avaldavad toimet närvisüsteemile (mürgistuskõnede arv 2023. a, sh kasv võrreldes 2022. aastaga).

Allikas: Mürgistusteabekeskuse andmeait [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)

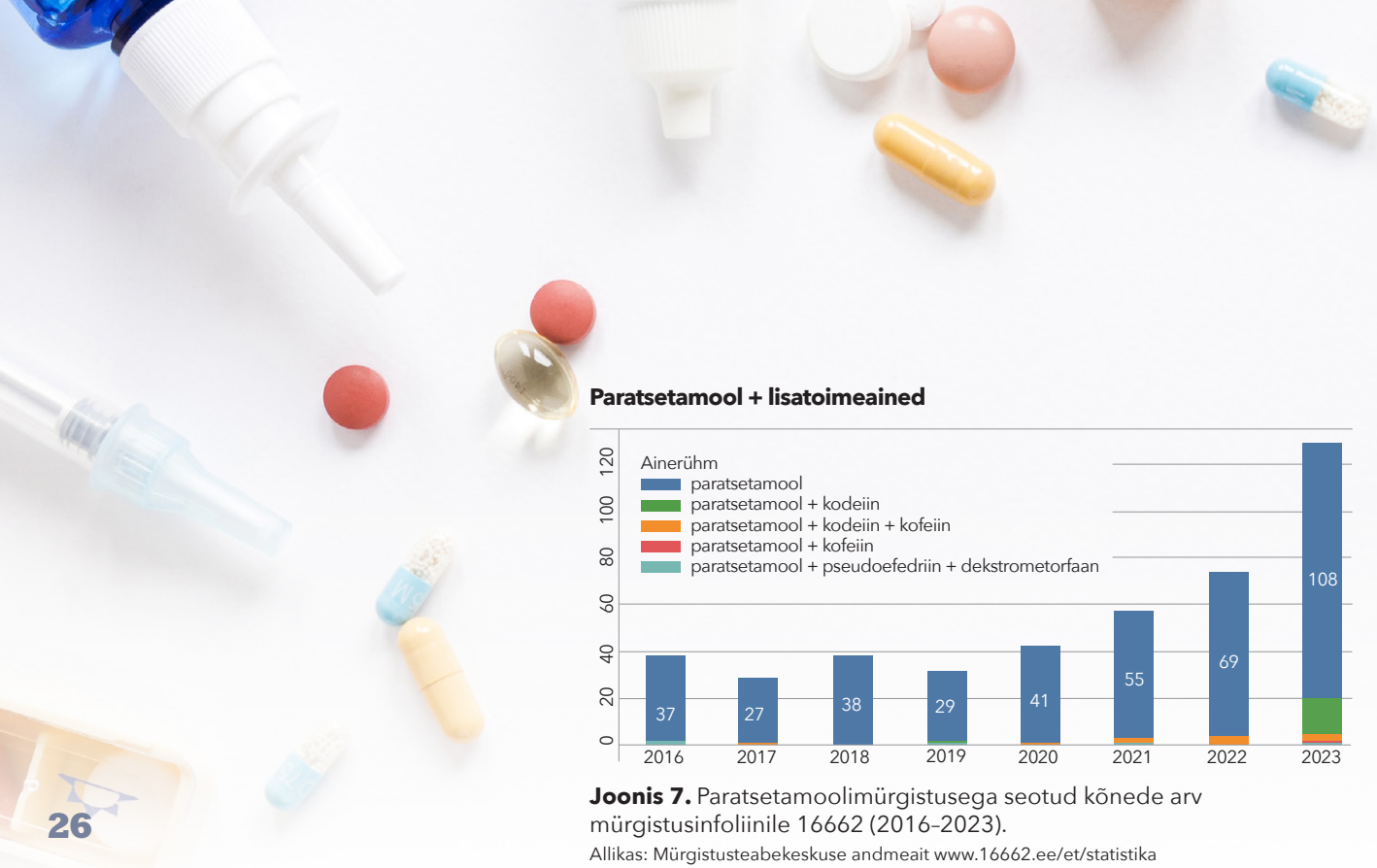
Mürgistusõnnetusi hinnates näib kodu olevat inimesele kõige ohtlikum paik – suurem osa õnnetustest juhtub kodus kas ravimi või kemikaali väära kasutamise tõttu vales doosis või pakendite segiajamise tõttu.

justajate esireas on närvisüsteemi mõjutavad ravimid. Nende vale kasutamise teemal on nõu saamiseks infoliinile pöördutud ligi 260 korral rohkem kui aasta varem (vt joonis 5).

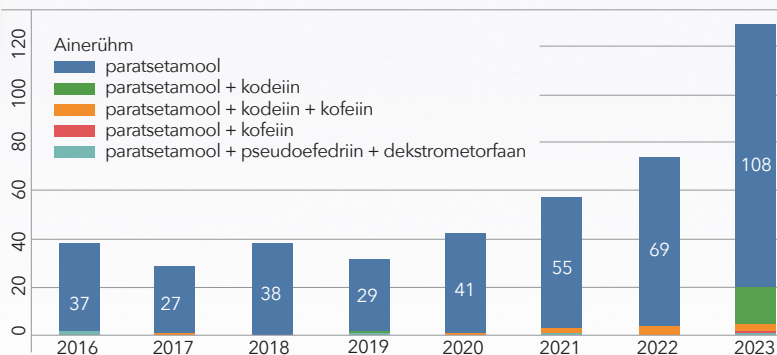
Närvisüsteemile toimivatest ravimitest leidsid enim väärkasutust paratsetamool, kvetiapiin, zopikloon, sertraliin ja metüülfenidaat. Võrreldes 2022. aastaga

nõustasime iga toimeaine teemal keskmiselt 20 võrra enam juhtumeid (vt joonis 6).

„Tasub tähele panna, et enim ravimimürgistusi saadakse käsikäsi ravimite kasutamisest. Enamik paratsetamooliga seotud õnnetust juhtumitest on olnud tingitud puhtalt paratsetamooli kasutamisest – samas võetakse seda ka kombi-



### Paratsetamool + lisatoimeained



**Joonis 7.** Paratsetamoolimürgistusega seotud kõnede arv mürgistusinfoliinile 16662 (2016–2023).

Allikas: Mürgistusteabekeskuse andmeid [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)

26

Kui õnnetus on juhtunud või on tekkinud mürgistuse kahtlus, tasub julgelt helistada olukorra hindamiseks ning õigete tegevusjuhiste saamiseks mürgistusinfoliinile 16662. Liin on avatud ööpäev läbi ning kõigil nädalapäevadel olenemata pühadest või riiklikest tähtpäevadest.

neeritult kodeiini või kofeiiniga,“ selgitab Mare Oder ravimimürgistuste omapära (vt joonis 7).

Ravimimürgistustega seoses pöörame tähelepanu sellele, et 2023. aastal suurenes märgatavalt tahtlike mürgistuste, sealhulgas ravimimürgistuste arv (vt joonis 8). Esiviisiku moodustavad kvetiapiin, paratsetamool, zopikloon, sertraliin ja ibuprofeen. On tähelepanuväärne, et kaks nimetatud ravimiteid on saadaval käsimüügist. Paratsetamooli ja ibuprofeeni kasutavad enesekahjustamiseks enim 15–19-aastased noored. Kui kvetiapiini kasutavad eri vanuses inimesed, siis sertraliini kasutajad on

peamiselt nii 15–19-aastased kui ka 10–14-aastased noored ning zopiklooni kasutavad enim 40–49-aastased ja eakad. „Nimetatud ravimitele lisaks tunneme jätkuvalt muret seoses kofeiiniga, mis on seniajani kogu Euroopas registreeritud toidulisandina ning seetõttu potentsiaalselt letaalses doosis saadaval apteegist retseptivabalt,“ toob Mare Oder välja käsimüügiravimitega seotud mürgistusohtudest rääkides. Käsimüügiravimeid müües saavad apteekrid rõhutada ravijuhistest kinnipidamise olulisust ning selgitada, millised terviseohud kaasnevad vales koguses või valel ajal ravimite võtmisega.

Ravimite manustamisel ning annustamisel ette tulevaid vigu aitab vähendada see, kui ravimiostja saaks apteegist kaasa ravimipakendile kleebitud või apteekri poolt loetavalt kirjutatud raviskeemi, mis ajal ja millises koguses ravimit võtta. „Leti taga ravimit ostes võib minna jutt ühest kõrvast sisse ja teisest välja ning täpsed annustamise juhised ei pruugi meelde jääda. Seega oleks väga suur kasu apteekrite juhistest, mis selgituste jagamise ajal pakendile kirja saavad ning aitavad ravimit õiges koguses ja õigel ajal võtta,“ rõhutab Oder apteekrite rolli ravimite võtmisega seotud ohtudest teadlikkuse tõstmisel ning mürgistusõnnetuste ärahoidmisel.

Kui suhu on läinud vales koguses või mitte inimesele endale mõeldud ravim, ei tasu jääda ootama mürgistussümptomite ilmnemist. Kuna mürgistuste ravi puudutav on pidevas arengus, ei pruugi kunagi kuulud soovitusel enam olla parimad ja võivad pigem kuuluda rahvapärismusse, muutes kannatanu seisundi pigem halvemaks, või tuleb arstidel ravida esmaabist tingitud



	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
10-15	1	0	2	5	10	9	28	24	41	12	35	52	62	92	95	119
16-19		0	6	11	12	18	18	24	26	18	23	40	60	79	104	108
20-29	0	5	7	14	23	39	47	47	28	21	36	50	48	65	85	92
30-39	2	3	4	11	20	36	27	29	28	20	33	38	49	57	83	76
40-49	2	3	1	7	13	20	18	33	29	18	20	29	50	40	58	73
50-59	1	1	1	6	8	13	12	18	13	11	13	16	21	32	40	38
60-69	1	0	0	3	7	12	5	10	5	5	8	11	20	13	20	22
70-79	0	0	0	2	3	9	6	10	6	6	4	4	7	2	4	16
80+	0	0	0	0	0	1	6	2	1	0	3	5	3	2	5	7
Tahtlikud mürgistused kokku	7	12	21	59	96	157	167	197	177	111	175	245	320	382	494	550
16662 kõned kokku (vanuses 10+)	37	108	158	372	390	597	698	869	831	647	889	1,122	1,543	1,471	1,730	2,641
Tahtlike mürgistuskõnede osakaal	19%	11%	13%	16%	25%	26%	24%	23%	21%	17%	20%	22%	21%	26%	29%	21%

**Joonis 8.** Tahtlike mürgistuste osakaal kõikidest infoliinil 16662 nõustatud juhtumitest vanuses 10+ (2008–2023). Allikas: Mürgistusteabekeskuse andmeid [www.16662.ee/et/statistika](http://www.16662.ee/et/statistika)

tervisekahjustusi. Seetõttu tasub inimesi alati innustada ravimite õige manustamise kohta küsida infot oma pereõelt ja arstilt ning ravimit ostma hakates apteekrilt. Mürgistusteabekeskuse juhi Oderi

kinnitusel ei pea ükski mürgistus juhtuma ning kõiki mürgistusi on võimalik ära hoida. Kui aga õnnetus on juhtunud või on tekkinud mürgistuse kahtlus, tasub julgelt helistada olukorra hindamiseks

ning õigete tegevusjuhiste saamiseks mürgistusinfoliinile 16662. Liin on avatud ööpäev läbi ning kõigil nädalapäevadel olenemata pühadest või riiklikest tähtpäevadest. 🏠