

# Vähi sõeluuring – elupäästev teenus, mida kasutatakse liiga vähe

Vähk on raske haigus, mille tekkes mängivad suurt rolli vananemine, eluviis, keskkonnategurid ning teatud juhtudel ka geneetika. Samal ajal saab hinnanguliselt 40% vähijuhtudest ennetada, vähendades riskitegureid ja vaksineerides näiteks inimese papilloomiviiruse (HPV) vastu. Vähi ennetamisel ja varajasel avastamisel on väga oluline roll ka sõeluuringutel.

10

SÕELUURING



**Kaire Innos**

teadusdirektor

Tervise Arengu Instituut

**R**iiklikud vähi sõeluuringud said Eestis alguse 2002. aastal, kui käivitati rinnavähi sõeluuring. Emakakaelavähi sõeluuringuga alustati 2006. aastal ja jämesoolevähi sõeluuringuga 2016. aastal. Algusaastatega võrreldes on need uuringud muutunud oluliselt kättesaadavamaks, sihtrühmi on laiendatud ning teadlikkus sõeluuringutel osalemise kasuteguritest on elanikkonnas paranenud. Samuti jätkub pidev töö selle nimel, et arendada välja uusi sõeluuringuid ning leida viise, kuidas osalemine inimeste jaoks

võimalikult lihtsaks teha. Ka apteegitöötajate roll on sõeluuringute läbiviimisel aastatega suurenenud.

## Sõeluuringud aitavad vähki ennetada ja varavastada

Oma eesmärgilt on vähi sõeluuringud suunatud vähi ennetamisele või varajasele avastamisele. Ennetavate sõeluuringute eesmärk on teha kindlaks vähieelsed muutused, mille varajane avastamine ja ravi aitavad ära hoida vähi tekke. Nende peamine mõju avaldub vähihaikestumuse vähenemises. Sellesse rühma kuuluvad emakakaelavähi

Ennetavate sõeluuringute eesmärk on teha kindlaks vähieelsed muutused, mille varajane avastamine ja ravi aitavad ära hoida vähi tekke.



FOTO: FREEPIK

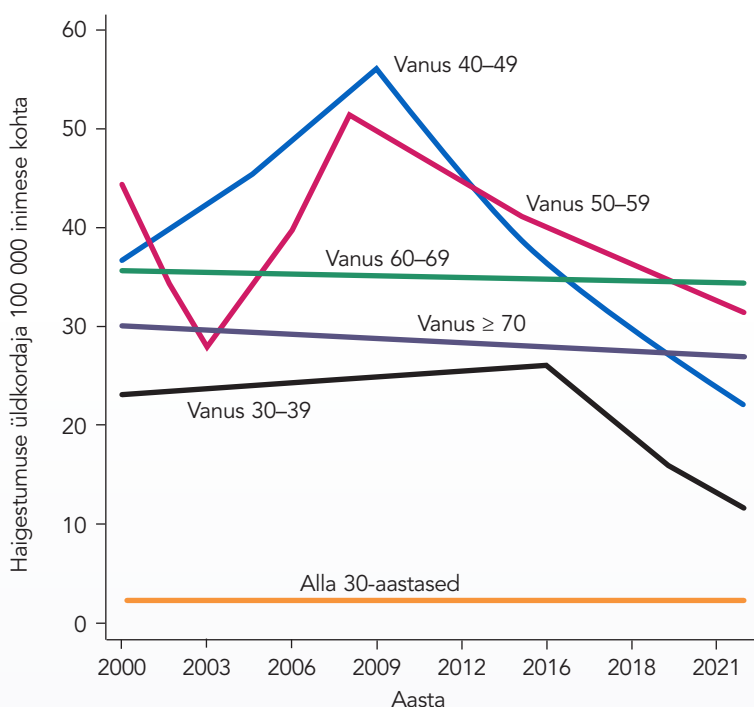


## 2025. AASTAL LAIENDATI SOOLEVÄHI JA RINNAVÄHI SIHTRÜHMI

Alates 2025. aastast kutsutakse rinnavähi sõeluuringusse 50–74-aastaseid naisi iga kahe aasta tagant. Emakakaelavähi sõeluuringule kutsutakse 30–65-aastaseid naisi iga viie aasta tagant. Soolevähi sõeluuringusse on esmakordselt kutsutud 58-aastased mehed ja naised ning uuringule oodatakse 58–68-aastaseid mehi ja naisi iga kahe aasta tagant. Juba 2021. aastast alates saavad sõeluuringutel osaleda ka ravikindlustuseta inimesed.

12

SÕELUURING



Vanuserühm	Vahemik	Aastane protsendimuutus	P-väärtus
Alla 30-aastased	2000–2022	-0.9 (-3.9–1.8)	0.450
Vanus 30–39	2000–2015	0.7 (-1.3–7.5)	0.432
Vanus 30–39	2015–2022	-10.7* (-27.7– -4.0)	<0.001
Vanus 40–49	2000–2009	4.9* (0.6–16.0)	0.026
Vanus 40–49	2009–2022	-7.0* (-13.0– -4.4)	<0.001
Vanus 50–59	2000–2003	-14.4 (-31.6–3.5)	0.098
Vanus 50–59	2003–2008	12.9 (-6.4–32.9)	0.078
Vanus 50–59	2008–2022	-3.5* (-6.3– -0.1)	0.049
Vanus 60–69	2000–2022	-0.2 (-2.0–1.6)	0.859
Vanus ≥ 70	2000–2022	-0.5 (1.6–0.6)	3.353

Joonis 1. Emakakaelavähi haigestumus vanuserühmade järgi 2000–2022.

Allikas: TAI

ja soolevähi sõeluuring. Varasele avastamisele suunatud sõeluuringute eesmärk on diagnoosida juba tekkinud pahaloomuline kasvaja võimalikult varases staadiumis, et saavutada tõhusa ja vähem kõrvaltoimeid põhjustava raviga paremad ravitulemused. Sõeluuringu mõju mõõdetakse peamiselt vähisurmuse vähenemise abil. Seda eesmärki täidab rinnavähi ja osaliselt ka soolevähi sõeluuring.

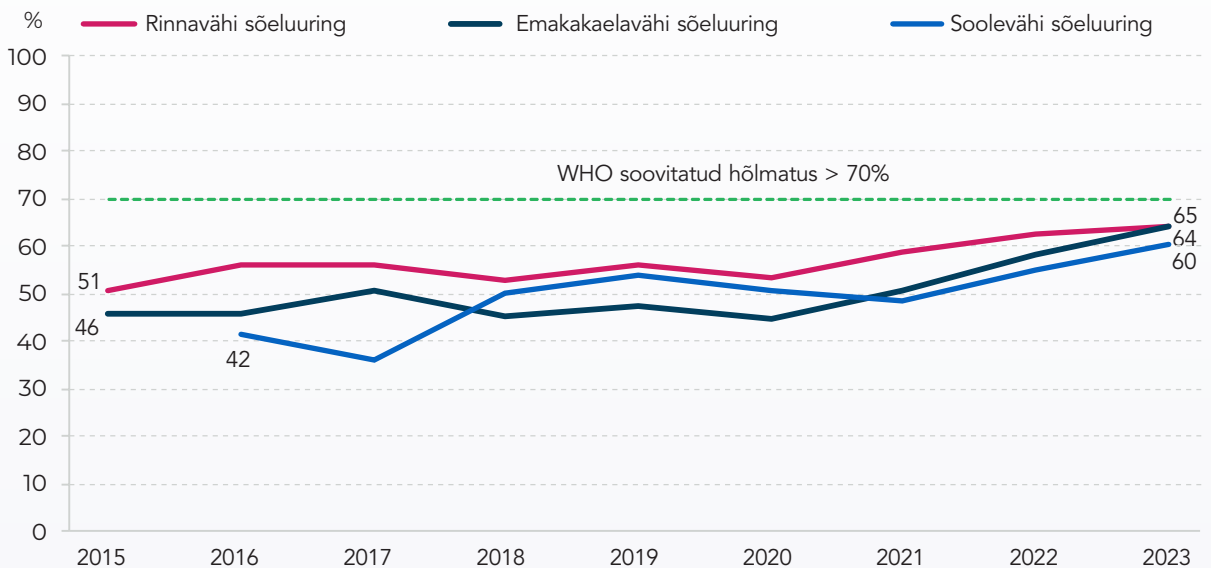
Sõeluuringuid korraldab ja rahastab Tervisekassa. Tervise Arengu Instituudis (TAI) tegutsev vähi sõeluuringute register määratleb vähi sõeluuringute sihtrühmad, saadab sõeluuringute kutseid ning kogub ja analüüsib sõeluuringute andmeid. Oluline on jälgida, kuidas osalus sõeluuringutel aja jooksul muutub ning kas sõeluuringud täidavad oma eesmärki. Teadusuuringutega, millega mitmed TAI-s töötavad teadurid tegelevad, püütakse muu hulgas välja selgitada, mis on sõeluuringutes osalemise takistused ning kas ja kui tõhusad erinevad sõeluuringud on. Andmed selliseks teadustööks saab suuresti vähi sõeluuringute registrist ja vähiregistrist.

### Sõeluuringud on tõendatult aidanud vähendada emakakaelavähki haigestumist

Eesti vähitõrje tegevuskava 2021–2030 üks eesmärk on sõeluuringute abil saavutada langustrend nii emakakaela- kui ka jämesoolevähi haigestumuses. Emakakaelavähi haigestumus on langenud alates 2014. aastast ja nüüdseks saab haigestumuse vähenemist seostada sõeluuringu positiivse mõjuga. Sõeluuringu sihtrühma kuuluvate naiste seas on emakakaelavähi haigestumus oluliselt langenud (joonis 1). Jämesoolevähi haigestumuse tõus küll jätkub, ent suremus on TAI andmetel sõeluuringu vanuserühmas oluliselt langenud ning







Joonis 2. Vähi sõeluuringute osalusmäär 2015–2023. Allikas: vähi sõeluuringute register (TAI)

50–69-aastaste meeste ja naiste suremuse erinevus vähenenud.

Rinnavähi puhul jätkub aeglane haigestumuse tõus. Rinnavähisuremus on aga pikaajalises langustrendis. 2024. aastal TAI vanemteaduri kaitstud doktoritöös (Baburin jt) analüüsiti aastatel 1974–2019 rinnavähist tingitud surmajuhte. Selgus, et naistel, kes ei olnud saanud kutset osaleda organiseeritud sõeluuringus (sünniaastaga 1919–1942), suurenes rinnavähist tingitud suremus järjepidevalt koos vanuse kasvuga. Suremuse muster oli aga selgelt erinev nende naiste puhul, kes kuulusid sõeluuringu sihtrühma ehk nende seas, kelle sünniaasta oli 1949–1953 ja 1964–1968 või hilisem. Suremus nende naiste seas stabiliseerus või vähenes. See näitab, et rinnavähi sõeluuring on selgelt aidanud rinnavähisuremust vähendada.

Vähi I ja II staadiumis haiguse sümptomeid tavaliselt veel ei esine, kuid varane avastamine aitab patsienti tõhusamalt ja säästvamalt ravida. TAI vähiraporti (Zimmermann jt) andmed näitasid, et nii rinna-, emakakaela- kui ka

jämesoolevähi sõeluuringul avastatud vähijuhud olid märkimisväärselt varasemas staadiumis kui samas vanuserühmas väljaspool sõeluuringut diagnoositud juhud.

### Eestlased ei osale sõeluuringutes soovituslikul määral

Suurim kitsaskoht sõeluuringute korraldamises on olnud uuringule kutsutud meeste ja naiste vähene osalemine. Et sõeluuringud oleks kulutõhusad ja täidaksid oma eesmärgi rahvastiku vähihaigestumuse ja -suremuse vähendamisel, peaks vähemalt 70% sõeluuringule kutsututest uuringul osalema. Kuigi 2023. aastal osales vähi sõeluuringutel rohkem inimesi kui varasematel aastatel, on Eestis kõigi sõeluuringute osalusmäär püsunud pikka aega alla soovitusliku taseme (joonis 2).

2023. aastal osales rinnavähi sõeluuringul 65% kutsutud naistest, emakakaelavähi sõeluuringul 64% kutsutud naistest ning soolevähi sõeluuringul 60% uuringule kutsutud meestest ja naistest (joonis 2). Maakonniti oli rinnavähi

sõeluuringu osalus kõrgeim Saare (74%), Jõgeva (73%), Järva (71%) ja Põlva maakonnas (71%). Saare maakonnas osales emakakaelavähi sõeluuringus 71% kutsutud naistest. Soolevähi sõeluuringus ületas naiste osalusmäär 70% piiri üheksas maakonnas, meeste seas jäi osalus sellest tasemest madalamaks kõigis maakondades.

### Sõeluuringutel osalemise suurendamine eeldab järjepidevat tööd

Vähist, vähiennetusest ja sõeluuringutest räägitakse aasta-aastalt üha enam ning eri kanaleid kasutades. See on järjepidev töö, millega tegelevad nii TAI, Tervisekassa, tervishoiuteenuste pakkujad, tervisedendajad, haridusasutused kui ka paljud teised. Oluline on, et kvaliteetne ja korrektne teave jõuaks eri sihtrühmadeni ning inimesed oleksid informeeritud vähki tekitavatest teguritest (näiteks alkohol), aga ka sellest, milliste sümptomite korral arsti poole pöörduda.

Sõeluuringu sihtrühma kuuluvaid inimesi teavitatakse võimalusest sõeluuringut osaleda korduvalt

ja kasutades mitmeid kanaleid, et kutse mingil juhul saamata ei jääks ega ununeks. TAI vähi sõeluuringute register saadab sõeluuringu sihtrühma kuuluvatele inimestele sõeluuringu saatekirja terviseportaali kaudu. Lisaks sellele saadab register personaalseid kutseid ja meeldetuletusi sõeluuringuaasta jooksul e-kirja ja posti teel. Tervisekassa saadab sihtrühmale ka SMS-meeldetuletusi.

Kokku saadeti Eesti elanikele 2024. aastal ligi 800 000 e-kutset, SMS-kutset ja postikutset. Lisaks teavitustele ja avalikule infojagamisele käib töö uute lahenduste väljatöötamiseks (nt HPV kodutesti tegemise võimalus), mis aitavad teha sõeluuringu inimeste jaoks veelgi mugavamaks ja kättesaadavamaks.

Ka apteekidel on väga oluline roll vähi ennetustöös. Juba mitu aastat tuletavad apteegitöötajad inimestele meelde sõeluuringutes osalemise võimalust ning nõustavad kliente. Kui vähi sõeluuringute sihtrühma kuuluv inimene külastab apteeki ja tuvastab end ID-kaardiga, siis saab apteegitöötaja vastava teavituse oma töölauale. See võimaldab inimesele meelde tuletada sõeluuringus osalemist. Iga selline meeldetuletus võib potentsiaalselt olla elu päästva mõjuga. Samuti on apteekidel olnud oluline roll seoses emakakaelavähi sõeluuringuga, mille raames on koostöös apteekidega alates 2022. aastast pakutud HPV koduteste ja viidud läbi nõustamist nii sõeluuringu kui kodustestimise kohta.

### HPV kodutesti projekt on koostöös apteekidega olnud väga edukas

Apteegitöötajad väljastasid 2023. aasta septembrist 2024. aasta lõpuni kokku üle 1850 HPV kodutesti. HPV kodutest oli sel perioodil kättesaadav 89 apteegis Ida-Viru,

Kui vähi sõeluuringute sihtrühma kuuluv inimene külastab apteeki ja tuvastab end ID-kaardiga, siis saab apteegitöötaja vastava teavituse oma töölauale. See võimaldab inimesele meelde tuletada sõeluuringus osalemist. Iga selline meeldetuletus võib potentsiaalselt olla elu päästva mõjuga.

Valga, Viljandi, Võru ja Põlva maakonnas. Nii naiste kui apteegitöötajate tagasiside on olnud väga positiivne. Naised on olnud tänulikud selle võimaluse ja apteegitöötajate läbiviidud nõustamise eest, kuna see võimaldab võtta maha hirme ning saada vajalikku lisainfot.

HPV kodutestide pakkumise laiendamine apteekidesse üle Eesti on oluline samm, et tuua sõeluuringut inimestele veelgi lähemale ning parandada teenuse kättesaadavust. Tulevikus on võimalik juba väljatöötatud teenuse eeskujul kaasata apteekide ka mitmete teiste sarnaste teenuste pakkumisel. Apteekidega koostöös jõuab info vähiennetuse olulisusest ja sõeluuringutest rohkemate inimesteni, suureneb osalus sõeluuringutes ning paraneb vähiennetuse tõhusus.

### Tulevik toob potentsiaalselt uusi sõeluuringuid

Pragueuseks on Eestis rakendatud kolm riiklikku vähi sõeluuringut (emakakaela-, rinna- ja kolorektaalvähi sõeluuring). Samal ajal käib töö ka uute potentsiaalsete sõeluuringute suunas. Tartu Ülikooli eestvedamisel on juba mitmendat aastat käimas kopsuvähi sõeluuringu pilootuuring ja TAI alustas 2024. aastal esnäärmevähi

riskipõhise sõeluuringu teostatavusuringuga. Nende uuringute tulemused on sisendiks edasiste otsuste tegemisel, et hinnata, kas ja mil viisil oleksid need sõeluuringud rakendatavad ka Eestis.

Arendamisel on ka rinnavähi polügeense riskiskoori arvutamise teenus, mille raames hakatakse 40-aastastele Eestis elavatele naistele pakkuma geenitesti tegemise võimalust. Naisi, kelle kümne aasta risk haigestuda rinnavähki on suurem või võrdne keskmise 50-aastase naise vastava riskiga, plaanitakse hakata riiklikku rinnavähi sõeluuringusse kaasama juba 40.–41. eluaastast iga kahe aasta tagant.

Ka nende teenuste puhul saavad apteegitöötajad olla nõustavas ja informeerivas rollis. Vähiennetuse on valdkond, kus tuleb ära kasutada kõik võimalused ning oluline on koostöö ja innovatsioon. 🌱

Kasutatud kirjandus

1. Baburin, A., Veerus, P., Lang, K., & Innos, K. (2024). Incidence-Based Breast Cancer Mortality Trends in Estonia Before and After the Introduction of Organized Mammography Screening: A Register-Based Study. *Cancer Control*, 31: 10732748241266491. <https://doi.org/10.1177/10732748241266491>
2. Zimmermann, M-L., Innos, K., Härmaorg, P., Leif, E., Mändla, T., Mägi, M. Vähk Eestis: haigestumus 2021, elulemus 2017–2021 ja sõeluuringul avastatud vähijuhud. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2024.