

VAIMSE TERVISE KONSULTATSIOONI EELSED VEREANALÜÜSID

Tähelepanul ja kognitiivsel võimel on märkimisväärne mõju inimese igapäevaelule, suhetele ja üldisele heaolule. Kahjuks on vaimse tervise probleemid nii Eestis kui ka maailmas üha enam süvenemas.

Tervise Arengu Instituudi ja Tartu Ülikooli poolt aastatel 2020-2022 läbi viidud rahvastiku vaimse tervise uuringu andmetel leiti, et **igal viiendal (20%) Eesti inimesel esineb ärevushäire risk ning enam kui veerandil (28%) depressiooni risk**. Varasemast sagedamini diagnoositakse inimestel ka aktiivsuse- ja tähelepanuhäireid, mille põhitudusteks on tähelepanu puudulikkus, hüperaktiivsus ja impulsiivsus. Uuringutes on leitud, et vaimse tervise probleemide tekkerisk on suurem just noortel täiskasvanutel, kuid ärevushäireid, depressiooni ja läbipõlemist võib esineda igas vanuses.

Vaimset võimekust ja sellega seonduvate häirete raskust hinnatakse peamiselt neuropsühholoogiliste uuringutega, kuid seda toetavad ka mitmed vereanalüüsid, mis peegeldavad närvisüsteemile oluliste vitamiinide ja mineraalainete taset, kehveresust, kilpnäärme talitlust jm. Kõrvalekalded nendes verenäitajates võivad mõjutada tähelepanu ning kognitiivse võimekusega seotud **häirete sümptomeid ja raskustaset**.

SYNLAB on kokku pannud soovituslike vereanalüüside nimekirja, mida määrata **sümptomite ja nende raskustaseme hindamiseks vaimse võimekuse häire kahtluse korral, enne eriarstile suunamist ning ravi jälgimisel**. Analüüside nimekiri põhineb ravijuhistel, oma heade koostööpartneritest perearstide ja psühhiaatrite tagasisidel ning SYNLABi laboriarstide soovitusel.

SOOVITUSLIKUD VAIMSE TERVISE KONSULTATSIOONI EELSED VEREANALÜÜSID		
Hemogramm 5-osalise leukogrammiga	CRP	Glükoos
Magneesium	Ferritiin	Folaat
Homotsüsteiin	TSH	Vitamiin D
Vitamiin B12	Holotranskobalamiin	Tsink

Analüüsid on koondatud SYNLABi elektroonsesse tellimislisti uuringugruppi “Vaimse tervise konsultatsiooneelsed analüüsid”.

Kasutatud infoallikad:

1. <https://ravijuhend.ee/tervishoiuvarav/juhendid-gp/29/aktiivsus-ja-tahelepanuhäire-diagnoosimise-ning-ravi-pohimotted>
2. <https://www.riigiteataja.ee/aktiivsus/1201/2201/9002/Lisa4.pdf>
3. <https://www.sm.ee/uudised/uuring-levinuvad-vaimse-tervise-probleemid-depressioon-ja-arevushaired>
4. <https://synlab.ee/arstile/laboriteatmik/>