

RINGIRATAST

DOKUMENTAALROMAAN

AGNI KIUL

Toimetanud Irene Õmblus
Küljendanud ja kujundanud Jaan Lehismets

© Kõik õigused kaitstud

Teose sisu eest vastutab autor

ISBN: 978-9916-754-96-2

Pärnu 2026

Trükk:

Arial Bold

P R I N T

Kirjastus Hea Tegu
www.fil.ee



Sisukord

Saateks.....	7
1. päev	9
2. päev	23
3. päev	25
4.–17. päev	33
18. päev	38
21. päev	42
22. päev	45
23. päev	49
26. päev	53
28. päev	54
29. päev	55
30.–38. päev	60
39. päev	62
40. päev	69
50. päev	71
0. päev	80
51. päev	88
52. päev	93
59. päev	94
60. päev ja sealt edasi ...	99
Epiloog	108

Saateks

Mul ei olnud algselt mitte mingit plaani seda raamatut kirjutada, kuid mõni kuu tagasi küsis minult tütar: „Sa oled raamatutega nii sina peal. Kas sa ise pole mõelnud kunagi raamatut kirjutada?“

Ausalt öeldes on mul see pähe tulnud küll, isegi mitu korda, aga siiani pole olnud justkui õiget teemat või ideed ... Nii ma talle ka vastasin.

Ja siis andis elu ise mulle kätte teema ...

Idee tekkis kusagil poole peal, kui asjad muudkui juhtusid ja juhtusid ... ja ühel hetkel ütles abikaasa: „Tead, sa peaksid kõik selle üles kirjutama!“ Ta ei teadnud siis veel, et olin sellega juba algust teinud, ise teadmata, mis sellest välja võiks tulla, ammugi mitte veel seda, et materjali tuleb lühiromaani jagu.

Kõik siin kirjeldatud sündmused on minuga päriselt juhtunud, kõik vestlused on päriselt toimunud ja olen neid püüdnud kirjeldada päeviku vormis, nii nagu mina neid mäletan, lisades mõtteid, mida sel ajal mõtlesin, ja tundeid, mida kogesin. Nimesid olen raamatus kasutanud pigem vähe ja kõik need on välja mõeldud. Siiski on aluseks olnud reaalsed inimesed. Selle dokumentaalromaani kõik osalised on ka päriselt olemas, aga ma ei soovinud, et nad oleks äratuntavad. Samuti ei nimeta ma õigete nimedega raamatus jutuks tulevaid tervishoiuasutusi, sest ei soovi kellegi peale näpuga näidata. Olgu nende nimed siis lihtsalt mammograafiakeskus, tervisekeskus, haigla jne.

See romaan on minu vaade osale Eesti tervishoiusüsteemist, millega puutusin kokku olukorras, millesse ma poleks kunagi soovinud sattuda.

1. päev

16. detsember oleks pidanud olema üks tavaline talvepäev, aga midagi selle päeva hommikus oli täiesti teistmoodi! Ma peaaegu ei suutnud seda uskuda, aga nii see oli. Vähe sellest, et ma seda tundsin, ma ka nägin seda. Alguses oli muidugi mingi tunne või tundmus, muidu poleks ma riietudes niimoodi peeglisse vaadanud. No pilgu oleks ilmselt heitnud, aga täna ma lihtsalt pidin vaatama.

Ma ei silmitsenud peeglist oma nägu, vaid seda kergelt roosatatavat ja pisut kõrgemat vöödikujulist ala oma parema rinna kohal. Rind oli teistsugune kui teine ja teistsugune kui seesama rind oli olnud eile ja kõigil muudel päevadel. Appi, suutsin vaid mõelda. Parem rind! Siiani olin miskipärast arvanud, et kõik probleemid saavad peituda ainult vasakus rinnas.

Seejärel ma katsusin ettevaatlikult seda ala, mis oli kergelt turses ja üldse mitte pehme, taignataoline, nagu see alati oli olnud. Selle kõvema ala all peitis end moodustis, tükk, veelgi kõvem ala, nagu mingi kapsel.

Pealt katsudes kujutasin ette, et see võiks sarnaneda D-vitamiini kapslile, mida olin varasematel aastatel igapäevaselt neelanud. Lõpetasin selle küll juba ammu, kuna erilist kasu ei näinud – järjepidevast kapslineelamisest hoolimata oli mul ikka D-vitamiini vaegus, mida näitasid aeg-ajalt võetud vereproovid, ka olid need kapslid päris paras mõrv rahakotis. Välja nägid need sellised kuldkollased, selge vedelikuga täidetud, ja võtma pidi neid kaks tükki päevas, tervelt alla neelates. Minu rinnas olev kapsel ilmselt päris nii välja ei näinud, sama kõva pinnaga küll, kuid kujutasin ette pigem pruunikat ja verise ollusega täidetud moodustist. See oli läbi naha kombates sileda pinnaga ja pikkus tundus olevat vähemalt 1 cm.

Kogu piirkond, nagu ka antud moodustis, oli katsudes pisut valulik, seepärast tegin seda ettevaatlikult, sest kartsin, et see võib katki minna ja sees olev vedelik imbub taevas teab kuhu. See mure oli küll ilmselt asjatu, sest kapsel oli selleks liiga kõva.

Katsusin ehmunult teist rinda, olles ikka veel segaduses ja kahtlustav – seal oli kõik endiselt pehme ja ma ei tundnud midagi imelikku. Kas tõesti tuli see tükk ülcöö? Ma oleks ju ometigi pidanud midagi märkama. Riietusin igal hommikul samamoodi peegli ees. Rindu ma päris iga päev katsudes ei kontrollinud, pigem kord nädala jooksul, sest mine sa tea ...

Minu teada on soovitatav rindu kontrollida kord kuus ja iga kuu umbes samal ajal, aga kui keerled igapäevaelu rattas, siis kes seda nii täpselt ikka mäletab, millal see kontrollimise päev peaks olema. Seepärast olengi kontrollinud just nii sageli, kui see meelde tuleb.

Ma oleksin pidanud seda ometi varem märkama või tundma, teisiti pole lihtsalt võimalik, sest rindadele heitsin pilgu kindlasti igal hommikul, kui sättisin rinnahoidjat selga.

Nüüd alles jõudis kohale täielik paanika – appii, mida ma nüüd teen? Süda tõusis kurku ja ahmisin õhku, sees keeras. Kas tõesti on see kasvanud minu sees tasapisi, nii et ma sellest arugi ei saanud ja nüüd äkki ma märkan? Siiani olen olnud täiesti pimedusega löödud? Ometi olen ma olnud hoolas ja kontrollinud rindu isegi tihedamini, kui seda soovitatakse. Või kasvaski see nii äkki ja kiiresti ning nüüd on juba nii suur, et isegi väljastpoolt on näha? Kas see hakkab juba varsti läbi naha välja tungima? Mis kuradi asi see üldse on! Kas see on vähk? Või on mingi lootus, et ikka healoomuline? See võiks ju olla healoomuline, kuna tuli nii äkki ja valutab. Rinnavähk ei pidanud ju valutama, vähemalt alguses, nii ma olen aru saanud. Sümptomid tulevad siis, kui juba on hilja ja kasvaja on nii suur, et ravi enam ei aita ja ongi kõik ...

Kas minul on ka juba liiga hilja, kasvaja on liiga suur, kõikjal on juba siirded ja elu on läbi? Kui suur on üldse liiga suur?

Olin terve elu olnud kohusetundlik ja teinud seda, mida minult oodati: õppinud koolis peadele hinnetele, omandanud kõrghariduse, abiellunud ja kasvatanud lapsi, rabanud tööd teha,

maksnud makse, käinud valimas (õnneks on nüüd juba mõnda aega olemas e-valimised) ja vajaliku vanuse täitudes käinud regulaarselt sõeluuringutel. Mitte ühtegi ei ole vahele jätnud! Olin 57-aastane.

*

Viimati käisin mammograafilisel sõeluuringul üle-eelmise aasta aprillis, seega peaaegu kaks aastat tagasi. Nii umbes nädala möödudes sain kätte vastuse: „Oleme tänulikud, et leidsite aega mammograafilises sõeluuringus osalemiseks. Mammograafiline uuring näitas, et Teie rinnas on muutus, mis vajab täpsustavaid uuringuid. Enamik avastatud muutustest ei ole pahaloomulised ning suure tõenäosusega pole ka Teil leitud muutus ohtlik. Sellegipoolest peaksime vajalikuks seda kindlalt teada ning teha Teile mõned lisauuringud.”

Kui selle teate oma meilboksi sain, olin ehmunud ja loomulikult kontrollisin kohe mõlemaid rindu. Ma ei tundnud, et midagi oleks kuidagi teistmoodi. Teade oli minu arust väga delikaatselt ja arusaadavalt sõnastatud. Kes see kirjutaski, et tulge lisakontrolli, teil võib olla rinnavähk. Siiski ei võtnud ilusasti sõnastatud vorm maha hirmu ega ärevust, kui teate sisu oli mulle kohale jõudnud.

Mäletan oma tundeid nende päevade jooksul, mil ootasin täiendava uuringu aja kättejõudmist. Kui see läkski vahepeal korraks meelest ära, tiksus mingi hirmutav pilv ikka kuklas. Kadunud oli igasugune soov isegi mingit lähimat tulevikku planeerida, enne kui saan teada, milles asi. Näiteks tundis mu täiskasvanud poeg, kes hea meelega minuga koos reisib, huvi, millal võiks saabuval suvel töö juurest puhkust võtta, et reisiplane teha. Oleksin tahtnud öelda, et mida sa küsid, armas laps, ja lisada, et ma ei tea millestki midagi ega suuda sellele isegi mõelda. Samal ajal ei tahtnud ma lähedastele rääkida, mis mind vaevab, eeskätt seepärast, et ei soovinud neid oma muredega koormata.

Lõpuks saabus uuringu päev. Sadas kerget lund, ehkki oli juba aprill. Talv ei tahtnud veel taganeda. Läksin linna ühistranspordiga. Ma lihtsalt ei suuda sellistes olukordades autoga

sõita – tunnen muret, kas jõuan õigeaks ajaks kohale, kas leian ikka parkimiskoha ja nii edasi. Eelistan viimase osa distantist minna jalgsi, et vajadusel reguleerida tempot ja mitte jõuda kohale liiga vara ega – õudus-õudus – liiga hilja.

Pigem jõudsin ka seekord vara kui hilja, mis on minu puhul täitsa tavaline ja olen saanud pereliikmetelt selle pärast ka pidevalt tõgada. Kui läheme kuhugi koos, olen alati mina see, kes planeerib suure ajavaru ja tahab varem minema hakata, et vältida ootamatuid jamasid. Viimati soovitasid nad mul lennujaama hakata minema juba päev varem ja jätta neid oma sabistamisega rahule, et nad saaksid saabuda võimalikult täpselt, vahetult enne lennu väljumist.

Mammograafiakeskuse vastuvõtus oli mitu administraatorit, kes vastasid telefonile ja registreerisid patsiente. Kõigepealt uuriti, milleks patsient tuli, siis pidi esitama ID-kaardi ja seejärel täpsustati patsiendi andmed: aadress, meiliaadress ja telefoninumber. Töötajad istusid leti taga, mida eraldas patsientide alast läbipaistev pleksiklaas, milles olid mõned augud – ilmselt parema kuuldavuse huvides. See eriti ei toiminud ja kumbki pool ei kuulnud, mida teine räägib. Seega tuli oma juttu korrata teisel korral valjemini ja kolmandal korral veelgi valjemini.

Ooteruumis istus mitmeid patsiente ja kogu vestlus ei jäänud mitte kellegi eest saladusse. Vähemalt olime kõik, kes me ootesaalis olime, enam-vähem võrdses seisus, sest ka mina kuulsin omakorda pärast mind saabunute vestlusi vastuvõtupersonaliga. Tegelikult on see mind alati hämmastanud. Lähed näiteks suure hädaga EMO-sse ja kirjeldad läbi pleksiklaasi kõva häälega kõiki oma vaevusi ja sümptomeid ning seda kuulab peale meditsiini-töötaja veel umbes 30 ootesaalis istuvat inimest. Võib-olla see ongi mõeldud nii-öelda tähelepanu kõrvalejuhtimiseks sinu enda muredelt, meeldetuletuseks, et kellelgi võib olla näiteks veelgi halvem. Eks seda tuleb võtta lihtsalt kui paratamatust.

Ootesaalist viis kahe poolega üks uuringute plokki, kus õde tuli uksele ja hõikas patsiendi perekonnanime. Kui tuli minu kord, võpatasin, tõusin toolilt ja läksin temaga kaasa.

Kabinetis oli hämar – põles vaid laualamp, mis valgustas arsti töölauda, mille taga ta istus ja klõbistas klahvidel haigusloo sissekannet. Märkasin suurt ekraani, kus olid lahti võetud mammogrammid: üks paremast ja teine vasakust rinnast. Teisele ekraanile kuvati ultraheli kõrgsageduslike helilainete kujutised.

Arst oli meeldiva välimusega neljakümnendates eluaastates naisterahvas. Temast õhkus professionaalsust ja hoolivust – usaldasin teda esimesest hetkest. Lebasin palja ülakehaga kušetil, hoides käsi kukla taga, ise kogu aeg ekraani poole vaadates, samal ajal kui arst kontrollis ultrahelianduriga mõlemat rinda.

„Teil on rinnas, nibu ümbruses, lubistunud kohad. Kas olete midagi tundnud?“

„Ei ... kummas?“

„Vasakus.“

„Hmmm, ei.“

Minu vastus oli aus, kuid täpselt sellest hetkest alates hakkasingi ma seal midagi tundma ja tunnen aeg-ajalt siamaani. Seal oleks vahetevahel nagu mingi kerge sisemine kihelus. Jumal teab, ehk kujutan seda lihtsalt ette, nüüd kui tean, et seal sellised asjad on.

Arsti arvates olid need pigem healoomulised moodustised, mis vajasisid edaspidi dünaamikas jälgimist. Minu parema rinnaga oli tema sõnul kõik korras.

„Ma ei hakka teid täna nõelaga torkima ja proovi võtma. Vahetevahel me avastame siin sõeluuringu käigus päris väikesi, 3–5 millimeetri suurusi asju,“ teatas arst uhkusega hääles.

Otsustasin edaspidi vasakut rinda teravdatud tähelepanuga jälgida. Minu emal oli olnud rinnavähk üpris kõrges vanuses ja see tuli meil samuti jutuks. Ma ei mäleta, kui vana ta täpselt oli, kui see avastati. Nüüd ei saa enam küsida ka, sest ta on juba mitu aastat surnud ja ma ei ole tema rinnavähi avastamise aega endale kuhugi üles märkinud. Arvan, et ta pidi olema vähemalt üle 70 aasta vana. Mul on selle koha peal mälus mingi lünk. Ma mäletan küll, kus ma sel hetkel olin ja mida tegin, kui sellest teada sain, samuti seda, et see oli minu jaoks suur šokk, aga olen nüüdseks kõik muu sellega seonduva unustanud.

Õnneks läks hästi ja see avastati varakult: haige rind eemaldati, polnud vaja ei keemia- ega kiiritusravi ning ta elas pärast seda veel pikki aastaid ega surnud üldsegi selle haiguse tõttu.

„Alati kui kutsutakse, käige sõeluuringul. Kuna teie emal oli rinnavähk, siis kuulute riskigruppi. Soovitan käia uuringul korra aastas – alates ema vanus diagnoosi saamisel miinus kümme aastat.“

„Okei, muidugi ... nii umbes kuuekümmeselt siis,“ olin kõigea nōus ja rõõmus, et see visiit on selleks korraks läbi. Napilt läks, aga nüüd ma ei pea enam tükk aega sellele mõtlema! Süda lausa hõiskas ja mul oli jälle tulevik! Lubasin endale, et lähen kontrolli soovitatust varemgi, juba järgmisel aastal.

Seda lubadust ma ei pidanud ...

*

Peaaegu kaks aastat hiljem pidin ma aga sellele mõtlema, ja kuidas veel! Mis siis nüüd saab? Ma pean kohe midagi ette võtma, aga mida? Loomulikult tegin ma seda, mida igaüks minu asemel oleks teinud – avasin interneti ja otsisin üles doktor Google'i. Toksisin otsinguribale „tükk rinnas“. Issand olgu kiidetud, nagu öeldakse, et meil on olemas internet! Kui palju võimalusi informatsiooni otsida! Isegi liiga palju, sest otsing leidis kümme lehekülge tulemusi. Otsing „rinnavähk“ andis juba kuusteist lehekülge.

Sai selgeks, et on väga-väga palju võimalusi, millega võib tegu olla. Alustasin lehekülgedest, kus kirjeldatakse rinnas esinevaid healoomulisi muutusi ja püüdsin leida võimalikku kokkulangevat kirjeldust minu sümptomitega. Lehekülgi, kus neid teemasid lahatakse, on tõesti meeletult. Osaliselt info kordub ja seepärast püüdsin keskenduda esialgu vaid küsimusele „Mis see on?“, kuna see tundus kõige olulisem. Vaadeldes kirjeldatud sümptomeid, jätsin esialgu kõrvale tekkepõhjused, ravivõimalused ja muu.

Atüüpilised hüperplaasiad, rinnavähi laienemine, Tietze sündroom, skleroseeriv adenoos, fibrotsüstilised muutused, rinnatsüstid, fibroadenoomid jne, üks nimi jubedam kui teine. Üks ühele kokkulangevust ma muidugi ei leidnud – oli mitmeid

võimalikke variante. Täitsa selge, et ise polegi võimalik täpset diagnoosi panna. Vähemalt püüdsin uskuda ja loota, et see tegelane, mis minu sees elab, on healoomuline.

Igaks juhuks võtsin ette ka pahaloomulised variandid, keskendudes jälle sümptomitele ja jättes kõrvale riskitegurid, ravivõimalused ja prognoosi. Rinnavähil on päris mitu vormi, mõned neist agressiivsemad kui teised ja oluline on staadium, millises kasvaja on avastatud. Mida rohkem ma uurisin, seda hullemini sees keerama hakkas.

Mul on kodus mitu raamatut, mis keskenduvad tervisele vanemas eas. Need sai omal ajal ostetud vanematele. Nüüd, kui nad on lahkunud, on need raamatud koha leidnud meie pere raamatukorras. Millalgi püüdsin neid lugeda – eneseharimise mõttes, et olla ette valmistatud ajaks, mil vanus ja seisund ükskord sinnamaale jõuab. Enda arvates olin alles keskealine, aga pea see vanaduski ei saabu ...

Üsna varsti avastasin, et ma ikkagi ei suuda neid lugeda. Jõudsin tõdemusele, et kui tervena elatud aastad on möödas, siis järgneb vaid valuline ja piinarikas allakäik. Võimalike tõbede ja vastikute haigusseisundite loetelu, mille puhul tervistavat ravi pole olemas ja saab vaid sümptomeid leevendada, oli pikk ning kui pääsedki arsti juurde, laiutatakse käsi ja palutakse sul enda passis sünniaastat vaadata – sellega on juba kõik öeldud.

Paljusid asju on parem mitte ette teada. Mida sa ei tea, see ei saa sulle ka kahju teha, nagu öeldakse, aga see ei kehtinud praegusel juhul, kuna mina vajasin hädasti teadasaamist. Pidin ruttu otsustama, mida edasi teha. Üheks tibatillukeseks hetkeks kaalusin ka mõtet mitte midagi teha, sest kui see nii äkki tekkis, võiks see ju samamoodi ka lihtsalt ära minna? Siiski ei tundunud see kuigi tõenäoline – ma olin ja olen oma olemuselt ju ometi realist.

Veetsin arvuti ees mitu head tundi uurides ja uurides. Lõpuks tundsin, nagu hakkaks aju plahvatama. Kõige selle tulemusel jõudsin ainukese loogilise järelduseni: pean kuidagi pääsema arsti juurde ja seda võimalikult kiiresti.