# Lisa 8. Sügeluse ravi algoritm

**Sügeluse võimaliku põhjuse selgitamine**

- Kolestaatiline sügelus
- Ureemiline sügelus
- Hematoloogiliste haiguste korral esinev sügelus
- Neurogeenne sügelus
- Psühhogeenne sügelus
- Ravimite kõrvaltoimena tekkinud sügelus (nt opioidid, anaboolsed steroidid, testosteroon, östrogeenid)

↓

**Võimalusel põhjuse ravi**

↓

**Sügeluse mittefarmakoloogiline ravi**

**Säästev nahahooldus** →
- Niisutada nahka
- Vältida sagedast seebiga pesemist
- Vältida nahka kuivatavaid nahahooldusvahendeid
- Naha kuivatamisel kasutada puuvillast riiet (kuivatada tupsutades) või jahutamist (nt föön külma õhu režiimil)

**Higistamise vältimine** →
- Ruumide õhuniiskuse suurendamine
- Lõõgastustehnikate kasutamine

↓

**Vajadusel lisada farmakoloogiline ravi**

**Sügeluse farmakoloogiline ravi**

**Paiksed vahendid** →
- 1% mentoolilahus
- Lidokaiini lahus, geel või kreem (väikesed pinnad)
- Glükokortikosteroidid (ainult põletikulise naha-haiguse korral)

**Ureemilise sügeluse korral** →
- Gabapentiin, algannus 300 mg x 1 õhtul po, tõsta annust kuni 300 mg x 3
- Pregabaliin 25–75 mg x 1 õhtul po, tõsta annust kuni 75 mg x 3

**Kolestaatiline, ureemiline, paraneoplastiline, opioididest tingitud sügelus (serotoniini vahendatud)** →
- Paroksetiin 10–40 mg po
- Sertraliin algannus 25 mg x 1, edasi 50 mg x 1 po, max annus 100 mg
- Mirtasapiin 7,5–15 mg ööseks po
- Pregabaliin 25–75 mg x 2–3 po

Lühendid: po – suu kaudu