

# Trumpa atmintinė apie tuberkuliozę kiekvienam

## KAS YRA TUBERKULIOZĖ?

Tuberkuliozė (lot. tuberculum – mazgelis) – tai infekcinė liga, kurią sukelia tuberkuliozės mikobakterijos. TB plinta oro lašeliniu būdu, tai reiškia, kad pagrindinis infekcijos šaltinis yra ligonis, sergantis tuberkulioze ir išskiriantis tuberkuliozės mikobakterijas kalbėdamas, kosėdamas, čiaudėdamas. Greta esantis sveikas žmogus gali įkvėpti tuberkuliozės miko bakterijas, patekusias į aplinką nuo sergančiojo. Nuo šios ligos neapsaugotas niekas, tačiau ne kiekvienas, turėjęs kontaktą su sergančiuoju, susergera tuberkulioze. Šią ligą sąlygoja prastos gyvenimo ir mitybos sąlygos, nenormuotas darbo krūvis, žalingi įpročiai. Dėl šių priežasčių nusilpsta imunitetas ir žmogus susergera.

## LIGOS PRIEŽASTYS

Pagrindinis ligos sukėlėjas yra tuberkuliozės mikobakterijos, kurias žmogus žmogui perduoda per orą. Ligos perdavimas įvyksta įkvėpus sergančiojo seilių lašelių, nors susergera ne kiekvienas įkvėpęs žmogus. Pavojingiausi yra atvira plaučių tuberkulioze sergantys, kosintys ir taip tuberkuliozės sukėlėjus skleidžiantys asmenys. Užsikrėtimo riziką stiprina didelė sukėlėjų koncentracija ore, ilgas kontaktas su sergančiuoju. Manoma, kad vienas sergantis atvira tuberkuliozės forma per metus gali užkrėsti iki 25 sveikų asmenų. Jei sergantis laikosi asmens higienos, užkrėstųjų skaičius sumažėja per pusę. Tuberkulioze susergera imlus (jautrus) bakterijai žmogus. Padidėjusią riziką užsikrėsti taip pat turi sveikatos apsaugos darbuotojai, dirbantys su užkrėstais pacientais, asmenys, vartojantys intraveninius narkotikus, emigrantų, kurių šalyse paplitusi tuberkuliozė, tankiai gyvenamos teritorijos, neturtingai gyvenanti, negaunanti pakankamos medicininės pagalbos, visuomenės dalis. Toks gyvenimo būdas lemia sumažėjusį organizmo atsparumą ir padidėjusį imlumą tuberkuliozės sukėlėjui; tuberkuliozei yra būdingas labai ryškus socialinis pobūdis.

**Pasitikrinkite savo sveikatą, ypač jei vargina tuberkuliozei būdingi simptomai:**

- užsitęsęs kosulys,
- karščiavimas,
- naktinis prakaitavimas,
- skrepliavimas,
- atkosėjimas krauju – nedelskite!

**Būkite dėmesingi savo sveikatai!**

## **AŠ STABDAU TUBERKULIOZĘ!**

Šis šūkis simbolizuoja tai, jog kiekvienas iš mūsų galime padėti sustabdyti tuberkuliozę:

PACIENTAI gali stabdyti TB aktyviai profilaktiškai tikrinantis, o susirgus atsakingai gydantis.

MEDIKAI gali stabdyti TB įspėdami visuomenę apie šios ligos simptomus ir profilaktiškai tikrindami pacientus.

MOKSLININKAI gali stabdyti TB išrasdami naujus diagnostikos metodus, vaistus ir vakcinas.

MOKYTOJAI gali stabdyti TB mokydami moksleivius ir studentus apie šią ligą.

BENDRUOMENĖ gali stabdyti TB dalindami informaciją vieni kitiems apie šios ligos profilaktiką ir gydymo svarbą.

## **PRISIJUNK IR TU! STABDYKIME TUBERKULIOZĘ KARTU!**

## TIKRINIMAS DĖL TUBERKULIOZĖS

Tai labai svarbus momentas siekiant sustabdyti sergamumą tuberkulioze. Tuberkulioze užsikrėsti galima bet kur: autobuse, parduotuvėje ar pan., todėl jei jūs ir nemanote, kad turėjote kontaktą su sergančiu asmeniu, rekomenduojame pasitikrinti.

Nepamirškite: užsitęsęs kosulys, karščiavimas, naktinis prakaitavimas yra panašūs į kitų ligų simptomus, todėl pajutus juos būtina kreiptis į savo šeimos gydytoją.

Jis atliks reikiamus tyrimus ir esant reikalui, nukreips pulmonologo konsultacijai.

## KONTAKTŲ TIKRINIMAS

### SUAUGUSIŲJŲ:

Jei jūs žinote (ar manote) jog turėjote kontaktą su sergančiu TB asmeniu, nedelsdami atvykite į tuberkuliozės kabinetą pasitikrinti. Gydytojai atliks reikiamus tyrimus ir nustatys ar nesusirgote tuberkulioze.

### VAIKŲ:

Vaikai, bendraudami su sergančiais tuberkulioze asmenimis, taip pat gali užsikrėsti tuberkulioze. Užsikrėtimo rizika didesnė vaikams, kurie:

- artimai bendrauja su sergančiu (kai susergera tėvai, broliai, seserys, seneliai ar asmenys, gyvenantys tuose pačiuose namuose). Tai vadinami “šeimyniniai” kontaktai. Labai svarbu ir buto ar namo plotas – kuo daugiau žmonių gyvena 1 kambaryje, kuo rečiau yra atidaromi langai, tuo didesnė tuberkuliozės bakterijų koncentracija ore (sergantysis kosulio metu paskleidžia bakterijas į aplinką), tuo didesnė rizika vaikams užsikrėsti tuberkulioze
- bendrauja su sergančiu darbe ar mokykloje, susitinka tame pačiame klube ir t.t. Tai tolimesni kontaktai, tačiau jie taip pat turi būti patikrinti,
- epizodinis bendravimas su sergančiu, kai susitikimas įvykęs vos keletą kartų. Užsikrėsti rizika maža, tačiau pavojinga kūdikiams ir senyvo amžiaus žmonėms. Visi vaikai, bendravę su sergančiu TB, tikrinami kaip kontaktai tuberkuliozės kabinetuose, taip pat šeimos gydytojų.

#### **Vaikams atliekami šie tyrimai:**

- tuberkulino mėginys (reakcija Mantu),
- krūtinės ląstos rentgenograma,
- kraujo tyrimas,
- papildomi tyrimai atliekami pagal poreikį (skreplių tyrimai, kompiuterinė plaučių rentgenograma, tarpuplaučio tomograma ir kt.).

#### **Svarbu žinoti:**

Kūdikiams ir mažiems vaikams iki 5 metų tuberkuliozės infekcija yra labai pavojinga. Būtina patikrinti tokio amžiaus vaikus dėl TB, jei žinote, kad vaikai bendravo su sergančiais.

### PASTABA

Visi sveiki naujagimiai skiepijami nuo tuberkuliozės BCG vakcina gimdymo skyriuose 2-3 gyvenimo parą. Tačiau šis skiepas neapsaugo nuo užsikrėtimo ir susirgimo tuberkulioze. Jis apsaugo kūdikius nuo mirtinos tuberkuliozės formų: meningito (smegenų plėvės uždegimo), miliarinės ar generalizuotos (išplitusios) tuberkuliozės.

Tuberkuliozės gydymas yra ilgas ir atsakingas. 1998m. Lietuvoje tuberkuliozės gydymui įdiegta DOTS (angl. Directly Observed Treatment Short Course) strategija – tiesiogiai kontroliuojamas trumpas gydymo kursas. Ši pasaulyje plačiai propaguojama strategija leidžia užtikrinti sėkmingą tuberkuliozės gydymą.

Šaltinis:

*Lietuvos Rotary komiteto narys Tuberkuliozės programos koordinatorius Gediminas Rimdeika*