



ТУБЕРКУЛЁЗ ~~МОЖНО~~ НУЖНО ВЫЛЕЧИТЬ!



USAID

ВІД АМЕРИКАНСЬКОГО НАРОДУ

PATH



CHALLENGE TB

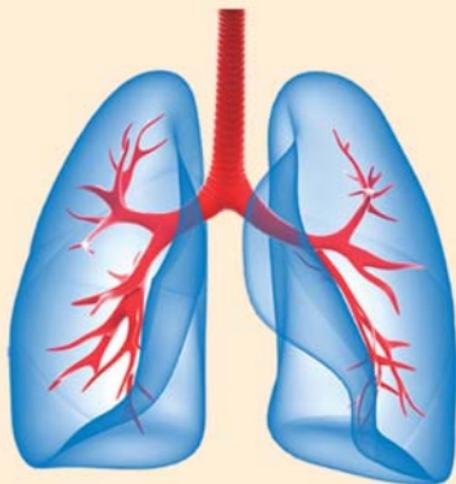


Initiative for Life

*Десять десятых нашего счастья
основано на здоровье.*

Артур ШОПЕНГАУЭР

Николаев, 2019



Туберкулез сегодня – это болезнь опасность, которая касается каждого.

Сейчас Украина – на втором месте в Европе по заболеваемости туберкулезом (из расчета количества больных на 100 000 человек).

Почти каждый четвертый случай туберкулеза в Украине – это мультирезистентный туберкулез (МР ТБ). По количеству больных с такой формой туберкулеза мы являемся одним из мировых лидеров.

ДАВАЙ РАЗБЕРЁМСЯ, ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ТУБЕРКУЛЕЗ?

Это инфекционное заболевание. Его вызывает микобактерия туберкулеза (МБТ), называемая также палочкой Коха. Это заболевание передается преимущественно воздушно-капельным путем от больного человека к здоровому (бактерии человека, больного туберкулезом легких, попадают в воздух, когда он/она кашляет, разговаривает или чихает). Туберкулез в большинстве случаев поражает легкие, но заболевание может возникнуть в любом органе, например, почках, позвоночнике, мозге, лимфатических узлах, кишечнике, коже, половых органах и так далее.

Возбудитель туберкулеза легко попадает в организм человека, однако, чаще не вызывает заболевания, а вступает в «мирные» отношения с иммунной системой, которая контролирует его пребывание в организме. В «мирных» отношениях с





человеком палочка Коха находится в «спящем» состоянии у большинства инфицированных, и заболевание не развивается. Лишь у 10%

лиц, зараженных палочкой Коха, развивается туберкулез.



В мире 1/3 населения заражена (инфицирована) туберкулезом. В Украине более 80% населения.

ПОЧЕМУ В 10% СЛУЧАЕВ ИММУННАЯ СИСТЕМА НЕ СРАБАТЫВАЕТ?

Этому есть несколько причин: микобактерии умеют избегать уничтожения и влиять на иммунный ответ, вакцина недостаточно действенна, некоторые люди имеют больший риск возникновения заболевания, а именно:

- ВИЧ-позитивные.
- Люди, злоупотребляющие алкоголем, курьшики, потребители наркотики.

- Люди с ослабленным иммунитетом вследствие неправильного питания, плохих условий жизни или хронических болезней.
- Дети, поскольку их иммунная система не до конца сформирована.
- Пожилые люди из-за ослабления их иммунной системы.

Даже если у тебя «крепкий» иммунитет – риск заболеть туберкулезом есть. Такие ситуации обычно возникают при длительном близком контакте с больным открытым туберкулезом человеком через кашель, чихание, при разговоре или попадании в организм большого количества воздуха, которое заражено микобактерией туберкулеза. Заражение может произойти в закрытых помещениях, которые плохо проветриваются, где находится или находился больной туберкулезом человек, в общественном транспорте, в магазине, кинотеатре и любых общественных помещениях с большим скоплением людей.

КАКИЕ ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ У ЭТОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ?

- Кашель более 2 недель.
- Повышенная температура тела (37–37,5) более 7 дней.
- Затрудненное дыхание.
- Боль в груди.
- Плохой аппетит, постоянная слабость.
- Необъяснимая потеря веса.
- Повышенная потливость, особенно ночью.
- Кровохарканье (наличие крови в мокроте, выделяемой при кашле).



Важно! Эти симптомы не часто проявляются все сразу, поэтому при наличии хотя бы нескольких из перечисленных симптомов тебе нужно обратиться к врачу.

КАКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПОЗВОЛЯЮТ УСТАНОВИТЬ ДИАГНОЗ?

Главным залогом успешного лечения туберкулеза является его раннее выявление. Самолечение может привести к плохим последствиям не только для человека, который болеет туберкулезом,

но и для членов семьи (детей, лиц старшего возраста) и окружающих людей.

Основными исследованиями является осмотр у врача, микроскопическое исследование мокроты и рентгенологическое обследование органов грудной клетки. Объем исследования определяет врач. Твоя задача – вовремя к нему обратиться.

Если у тебя обнаружили туберкулез при обследовании (рентген грудной клетки, флюорография), но выше описанных признаков заболевания ещё нет, это не значит, что врач ошибся и ты не болен. Тебе повезло, что заболевание обнаружили на ранней стадии, когда поражение легких является небольшим и пока не влияет на общее состояние организма. Если бы не профилактическое обследование, которое позволило выявить туберкулез на досимптомной стадии, заболевания продолжало бы развиваться, поражало большие участки легких, что вскоре проявилось бы кашлем и другими легочными симптомами.





Важно! Не забывай, что 1 раз в год каждый человек должен проходить флюорографическое обследование.

КАЖДЫЙ ЛИ ЧЕЛОВЕК, БОЛЕЮЩИЙ ТУБЕРКУЛЕЗОМ, ОБЯЗАТЕЛЬНО ЗАРАЖАЕТ ДРУГИХ?

Туберкулез – это инфекционная болезнь, и, как и в случае многих других инфекционных болезней, больные туберкулезом могут быть заразными или нет. В отличие от других инфекционных болезней (например, гепатит В или С) для которых заразность больного поддерживается практически на всем протяжении болезни, в случае туберкулеза статус больного (заразный/незаразный)

может меняться в зависимости от этапа развития болезни.

Открытая форма туберкулеза означает, что больной выделяет в окружающую среду микобактерии туберкулеза при кашле или отхаркивании мокроты. Без соответствующего лечения каждый человек, больной открытой формой туберкулеза, ежегодно заражает, в среднем, 10–15 человек.

Закрытая форма туберкулеза означает, что больной не выделяет микобактерии в окружающую среду и, соответственно, не является заразным. «Закрытым» туберкулез может быть на ранних стадиях заболевания, в тех случаях, когда микобактерии поражают не лёгкие человека, а какие-либо другие (внелёгочной туберкулез) или же в следствии регулярного приема противотуберкулёзных препаратов (лечение).

КАК ЛЕЧИТСЯ ТУБЕРКУЛЕЗ?

Для лечения туберкулеза существуют специальные противотуберкулезные препараты, которые нацелены именно на уничтожение его возбудителя (палочка Коха).

Больному туберкулезом врач назначает комбинацию из нескольких препаратов, которые дополняют друг друга. Курс лечения туберкулеза длится не менее шести месяцев, а в случае мультирезистентной формы не менее двадцати-двадцати четырех месяцев.

Самое главное во время лечения – строго соблюдать все назначения и рекомендации врача и ни в коем случае не прерывать начатое лечение.



Важно! Других методов лечения не существует. Не занимайся самолечением. У медиков нет цели тебе навредить.



ЧТО ТЕБЕ НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ О ЛЕЧЕНИИ ТУБЕРКУЛЕЗА:

- Не верь мифам и не слушай людей, которые говорят, что туберкулез не лечится – туберкулез излечим, при условии строгого соблюдения режима лечения.
- Не смотря на улучшение самочувствия спустя несколько месяцев после начала приёма противотуберкулезных препаратов – лечение туберкулеза длительное, необходимо пройти его до конца.

- Лечение туберкулеза проводится под контролем медперсонала – только врач может скорректировать твой режим приёма препаратов, если это будет необходимо.
- Противотуберкулезные препараты могут вызывать осложнения – но риск для здоровья человека в сотни раз ниже, чем отказ от лечения туберкулеза.

ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ПРЕРЫВАТЬ ЛЕЧЕНИЕ?

Постоянный прием противотуберкулезных препаратов – ключевой элемент успеха лечения. Практика показывает, что большинство неудач лечения связана не с неправильным выбором препарата или его дозы, а с тем, что немало количество болеющих людей просто прерывает лечение. Это в свою очередь приводит к выработке микобактериями устойчивости к противотуберкулезным препаратам, что делает лечение более длительным, дорогим и менее успешным.

КАК ЭТО – УСТОЙЧИВЫЙ ТУБЕРКУЛЕЗ?

Мультирезистентный (устойчивый) туберкулез является формой туберкулеза, резистентной (стойкой) как минимум к двум наиболее эффективным противотуберкулезным препаратам. Это означает, что эти антибиотики не будут эффективно действовать и убивать бактерии.

Срок лечения мультирезистентной формы туберкулеза по сравнению с обычной – от 20 до 24 месяцев ежедневного приема препаратов.

Устойчивыми формами чаще болеют люди, которые:

- Нерегулярно принимают противотуберкулезные препараты (самостоятельно делают перерывы в ежедневном лечении).
- Принимают препараты, которые рекомендовал врач не в полном объеме (самостоятельно решают не пить те отдельные препараты, которые вызывают побочные действия).

- У которых туберкулез развился повторно, после принятия противотуберкулезных препаратов в прошлом.
- Имели контакты с больным устойчивой формой туберкулеза.

Такая форма туберкулеза излечивается лишь в 75% случаев, у остальных больных, к сожалению, заболевание приобретает неизлечимую форму и может привести к смерти.



Важно! Если у тебя обнаружили такую форму туберкулеза, строго следуйте рекомендациям врача, только полноценное и комплексное лечение обеспечит полное выздоровление!

КАК ТЫ МОЖЕШЬ УБЕРЕЧЬ СЕБЯ ОТ ЗАБОЛЕВАНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ?

- По возможности избегай всего, что может ослабить защитные силы организма (например: курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков).
- Соблюдай баланс режима труда и отдыха.

- Питание должно быть регулярным и сбалансированным по содержанию полезных веществ.
- Регулярно занимайся спортом.
- Больше бывай на свежем воздухе.
- Чаше проветривай помещения, в которых ты находишься.
- Систематически проводи влажную уборку помещений.
- Пользуйся индивидуальной посудой и средствами гигиены.
- Обязательно соблюдай личную гигиену.
- Мой руки после возвращения с улицы, туалета, общественных мест.
- Всегда мой руки перед едой.



ЕСЛИ СЛУЧИЛОСЬ ТАК, ЧТО ТЫ ЗАБОЛЕЛ ТУБЕРКУЛЕЗОМ, ПОМНИ:

- Если туберкулез лечить, то симптомы исчезнут, и болезнь можно будет вылечить.
- Туберкулез быстро распространяется по организму.
- Всегда прикрывай рот при кашле или чихании.
- Если ты внезапно пропустил время приема лекарств, прими их обязательно, как только сможешь, но следующую дозу лекарства можно будет принимать через 8 часов.
- Терапия под постоянным наблюдением действует только в том случае, если она продлится не менее 2 месяцев с обязательным продолжением лечения до полного выздоровления, чтобы предотвратить возвращение болезни.
- Будь терпеливым, лекарства от туберкулеза начинают действовать не сразу, узнай у врача о 2 фазах.
- Посоветуй тем, у кого кашель длится 2–3 недели, обратиться к врачу.
- Немедленно сообщай врачу в случае возникновения побочных действий при употреблении лекарств.

- Не употребляй алкоголь и наркотики во время лечения туберкулеза, это приводит к разрушению печени.
- Пройди тестирование на ВИЧ-инфекцию, поскольку люди, живущие с ВИЧ/СПИД являются группой риска по заболеванию туберкулезом из-за ослабленного иммунитета.

**НЕ ЗАБЫВАЙ ПРО ЭТИКЕТ КАШЛЯ!
НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ ПРАВИЛ ПОМОГУТ
ТЕБЕ ПОЗАБОТИТЬСЯ О ЗДОРОВЬЕ
ОКРУЖАЮЩИХ ТЕБЯ ЛЮДЕЙ:**

- Прикрывай рот и нос платком/салфеткой при кашле или чихании.
- Выбрасывай использованные салфетки в корзину для мусора.
- Приучайся кашлять в локтевой сгиб, при отсутствии платка/салфетки, а не ладони, т.к. традиционные прикрывание рта ладонью приводит к распространению инфекции через руки и предметы обихода.
- Регулярно мой руки теплой водой с мылом, используй средства для очистки рук на спиртовой основе и старайся не прикасаться руками к губам, носу и глазам.

- Носи медицинскую маску в общественных местах с целью уменьшения риска заражения окружающих людей.



Продукция выдана в рамках проекта «Challenge TB», що фінансується Агентством США з міжнародного розвитку (USAID) та впроваджується міжнародною організацією PATH.

Благодарность

Глобальное бюро здравоохранения, Управление здравоохранения инфекционных заболеваний и питания (HIDN), Агентство США по международному развитию (USAID) поддержали создание этой брошюры путем финансирования проекта «Challenge TB» на условиях договора No. AID-OAA-A-14-00029. Разработка и печать этой брошюры стало возможным благодаря искренней поддержке американского народа, предоставленной Агентством США по международному развитию. Содержание брошюры является ответственностью авторов и проекта «Challenge TB» и необязательно отражает взгляды USAID или правительства Соединенных Штатов Америки.



**Составитель: Бизюк М. Д.
Рецензент: Пихтерева Л. А.**