



Общественная ассоциация
„Молодежь за Право на Жизнь”
филиал Бэлць

Md-3101, м. Бэлць, ул. Победы 7/А

(231) 3 93 32

protineret@yahoo.com

tdvbalti.md



Издание адаптировано и выпущено с целью борьбы с эпидемиями ВИЧ и ТБ в ключевых группах в городе Бэлць, в рамках регионального проекта «Ускоренный ответ на эпидемии ВИЧ/ТБ среди ключевых групп в городах Восточной Европы и Центральной Азии», внедренный Альянсом общественного здоровья (Украина) в партнерстве с Ассоциацией «Молодежь за Право на Жизнь» филиал Бэлць и муниципальными властями города Бэлць (Молдова), при финансовой поддержке Глобального Фонда.

Доноры не несут ответственности за содержание данной брошюры.

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО.



Что необходимо знать о туберкулезе

О туберкулезе слышали многие, но мало кто владеет полной и достоверной информацией относительно этой болезни. В обществе существует множество мифов и просто ошибочных суждений. Часто говорят о неизлечимости туберкулеза, и, как следствие, человек, заболевший этой серьезной болезнью, воспринимается окружающими почти как изгой. До сих пор бытует мнение - если болен туберкулезом, значит наркоман, алкоголик, короче говоря, асоциальный тип...

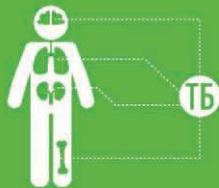
ТУБЕРКУЛЕЗ

Туберкулез (название происходит от латинского слова *tuberculum* — бугорок) — это инфекционное заболевание, вызываемое микобактерией туберкулеза (палочка Коха), которое передаётся преимущественно воздушно-капельным путем. Принято считать, что это болезнь легких, но в действительности туберкулезом могут поражаться практически все органы человека.



ПОМНИ!

Микобактерии туберкулеза очень живучи. В отличие от других опасных бактерий и вирусов, например ВИЧ, они долгое время сохраняют жизнеспособность во внешней среде и, соответственно, опасны для человека. В частности, они сохраняют жизнеспособность в течение нескольких месяцев на бытовых предметах и вещах. До пяти месяцев живут в воде и влажной почве.



НО МИКОБАКТЕРИИ ВСЕ ЖЕ МОЖНО ПОБЕДИТЬ.

- Они очень боятся солнечного света! Под действием прямых солнечных лучей микобактерия туберкулеза погибает через 1,5 часа.
- При кипячении они гибнут через 15 минут.
- Ультрафиолетовое облучение убивает микобактерии уже через 2-3 минуты.



НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ!

ИНФИЦИРОВАНИЕ ТУБЕРКУЛЕЗОМ - ЭТО НЕ ОДНО И ТО ЖЕ, ЧТО ЗАБОЛЕВАНИЕ ТУБЕРКУЛЕЗОМ

Если человек инфицирован микобактерией туберкулеза (а таких людей большинство!), но возбудители в организме не являются активными, нет симптомов заболевания, тогда он не считается больным туберкулезом (распространителем инфекции). Когда иммунитет снижается - от различных заболеваний, плохого питания, злоупотребления алкоголем или наркотическими веществами, тогда попавшие микобактерии активизируются и возникает заболевание «туберкулез»: появляются симптомы болезни, и человек может стать источником инфицирования других людей.

ОСНОВНЫЕ ПУТИ ИНФИЦИРОВАНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ

- **90% всех случаев** инфицирования происходит воздушно-капельным путем, когда главным источником инфекции является человек, страдающий легочной формой туберкулеза и выделяющий микобактерии из дыхательных путей (при кашле, чихании, громком разговоре, крике и т. д.).
- Заразиться можно и пищевым (алиментарным) путем. Источником инфекции в таких случаях могут стать, молоко больных животных, а также, изготовленные из него, творог, сметана, простокваша. Поэтому не следует покупать продукты на стихийных рынках.
- Можно услышать и о внутриутробном заражении ребенка от инфицированной матери и инфицировании через поврежденную кожу, но такие случаи достаточно редки.



ПОМНИ!

Наиболее известен туберкулез легких, однако туберкулез может поразить любой орган или систему органов. Достаточно часто встречается туберкулез костно-суставной, мочеполовой систем, лимфоузлов, кожи, глаз, кишечника.



ПОЧЕМУ ОПАСНОСТЬ ЗАБОЛЕВАНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ У ЛЮДЕЙ, ПОТРЕБЛЯЮЩИХ НАРКОТИКИ ИЛИ ЖИВУЩИХ С ВИЧ БОЛЕЕ ВЫСОКА?

Причина, прежде всего, в ослабленной иммунной системе. Здоровая иммунная система человека способна удерживать микобактерии туберкулёза в неактивном состоянии на протяжении всей жизни. Например, у ВИЧ-негативных людей на протяжении их жизни риск активизации туберкулёзной инфекции и развития заболевания составляет 5-10%, с наивысшей опасностью развития туберкулеза в течение первых двух лет после заражения. Однако у людей, живущих с ВИЧ, без АРВ-лечения риск возрастает на 5-10% в год, приводя к общему риску на протяжении жизни до 50%.

Если организм человека ослаблен наркотиками, ему значительно сложнее сопротивляться агрессивным бактериям. Люди, находящиеся в неудовлетворительных социальных и жилищно-бытовых условиях, страдающие хроническими заболеваниями и вредными привычками, всегда в группе риска заболевания туберкулезом. Все факторы, снижающие иммунитет могут способствовать активации туберкулезной инфекции.

СИМПТОМЫ ТУБЕРКУЛЕЗА

Если у тебя есть следующие симптомы — это повод как можно скорее обратиться к врачу:

- Кашель (сухой или с мокротой), который не проходит больше двух недель.
- Потеря веса, отсутствие аппетита.
- Длительное повышение температуры тела до 37-37,9° C.
- Ночная потливость.
- Слабость, утомляемость.
- Боль в грудной клетке.
- Кровохарканье.



ВАЖНО ПОМНИТЬ!

Наличие кашля на протяжении 2-х недель и более должно насторожить и стать причиной обращения к врачу!

Не следует забывать, что существуют и внелегочные формы туберкулеза, которые проявляются как общими симптомами (повышение температуры тела, слабость, потливость, повышенная утомляемость), так и специфическими, которые зависят от локализации процесса:

- боли в пораженных частях скелета, ограничение подвижности — при туберкулезе костей, суставов и позвоночника;
- частое мочеиспускание, боли внизу живота и поясничной области, наличие крови в моче — при туберкулезе мочеполовой системы;
- периодические запоры, поносы, боли, вздутие живота, кровь в каловых массах — при туберкулезе пищеварительного тракта;
- длительное увеличение лимфатических узлов — при туберкулезе лимфатических узлов.



ВНИМАНИЕ!

При малейшем подозрении на наличие туберкулеза необходимо обратиться в медицинское учреждение для прохождения обследования!

ЕСЛИ ТЫ ПОДОЗРЕВАЕШЬ, ЧТО У ТЕБЯ ТУБЕРКУЛЕЗ, ТВОИ ДЕЙСТВИЯ ДОЛЖНЫ БЫТЬ СЛЕДУЮЩИМИ:

- Обратись к участковому терапевту, который назначит обследование на туберкулез, а при необходимости — направит к фтизиатру. Если не знаешь, где он принимает — тебе помогут сотрудники общественной организации, от которых ты получил эту брошюру. Чем раньше ты это сделаешь, тем больше у тебя шансов на своевременное установление диагноза и, соответственно, на выздоровление.
- Основные обследования, необходимые для установления диагноза «туберкулез легких»:
 - рентгенография органов грудной клетки;
 - туберкулинодиагностика (проба Манту);
 - анализ мокроты на наличие микобактерий туберкулеза.

Такое диагностирование, а также дополнительные методы обследования назначаются врачом!

- Если ты ВИЧ-инфицирован — регулярно проходи профилактические осмотры с целью исключения туберкулеза, поскольку его симптомы в начальной фазе болезни могут отсутствовать или напоминать многие другие заболевания, встречающиеся у людей, живущих с ВИЧ.
- Если врач заподозрил у тебя туберкулез и ты не знаешь о своем ВИЧ-статусе — пройди тест на ВИЧ, это очень важно для дальнейшего лечения.

ЛЕЧЕНИЕ ТУБЕРКУЛЕЗА

Вполне возможно, что ты слышал немало о смертности от туберкулеза, сложности лечения и т.п. Но главное, что ты должен помнить — **ТУБЕРКУЛЕЗ ИЗЛЕЧИМ!**

- Лечение туберкулеза в Молдове бесплатное, проводится противотуберкулезными препаратами по назначению врача-фтизиатра.
- Процесс лечения туберкулеза достаточно длительный.
- Интенсивная фаза лечения, при которой происходит уничтожение активных микобактерий туберкулеза в результате чего пациент перестает быть заразным, длится от 2-3 до 12-18 месяцев, в зависимости от состояния и иммунитета больного.
- В интенсивной фазе, лечение туберкулеза проводится в стационаре.
- Поддерживающая фаза лечения призвана закрепить эффект лечения и не допустить развития рецидива и осложнений. Она может длиться от 4-8 до 12-18 месяцев.
- В большинстве случаев своевременно начатое лечение является эффективным и через 2-3 недели самочувствие улучшается. **Но улучшение не означает, что лечение можно прекращать!**
- Очень важно на протяжении всего курса лечения соблюдать режим приема препаратов — прерывание лечения может сделать весь курс лечения неэффективным.

ПОМНИ — ТУБЕРКУЛЕЗ МОЖНО ВЫЛЕЧИТЬ!

СПЕЦИФИКА ЛЕЧЕНИЯ ДЛЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ НАРКОТИКОВ

Известно, что потребители наркотиков, а также те, кто злоупотребляют алкоголем, зачастую крайне плохо выполняют врачебные назначения при лечении туберкулеза. Они представляют собой довольно мобильную группу населения, которую сложно вовлечь в программу лечения туберкулеза. Кроме того, у них имеется более высокий риск приобретения устойчивости к медицинским препаратам, поскольку они часто не завершают терапию, или нерегулярно принимают лекарственные средства.



ТУБЕРКУЛЕЗ - ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ БОЛЕЗНЬ, ПОЭТОМУ ОТКЛАДЫВАТЬ ВИЗИТ К ВРАЧУ МОЖЕТ БЫТЬ ОГРОМНЫМ РИСКОМ ДЛЯ ТВОЕГО ЗДОРОВЬЯ!

СПЕЦИФИКА ЛЕЧЕНИЯ ДЛЯ ВИЧ-ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ

Противотуберкулезные препараты оказывают губительное действие на микобактерии туберкулеза, поэтому они одинаково эффективны как для ВИЧ-негативных, так и для ВИЧ-позитивных пациентов. Препараты против ВИЧ и туберкулеза могут быть эффективными и безопасными одновременно. Однако возможно взаимодействие между некоторыми АРВ- и противотуберкулезными препаратами. Поэтому очень важно параллельное наблюдение пациента врачами: фтизиатром и инфекционистом, а также их слаженное взаимодействие. В данной ситуации должен соблюдаться принцип: две болезни — один пациент.



ПРОТИВОТУБЕРКУЛЕЗНОЕ ЛЕЧЕНИЕ И АРТ МОЖЕТ НАЗНАЧИТЬ ТОЛЬКО ВРАЧИ

Кроме того, туберкулез у ВИЧ-инфицированных часто сочетается с другими оппортунистическими заболеваниями (пневмоцистная пневмония, герпес, цитомегаловирусная пневмония, кандидоз и др.), что осложняет его диагностику и лечение.



МУЛЬТИРЕЗИСТЕНТНЫЙ ТУБЕРКУЛЕЗ

Это наиболее опасная форма туберкулеза, при которой микобактерии туберкулеза становятся устойчивыми (резистентным) к основным противотуберкулезным препаратам.


Мультирезистентный туберкулез возникает в результате неправильного лечения туберкулеза, а именно:

- при перерывах (по разным причинам) в приеме противотуберкулезных лекарств;
- в результате самолечения;
- инфицирование от больного мультирезистентным туберкулезом.



Мы ознакомили тебя с основными понятиями и знаниями о туберкулезе, его опасности и необходимости лечения. Но помни — **болезнь всегда легче предупредить, чем лечить!**



 **противо-
туберкулезные
препараты**

КАК НЕ ДОПУСТИТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ ТУБЕРКУЛЕЗОМ

- Если тебе в детстве делали прививку БЦЖ, известную в народе как «прививка от туберкулеза», это не значит, что ты защищен на всю жизнь. Вакцинация противотуберкулезной вакциной БЦЖ предотвращает развитие острых и тяжелых форм туберкулеза.
- Если тебе приходилось быть в близком контакте с больными открытой формой туберкулеза, то следует пройти профилактическое лечение, которое проводится специальными противотуберкулезными препаратами лицам.
- Наилучший способ избежать туберкулеза — укреплять иммунную систему. Это и соблюдение режима, и занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе, и регулярное полноценное питание, и закаливание.

Помни! Твое жилище также можно обезопасить от распространения инфекции — **прямой солнечный свет убивает палочку Коха в течение полутора часов!**

- Чаще проветривай помещение.
- Регулярно проводи влажную уборку.
- Не допускай сырости.
- Если в квартире уже живет человек, у которого туберкулез, используй хлорсодержащие средства для дезинфекции.
- Сушка и проветривание одежды, постельного белья, одеял на солнце — хороший и простой метод обеззараживания, ведь микобактерия боится солнца!

При этом не забывай, что самому больному туберкулезом не следует долго находиться на солнце. Прямой солнечный свет — это достаточно сильный стресс для организма, а в состоянии стресса болезнь начинает прогрессировать. Поэтому длительные солнечные ванны противопоказаны больному туберкулезом.

Важно помнить, что больной туберкулезом является источником инфекции для здоровых людей. Чтобы, живущие с таким человеком люди, не заразились туберкулезом, очень важно соблюдать элементарные правила гигиены:

- иметь отдельную посуду, полотенца, постельное белье;
- несколько раз в день проветривать помещение;
- проводить влажную уборку с использованием дезсредств (дезсредства и инструкция по их применению выдаются больным или их родственникам в противотуберкулезном диспансере);
- соблюдать гигиену кашля — если у больного активная форма туберкулеза, тогда ему следует носить маску, прикрывать рот во время кашля тыльной стороной кисти и сплевывать мокроту в специальную плевательницу.



ЕСЛИ ТЫ БУДЕШЬ СОБЛЮДАТЬ ЭТИ ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА, ТВОЙ РИСК ИНФИЦИРОВАНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ БУДЕТ МИНИМАЛЬНЫМ. НО ЕСЛИ У ТЕБЯ ВСЕ-ТАКИ ДИАГНОСТИРОВАЛИ ТУБЕРКУЛЕЗ — ГЛАВНОЕ, НЕ ОТЧАИВАЙСЯ, А КАК МОЖНО РАНЬШЕ ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ!



Данный материал подготовлен на базе публикации «Что необходимо знать о туберкулезе», которая была издана в рамках программы «Поддержка профилактики ВИЧ и СПИД, лечения и ухода для наиболее уязвимых групп населения в Украине», поддержанной Глобальным фондом для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией.