

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ТУБЕРКУЛЕЗЕ И КАК ИМ НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ.

24 марта – Всемирный день борьбы с туберкулезом. Многие считают туберкулез болезнью бомжей, эков, наркоманов и очень удивятся, узнав, что сегодня туберкулезом болеют самые обычные люди – наши друзья, соседи, коллеги. По данным Всемирной организации здравоохранения, в мире каждую секунду один человек заражается туберкулезом, каждые 20 секунд – один человек умирает от этой болезни. Изменить эту страшную статистику в наших силах.

Непрошенный гость

Александр Ивановичу 42 года, он руководит отделом в крупном банке. Ведет здоровый образ жизни, занимается спортом, не пьет и не курит. Год назад ему поставили диагноз «плеврит», от которого безуспешно лечили несколько месяцев, прежде чем не был поставлен диагноз «туберкулез» в активной форме. В ходе сбора анамнеза было установлено, что не так давно он нанял для работы в загородном доме несколько гастарбайтеров, которыми был вполне доволен. Впоследствии было установлено, что один из них и стал причиной заражения. Теперь и гастарбайтер, и А.И. проходят лечение в одной больнице. Принимать лекарства для профилактики приходится также жене банкира и его детям.

Увы, сегодня туберкулез, который у большинства ассоциируется с нищетой, трущобами, тюремной камерой, уже давно не является специфической болезнью представителей «дна» жизни.

Не просто цифры

В середине прошлого века, когда появились мощные антибиотики, казалось, что о туберкулезе можно забыть так же, как и об оспе. Но уже в 1993 году ВОЗ объявила туберкулез глобальной опасностью, которая угрожает человечеству. Еще недавно казавшиеся панацеей лекарства перестали действовать. Каждый год в мире регистрируют до полумиллиона заболевших, которым не помогают по меньшей мере два вида антибиотиков! «Нам известна бактерия туберкулеза, которая устойчива ко всем существующим медицинским препаратам», – констатирует руководитель общеклинического отдела ЦНИИ туберкулеза РАМН, профессор Зульфира КОРНИЛОВА.

Прогноз некоторых экспертов ВОЗ совсем пессимистичный, они утверждают, что человечество может быть снова отброшено на сто лет назад, когда от туберкулеза не было никакого спасения.

По словам академика РАМН, главного пульмонолога России Александра ЧУЧАЛИНА, проблема заключается не в том, чтобы в наш организм не попала микобактерия. Для того чтобы развился туберкулез, очень важны условия, в которых микобактерии начинают размножаться. Это прежде всего ухудшение качества жизни – плохое питание, неприспособленное жилище, скученность, хронический стресс. Многие люди заболевают только после 60 лет, когда ослабевают защитные силы организма. Именно поэтому считается важным оберегать пожилых людей и не допускать у них снижения иммунитета.

Туберкулез может быть также спровоцирован приемом некоторых лекарств, например гормональных препаратов кортикостероидов, которые применяют для лечения многих заболеваний, например бронхиальной астмы.

Сегодня виновниками неконтролируемой эпидемии туберкулеза все чаще становятся самые обычные люди, которые не считают свое заболевание настолько серьезным, чтобы скрупулезно выполнять все предписания врача. Беспорядочный прием лекарств, неправильное лечение или его преждевременное прекращение приводят к появлению новых, устойчивых к лечению штаммов микобактерии. Еще одна причина того, что «палочка Коха» перестала реагировать на лечение, – всеобщее увлечение антибиотиками, которые многие употребляют при любом недомогании. Лечение устойчивых форм туберкулеза очень токсичное и обходится в сто раз дороже, чем лечение стандартных форм болезни и далеко не всегда приводит к выздоровлению.

А что если это не простуда?

Изнуряющий кашель с кровью, бледность в сочетании с пунцовым румянцем, худоба – таким предстает образ больного туберкулезом в классической художественной литературе. На самом деле туберкулез долгое время может протекать не так ярко. Перепады настроения, раздражительность, плохой аппетит, повышенная утомляемость, одышка, боль в суставах, субфебрильная, то есть повышенная до 37–38 температура, которая долго не спадает – все это повод заподозрить туберкулез. Одно из ярких проявлений туберкулеза – ночная потливость, когда человек просыпается в холодном поту, так что приходится менять постельное белье. Иногда болезнь долгое время развивается практически незаметно, без внешних проявлений, но может «заявить» о себе и открыто. Температура внезапно поднимается до 39, человек чувствует боль за грудиной и под лопатками, постоянно кашляет. Впрочем, многие списывают это на простуду («грудь застудил»), переносят болезнь на ногах, занимаясь самолечением. Под воздействием разных препаратов, которые принимали «от простуды», болезнь слегка заглушается, но не проходит.

Залог успеха

В российских роддомах начиная с 1962 года всем детям на 4–7-й день жизни (если нет противопоказаний) делают прививку от туберкулеза – вводят вакцину БЦЖ. Споры об эффективности вакцинации от туберкулеза ведутся до сих пор. Согласно исследованиям английских педиатров, вакцинация снижает риск первичного заражения на 80%. По данным российских педиатров, невакцинированные дети заболевают туберкулезом в 15 раз чаще. ВОЗ считает, что прививку БЦЖ надо обязательно делать детям, живущим в странах, где туберкулезом болеет более 1% населения. «Однако надо помнить: вакцинация против туберкулеза вызывает иммунитет к инфекции, но не предохраняет от заражения, – предупреждает директор Московского научно-практического центра борьбы с туберкулезом, академик РАМН Виталий ЛИТВИНОВ. – БЦЖ полностью от туберкулеза не защищает. Она только позволяет предотвратить развитие тяжелых осложнений, болезнь в случае возникновения протекает несколько легче».

Начиная с 12 месяцев всем детям один раз в год проводят исследование с помощью туберкулиновой пробы – реакцию Манту. В том месте, где подкожно введен препарат, возникает воспаление. Если организм уже был инфицирован туберкулезом, воспалительная реакция будет интенсивной. Насколько иммунитет готов противостоять болезни, показывает размер «пуговки», который врач измеряет линейкой. В странах, где высокий уровень заражения туберкулезом, в том числе и в России, реакция Манту считается эффективной мерой контроля за

инфекцией. Поэтому, если ребенку назначено такое исследование, отказываться от него нельзя.

У взрослых заболевание выявляется с помощью флюорографии. В советское время охват этим скрининговым исследованием был практически 100%-ным. Чтобы получить путевку в санаторий, талончик к врачу-специалисту, поступить в ПТУ или в вуз, надо было обязательно пройти через флюорографическое «сито». Мобильные флюорографические бригады выезжали на заводы и фабрики, чтобы «без отрыва от производства» проверить всех работников. В результате больных вовремя выявляли и лечили. Сегодня такого массового скрининга нет. Но что мешает нам самим позаботиться о здоровье? Флюорография делается бесплатно, без направления и записи, да и очереди на исследование нет. Доза облучения при флюорографическом обследовании на современной аппаратуре не больше, чем мы получаем за два-три похода в солярий. Найдите время провериться раз в два года и живите спокойно!

Если болезнь выявлена

Не откладывайте лечение и не пытайтесь лечиться народными средствами. Выполните все назначения – сдайте мокроту для микробиологического исследования, а если потребуется, сделайте биопсию инфицированной ткани. Все это позволит не только уточнить диагноз, но и проконтролировать, помогают ли назначенные лекарства раньше срока. Лечение туберкулеза длительное и продолжается не меньше полугода. Больным, у которых впервые выявили болезнь, назначают от четырех до шести противотуберкулезных препаратов одновременно. «Начальный курс терапии, который продолжается два-четыре месяца, больной должен проходить в стационаре. Только потом, когда он не будет представлять опасности для окружающих, ему можно будет продолжить лечение в домашних условиях», – считает Виктор Литвинов.

Основной путь заражения – воздушно-капельный. Больной активной формой туберкулеза человек выделяет микобактерии при разговоре, кашле, чихании. Бактерии очень жизнеспособны и даже от хлорки погибают только через несколько часов. Подхватить туберкулез можно где угодно: в магазине, в транспорте, на работе, в театре. Считается, что за год больной открытой формой туберкулеза заражает от 10 до 100 человек.

БОЙТЕСЬ, ДЕТИ, МОЛОКА

Поскольку туберкулезом болеют сельскохозяйственные животные, заразиться можно через некипяченое молоко, плохо прожаренное мясо. Сегодня в России немало случаев, когда туберкулезом заболевают дети из обеспеченных семей, которых «для здоровья» отпаивали парным коровьим или козьим молоком, купленным у частных молочниц. А еще: чтобы не заразиться туберкулезом, никогда не покупайте продукты, продающиеся россыпью без упаковки, которые нельзя вымыть или термически обработать – хлеб, сладости, печенье. Шанс, что, проходя мимо, на них «накашлял» больной человек, весьма высок.

Как не заразиться Туберкулезом



Чума двадцать первого века- это СПИД, но как известно, беда одна не приходит. Рядом со СПИДом в ногу шагает Туберкулез. От заражения туберкулезной палочкой не застрахован ни один человек. Однако, эта страшная болезнь временами прогрессирует, и заражается больше людей, а временами затихает. Когда общество не испытывает стрессов, связанных с нестабильной экономической ситуацией, эпидемия туберкулеза сходит на нет, однако с начала 90-х годов в России произошел скачек числа зараженных туберкулезом. В этом нет ничего удивительного, все отлично помнят времена, когда ни кто не знал, что его ожидает завтра, когда многие люди теряли работу из-за разорения предприятий. В Россию стали прибывать официальные и не официальные гости из-за рубежа, иммигранты, налицо были общественные катаклизмы, и вот результат – число заболеваний туберкулезом возросло в десятки раз.

Туберкулез - это заболевание маркер. В благополучной социальной среде оно не представляет большой опасности для населения, однако, если в обществе велико число людей социально не защищенных (безработных, бездомных...) то это заболевание начинает прогрессировать и передаваться от человека к человеку. В нашем районе число граждан входящих в зону риска достигает 15 000 человек. Туберкулез может маркировать не только социальный уровень жизни общества, но число людей больных СПИДом, ведь носители вируса иммунодефицита зачастую умирают от туберкулеза.

Для того, чтобы снизить уровень заболеваемости, смертности и инвалидности, от туберкулеза в Российской Федерации разработали национальную программу по борьбе с этим опасным недугом. В рамках этой программы противотуберкулезный диспансер в 2006 г. получил цифровой передвижной флюорографический комплекс. Этот аппарат необходим для выявления туберкулеза на ранних стадиях среди населения, которое в силу различных обстоятельств не может добраться в поликлинику и пройти обследование на стационарном флюорографе. Мобильный аппарат имеет высокую разрешающую способность, а излучение при данном типе обследований минимально. Врачи могут сделать необходимые снимки и их анализ в мобильном флюорографическом комплексе. Оборудование экономит средства населения и очень удобно для врачей. Естественно более доступный способ обследования повлиял на статистику заболеваемости в сельских районах. Теперь возможность «провериться» появилась у каждого человека, как далеко бы он не находился от больницы, в которой есть необходимое для этого оборудование. Число случаев выявления заболевания на ранних стадиях неуклонно растет, а с ним увеличивается и число больных людей по статистике. Но это не повод для беспокойства, ведь теперь у большего числа людей заболевание выявлено на ранней стадии, а значит и выше вероятность их вылечить от недуга. Если сравнить эффективность передвижного флюорографа с работой стационарного аппарата, то всплывут такие цифры: На стационарном 0,7 выявленных заболеваний на 1000 обследованных, а на передвижном 3-4 на тысячу, то есть выявить болезнь на ранних стадиях теперь может большее число людей.

Однако у многих жителей есть возможность самостоятельно прийти на обследование. Нужно всегда помнить, чем раньше туберкулез будет обнаружен,

тем легче его вылечить, поэтому раз в пол года а крайний срок раз в год, нужно обязательно проходить флюорографию.

Человек может инфицироваться от больных туберкулезом:

- при кашле, чихании, громком разговоре частичками слюны, мокроты или секрета (воздушно-капельный путь заражения наиболее частый);
- при вдыхании высохших частиц и пыли, содержащих опасный возбудитель в случае плохой вентиляции в помещении (воздушно-пылевой путь заражения тоже не редкость);
- через продукты питания, например молоко и мясо больных животных;
- при попадании возбудителя в организм человека через кожу и слизистые при их повреждении (контактный путь – очень редкий);
- через плаценту при врожденном туберкулезе.

Существуют факторы риска заражения Туберкулезом:

- Наличие ТБ в анамнезе данного человека или его друзей или родственников
- Приезд из страны с высокой частотой заболевания ТБ
- Поездки в прошлом в район с высокой частотой заболевания ТБ
- Злоупотребление алкоголем и/или употребление наркотиков
- Ослабленный иммунитет вследствие болезни, например, ВИЧ-инфекции
- Нарушение питания
- Бездомность
- Бедность /переполненность в жилищах

Хотя, заразиться этим недугом рискует каждый, ведь есть еще и другие факторы, повышающие риск инфицирования: хронические заболевания (сахарный диабет, язвенная болезнь и.д.р.), люди длительно употребляющие лекарственные средства на основе гормонов тоже попадают в группу риска.

На вопрос как можно выявить Туберкулез?

В ранние сроки развития туберкулеза, особенно у детей, подростков и лиц молодого возраста можно выявить с помощью внутрикожного теста Манту с туберкулином. Туберкулинодиагностика - безопасный и достаточно надежный метод раннего выявления туберкулеза при условии ее правильного и регулярного проведения с учетом показаний, противопоказаний и сроков обследования.

Флюорография и рентгенология являются основными методами современного выявления болезни, протекающей незаметно для пациента. Эти исследования для контроля следует проводить не реже одного раза в год, а при наличии факторов риска чаще. При этом можно выявить не только туберкулез, но и ряд

других заболеваний органов грудной полости (опухоли, пневмонии, болезни сердца, средостения и др.).

Микробиологическое исследование мокроты и другого диагностического материала позволяет обнаружить наличие возбудителя туберкулеза, определить массивность бактериовыделения и лекарственную устойчивость. Чем массивнее бактериовыделение, тем больше эпидемическая опасность для окружающих.

Туберкулез- коварный враг человека, ведь его начальное проявление незаметно как для самого заболевшего, так и для его окружения. Ухудшение самочувствия, появление жалоб и клинических симптомов (плохой аппетит, слабость, потливость по ночам, утомляемость, плохой сон, кашель, одышка, дискомфорт в грудной клетке, кровохарканье и др.) появляются в значительном прогрессировании и распространении туберкулезного процесса. В случае не своевременного выявления болезни развиваются открытые формы болезни, и пациенты представляют опасность для окружающих.

Туберкулезные бактерии к сожалению очень устойчивы вне организма. В уличной пыли палочки Коха сохраняются до 10 дней, на страницах книг до трех месяцев, в воде до пяти месяцев. Под влиянием солнечного света бактерии погибают через 90 минут, ультрафиолетовое излучение убивает их в течение 2-3 минут. Под воздействием дезинфицирующих препаратов, в составе которых есть хлор, бактерии могут жить 3-5 часов.

Так что следите за своим здоровьем и тогда вы будете жить долго и не подвергните опасности своих близких. Ведь на сегодня все необходимые для диагностики средства находятся рядом, а если рядом их нет. То по заказу организации приедет передвижной флюорограф и обследует всех желающих.

Что нужно знать о туберкулезе и как остаться здоровым

Эта небольшая информация поможет Вам узнать:

- причины туберкулеза
- его симптомы
- поведение в случае заболевания туберкулезом
- меры, которые помогут Вам и Вашей семье не заболеть туберкулезом
- методы лечения и медикаменты

ТБ - это короткое название болезни, которую мы знаем как туберкулез. Эта болезнь известна человечеству с глубокой древности, а признаки заболевания туберкулезом находят даже в древнеегипетских мумиях. ТБ может быть вылечен, и поэтому знакомство с его симптомами и методами профилактики и лечения помогут вам остаться здоровыми.

ТБ вызывается бактериями, которые называются туберкулезной палочкой. ТБ палочки такие маленькие, что могут свободно находиться в воздухе, и когда носитель бактерий кашляет, чихает или просто разговаривает, то ТБ-бактерии могут попасть сначала в воздух, а потом и в ваши легкие.

Туберкулезом не так легко заразиться. Чтобы опасность заражения стала очень высокой, вам нужно было бы провести много времени с человеком, распространяющим ТБ-бактерии, в доме, на работе или в школе. При этом

следует помнить, что туберкулез хорошо распространяется в тех помещениях, где мало солнечного света и плохая циркуляция воздуха.

Нужно знать, что туберкулезом нельзя заразиться, пользуясь одеждой больного человека или используя для питья один с ним стакан.

- **Самая высокая вероятность заболеть туберкулезом у тех, кто:**
- ослаблен какими-то другими болезнями, такими как диабет, раковые опухоли или СПИД
- принимает наркотики
- проводит много времени рядом с носителями ТБ-бактерий
- живет в стране, где много больных туберкулезом
- пожилых людей
- людей со слабым здоровьем

Симптомы, которые показывают, что человек болен туберкулезом:

- непроходящий надсадный кашель
- кашель со слюной и кровью
- усиленное потоотделение в ночное время
- резкое похудение
- усталость
- жар

Следует помнить, что мы часто принимаем туберкулез за простуду, грипп, бронхит или пневмонию.

Если ТБ-бактерии попадают в другие органы тела, помимо легкого, они могут вызывать разнообразные симптомы, например:

- кровь в моче
- головная боль
- мышечная боль
- утолщение лимфоузлов

Следует помнить, что заразными могут быть только те ТБ-бактерии, которые попали в воздух из легких человека.

Способы выявления туберкулеза у человека:

- проба манту (следует помнить, что положительная реакция не означает, что вы обязательно заболели и можете заразить других людей)
- проба на коже, похожая на манту (положительная реакция может означать, что защитные силы вашего организма уже начали борьбу с ТБ-бактериями)
- анализ слюны
- выращивание ТБ-бактерий в лабораторных условиях из слюны, взятой у пациента (эти тесты помогают точно определить, есть ли в вашем организме ТБ-бактерии)
- флюорография (наиболее надежный способ)
- анализ желудочного сока, а также бронхоскопия

Следует помнить, что только комбинация из нескольких анализов позволяет с полной уверенностью говорить о том, заражен человек туберкулезом или нет.

Как не заразить других людей, если вы больны.

Если анализ слюны на наличие ТБ-бактерий оказался положительным и вы можете выделять бактерии в воздух, вам необходимо носить специальную маску, которая надевается на нос и рот в то время, когда вы находитесь в обществе других людей. Это защитит их от заражения. Если после нескольких недель лечения и трех проб слюны на наличие ТБ-бактерий у вас не обнаружат бактерий, маску можно не надевать. Когда вы покидаете больницу после лечения, вы уже не выделяете заразных бактерий и поэтому не можете заразить других людей туберкулезом.

Правила лечения туберкулеза.

Туберкулез успешно лечится с помощью специальных лекарств, которые убивают ТБ-бактерии. Вам, если вы заболели, необходимо будет принимать несколько видов лекарств, которые вам выпишет медсестра или фельдшер, в виде таблеток или уколов. Такой лечение называется "методом непрерывного наблюдения". Если вы начнете лечиться таким способом, почувствуете себя лучше и уже не будете выделять ТБ-бактерии, вы сможете вернуться домой, на работу или в школу. Таким образом, залогом успешного лечения является прием прописанных врачом лекарств в течение определенного времени и в тех количествах, которые предлагает врач или фельдшер.

В среднем для того, чтобы убить все туберкулезные микробы, необходимо около 6 месяцев, и это необходимо помнить, что даже если вы почувствуете себя лучше вскоре после начала лечения. Если вы не доведете курс лечения до конца и перестанете принимать лекарства раньше, чем это предписано врачом, живущие в вашем организме ТБ-микробы станут сильнее сопротивляться лекарствам при новом лечении, и те прививки и таблетки, которые вы принимали, уже не помогут вам. Поэтому нельзя прерывать лечение раньше назначенного врачом срока.

Побочное действие некоторых лекарств.

Иногда те лекарства, которые вы принимаете в целях лечения туберкулеза, могут вызывать побочные действия. Вам следует знать, что нужно сразу же обратиться к врачу или медсестре, если у вас появятся:

- сыпь или зуд на коже
- боли в суставах
- повышенная утомляемость
- кожа или глаза станут желтыми
- потеря аппетита, рвота, тошнота
- общее недомогание

Правила профилактики туберкулеза.

Следует помнить, что ТБ-микробы могут жить в теле человека, но вы будете здоровым человеком, поскольку защитные силы вашего организма могут оказать этим микробам сильное сопротивление. Но это не значит, что вы уже никогда не заболите. Постоянно существует опасность того, что ТБ-микробы могут проснуться и сделать вас больным туберкулезом. Эта опасность особенно велика, если человек уже ослаблен какой-то другой болезнью.

Если анализы покажут, что в вашем организме есть ТБ-микробы, а вы еще не чувствуете себя больным, вам все равно нужно принимать прописанные врачом лекарства в течение 6 месяцев, пока новые анализы не покажут, что вы полностью вылечились. Помните, что принимать лекарства - это ваша обязанность. Главная цель - ваше здоровье и здоровье тех людей, которые живут рядом с вами.

- лечение туберкулеза - длительный процесс, будьте терпеливыми
- обязательно сообщите врачу или медсестре о побочном действии лекарств, если они у вас будут
- посоветуйте членам вашей семьи, друзьям и товарищам по работе сдать анализы на туберкулез
- во время лечения не забудьте сообщить врачу или медсестре о том, что вы применяете какие-то другие лекарства, например, противозачаточные средства
- откажитесь от алкоголя и табака
- почаще отдыхайте
- ешьте качественные и питательные продукты
- обязательно сообщите врачу или медсестре ваш новый адрес, если вы переедете на новое место жительства, чтобы курс лечения не был прерван
- помните, что ТБ-микробы распространяются по воздуху при кашле, чихании и просто при разговоре
- чтобы обнаружить туберкулез, нужны специальные анализы
- лечение при помощи лекарств - единственная возможность вылечиться от туберкулеза
- обязательно пройдите полностью тот курс лечения, который прописал вам врач и вы излечитесь от туберкулеза
- если у вас появятся какие-то вопросы, обращайтесь к врачу, медсестре или фельдшеру