

APSAUGOKIME SAVE IR KITUS NUO TUBERKULIOZĖS !



Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Sveikatos mokykla primena, kad kiekvienais metais kovo 24 dieną Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) sprendimu minima Pasaulio tuberkuliozės diena, kurios tikslas – atkreipti visuomenės dėmesį į šios ligos paplitimą bei dedamas pastangas kovojant su ja. Šią dieną taip pat stengiamasi informuoti gyventojus apie tuberkuliozės užsikrėtimo kelius, profilaktikos priemones, apsaugojimo nuo jos būdus ir gydymo galimybes.

Pagal Pasaulio sveikatos organizacijos duomenis, tuberkuliozė (toliau – TB) yra viena labiausiai paplitusių, pavojingų ir brangiai kainuojančių gydyti visuomenės infekcinių ligų, kurios gydymas kartais užtrunka net iki kelių metų.

Pasaulinė tuberkuliozės diena siejama su tuberkuliozės bakterijos atradimo data. Ligos sukėlėją 1882 m. kovo 24 d. atrado vokiečių mokslininkas bakteriologas Robertas Kochas, kuris už pastangas nugalėti TB visame pasaulyje apdovanotas Nobelio premija. Tuberkuliozės mikrobakterijos yra vienos iš atspariausių nesporinių bakterijų, kurios 100 laipsnių virimo temperatūroje nežūsta net 5 min., ultravioletiniai spinduliai jas sunaikina tik po 2 valandų, o žmogaus skrepliuose jos lieka gyvybingos iki 10 mėnesių. Šiomis mikrobakterijomis buvo užsikrėtę ir senojo pasaulio gyventojai. Mokslininkai nustatė, kad tuberkuliozė galėjo atsirasti daugiau nei prieš 10 tūkstančių metų. Senoviniuose kauluose (rastuose prie Persijos įlankos ir Nilo deltos) išliko pakankamai genetinės informacijos apie tai, kad jie buvo paveikti būtent šios ligos, o Egipto mumijas tyrusi JAV mokslininkų grupė pastebėjo, kad faraonų laikų egiptiečiai irgi sirgdavo tuberkulioze. Vokietijos, Izraelio ir Palestinos regiono mokslininkai tyrinėja kaulus, rastus biblijame Jericho mieste. Šiais tyrimais siekiama geriau suprasti tuberkuliozės evoliuciją ir galbūt net pakeisti gydymo praktiką.

Ši užkrečiama infekcinė liga ir šiandien neprarado savo aktualumo. „Pasaulyje kyla nauja tuberkuliozės banga, – pastebi Miuncheno Ludvigo Maksimiliano universiteto prof. Adreas Nerlich – Galbūt mokydami iš praeities, mes galėsime geriau suprasti šiandieną“.

Kvėpavimo organų tuberkuliozė (TB) tai infekcinė liga, kurią sukelia tuberkuliozės mikobakterija (TM) (*Mycobacterium tuberculosis*), plintanti per orą su dalelėmis. Pagrindinis TM šaltinis yra žmogus, sergantis atvira plaučių TB forma. Negydomas TB sergantis žmogus gali mirti.

Kokie yra TB požymiai?

Tuberkuliozės požymiai priklauso nuo to, kurioje kūno vietoje dauginasi ligos sukėlėjas. TM dažniausiai pažeidžia plaučius (plaučių tuberkuliozė). Plaučių TB pasireiškia šiais požymiais:

- Sunkus kosulys, trunkantis 3 ar daugiau savaičių;
- Skausmas krūtinėje;
- Skreplių ar kraujo atkosėjimas.

- Silpnumas ar nuovargis;
- Svorio kritimas;
- Apetito stoka;
- Drebulys;
- Karščiavimas;
- Naktinis prakaitavimas.



Kaip plinta TB?

Tuberkuliozės mikobakterijos (TM) patenka į orą, kai plaučių TB sergantis žmogus kalba, kosėja ar čiaudi. TM ore gali išlikti kelias valandas priklausomai nuo aplinkos sąlygų. Žmogus, įkvėpęs TM užteršto oro, gali tapti infekuotu.

Koks skirtumas tarp žmogaus užsikrėtusio TM ir žmogaus sergančio TB?

Užsikrėtę asmenys savo organizme turi TM, bet jos nėra aktyvios ir nesukelia ligos, nepasireiškia TB būdingi požymiai ir žmogus neplatina ligos sukėlėjo. Nustatyta, kad tik dalis užsikrėtusių asmenų (5-10 proc.) gali susirgti arba suserga TB.

Sergančių TB žmonių organizme bakterijos aktyviai dauginasi, jiems pasireiškia TB būdingi simptomai, kosėdami jie platina užkratą. TB dažniausiai užsikrečiama, jei yra kasdienis artimas sąlytis su sergančiais asmenimis gyvenamoje aplinkoje, darbe, kitose įstaigose.

Skirtumai tarp užsikrėtusio tuberkulioze ir sergančiojo



Užsikrėtęs, bet nesergantis tuberkulioze asmuo

Asmuo sergantis atvira plaučių tuberkuliozės forma

- Nėra jokių požymių
- Normaliai jaučiasi
- Neužkrečia TM kitų žmonių
- Dažniausiai būna teigiamas odos testas
- Normali krūtinės rentgeno nuotrauka ir skreplių tyrimas



Asmuo sergantis atvira plaučių tuberkuliozės forma

- Sunkus kosulys, kuris trunka 3 ir daugiau savaičių
- Skausmas krūtinėje
- Kraujo ar skreplių atkosėjimas
- Silpnumas ar nuovargis
- Svorio kritimas
- Apetito stoka
- Drebulys
- Karščiavimas
- Naktinis prakaitavimas
- Gali užkrėsti TM kitus žmones
- Dažniausiai būna teigiamas tuberkulino (Mantu) testas
- Gali būti pakitimai krūtinės rentgeno nuotraukoje, ar teigiamas skreplių tepinėlis ar pasėlis

Kaip diagnozuojama TB?

Tuberkulino testas naudojamas siekiant nustatyti, ar žmogus užsikrėtęs TB. Sveikatos priežiūros specialistas įšvirškčia nedidelį kiekį tuberkulino po oda vidinėje dilbio dalyje. Po 2 – 3 dienų sveikatos priežiūros specialistas įvertina odos reakciją. Tuberkulino įšvirškštimo vietoje gali atsirasti patinimas. Išmatavus patinimo diametrą nustatoma, ar testas teigiamas, ar neigiamas. Teigimas testas paprastai reiškia, kad žmogus yra infekuotas TM.

Paprasčiausias tyrimas yra skreplių ištyrimas dėl TM. Šiuo tyrimu galima greitai diagnozuoti TB ir paskirti reikiamą gydymą. Labai svarbu TM išskiriančių ligonių greitai izoliuoti ir skirti reikiamą gydymą, kontroliuojamą medicinos personalo.

Profilaktiniai patikrinimai

Lietuvos Respublikos Vyriausybės nustatyta tvarka darbuotojams, dirbantiems maisto gamyboje, sveikatos priežiūros srityje, vaikų mokymo ir auklėjimo srityje, paslaugų teikimo gyventojams srityse ir kitose veiklos srityse, būtinas profilaktinis patikrinimas dėl tuberkuliozės prieš pradėdant dirbti ir kasmet dirbant. Gerinant tuberkuliozės profilaktiką Lietuvoje, Sveikatos apsaugos ministerijos nustatyta tvarka tuberkulino testas atliekamas 7 metų amžiaus vaikams ir rizikos grupių vaikams (bendraujantiems su sergančiais TB šeimoje ar kolektyve, sergantiems lėtinėmis ligomis ir kt.).

TUBERKULIOZĖS PROFILAKTIKA

Skiepai nuo tuberkuliozės

Tuberkuliozės infekcija ypač grėsminga naujagimiams ir kūdikiams bei vaikams iki 5 metų dėl pilnai nesusiformavusio imuniteto. Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja šalims, kuriuose registruojamas didelis sergamumas TB, skiepyti BCG vakcina vaikus kaip galima greičiau po gimimo. Jeigu sąlytį turėję šeimos nariai nebuvo paskiepiję naujagimio BCG vakcina, kūdikį būtina paskiepyti nedelsiant. Skiepijant kūdikius kuo jaunesniame amžiuje juos galima apsaugoti nuo susirgimų itin sunkiomis TB formomis, tačiau skiepijimai BCG vakcina neturi esminės įtakos sustabdant TB plitimą gyventojų tarpe. Lietuvoje nuo tuberkuliozės skiepijami naujagimiai 2-3 dieną po gimimo.

Asmeninė sergančiųjų higiena

TM platinimo tikimybė sumažėja, jeigu atvira plaučių tuberkulioze sergantis ligonis dėvi medicininę kaukę, kosėdamas vienkartinę nosinaite prisidengia burną, nosį, nespjaudo ant grindų, dažnai plauna rankas ar naudoja rankų antiseptiką. Kaukės sulaiko sergančiųjų iškvėpiamame ore esančius tuberkuliozės sukėlėjus. Pakartotinai kaukės nenaudojamos. Sveikatos priežiūros darbuotojams, teikiantiems paslaugas sergantiems TB, rekomenduojama dėvėti respiratorius.

Patalpų vėdinimas ir ventiliacija

Patalpų ventiliacijos tikslas – užtikrinti oro apykaitą bei kontroliuoti oro srovės kryptį, siekiant sumažinti susidūrimo su TB užkratu riziką žmonių susibūrimo vietose. Vėdinant patalpas ne tik sumažėja mikroorganizmų koncentracija ore, bet ir pagerėja bendra patalpų oro kokybė, sumažėja oro užterštumas ir kvapai. Ventiliacija gali būti natūrali, mechaninė ir mišri.

Rekomendacijos keliautojams

Keliautojams, vykstantiems į didelio sergamumo (endemines) TB šalis, rekomenduojama laikytis asmens higienos bei vartoti saugų maistą; vengti būti uždaroje patalpoje su sergančiais ar galimai sergančiais TB asmenimis (kosinčiais ir skrepliuojančiais) arba dėvėti kvėpavimo takus apsaugančias medicinines kaukes; po kelionės profilaktiškai pasitikrinti sveikatą; pasireiškus bet kokiems ligos simptomams ar negalavimams neatidėliotinai kreiptis į gydytoją, informuoti jį apie kelionę ir griežtai vykdyti gydytojo nurodymus; silpno imuniteto asmenims, kūdikiams ir kitiems rizikos grupėms priklausantiems asmenims vengti keliauti į endeminius TB atžvilgiu regionus.

Vaikų sveikatos patikrinimai dėl TB ir profilaktika

Siekiant užtikrinti efektyvią tuberkuliozės profilaktiką ir kontrolę, mažinti tuberkuliozės plitimą, bei kuo anksčiau išaiškinti užsikrėtusių vaikų skaičių ir pradėti gydymą, vadovaujantis 2013 m. gruodžio 27 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V – 1249, kasmet Lietuvoje valstybės lėšomis turi būti atliekamas tuberkulino mėginys 7 metų amžiaus vaikams ir vaikams, priklausantiems rizikos grupėms.



*Pagal Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras - parengė visuomenės sveikatos specialistė
vykdanti sveikatos priežiūrą mokykloje Jordana Kurtinaitienė, el.p.
jordana.kurtinaitiene@sveikatos-biuras.lt tel.nr. 864708402*