

## Туберкулез туралы жадынама

### Туберкулез дегеніміз не?

Туберкулез (тұтыну) - көбінесе Кох таяқшалары деп аталатын туберкулез микобактериясы тудыратын жұқпалы ауру. Ауру адам ағзасында осы микробтардың көбеюіне жауап ретінде ғана дамиды. Заманауи оқырман аурудың бұл атауымен бетпе-бет келгенде, көбінде үнемі жөтеліп тұрған бозғылт, арық адамның бейнесі пайда болады. Туберкулез алыс емес жерлерде ғана жұғады деп шын жүректен сенеді, ал егер сіз қаңғыбас болмасаңыз, ауру сізге қауіп төндірмейді. Шындығында, үйлерінен шықпайтын гермиттерді қоспағанда, кез келген адам дерлік жұқтыру қаупіне ұшырайды, демек, туберкулезді жұқтыру мүмкіндігі бар.

Туберкулез бүкіл адамзаттың проблемасы. Бүгінгі күні әлем халқының үштен біріне жуығы туберкулез микобактериясын жұқтырған (бұл микроорганизм туберкулездің қоздырғышы болып табылады). Жыл сайын әлем халқының 1% туберкулезбен ауырады. Жыл сайын шамамен 8,4 миллион жаңа туберкулез ауруы тіркеліп, 2 миллионға жуық адам осы аурудан қайтыс болады.

Туберкулез – бұл жай ғана әлеуметтік анықталған ауру емес, жұқпалы ауру. Ауа тамшылары арқылы, яғни жөтелгенде, тіпті сөйлескенде адамнан адамға берілетін ауру. Өкінішке орай, сыртқы түрі бойынша эпидемиялық қауіпті науқасты анықтау мүмкін емес.

Туберкулезді «жасырын» ауру деп бекер айтпаған. Және бұл шындық! Аурудың айқын белгілері, өкінішке орай, көбінесе өкпедегі қайтымсыз өзгерістермен ғана пайда болады. Көп жағдайда туберкулезбен ауыратын адам өзін ұзақ уақыт бойы жақсы сезінеді.

### Туберкулезді қалай жұқтыруға болады?

Туберкулезді жұқтырудың негізгі көзі – өкпе туберкулезімен ауыратын адам. Тыныс алу жолдарынан, әсіресе жөтел кезінде, микобактерия туберкулезі бар қақырық бөлінеді. Қақырықтың кішкене тамшылары жақын жерде дені сау адамның тыныс алу жолдарына түсуі мүмкін. Қақырық еденнің немесе жердің бетіне, заттар мен заттарға түсуі мүмкін. Инфекция адам ағзасына гигиеналық талаптарды сақтамау салдарынан түсуі мүмкін – мысалы, қоғамдық көлікте тұтқалармен байланысқаннан кейін қолыңызды жумасаңыз немесе жуылмаған көкөністер мен жемістерді, нашар өңделген ет пен қайнатылмаған сүтті жесеңіз.

### Туберкулез таяқшаларын жұтқанда не болады?

Көп жағдайда, егер адамның иммундық жүйесі қалыпты болса, туберкулез таяқшаларын ингаляциялау белсенді кезеңде ауруға әкелмейді. Көптеген қорғаныс жасушалары тыныс алу жолдарына енген микобактерияларға асығады, олар қоздырғыштардың көпшілігін сіңіреді және өлтіреді. Бірақ кейбір микобактериялар өмір сүре алады және ұзақ уақыт бойы белсенді емес болып қалады. Осылайша, патогендердің денеге «шабуылы» салдарсыз қалады. Алайда, айлар, тіпті жылдар өткеннен кейін, қандай да бір басқа ауру, дұрыс тамақтанбау немесе стресс нәтижесінде иммунитет әлсіреген кезде, туберкулез бактериялары көбейе бастайды, олардың массасымен иесі жасушаны жойып, белсенді туберкулездің дамуына негіз қалады.

Кейбір жағдайларда инфекция ағзаға бірінші рет енген кезде бактериялар көбейіп, өкпе тініне елеулі зақым келтіруі мүмкін. Бұл инфекцияның одан әрі таралу көзіне айналуы мүмкін белсенді өкпе туберкулезінің жағдайлары.

Кейбір жағдайларда патогенді бактериялар бір рет өкпеге еніп, лимфа тамырлары арқылы немесе қанмен дененің басқа бөліктеріне өтіп, бүйрекке, сүйектер мен буындарға, миға және т.б. Дененің жақсы қорғанысымен микобактериялар ұзақ уақыт бойы белсенді емес болып қалады, бірақ дене әлсіреген кезде туберкулез де дененің осы бөліктерінде дамуы мүмкін.

### Сіздің денеңіздің қорғанысын не төмендетуі мүмкін?

Тыныс алу жолдарына туберкулез таяқшалары, микобактериялар тым көп түссе, ағза мұндай шабуылға төтеп бере алмауы мүмкін. Егер сіз туберкулезбен ауыратын науқаспен ұзақ уақыт сөйлессеңіз, сіздің денеңіз үнемі шабуылға ұшырайды және ол инфекцияға тиімді қарсы тұра алмайтын уақыт келуі мүмкін. Денедегі микобактериялардың дамуына ықпал ететін басқа факторлар да бар:

- стресс – психикалық немесе физикалық жүктеме;
- алкогольді шектен тыс тұтыну;
- темекі шегу;
- жеткіліксіз немесе дұрыс тамақтанбау;
- ағзаны әлсірететін басқа аурулар.

Балалар, жасөспірімдер, жүкті әйелдер мен қарт адамдар инфекцияға көбірек бейім.

### Өзіңізді аурудан қалай қорғауға болады?

Туберкулезбен ауырмау үшін салауатты өмір салтын ұстану керек. Жақсы денсаулық жүйке жүйесінің сау болуын қажет етеді, сондықтан стресстен аулақ болу маңызды. Азық-түлік толық болуы керек, ақуыздың жеткілікті мөлшері болуы керек. Денсаулықты сақтаудың маңызды шарты күнделікті қалыпты физикалық белсенділік болуы керек. Шаңды желдетілмейтін бөлмелер туберкулез

бактерияларының таралуына ықпал етеді. Алдын алу үшін және аурулар, үй-жайларды желдету қажет.

### **Қай жерде сынақтан өтуге болады?**

Кеуде қуысының флюорографиялық зерттеуін тұрғылықты жері бойынша емханада жүргізуге болады. Туберкулезге күдік туындаған жағдайда учаскелік дәрігер немесе маман дәрігер клиникалық қосымша тексеруден кейін сізді туберкулезге қарсы диспансердегі фтизиатрдың кеңесіне жібереді.

### **Баланы туберкулезден қалай қорғауға болады?**

Балада туберкулездің даму қаупін БЦЖ вакцинациясын жүргізу арқылы төмендетуге болады, ол өмірінің алғашқы 3 күнінде перзентханадағы барлық балаларға міндетті және тегін (медициналық қарсы көрсетілімдер болмаған жағдайда). Перзентханада егілмеген балалар жаңа туған нәрестелердің патология бөлімшелерінде немесе балалар емханасында егіледі, ал БЦЖ вакцинациясына дейін 2 айдан асқанда алдымен 2 ТУ-мен Манту сынамасын жасап, вакцинациялау жүргізіледі. теріс сынақ болған жағдайда.

Қайта егу – БЦЖ ревакцинациясы – 6-7 жаста жүргізіледі. БЦЖ ревакцинациясын туберкулез микобактериясы (МБТ) жұқтырмаған туберкулин теріс балалар мен жасөспірімдер жүргізеді. Жиі ауыратын балалар немесе созылмалы аурулары бар балалар туберкулезге қауіп төндіреді. Балалардың осы санатына ерекше көңіл бөлініп, учаскелік дәрігер, маман дәрігер, балалар мекемесінің медицина қызметкері анықтайтын қосымша емдеу-алдын алу шаралары жүргізіледі. Медициналық көрсеткіштер болған жағдайда бала тұрғылықты жері бойынша фтизиатрдың кеңесіне жіберіледі. Баланы аурудан сақтау үшін үлкендердің өздері САУ екеніне көз жеткізіп, дер кезінде медициналық тексеруден өтуі керек.

Менің ауруым бар-жоғын қалай анықтауға болады?

Туберкулезге төн негізгі белгілер:

- 2-3 апта немесе одан да көп жөтел;
- кеудедегі ауырсыну; салмақ жоғалту, қақырықта қанның болуы;
- түнде терлеу;
- температураның мезгіл-мезгіл көтерілуі;
- жалпы әлсіздік және әлсіздік;
- перифериялық лимфа түйіндерінің ұлғаюы.

Егер сіз өзіңізде осы белгілерді тапсаңыз, дереу дәрігерге хабарласыңыз!

### **Мен басқаларға жұқтыра аламын ба?**

Науқас адам қарқынды емдеуді бастағанға дейін инфекция көзі болып табылады. Бірақ емдеуді бастағаннан кейін басқаларға жұқтыру қаупі тез төмендейді. Мұны туберкулез таяқшаларына қақырықты сынау арқылы растауға болады. Егер оларды микроскопиялық зерттеу арқылы анықтау мүмкін болмаса, онда сіздің ауруыңыз болған жағдайда туыстарыңыз бен достарыңыздың жұқтыру қаупі аз. Дегенмен, егер сіз туберкулезге қарсы таблеткаларды қабылдауды бастаған болсаңыз, емдеудің толық курсы аяқтау өте маңызды, яғни сіз өзіңізді жақсы сезіне бастасаңыз да, барлық тағайындалған дәрі-дәрмектерді үзіліссіз қабылдау.

### **Туберкулезді емдеуге бола ма?**

Қазіргі уақытта туберкулезге қарсы көптеген препараттар бар, оларды қолдану ауруды толық емдеуге мүмкіндік береді. Туберкулезді емдеудің негізгі шарттары профилактикалық тексерулер арқылы уақтылы анықтау және науқастарды фтизиатрға мамандандырылған медициналық көмекке ерте емдеу болып табылады. Туберкулезбен ауыратын науқас дәрігер тағайындаған толық көлемде уақтылы ем қабылдауы керек. Емдеудегі үзілістер туберкулездің емделуі әлдеқайда қиын дәріге төзімді түрінің дамуына әкеледі.

Отбасында туберкулезбен ауыратын адам болса не істеу керек?

Егер отбасында туберкулезбен ауыратын адам болса, ең алдымен оның мәдениеті мен тәртібіне көп нәрсе байланысты екенін оның өзі білуі керек. Әрине, науқас жеке гигиена ережелерін сақтауы керек. Бірақ туберкулез ошағында тұратын барлық отбасы мүшелері мен туыстарының гигиена мәселелері бойынша сауаттылығы маңызды емес.

Науқастың өз бөлмесі болуы керек, ал егер бұл мүмкін болмаса, онда өз бұрышы болуы керек. Төсек терезеге жақынырақ орналастырылуы керек, экранмен қоршалған. Күндіз басқа отбасы мүшелері пайдаланатын, балалар ойнайтын диванда ұйықтай алмайсыз. Науқастың өз ыдыстары болуы керек, барлық заттар бөлек сақталуы керек. Түкіргішпен науқастың өзі айналысуы керек.

Науқасқа қалай көмектесу керек, оның заттарын дезинфекциялау, бөлмені тазалау, қақырықты өңдеу – бұл туралы туберкулезге қарсы диспансерде айтып береді. Науқастың бүкіл отбасы диспансерде байланыс арқылы бақылануы керек, уақытында тексеріліп, фтизиатрдың ұсыныстарына сәйкес профилактикалық емдеу курстарынан өтуі керек.