



Tuberkuliozė – pavojinga ir klastinga liga

Tuberkuliozė (TB) tai infekcinė liga kurią sukelia tuberkuliozės mikobakterija perduodama oro lašeline būdu. Pagrindinis TB šaltinis yra žmogus sergantis atvira plaučių TB, kuris negydomas per metus gali užkrėsti 15-20 sveikų asmenų. Tuberkuliozė, labiausiai visame pasaulyje išplitusi užkrečiamoji liga. Jos plitimui svarbiausios reikšmės turi medicininiai, socialiniai ir ekonominiai faktoriai. Infekcija dažniausiai pažeidžia plaučius, bet taip pat gali pažeisti ir kitus žmogaus organus ar audinius: smegenis, inkstus, kaulus ir stuburą. Negydomas TB sergantis žmogus gali mirti.

Kasmet pasaulyje diagnozuojama per 8 mln. susirgimų tuberkulioze. Iš viso sergančiųjų yra apie 20 mln., maždaug pusė jų serga atvira tuberkulioze. Pastaraisiais metais susirgimų tuberkulioze daugėja visame pasaulyje. Svarbiausios TB plitimo priežastys yra didėjantis skurdas, nedarbas, alkoholizmas, nepakankama prieštuberkuliozinė profilaktika bei pavėluota diagnostika. Taip pat įtakos turi didėjantis vaistams atsparių TB sukėlėjų skaičius ir tai lemia nesėkmingą gydymą. Užkrečiamų ligų profilaktikos ir kontrolės centro duomenimis 2009 m. Prienų rajone (kartu su Birštonu) užregistruota 18 naujų plaučių tuberkuliozės atvejų, iš jų – 14 vyrų ir 4 moterys. Šia liga dažniausiai sergo 40-69 metų amžiaus gyventojai.

Kaip užsikrečiama tuberkulioze?

Svarbiausias infekcijos platintojas yra tuberkulioze sergantis žmogus, kuris kalbėdamas, kosėdamas, čiaudėdamas, juokdamasis ir spjaudydamasis paskleidžia mažas daleles – lašelius su tuberkuliozės mikobakterijomis. Šios dalelės yra 0,5-1,5 mikrono dydžio ir vadinamos lašeliniais branduoliais. Užsikrečiama tuberkulioze, jeigu esantis šalia asmuo įkvepia į plaučius ore esančius lašelinius branduolius. Dažnai kontaktuojant su sergančiuoju tie lašeliai nesunkiai patenka sveikam žmogui į nosiaryklę, trachėją, bronchus. Užsikrėtimo tikimybė didesnė, jeigu su ligoniu bendraujama uždaroje patalpoje (normalioje kambario temperatūroje lašeliniai branduoliai ore išlieka iki 3 valandų), jeigu ligonis serga atvira plaučių tuberkulioze ir jį vargina intensyvus kosulys. Daug tuberkuliozės bakterijų gali būti ant ligonio rankų ir burnoje, tai reiškia, kad sveikas žmogus gali apsikrėsti sveikindamasis ar bučiuodamasis su ligoniu, rūkydamas tą pačią cigaretę, gerdamas iš tos pačios stiklinės ir pan. Ne visi užsikrėtę žmonės susergera tuberkulioze. Tai priklauso nuo kontakto tipo, trukmės ir nuo imuninės sistemos būklės: kaip ji pajėgi susidoroti su patekusių į organizmą ligos sukėlėju. Padidėjusią riziką susirgti tuberkulioze turi vaikai, sergantieji cukralige, užsikrėtusieji ŽIV.

Kokie yra TB požymiai?

Labai svarbu kovojant su tuberkuliozės plitimu ir tuo pačiu siekiant stabilizuoti bei sumažinti sergamumą TB šalyje – anksti įtarti tuberkuliozę. Tuberkuliozės požymiai priklauso nuo to, kurioje kūno vietoje dauginasi ligos sukėlėjas. TB bakterija dažniausiai pažeidžia plaučius (plaučių tuberkuliozė). Plaučių TB pasireiškia šiais požymiais:

Pagrindiniai:	Kiti:
<ul style="list-style-type: none">• Sunkus kosulys, trunkantis 3 ar daugiau savaičių;• Skausmas krūtinėje;• Skreplių ar kraujo atkosėjimas.	<ul style="list-style-type: none">• Silpnumas ar nuovargis;• Svorio kritimas;• Apetito stoka;• Drebulys;• Karščiavimas;• Naktinis prakaitavimas

TB bakterijų atsparumas

Tuberkuliozės bakterijos yra labai atsparios, išlieka ilgai ir įvairiomis sąlygomis. Skystuose skrepliuose jos gali gyvuoti ir įvairiomis sąlygomis. Skystuose skrepliuose jos gali gyvuoti ir išlaikyti savo patogenines savybes apie pusmetį, užkrėstuose minkštuose daiktuose, vandenyje, ant sienų – kelis mėnesius. Jos nebijo šalčio. Tiesioginiai saulės spinduliai tuberkuliozės mikobakterijas naikina, bet kad jos žūtų, reiktų bent valandos „kepinimo“. Greičiausiai (po 2 min.) mikobakterijos žūva virinant. Sausas karštis (pvz., drabužių lyginimas 200°C temperatūroje) tuberkuliozės bakterijas taip pat naikina.

Koks skirtumas tarp žmogaus užsikrėtusio TB ir žmogaus sergančio TB?

Užsikrėtę TB asmenys savo organizme turi TB mikroba, bet jis nėra aktyvus ir nesukelia ligos, nepasireiškia TB būdingi požymiai ir žmogus neplatina ligos, bet tai yra laiko klausimas kada dalis užsikrėtusių asmenų (5-10 proc) gali susirgti TB. Trečdalis visos pasaulio populiacijos yra užsikrėtę TB bakterija, iš jų 5-10 proc. susirgs tuberkulioze.

Sergančių TB žmonių organizme mikrobai aktyviai dauginasi, jiems pasireiškia TB būdingi simptomai, taigi kosėdami jie platina užkratą. TB dažniausiai užsikrečiama, jei yra kadieninis kontaktas taip užkrečiami šeimos nariai ir darbo kolegos.

Skirtumai tarp užsikrėtusio tuberkulioze ir sergančiojo atvira tuberkuliozės forma

<i>Užsikrėtęs, bet nesergantis tuberkulioze asmuo</i>	<i>Asmuo sergantis atvira plaučių tuberkuliozės forma</i>
<ul style="list-style-type: none">• Nėra jokių požymių• Normaliai jaučiasi• Neužkrečia TB kitų žmonių• Dažniausiai būna teigiamas odos testas• Normali krūtinės rentgeno nuotrauka ir skreplių tyrimas	<ul style="list-style-type: none">• 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 TB kitus žmones• Dažniausiai būna teigiamas tuberkulino (Mantu) testas

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 pradėdami 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.).

Kaip diagnozuojama TB?

Tuberkulino (TB odos) testas naudojamas siekiant nustatyti ar žmogus užsikrėtęs TB. Sveikatos priežiūros specialistas įšvirkščia nedidelį kiekį skysčio, vadinamo tuberkulinu, po oda vidinėje dilbio dalyje. Po 2 ar 3 dienų, sveikatos priežiūros specialistas įvertina odos reakciją. Tuberkulino įšvirkštimo vietoje gali atsirasti patinimas. Išmatavus patinimą nustatoma ar testas teigiamas ar neigiamas. Teigiamas testas paprastai reiškia, kad žmogus yra infekuotas TB. Paprasčiausias tyrimas yra skreplių ištyrimas dėl TB mikobakterijų Cillio-Nilseno metodu. Šiuo metu šalyje yra 14 mikroskopijos centrų, kur tiriami skrepliai ar kita medžiaga dėl tuberkuliozės mikobakterijų. Šio tyrimo dėka galima greitai diagnozuoti TB, ir paskirti reikiamą gydymą. Labai svarbu ligonį, išskiriantį tuberkuliozės mikobakterijas greitai izoliuoti ir skirti reikiamą gydymą, kontroliuojamą medicinos personalo.

Tuberkuliozės gydymas

Gydymas skiriamas sergantiems TB asmenims. Tai ilgas procesas trunkantis apie 6-8 mėn. Sergantis tuberkulioze žmogus turi griežtai laikytis gydymo reikalavimų (nustatytu laiku apsilankyti pas gydytoją, gerti vaistus), priešingu atveju ligonis neišgydomas. Be to, išsivysto gydymui atsparios tuberkuliozės bakterijos. Tokių tuberkuliozės mikobakterijų sukeltą ligą išgydyti yra ypač sunku ir brangu. Taigi sergantysis turi atsižvelgti į šiuos ypatumus ir stengtis ne tik apsaugoti save, bet ir aplinkinius artimuosius ir draugus.

Kaip išvengti tuberkuliozės?

Imunitetas yra vienas iš svarbiausių veiksnių norit išvengti tuberkuliozės, imuninę sistemą stiprinti patariama grūdinant organizmą. Reikia atkreipti dėmesį į savo mitybą, kuri turi būti pilnavertė, į maisto racioną įtraukti kuo įvairesnių maisto produktų, vartoti kuo daugiau daržovių ir vaisių, augalinės ir gyvulinės kilmės baltymų. Geros sveikatos užtikrinimui, didelę įtaką daro nervų sistema, o tai irgi didina organizmo atsparumą tuberkuliozės infekcijai. Žmogui reikia vengti stresinių situacijų, neigiamų emocijų. Stiprinant sveikatą, reikia skirti laiko organizmo poilsiui, kuris gali būti tiek pasyvus tiek aktyvus. Vengti alkoholio, tabako vartojimo. Medicinos literatūroje nurodoma, kad žmonės vartojantys daug alkoholio, serga tuberkulioze beveik 20 kartų dažniau bei kiti žmonės. Alkoholis turi neigiamos įtakos žmogaus kasai, kepenims, medžiagų apykaitai, imuninei ir nervų sistemai, bronchams ir plaučiams. Įrodyta, kad tabako nuodai slopina bronchų gleivinės ląstelių valomąją veiklą, tai palengvina tuberkuliozės bakterijų patekimą į žmogaus organizmą. Būtina laikytis asmens higieninių, švaros taisyklių. Reikia vengti tiesioginio kontakto su sergančiuoju tuberkulioze, kalbant laikytis nuo jo atokiau. Svarbu laiku kreiptis pas gydytojus, ypač jei dažnai sergate peršalimo ligomis, bronchitu. Nedelskite, nes tuberkuliozė yra pagydoma liga.

Paprastai atvira tuberkulioze sergantys žmonės yra gydomi stacionaruose. Aplinkinių ar šeimos narių sveikata priklauso nuo žmogaus kultūros. Kosint ar čiaudint jis turi prisidengti burną ranka ar servetėle, kalbant laikytis atokiau nuo kito žmogaus, atkosėjus skreplius, juos reikia rinkti uždarame indelyje užpilant dezinfekciniu skiediniu (2% sodos tirpalu). Atkosėjus į popierinę servetėlę būtina ją sudeginti. Draudžiama skrepliuoti ant grindų, ar šiaip kur papuola. Kambarius rekomenduojama gerai vėdinti, patalpas valyti tik drėgnu būdu. Visi užsikrėtusiųjų šeimos nariai turi profilaktiškai tikrintis sveikatą ir įsitikinti ar neapsikrėtė ir ar nesusirgo tuberkulioze.

Informacija parengta remiantis:

www.ulac.lt

www.rtiul.lt