

UIAC

UŽKREČIAMŲJŲ LIGŲ
IR AIDS CENTRAS

Rėmėjas



Lietuvos Rotary



**Saugok save ir savo
artimuosius!**

UIAC

UŽKREČIAMŲJŲ LIGŲ
IR AIDS CENTRAS

Nugalėtojų g. 14 D, Vilnius

tel. (8 5) 230 01 25

ulac@ulac.lt

www.ulac.lt

TUBERKULIOZĖS GYDymo SĖKMĖ – PACIENTO RANKOSE

INFORMACINIS LEIDINYS PACIENTAMS

Tuberkuliozė (TB) (lot. *tuberculum* – mazgelis) – tai infekcinė liga, kurią sukelia tuberkuliozės mikobakterijos. TB plinta oro lašelinio būdu, pagrindinis infekcijos šaltinis yra ligonis, sergantis tuberkulioze ir išskiriantis tuberkuliozės mikobakterijas kalbėdamas, kosėdamas, čiaudėdamas.

Greta esantis sveikas žmogus gali įkvėpti tuberkuliozės mikobakterijų, patekusių į aplinką nuo sergančiojo. Nuo šios ligos neapsaugotas niekas, tačiau ne kiekvienas, turėjęs kontaktų su sergančiuoju, susergera tuberkulioze. Šią ligą sąlygoja prastos gyvenimo ir mitybos sąlygos, nenormuotas darbo krūvis, žalingi įpročiai. Dėl šių priežasčių nusilpsta imunitetas ir žmogus susergera.

Kiekvienas susirgęs žmogus ieško atsakymų į jį dominančius klausimus:

kaip aš užsikrėčiau tuberkulioze? ką man daryti? ar tai pagydoma liga?

Tai žinodami galėsite geriau pažinti savo ligą, apsaugoti savo artimuosius ir svarbiausia – žinosite ką turite daryti, kad kuo greičiau pasveiktumėte.

KAS YRA TUBERKULIOZĖ?

Tuberkuliozė – tai užkrečiamas susirgimas, kurį sukelia tuberkuliozės bakterija.

KAIP AŠ UŽSIKRĖČIAU TUBERKULIOZE?

Pagrindinis infekcijos nešiotojas yra ligonis, kuris kosėdamas ir atkosėdamas skreplius, į aplinką gausiai išskiria tuberkuliozės bakterijas.

Tuberkuliozės bakterijos į organizmą dažniausiai patenka pro kvėpavimo takus: nosį ir burną, todėl turėdami kontaktų su sergančiu tuberkulioze žmogumi (galite ir nežinoti, kad tas žmogus serga), įkvėpėte tuberkuliozės bakterijų.

KAIP AŠ ATPAŽINSIU PLAUČIŲ TUBERKULIOZĘ?

Neužmirškite, kad tuberkuliozė yra klatinga liga. Susirgimo pradžioje nusiskundimų būna nedaug. Kol liga nėra išplitusi, tuberkuliozė galima įtarti, kai žmogų vargina:

- skausmas krūtinėje, pečių plote;
- nuovargis;
- prakaitavimas;
- apetito stoka, svorio kritimas;
- kosulys: sausas ar su skrepliais, trunkantis ilgiau nei savaitę;
- karščiavimas, ligos pradžioje – nedidelis, iki 37,5 °C;
- skrepliavimas su kraujo priemaiša.

KĄ SVARBU ŽINOTI SUSIRGUS TUBERKULIOZE?

- Tuberkuliozė galima išgydyti.
- Patartina pradėti gydytis ligoninėje nedelsiant po to, kai gydytojas Jums diagnozavo ligą.
- Jeigu gyvenate erdviame name (bute) be vaikų, turite atskirą kambarį, gydytojas, įvertinęs Jūsų sveikatos būklę, gali pasiūlyti gydytis namuose.
- Susirgus tuberkulioze, reikia pasiūlyti artimiesiems atvykti pas specialistus patikrinti net jei jie ir neturi nusiskundimų dėl savo sveikatos.

KĄ TURIU DARYTI, JEI SUSIRGAU TUBERKULIOZE?

- Kad visiškai išgytumėte, vaistus nuo tuberkuliozės turėsite gerti kasdien visą gydymosi laikotarpį, ne trumpiau nei 6 mėnesius.
- Laikykitės kosulio higienos taisyklių, ypač kol su skrepliais išskiriamos tuberkuliozės bakterijos.
- Dažnai vėdinkite patalpas – kas 2 val. dienos metu.

KAIP AŠ GALIU APSAUGOTI KITUS NUO SAVO LIGOS?

- Neužmiškite! Tuberkuliozės bakterijos plinta su Jūsų iškvėpiamu oru.
- Gydymo pradžioje būtina dėvėti kaukę.
- Kosėdami burną prisidinkite vienkartinę servetėlę, jei jos neturite – kairės rankos išorine plaštakos dalimi.
- Skreplius rinkite į tam reikalui skirtus vienkartinius indus, o prireikus juos pakeiskite naujais. Jokiu būdu negalima panaudotos skreplinės plauti ar kaip nors kitaip pašalinti jos turinio, nes skreplius reikia dezinfekuoti tam tikrais preparatais, kad skrepliuose esančios tuberkuliozės bakterijos neplistų toliau. Tai atlieka medicinos personalas.

KODĖL MAN REIKIA VARTOTI VAISTUS KONTROLIUOJANT MEDICINOS PERSONALUI?

- Privalote išgerti kiekvieną Jums skirtą vaistų dozę, nes tuberkuliozei įveikti reikalingas nuoseklus gydymas.
- Netvarkingo gydymosi rezultatas – vaistams atsparios tuberkuliozės išsivystymas, kurios gydymas yra labai sudėtingas ir tęsiasi ne trumpiau nei dvejus metus.

Palyginkite:

- vaistus vartosite reguliariai – juos reikės vartoti 6 mėnesius;
- vaistus vartosite nereguliariai – 2 ir daugiau metų.

KOKIU BŪDU AŠ PATS GALIU ĮTAKOTI GYDYMO EFEKTYVUMĄ?

- Tikėkite ir norėkite pasveikti: nuo jūsų pastangų labai daug kas priklauso.
- Laikykitės nurodymų, kuriuos Jums davė gydytojas.

- Reguliariai išgerkite visus paskirtus vaistus ir visas problemas, susijusias su vaistų vartojimu, spręskite su gydančiu gydytoju ar slaugytoja.
- Kasdien eikite pasivaikščioti arba užsiimkite kokia nors aktyvia veikla. Labai svarbu kasdien fiziškai pajudėti.
- Valgykite reguliariai ir pilnavertį maistą.

AR AŠ GALIU PASVEIKTI NUO TUBERKULIOZĖS?

Jūs pasveiksite, jeigu:

- turėsite kantrybės, nes gydymas ilgas: 6 mėn. ar ilgiau;
- kasdien gersite gydytojo paskirtus vaistus tuo pačiu metu, kad bakterijos netaptų atspariomis kuriam nors iš vaistų;
- pasistengsite nerūkyti;
- nepiktnaudžiausite alkoholiu gydymosi metu;
- po gydymo ligoninėje, toliau gydymą tęsite namuose prižiūrimas medikų. Labai svarbu, kad laikytumėtės režimo ir higienos reikalavimų.

KOKIE SUNKUMAI MAN GALI IŠKILTI GYDYMOSI EIGOJE?

- Atsiranda anksčiau nebuvę nusiskundimai.
- Atsibostas.
- Kankina nerimas.

AR AŠ JAU PASVEIKAU, JEI MANE IŠRAŠO IŠ LIGONINĖS?

Ligoninėje Jūsų gydymas baigtas, tačiau Jūs nesate visiškai pasveikęs (-usi). Jums dar būtinas gydymas namuose ir tik jį užbaigęs (-usi), būsite įveikęs savo ligą. Todėl svarbu, kad namuose Jūs gydytumėtės taip pat atsakingai, kaip ir ligoninėje.

AR ILGAI UŽTRUKS MANO GYDYMAS LIGONINĖJE?

Į šį klausimą gali atsakyti Jūsų gydytojas. Tai priklauso nuo to, kokia tuberkuliozės forma sergate, kokie tyrimų rezultatai ir panašiai.

Tikslaus laikotarpio, kuris tiktų visiems sergantiesiems nėra, kiekvieno ligonio gydymo trukmė – individuali.

AR GALI MANO LIGA ATSINAUJINTI? KĄ DARYTI, KAD TAIP NEATSITIKTŲ?

Tuberkuliozė gali atsinaujinti jei: nesirūpinsite savo sveikata, piktnaudžiausite alkoholiu, rūkymu, naudosite narkotines medžiagas, nuolat būsite pervargę, nesisaugosite peršalimo ligų, o susirgę laiku nesikreipsite į gydytojus. Persirgus tuberkulioze, būtina rūpintis savimi, kasmet profilaktiškai pasitikrinti plaučius.

AR GYDANTIS NAMUOSE MAN TAIP PAT REIKĖS GERTI VAISTUS STEBINT SLAUGYTOJAI?

Taip. Gydantis namuose taip pat kaip ir stacionare vaistus reikės gerti slaugytojos priežiūroje. Gydymo procesą tiesiogiai kontroliuojantis medikas stebi Jūsų savijautą ir gali patarti iškilus klausimams.

Prisiminkite, tuberkuliozei įveikti reikalingas nuoseklus ir reguliarus gydymas!

KADA UŽBAIGUS GYDYMĄ NAMUOSE, MAN VĖL REIKĖS ATEITI PASITIKRINTI?

Jei baigę gydymą, po kurio laiko pasijusite blogai, nedelsdami atvykite. Jei jausitės gerai, Jūsų gydytojas baigiantis gydymui namuose pasakys, po kiek laiko atvykti profilaktiškai pasitikrinti (tai gali būti po 3 mėn. ar po pusmečio).

KOKIUS VITAMINUS AR MAISTO PAPILDUS PATARTUMĖTE VARTOTI, KAD PO LIGOS SUSTIPRĖČIAU?

Iškilus šiam klausimui kreipkitės į savo gydytoją, jis patars, kokie vitaminai (maisto papildai) jums tiktų geriausiai.

Svarbiausia gerai maitintis, saugoti sveikatą, atsisakyti žalingų įpročių ir, pasijutus blogai, laiku kreiptis į gydytojus.

AR AŠ GALĖSIU PASVEIKĘS (-USI) SPORTUOTI, LANKYTI BASEINĄ, DEGINTIS SAULĖJE AR SOLIARIUME?

Pasveikęs žmogus gali gyventi įprastą gyvenimą, bet reikia saugoti sveikatą ir nepersistengti: nepervargti sportuojant, neperšalti baseine, saikingai mėgautis saule, o soliariumų geriau vengti, nes tai kenkia visų sveikatai.

KAS GALI BŪTI, JEI NEPABAIGSIU GYDYMO NAMUOSE?

Tuberkuliozei įveikti reikalingas nepertraukiamas reguliarus gydymas. Nepabaigus gydymo, ši liga gali atsinaujinti, todėl teks vėl viską pradėti nuo pradžių, be to iškyla rizika, kad neužbaigto gydymo pasekmė bus – atspari tuberkuliozė. Tai pareikalautų dar daugiau Jūsų kantrybės, reikės gydytis ilgesnį laikotarpį bei šią ligos formą bus daug sunkiau įveikti.

Todėl tausodami savo sveikatą atsakingai žiūrėkite į savo ligą, nenutraukite pradėto gydymo ir tik tada pasveiksite.

KOKIOS MANO SOCIALINĖS GARANTIJOS, SUSIRGUS TUBERKULIOZE?

Lietuvos Respublikos piliečiai ir užsieniečiai, nuolat gyvenantys Lietuvos Respublikoje ir turintys tai patvirtinančius dokumentus, turi teisę į nemokamą tuberkuliozės gydymą.

TUBERKULIOZĖS GYDYMAS ILGAS. AR MANĖS NEIŠMES IŠ DARBO?

Visi dirbantys asmenys, tuberkuliozės gydymo metu gali gauti laikiną nedarbingumo pažymėjimą, kurio trukmę apsprendžia gydantis gydytojas. 2005 m. birželio 30 d. Lietuvos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos socialinės apsaugos ir darbo ministro įsakymas nr. V-533/AI-189 leidžia gydytis gaunant nedarbingumo pažymėjimą 182 dienas. Vėliau gydytojų konsultacinė komisija (GKK) sprendžia:

- ar nedarbingumo pažymėjimą užbaigti ir ligonis gali gydytis dirbdamas;
- ar GKK ir SODROS gydytojui leidis tęsti nedarbingumo pažymėjimą;
- ar nukreipti ligonį į neįgalumo ir darbingumo nustatymo tarnybą (NDNT) darbingumo lygiui nustatyti.

Nedarbingumo laikotarpiu darbdavys negali atleisti iš darbo.

GIRDĖJAU APIE MAISTO PAKETUS, IŠDUODAMUS SERGANTIEMS TUBERKULIOZE. PAPASAKOKITE APIE TAI DAUGIAU.

Lietuvoje yra įvesta tiesiogiai kontroliuojamo tuberkuliozės gydymo strategija (TKGS, angų k. DOTS). Vienas iš pagrindinių momentų yra kiekvienos tabletės suvartojimas medicinos personalo kontrolėje. Ambulatorinio gydymo fazėje ligoniai privalo atvykti gydytis į DOTS kabinetą. Taip užtikrinami geri gydymosi rezultatai.

Valstybinė tuberkuliozės, profilaktikos ir kontrolės programa remia šią priemonę: kompensuoja važiavimo į ambulatorinę sveikatos priežiūros įstaigą išlaidas, primoka kompensuojamų medikamentų kainų skirtumą bei tuberkulioze sergančius asmenis ambulatorinio gydymo metu skatina maisto prekėmis ir higienos priemonėmis.

AR GALĖS MANE LANKYTI ŠEIMOS NARIAI, DRAUGAI?

Sergančiuosius tuberkulioze šeimos nariams (išskyrus vaikams) ir draugams lankyti galima. Tačiau reikia žinoti, kaip apsaugoti juos nuo tuberkuliozės, jei sergate užkrečiama jos forma:

- turite dėvėti vienkartinę kaukę;
- jei kaukės neturite – kosėdamas prisidengkite burną vienkartinė nosine ar kairės rankos viršutine plaštakos dalimi;
- bendraudami venkite artimo kontakto.

AR MAN PRIKLAUSO SOCIALINĖ PAŠALPA, BŪSTAS, MAŽESNI MOKESČIAI?

Sergantiems tuberkulioze nėra jokių išskirtinių lengvatų gauti socialinę pašalpą, būstą ar mažesnius mokesčius. Visos lengvatos skiriamos tokia pačia tvarka kaip ir kitiems Lietuvos piliečiams.

Socialinės išmokos ar kompensacijos išmokamos remiantis LR socialinės apsaugos ir darbo ministro įsakymais, savivaldybių tarybų sprendimais.

AR PASVEIKĘS (-USI) GALĖSIU DIRBTI ANKSTESNĮ DARBĄ?

Kiekvienas pasveikęs žmogus gali dirbti anksčiau darbą.

AR GALI DARBDAVYS MANĖS NEPRIIMTI DIRBTI DĖL TO, KAD ESU SIRGĘS TUBERKULIOZE?

Prieš pradėdami dirbti žmonės privalo pasitikrinti sveikatą. Randiniai pakitimai likę po persirgusios tuberkuliozės nėra kliūtis įsidarbinti.