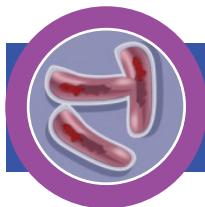
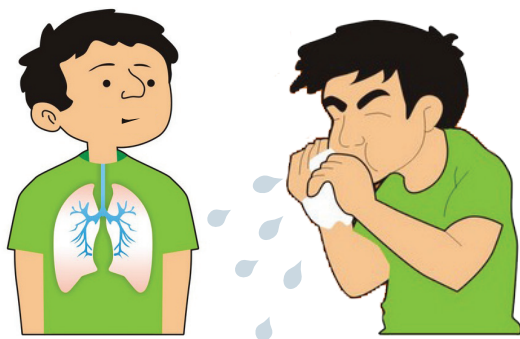


Туберкулез дегеніміз не?



Туберкулез—туберкулез микобактерияларының (ТМБ, Коха таяқшалары) әсерінен болатын инфекциялық ауру

туберкулезге шалдыққан жағдайда көбіне өкпе зиян көреді, басқа мүшелерге: лимфалық түйіндер, сүйек пен буындар, кеңірдек тарамы, бүйрек, ішек, ми, көзге зиян келтіру жағдайлары сирек кездеседі.



Адам туберкулезді қалай жұқтыруы мүмкін?

Инфекцияның негізгі таратушысы – сөйлегенде, түшкіргенде және жөтелген кезінде айналасына туберкулез микобактерияларын (ТМБ) шығаратын өкпе туберкулезінің ашық түріне шалдыққан науқас адам болып табылады.

Тыныс алғанда тамшылар іспеттес (аэрозольдер) ТМБ адам өкпесіне енеді, сондықтан мұндай шалдығу жолы ауа жолымен шалдығу деп аталады.

Адамның иммунитеті мықты болса ағзаға түскен микобактериялар дерт тудырмайды, ол жағдай ағзаның жұқтырукезеңі деп аталады. Ауа жалпыға ортақ болғандықтан, ешкім туберкулез микобактерияларын жұқтыру жағдайынан сақталмаған.

Туберкулез киім, кітап, ыдыс-аяқ, жиһаз және басқа да дүниелер мен заттар арқылы жұқпайды. Науқастардың бөліп шығарған, ауадағы туберкулездің жұқпалы түрімен зақымданған бөлшектерді тыныстап жұту қаупі нашар желдетілетін үйжайларда, халық көп орналасқан орындарда (жатақханалар, түрме камералары, үйсіз жандарға арналған баспана, босқындар лагерлері және т.б.) адам тола жиналған жағдайларда арта түседі.

Індет жұқтырғаннан кейін не болады?



Әлем халқының 1/3 бөлігі немесе 2 млрд адам туберкулез бактериясына шалдыққан

Індетке шалдыққан көп адамдардың өкпесінде лимфа түйіндерінде және басқа да мүшелерінде қорғаныс реакциялары қалыптасады, сол себепті ауру одан әрі асқынбайды.

Індет жұқтырған адамдар дерт (көзі) таратушы болып табылмайды, себебі індет жұқтыру – дертке шалдығу болып табылмайды.

Туберкулез микобактериялар жылдап, тіпті ондаған жылдар бойы адам ағзасында болып, зиян келтірмейтін жағдайлар да болады. Жұққан індет ағзадағы қорғаныс күштері әлсіреген жағдайда дертке ұласады (Бұған мынадай факторлар әсер етуі мүмкін: күнкөріс жағдайының болмауы, жеткіліксіз тамақтану және дұрыс тамақтанбау, күйзеліс, шылым тарту, ішімдік ішу, басқа да аурулар – АИТВ, қант диабеті, нашақорлық)

Індет жұқтырған адамдардың 5-10% ғана туберкулезге шалдығу қаупіне ұшырайды.

Туберкулез дертіне шалдығуға қандай факторлардың ықпалы бар?

Туберкулез күрделі әрі анықталуы қиын ауру, оның індет жұқтырған адамдардың қайсысында жетіліп, өршуін анықтау мүмкін емес.

Туберкулездің өршуі немесе жетілуінің негізгі факторы – иммунитеттің нашарлауы

Мынадай факторлар иммунитетті әлсіретеді:



Туберкулез қалай байқалады?

**Қазіргі таңда әрбір адам туберкулез
симптомдарын білуі керек!**



**2 аптадан аса уақыт
жөтелу**



**жалпылай әлсіреу,
тез шаршау**



**тәбеттің нашарлауы,
салмақ жоғалту**



**кеуде клеткаларының
ауруы, қан түкіру**



**ұзақ уақыт қызудың
көтеріліп тұруы**



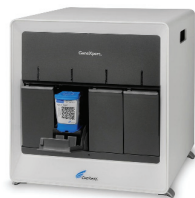
тершеңдік

**Осы белгілердің біреуін немесе бірнешеуін өз бойыңыздан
байқасаңыз дереу дәрігерге қаралыңыз, егер жөтел пайда болса
қақырық сараптамасын тапсырыңыз!
Жөтелгенде және түшкіргенде сыпайлық сақтап, ауызыңызды
орамалмен жабуды ұмытпаңыз!**

«Туберкулезді» қалай тез айқындауға болады?

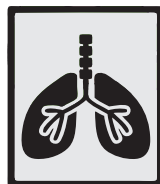
1 «ХPERT MTB/RIF» МОЛЕКУЛЯРЛЫҚ ЖӘНЕ ГЕНЕТИКАЛЫҚ ТӘСІЛІ

Туберкулез қоздырушысын **2 сағат** ішінде айқындайды және рифампицинге көнбейтін түрлерін анықтайды.



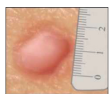
2 ҚАҚЫРЫҚТЫ МИКРОСКОПИЯЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

Жөтел болған жағдайда қақырықты микроскоппен қарап зерттейді. Бұл тәсілдің басымдығы – айналасындағы адамдарға қауіп төндіретін жұқпалы науқастарды айқындайды.



3 КЕУДЕ КЛЕТКАЛАРЫНЫҢ ФЛЮОРОГРАФИЯСЫ

Өкпе тіндеріндегі өзгерістерді анықтайды



4 МАНТУ СЫНАМАСЫ ЖӘНЕ ДИАСКИНТЕСТ

– балалардағы туберкулезді айқындаудың негізгі тәсілі болып табылады.

ДӘРІГЕРЛЕР ТУБЕРКУЛЕЗГЕ КҮДІК ТУҒАН ЖАҒДАЙДА:

1. Қажетті тексерулер (ТМБ қақырық сараптамасы, кеуде клеткасы рентгенографиясы, қан сараптамасы) жүргізеді;
2. Сіздің бойыңызда қандай туберкулез: сезімтал немесе дәріге көнбейтін туберкулез екендігін анықтайды.
3. Ем схемасын белгілейді.
4. Науқаспен кеңесе отыра: оның қайда емделгендігі ауруханада (стационар) немесе үйде (амбулаториялық) жөн екендігін таңдайды.

Туберкулезбен сырқаттанушыны қалай емдеуге болады?

Туберкулезбен сырқаттанушыны емдеу тегін жүргізіледі! Жұқпалы науқастар стационарда емделеді, ал ауаға микобактериялар бөлмейтін науқастар амбулаториялық жолмен **міндетті түрде дәрігердің бақылауымен емделеді.** Дәрілерді амбулаториялық қабылдау кезінде арудың барысын ұялы телефон, планшет және мобильдік қосымшалардың (бейнебақылаулық емдеу) көмегімен қадағалайтын жаңа технологиялар қолданылуда.

Қазіргі уақытта емнің тиімділігін арттыратын **туберкулезге қарсы дәрілер шығарылды.**

Індеттен толық айығу үшін ең бастысы - ТБ-ға қарсы дәрілерді ем курсы аяқталғанша үздіксіз қабылдау

Мынаны біліп, есте сақтаған жөн:

Науқастың өздігінен емделуі және емшілерден халық емін алуы індеттің кеш анықталуына, оның емделуінің ұзаққа созылуына, жақын жандарына жұқтыруына және қиын жағдайларға алып келеді.



Туберкулезге шалдықпау үшін не істеу керек?

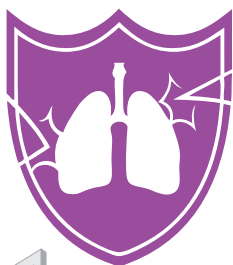
Салауатты өмір салтын сақтау



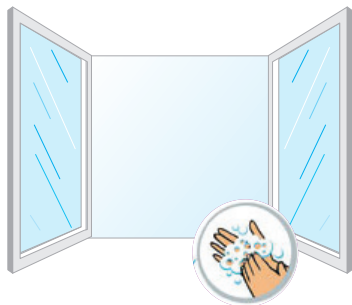
Спортпен шұғылдану



Толықанды тамақтану



Гигиена сақтау



Таза ауада көп жүру
Бөлмені жүйелі түрде желдету

Жаман әдеттерден:

**шылым тартудан,
ішімдіктен,
наркотиқалық заттардан бас тарту**



Егер сіздің деніңіз сау, бірақ науқаспен тығыз байланыста болсаңыз, науқас толық емделіп диспансерлік есептен шығарылғанға дейін жыл сайынғы тексерілуден өтіп тұрғаныңыз жөн.

Өз денсаулығыңызды күтіңіз! Медициналық тексеруден үнемі өтіп тұрыңыз (соның ішінде флюорография өту керек) егер туберкулез дертіне шалдығу қауптері болса.



Қандай адамда туберкулезге шалдығу қаупі басым болады?

Туберкулезге шалдығу қаупі мына адамдарда басым болады:

- Туберкулезге шалдыққан науқаспен бір пәтерде, жатаханада тұратын;
- АИТВ инфекциясын жұқтырған;
- Қамаудағы;
- Өкпенің созылмалы ерекше емес ауруларымен, қант диабетімен, алкоголизммен, нашақорлықпен және иммуносупрессивті ем қабылдайтын диспансерлік есепте тұрған.

АИТВ инфекциясының туберкулез барысында ықпалы қандай?

- Әлемдегі АИТВ –мен өмір сүретін адамдардың 3/1 ТБ-ға шалдыққандар.

- АИТВ статусының оң көрсеткіші жағдайында туберкулезге шалдығу қаупі 10 есеге өседі.

- АИТВ/ТБ жағдайында бұл дерттердің бірі екіншісінің барысын ауырлатады

- ТБ симптомдары анықталған жағдайда дереудәрігерге қаралыңыз

- Міндетті түрде жыл сайынғы ТБ-ға (скрининг) тексеруден өтіп тұр!

- ТБ/АИТВ диагностикасының күрделілігі;

- Сен өз бойыңда АИТВ бар екенін білмеуің мүмкін;

- АИТВ инфекциясын жұқтырған адамда ТБ алғашқы уақытта тұмау тәріздес болады;

- Сондықтан өз АИТВ статусыңды білгенің және індет жұқтыру қаупі болған кездерден (Негізінен бұл сақтанбай жыныстық қатынасқа түсу, қан құю, операция, стерилденбеген шприцпен инъекциялау) кейін тексеріліп тұруың маңызды.

- АИТВ инфекцияна шалдыққан науқастар изониазидті профилактикалық түрде қабылдаған жағдайда олардың ТБ-ға шалдығу қаупі төмендейді.

- Ретровирусқа қарсы терапия (вирусты жойып, иммунитетті қалпына келтіреді).





Туберкулезден айығуға болады ма?

Иә!!! Туберкулезге қарсы нәтижелі ем алудың ең басты талаптары: медициналық мекемеге (емханаға) дер кезінде қаралу, диагнозды жылдам анықтау және фтизиатр дәрігер жазып берген туберкулезге қарсы дәрілерді үздіксіз қабылдау және оны бақылау.

Туберкулезді жұқтыруға немесе ТБ инфекциясын жұқтыру қаупіне қандай факторлар әсер етеді?

Туберкулездің жұқпалы түрімен ауыратын науқаспен қарым-қатынас болған жағдайда жұқтыру қаупі 3 түрлі факторға байланысты болып келеді: ауадағы ауру қоздырғыш саны байланыстың ұзақтығы және адамның ағзасының қорғаныс жағдайы.

Туберкулезден емделу үшін тағзы не істеуге болады?

Туберкулезден емделу кезінде құрамында жеткілікті мөлшерде ақуыздар, майлар, көмірсулар бар пайдалы тағамдармен тамақтану қажет.

Балғын жемістер мен көкөністерді жеу пайдалы, ас рационында ет және сүт өнімдері болуы керек. Онымен қатар, диета кезінде қуырылған және өте майлы тағамдарды аз қабылдаған жөн, емдеу кезінде ит пен борсық майларын қолдануға болмайды.

ЕСТЕ САҚТАҢЫЗ! Бірде-бір халық емі туберкулез ауруы қоздырғышын жоя алмайды, туберкулезді емдеу - туберкулезге қарсы препараттарды қабылдау. Басқа тиімді әдіс-амал жоқ.

Қақырық талдамасын қайда өткізуге болады?

Қақырық талдау жергілікті емханада жүргізіледі. Туберкулезге күдік туған жағдайда, жергілікті дәрігер немесе отбасылық дәрігер клиникалық қадағалаудан кейін фтизиатр дәрігеріне дәрігерлік кеңес алуға жолдама береді.

Туберкулезге шалдыққан науқастың қоршаған ортаға қауіпі қанша уақыт созылуы мүмкін ?

Науқас адам тиімді ем қабылдауды бастаған күннен оның дерт жұқтыру қаупі тоқтайды. Туберкулезге қарсы препараттар туберкулез микобактерияларын жояды. Яғни, туберкулезге шалдыққан науқас емделмеген жағдайда, ол инфекция таратушы болып қала береді. Қақырықты микроскопиялық тексерудің оң нәтижесі-дерттің жұғу қаупінің жоғары екендігінің белгісі.

Туберкулезге шалдыққан науқаспен қарым-қатынас жасау уақытында қандай қорғаныс құралдарын пайдалануға болады?

Туберкулезге шалдыққан науқаспен (егер науқас бактерия бөлуші және ем қабылдамай жүрген науқас болса) қарым-қатынас кезінде тыныс алу органдарын қорғау үшін қорғаныс фильтрі бар респиратор кию қажет.

Есте сақтаңыз: хирургиялық маска адамның тыныс жолдарын ауадағы аэрозольдерден қорғай алмайды, себебі онда қорғаныш фильтрі жоқ және бетті нық жаппайды.



**Әлемде Туберкулезбен күресудің
«EndTB!» - «Туберкулез жойылсын!»
деген айдармен жаңа стратегиясы қабылданды.
Осы стратегияға сәйкес бүкіл әлемде туберкулезге
шалдығуды және одан болатын өлім-жітімді
айтарлықтай төмендету жоспарлануда.**

Біз бірге:

- 1. Кедейлікті қысқарта отыра Туберкулездің алдын алуға;*
- 2. Туберкулезді айқындауды, емдеуді және одан айығуды жақсартуға;*
- 3. Стигма мен кемсітушілікті жоюға;*
- 4. Зерттеулер мен инновацияларды қолдап, демеу.*

