

## INFORMACIJA ASMENIMS, TURĖJUSIEMS ARTIMĄ SĄLYTĮ SU TUBERKULIOZE SERGANČIU ASMENU

### Atvira plaučių tuberkuliozė pasireiškia šiais požymiais:

- Sunkus kosulys (trunka tris ir daugiau savaičių);
- Skausmas krūtineje;
- Skreplių ar /ir kraujo atkosėjimas;
- Silpnumas, nuovargis;
- Apetito stoka;
- Svorio kritimas;
- Naktinis prakaitavimas;
- Karščiavimas.

Pajutus minėtus požymius, profilaktiškai vaikams/suaugusiesiems rekomenduojama pasitikrinti sveikatą dėl tuberkuliozės:

- suaugusiesiems taikomas rentgenologinis diagnostinis ar kiti tyrimo būdai,
- vaikams – atliekamas tuberkulino (Mantoux) mėginys.

**Visais atvejais būtina kreiptis į savo šeimos gydytoją, kuris nukreips ištyrimui.**

### Tuberkuliozės profilaktika

#### Siekiant išvengti tuberkuliozės, svarbu:

- Skiepai BCŽ (*BCG – bacillus Calmette-Guerin*) vakcina naujagimiams;
- Vaikams prieš pradėdant lankyti mokyklą (6 ar 7 metų amžiaus) ir rizikos grupių vaikams kasmet atliekamas tuberkulino (Mantoux) mėginys.
- Kai kurių specialybių darbuotojams privalomas sveikatos tikrinimas prieš įsidarbinant ir vėliau kasmet – atliekant plaučių rentgenologinį tyrimą;
- Laikytis asmens higienos turint sąlytį su tuberkulioze sergančiu asmeniu:

- Dažnai plauti rankas;
- Saugus atstumas >1 m;
- Dažnai vėdinti patalpas;
- Dažnai drėgnuoju būdu valyti paviršius ir dažnai liečiamus daiktus.
- Asmenims, turėjusiems artimą sąlytį su sergančiu asmeniu – rekomenduojama pasitikrinti sveikatą dėl tuberkuliozės;
- Savalaikis tuberkuliozės įtarimas, nustatymas ir (iš)gydymas;

#### Būtina stiprinti imuninę sistemą:

- Gerai ir sveikai maitintis;
- Laikytis tinkamo darbo ir poilsio režimo;
- Vengti žalingų įpročių.

#### Tuberkuliozės sukėlėjas žūva:

- Tiesioginėje saulės šviesoje per 1–1,5 val., veikiant UV spinduliams – per 2–3 min.;
- 80° C vandenyje – per 5 min.
- Glutaraldehido 2 proc. tirpalas sunaikina sukėlėją per 35–45 min.

Parengė

Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Kauno departamento specialistai