

INFORMACIJA UGDYMO ĮSTAIGOS BENDRUOMENEI (SKIRTA NUSTAČIUS ATVIROS PLAUČIŲ TUBERKULIOZĖS ATVEJŲ)

Artimą sąlytį su ligoniu turėjusius vaikus ir suaugusiuosius nustato Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos specialistai, kurie teikia siuntimus pas šeimos gydytoją. Rekomenduojama nedelsiant, bet ne vėliau kaip per 1 mėnesį, su pateiktu siuntimu nuvykti pas savo šeimos gydytoją ir nemokamai pasitikrinti dėl tuberkuliozės.

Negavusiems siuntimo, rekomenduojama stebėti savo sveikatos būklę ir **kreiptis į savo šeimos gydytoją, pajutus pirmuosius šiai ligai būdingus požymius:** silpnumas, sutrikęs miegas, svorio kritimas, ilgalaikė subfebrili temperatūra (apie 37°C), naktinis prakaitavimas, kosulys, dusulys, krūtinės skausmai.

Tuberkuliozė – tai lėtinė, infekcinė liga, kurią sukelia tuberkuliozės mikobakterija (*Mycobacterium tuberculosis*), perduodama oro lašeliniu būdu – įkvėpiant. Pagrindinis infekcijos šaltinis – atvira plaučių tuberkulioze sergantis žmogus.

Asmuo gali būti užsikrėtęs tuberkuliozės sukėlėju, tačiau suserga ne visi (manoma, kad suserga apie 10 proc. užsikrėtusių asmenų). Užsikrėtus, bet nesergant tuberkulioze, kai nepasireiškia klinikiniai simptomai, asmuo neplatina sukėlėjo ir nėra pavojingas aplinkiniams. Ar susirgs mikobakterijomis užsikrėtęs asmuo, didele dalimi priklauso nuo jo imuniteto. Susirgus dažniausiai pažeidžiami plaučiai, tačiau gali būti pažeistas ir bet kuris kitas organas (sąnariai, limfmazgiai, kaulai ir kt.).

Pagrindiniai tuberkuliozės rizikos veiksniai: artimas ir ilgalaikis kontaktas su sergančiu atvira plaučių tuberkulioze asmeniu.

Infekcija paplitusi visame pasaulyje, 1/3 pasaulio gyventojų yra infekuoti tuberkuliozės mikobakterijomis, Lietuvoje – galimai infekuoti apie 80 proc. Kasmet pasaulyje suserga apie 9 mln. suaugusių žmonių, apie 1 mln. vaikų.

Tuberkuliozės profilaktikos ir kontrolės priemonės:

- Sėkmingas sergančiųjų išaiškinimas – ankstyva ir greita tuberkuliozės diagnostika.
- Išgydymas – užtikrinti kontroliuojamą gydymą, kad 85 proc. naujai atvira plaučių tuberkulioze susirgusių asmenų baigtų gydymo kursą. Ligonis nepavojingas aplinkiniams (jeigu tinkamai gydomas) jau po 2-3 savaičių gydymo.
- Sergantis atvira plaučių tuberkulioze asmuo turi griežtai laikytis gydytojų nurodymų:
 - naudoti chirurgines kaukes, kad kuo mažiau užkrečiamų aerozolių patektų į aplinką;
 - laikytis kosėjimo, čiaudėjimo etiketo;
 - bendrauti su aplinkiniais ne mažesniu kaip 1 m. atstumu.
- Tinkamas patalpų vėdinimas (natūrali ir/ar įrengta mechaninė ventiliacija) bei paviršių valymas drėgnu būdu.
- Kasmet, teisės aktų nustatyta tvarka, profilaktiškai tikrinami 7 m. amžiaus ir rizikos grupėms priklausantys vaikai, atliekant tuberkulino mėginius.
- Teisės aktų nustatyta tvarka darbuotojai, dirbantys darbą, susijusį su sveikatos priežiūra, vaikų ugdymu, paslaugomis gyventojams ir kt., privalo prieš pradėdami dirbti ir vėliau kasmet pasitikrinti sveikatą (atlikti krūtinės ląstos dviejų krypčių rentgenogramą), ar neserga tuberkulioze.
- Imuninės sistemos stiprinimas: gerai ir sveikai maitintis, laikytis tinkamo darbo ir poilsio režimo, vengti žalingų įpročių, dažniau būti gryname ore bei didinti fizinį aktyvumą.

Dėmesio. Esant svorio kritimui, blogam apetitui, naktiniam prakaitavimui, jaučiant silpnumą, dusulį, krūtinės skausmus, sutrikus miegui, ilgai kosint, karščiuojant – būtina kreiptis į savo šeimos gydytoją, kuris įvertins Jūsų sveikatos būklę ir, reikalui esant, nukreips tolesniam ištyrimui.

Informacijos šaltiniai:

1. A. Ambrozaitis, Infekcinių ligų vadovas, 2010, Vilnius;
2. Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras, <http://www.ulac.lt>, 2017-02-07;
3. PSO Informacinis biuletenis Nr. 104, 2015, spalio mėnuo.

Parengė:

Nacionalinio visuomenės sveikatos centro

prie Sveikatos apsaugos ministerijos

Kauno departamento

Užkrečiamųjų ligų valdymo skyriaus specialistai