

Viss par tuberkulozi (TB)

Kas ir TB?

Tuberkuloze (TB) ir nopietna slimība, ko izraisa pa gaisu izplatītas baktērijas. Ikviens var saslimt.

Ja ieelpo TB baktērijas, var notikt viens no trim:

- jūsu organisms iznīcina baktērijas, pirms tās var nodarīt kaitējumu.
- TB baktērijas padara jūs slimu – to sauc par TB slimību.
- TB baktērijas paliek organismā, neradot kaitējumu – to sauc par TB infekciju.

TB slimība visbiežāk skar plaušas (plaušu tuberkuloze), bet tā var parādīties gandrīz jebkurā ķermeņa daļā (ekstrapulmonāla tuberkuloze) TB plaušās vai rīklē ir lipīga citiem. Ja jums ir TB slimība – ko bieži sauc par aktīvu TB vai vienkārši TB –, jūs jutīsieties arvien sliktāk un varat to nodot citiem

Raksturīgie simptomi

- klepus
- drudzis
- nakts svīšana
- svara zudums
- apetītes trūkums
- nogurums

TB slimības simptomi

Bieži simptomi var ietvert klepu, drudzi, nakts svīšanu, svara zudumu, apetītes zudumu un nogurumu.

TB slimība var izraisīt arī sāpes un pietūkumu skartajā ķermeņa daļā. Dažkārt šie simptomi var būt līdzīgi citām veselības problēmām. Ja jums kāds no tiem ir bijis trīs nedēļas vai ilgāk, ir svarīgi pēc iespējas ātrāk vērsties pie ārsta. TB slimību var ārstēt ar antibiotikām, tāpēc agrīna ārstēšana palīdz ātrāk izvesēties.

TB infekcija

Ja jums ir TB infekcija, ko bieži sauc par "latento tuberkulozi", jūs nejutīsieties slims bez jebkādiem simptomiem un nevarat inficēt citus ar tuberkulozi. Tas ir tāpēc, ka jūsu imūnsistēma kontrolē baktērijas. Tomēr pastāv iespēja, ka jebkurā laikā varat saslimt ar TB slimību, īpaši, ja imūnsistēma kļūst vājāka vai ir pakļauta stresam. Ārstēšana ar antibiotikām var palīdzēt to novērst. Ja TB infekcija netiek ārstēta, pastāv 1 no 10 iespēja, ka dzīves laikā tā pārvērtīsies TB slimībā.

Vai man ir risks saslimt ar TB?

Jūs varat būt vairāk pakļauts riskam, ja:

- jums ir saikne ar valsti, kur TB ir izplatīta;
- pazīstat kādu, kam ir vai ir bijusi TB;
- jums ir veselības stāvoklis vai dzīvesveids, kas vājina imūnsistēmu;
- dzīvojat pārpildītā vai slikti vēdinātā mājoklī;
- strādājat veselības vai sociālās aprūpes jomā;

Pat ja esat saņēmis BCG vakcīnu, jūs joprojām varat saslimt ar TB slimību – BCG nav 100% efektīva.



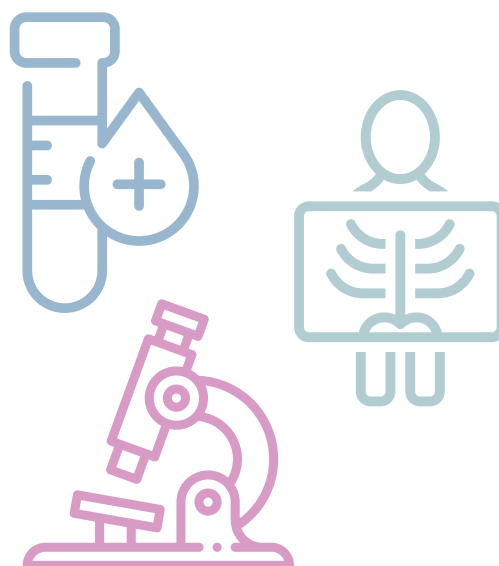
TB diagnostika

Ja jums ir TB simptomi vai bažas par TB infekciju, sazinieties ar savu ģimenes ārstu. Ārsts jautās par jūsu veselību un simptomiem. Lai uzzinātu vairāk, viņi var arī ieteikt dažus testus, kas var ietvert:

- **TB ādas tests vai asins tests** – palīdz noskaidrot, vai esat jebkad bijis saskarē ar TB baktērijām.
- **Krūškurvja rentgens** – pārbauda plaušas TB pazīmēm.

Ja sākotnējie testi ir pozitīvi, tiks piedāvāti papildu diagnostikas testi. Tie var ietvert:

- **Krēpu tests** – plaušu vai rīkles gļotu paraugs tiek pārbaudīts uz TB baktērijām. TB, kas atrasta šeit (plaušu TB), ir vienīgā lipīgā slimības forma. Dažreiz testa rezultāti ir neskaidri, un precīzāka rezultāta iegūšanai var būt nepieciešams papildu tests, ko sauc par kultūras testu.
- **Kultūras tests** – akrēpu, audu vai šķidruma paraugs tiek nosūtīts uz laboratoriju, lai noskaidrotu, vai tajā ir TB baktērijas. Šis tests ir ļoti uzticams, lai gan rezultātu gaidīšana var ilgt līdz pat astoņām nedēļām.
- **CT, MRI vai ultraskaņas** izmeklējumi – tpalīdz noteikt bojājumus, ko var izraisīt TB baktērijas.



TB ārstēšana

TB slimība: ārstēšana parasti ilgst vismaz sešus mēnešus un ietver četru antibiotiku lietošanu – rifampicīnu, izoniazīdu, pirazinamīdu un etambutolu. Šīs zāles var lietot kā atsevišķas tabletes vai kombinētās tabletes, piemēram: Voraktiv (visas četras zāles), Rifater (rifampicīns, izoniazīds un pirazinamīds), vai Rifinah (rifampicīns un izoniazīds).

TB infekcija: TB infekcijas ārstēšana bieži vien ir īsāka un ietver mazāk antibiotiku nekā TB slimības ārstēšana.

TB ārstēšanas uzsākšana

Lietojiet zāles regulāri un pabeidziet pilnu kursu. Ja pārtraucat lietot zāles pirms kursa beigām, slimība var pasliktināties, TB var kļūt rezistenta pret medikamentiem vai palielināsies risks, ka varat nodot TB citiem.

Padomi TB ārstēšanai

- Lietojiet tabletes vienā un tajā pašā laikā katru dienu.
- Vienmēr glabājiet tabletes vienā un tajā pašā vietā.
- Izmantojiet nedēļas tablešu organizētāju (dozēšanas kastīti) – jautājiet farmaceitam sīkāku informāciju.
- Uztādiet modinātāju, lai atgādinātu par tablešu lietošanu.
- Lūdziet ģimenes locekli vai draugu atgādināt jums katru dienu par tablešu lietošanu.
- Centieties lietot TB zāles vismaz vienu stundu pirms ēšanas vai divas stundas pēc ēšanas.
- Varat ēst jebko, bet izvairieties no alkohola lietošanas.

Ja izlaižat devu, lietojiet to, tiklīdz atceraties. Tomēr, ja jau gandrīz pienācis laiks nākamajai devai, izlaidiet aizmirsto devu. Nekad nelietojiet dubultu devu.

Atcerieties – jūsu TB ārsts vai māsa ir šeit, lai palīdzētu.

Kā lietot zāles	Rifampicīns	Izoniazīds	Pirazinamīds	Etambutols	Voraktiv	Rifater	Rifinah
Vislabāk uzsūcas, ja kuņģis ir tukšs – lietojiet vismaz vienu stundu pirms ēšanas vai divas stundas pēc ēšanas	✓	✓			✓	✓	✓
Var lietot ar vai bez ēdiena:			✓	✓			

Ārstēšanas blakusparādības

Tāpat kā visām zālēm, arī TB ārstēšanai var būt blakusparādības. Lielākoties tās ir vieglas un ar laiku izzūd, taču, ja tās rada diskomfortu, konsultējieties ar TB medmāsu vai farmaceitu – bieži vien ir pieejama palīdzība.

Dažkārt blakusparādības var būt nopietnākas. Lai gan reti, zāles var izraisīt dzelti, kas izraisa ādas vai acu dzeltēšanu, vai ietekmēt redzi. Ja pamanāt kādas no šīm izmaiņām, nekavējoties pārtrauciet TB tablešu lietošanu un sazinieties ar ārstu vai māsu, lai viņi varētu palīdzēt jums tās pārvaldīt.

Blakusparādības var atšķirties atkarībā no medikamentiem, ko saņemat. Biežas blakusparādības ir šādas:

Biežāk sastopamās blakusparādības:	Rifampicīns	Izoniazīds	Pirazinamīds	Etambutols	Voractiv	Rifater	Rifinah
Nelabums (slikta dūša), vemšana un caureja	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Gripai līdzīgi simptomi, piemēram, drebuļi, drudzis, reibonis un locītavu sāpes	✓		✓		✓	✓	✓
Izsitumi un nieze	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Tirpšana vai nejutīgums		✓		✓	✓	✓	✓
Oranža asaru, siekalu, urīna un citu ķermeņa šķidrumu iekrāsošanās – tas nav kaitīgi, bet var iekrāsot kontaktlēcas	✓				✓	✓	✓
Menstruāciju traucējumi	✓				✓	✓	✓
Samazināta hormonālo kontraceptīvu (tabletes, implantī vai citi) efektivitāte ¹	✓				✓	✓	✓

Informācija un atbalsts

Informācijas dienests: fja jums ir kādi jautājumi vai bažas par TB, rakstiet uz contact@tbalert.org vai zvaniet pa tālruni **0330 102 2403**. Šis numurs ir ar zemu maksu vai bezmaksas zvans no mobilā tālruņa, atkarībā no jūsu līguma.

Atbalsts no līdzilvēkiem: runājiet tiešsaistē ar citiem, kuri ir pārdzīvojuši TB, vietnē: healthunlocked.com/tb-alert

vai rakstiet uz contact@tbalert.org, lai vienotos par tiešu atbalstu.