

## **Amit a TBC-s megbetegedésről tudni kell!!**

Kérjük, hogy figyelmesen olvassa el- lehetőség szerint családtagjaival együtt- az alábbi tájékoztatót. Szeretnénk, ha minél többet megtudna betegségéről, a gyógykezelés időtartamára vonatkozó javasolt intézkedésekről. A gyógyulás időtartamát és hatását nagymértékben befolyásolja az Ön együttműködése kezelőorvosával, illetve intézetünk gondozóival.

Ha úgy érzi, hogy további kérdései vannak, forduljon bizalommal kezelőorvosához, vagy az intézet gondozó asszisztenséhez.

A megelőző vizsgálatok Önnél a tüdő fertőző megbetegedését- tuberculosist (TBC)- igazolták. Fertőző betegség, amelyet baktériumok okoznak. Ezek az emberi szervezetbe jutva megtelepednek egyes szervekben, és szaporodásuk közben károsítják azt. Az Ön esetében ez a szerv a tüdő.

*Milyen tüneteket, panaszokat okozhat?*

Gyakori a tünetmentesség.

Tartós hőemelkedés, esetenként magas láz, étvágytalanság, gyengeség, fogyás, éjszakai izzadás. Köhögés, mely köpetürítéssel jár. A köpet gyakran sárgás-zöldes (gennyes), néha véres lehet. Gyakori a tünetmentesség. Gyakori a tartós köhögés, köpetürítés, esetleg vérköpés. Sok betegnek állandó hőemelkedése van. Igazán súlyos esetben a beteg ágyának esik

*Hogyan lehet elkapni, illetve továbbadni a TBC-t?*

A tbc-s megbetegedés és a fertőző betegség nem azonos fogalom.

A magyarázat az, hogy az ember a gümőkóros fertőzéssel szemben különböző mértékű, de elég jelentős ellenálló képességgel rendelkezik. Ezért is ritka a fertőzés, ha a fertőző beteggel való érintkezés nem folyamatos.

A gümőkóros betegek közül azok fertőznek, akiknek a köpete nagy mennyiségű kórokozót tartalmaz. Ilyenkor a köpetből már egyszerű mikroszkópos vizsgálattal kimutathatók a Koch-baktériumok, ami milliliterenként több millió kórokozó ürítését jelenti.

Emberről- emberre, cseppfertőzéssel terjed. Köhögéskor a nyálcseppekkel együtt a TBC-t okozó Koch baktériumok a levegőbe kerülnek, melyet a környezetben élő emberek belélegeznek. A szervezetbe kerülő baktériumok megtelepedve és elszaporodva a tüdőben megbetegítik azt.

A fertőzés elsősorban a beteg ember családtagjait, közvetlen környezetében élőket veszélyezteti. Könnyebben megkapja a betegséget az, akinek a szervezete legyengült, valamilyen egyéb betegség rontja az ellenálló képességet, rossz szociális körülmények között él, rosszul táplálkozik, rendszeresen fogyaszt szeszes italt.

A fertőző beteg ruhája, alsóneműje vagy ágyneműje, evőeszközei, használati tárgyai akkor sem közvetítik a fertőzést, ha a beteg köpetével szennyezettek. Nem kell tehát kórházban, vendéglőben attól félnünk, hogy az említett, nem eléggé megtisztított tárgyak használatától megbetegszünk tbc-ben.

A fertőzés továbbterjedésének megakadályozása, a megbetegedések kiderítése érdekében kiemelten fontos, hogy az orvos vagy védőnő kérdéseire válaszolva pontosan megjelölje azokat az embereket, akikkel szorosabb kapcsolatot tart fenn. Ezeket az embereket intézetünk kivizsgálja az esetleges fertőzés felismerésére.

A betegség napjainkban már biztonsággal gyógyítható.

A tuberkulózis gyógyulása időigényes folyamat- akár 6-7 hónap-, mert a TBC baktériumok nagyon ellenállóak a gyógyszerekkel szemben. Mindez a beteg és a kezelést végző személyzet türelmét és szoros együttműködését igényli. A javasolttól eltérő, rendszertelen, a szükségesnél rövidebb ideig tartó és nem az előírt gyógyszereket alkalmazó kezelés a gyógyulás elmaradását, a betegség krónikussá válását, a betegség terjedését és gyógyszerre nem reagáló baktérium törzsek kialakulását eredményezi. A kezeletlen, vagy nem megfelelően kezelt tbc ma is halálos betegség, emellett az Ön környezetében élők egészségét is veszélyezteti.

A gyógyulás alapját a megfelelő kombinációban, megfelelő dózisban és a kellő ideig alkalmazott **gyógyszeres kezelés** jelenti, melyet az Ön állapotának megfelelően kezelőorvosa ír elő.

Ezek a tbc elleni gyógyszerek, melyek hosszabb szedés után a testben lévő teljes baktériumtömeget (a tetszhalott baktériumokat is) elpusztítják.

A gyógyszeradagolás megkezdése előtt saját biztonsága érdekében tárja fel egyéb betegségeit, melyek esetlegesen befolyásolhatják a kezelés sikerét, illetve állapotának romlását okozhatják. Pl.:

- Cukorbetegség
- Laktóz érzékenység
- Májbetegségek
- Vesebetegségek
- Idegrendszeri megbetegedések
- Terhesség, vagy fogamzásgátló gyógyszerek szedése
- Szoptatás
- HIV fertőzés

A kezelés két szakaszra oszlik. A kezelés első két hónapja az ún. kezdeti intenzív szakasz, ennek célja a kórokozók elölése.

Az stabilizációs szakasz (további 4-7 hónap) célja a betegség kiújulásának megakadályozása, és az ismételt fertőzések megelőzése.

Az utókezelési szakasz után még életben maradt kórokozókból kiindulva a megbetegedés bármikor újra kiújulhat, ezért gyógyulása után is elengedhetetlen, hogy aktívan vegyen részt a kezelőorvosa által ismertetett gondozási folyamatban. Tartsa be a megadott előjegyzési időpontokat!

A több hónapi gyógyszereszedést rendszeres orvosi ellenőrzés mellett végezzük, melynek jelentősége igen nagy, mivel így nyomon követhető az állapot alakulása, a gyógyszerek esetleges mellékhatásai, feltérképezhetők az Önnel kapcsolatba került személyek, akik szükség esetén szintén kezelést kapnak, megfertőződésük megelőzésének érdekében.

A kezelés időtartamát, gyógyszeradagjának mennyiségét, rendszerességét minden esetben szakorvosa határozza meg. Az erre vonatkozó információkat a megjelenéskor kapott „Ambuláns lap”-on tudja követni.

Az orvos által előírt gyógyszerkombinációt az ún. ellenőrzött gyógyszerbevételi program keretében kapja. Ez azt jelenti, hogy az orvos által meghatározott időszakra- (általában 2 hét) és mennyiségben (darabszám), tablettá formájában kapja meg gyógyszeradagját **térítésmentesen** kezelőorvosától, illetve gondozó asszisztensétől **a gondozóintézetben**.

*A gyógyszerek szedése:*

Rendszertelen gyógyszerbevitel hatására csaknem biztosan kialakul a kórokozó növekvő ellenállása az alkalmazott gyógyszerrel szemben. Ez nem csak az Ön gyógyulási esélyeit rontja, hanem az Ön által megfertőzött személy megbetegedése esetén a baktériumok sokszor már kezdetben sem reagálnak a leghatásosabb gyógyszerekre sem.

Ennek megelőzése érdekében kérjük tartsa be a következő szabályokat:

- A tablettákat egyszerre kell bevenni. minden nap azonos időszakban, lehetőleg a reggeli órákban. A teljes felszívódás biztosítására étkezés előtt legalább fél órával vagy étkezés után két órával.
- Alakítson ki magának egy rutint, melyet rendszeresen alkalmaz. Az étkezésnél készítse elő a tablettákat egy kistányérra vagy tálkába, győződjön meg róla, hogy egyetlen tablettá sem maradt ki. Kevés folyadékkal nyelje le őket.
- Gondozója átad Önnek egy gyógykezelési kartont. A megfelelő kockában jelölje „X” jellel a tabletták bevitelét.
- A kezelés hatására a betegség tünetei, a panaszok rendszerint rövid idő alatt megszűnnek. A megszokott életkörülmények mellett könnyen megfeledezhet a gyógyszerek beviteléről. Célszerű, ha egy Önnel együtt élő személyt megkér arra, hogy minden nap figyelmeztesse Önt a tabletták bevitelére, illetve ellenőrizze azt.
- Amennyiben elfelejtette bevenni a gyógyszert, vegye be az előírt adagot minél hamarabb. Ha ez kevesebb, mint 8 órával a következő adag bevétele előtt esedékes, vegye be a kifejejtett adagot, de a következőt hagyja ki. Ezt követően a készítmény alkalmazását a megszokott szerint folytassa.
- Túladagolás esetén forduljon azonnal kezelőorvosához.

A gyógyszerek tárolása:

30°C alatt, fénytől védve, száraz helyen, jól záró tartályban, fénytől védve kell tárolni.

A gyógyszer gyermekektől és illetéktelen személyektől gondosan elzárva, a csomagoláson feltüntetett időn belül szabad felhasználni.

Ne adja át a készítményt másnak, mert számára ártalmas lehet még abban az esetben is, ha tünetei az Önéhez hasonlóak.

### *Mellékhatások:*

A gyógyszeres kezelésnek mellékhatásai is felléphetnek, ezért elengedhetetlenül szükséges a kezelőorvos által meghatározott időpontban elvégezni a vérvételt, köpet vizsgálatot, és a betegség gyógyulási folyamataira mutató képi diagnosztikai vizsgálatokat. (Pl.: mellkasröntgen, esetleg CT vizsgálat) Ezek időpontja, minden esetben feltüntetésre kerül az „Ambuláns lapon”, melyet a gondozóban történő megjelenéskor kezelőorvosa átad Önnek.

Az orvos és a védőnő előírásait szigorúan tartsa be, az ambuláns lapon megjelölt időben, illetve panasz esetén azonnal jelentkezzen a szakrendelésen!

### *Esetleges mellékhatások:*

- Hányás, hányinger, étvágytalanság, hasi fájdalom sárga elszíneződés a bőrön, illetve a szemfehérjén, fémes íz érzése a szájban
- Viszketés, bőrkiütések, bőrön keletkező bevérzések
- Indokolatlan megfázásos tünetek
- Hirtelen kialakuló ízületi fájdalmak
- Eddig nem észlelt látászavar, színtévesztés (piros-zöld)
- Hallás- és egyensúlyzavarok
- Vérzési zavarok

A gyógyszerek szedése mellett előfordulhat, hogy a köpet, könny, vizelet narancssárgára színeződik.

### *Táplálkozási és életmódi tanácsok:*

A tbc- amikor már nem fertőző, és szakorvosa úgy dönt- otthon, sőt munka mellett ugyanúgy kezelhető, mint kórházban, ha Ön a gyógyszereket rendszeresen beveszi.

Gyógyulásának, állapotának javulását nagymértékben befolyásoló *életmód* változtatásokhoz is szeretnénk néhány tanácsot adni.

- Éljen kímélő kiegyensúlyozott életet!
  - Tartózkodjon minél többet a friss levegőn !
  - Napirendjébe iktasson be kímélő testmozgást, mely a szív és a tüdő számára nem túl megerőltető. Alapszabály, hogy mindegy, mit csinálunk, csak mozogjunk. Mozgással javíthatjuk a tüdő és a szív működésének határfokát, a vérkeringést, s ezáltal az (sejt)anyagcserét is. Az oxigén és a tápanyagok hamarabb jutnak el a sejtekhez, míg a széndioxid illetve a szövetekben elhasználódott anyagok gyorsabban kerülnek be a vérkeringésbe, s érik el a méregtelenítő szerveket. Ennek eredményeként növekszik az ellenálló képesség és az energiaszint is. Javul a tüdőben zajló széndioxid-leadás és oxigénfelvétel határfoka, és növekedik a vér oxigénszállító képessége.
- Segít a jó közérzet kialakításában és annak megtartásában
- Táplálkozásában törekedjen a megfelelő kalória- és vitaminbevitelre. Amennyiben étrendje összeállításában segítségre van szüksége, kérje szakember segítségét!

- Gyógyulásának legfőbb akadálya az esetleges rendszeres alkoholfogyasztás lehet, mely az Ön máját megbetegíti, egyes gyógyszer-kombinációk esetleges májkárosító hatása pedig fokozhatja az alkoholos májártalmat.
- A szervezetet ért hosszas hőhatások nem kedvezőek. Ne napozzon sokat, ne menjen termálfürdőbe!
- A gyógyszerek szedése mellett fontos a bő folyadékfogyasztás.

*Mit tehet Ön, hogy a fertőzés továbbterjedését megakadályozza?*

- Amíg fertőzőek ne menjenek tömegbe, szeretteiket se csókolgassák (személyi higiéné!)
- Köhögéskor, tüsszögéskor mindig tartson a szája elé zsebkendőt!
- Köpetét mindig zsebkendőbe köpje!
- Használjon papírzsebkendőt, melyet zárt tasakban gyűjtsön. Amennyiben lehetséges égesse el!
- Lakásában kerülje a porral járó takarítást, lehetőleg nedvesen takarítson
- Tartsa be az orvos által előírt gyógyszerelést!
- Vegyünk részt évenként ernyőszűrésen, akár kapunk behívót, akár nem. Ezzel a velünk együtt élő családtagoknak is tartozunk.
- A betegséggel kapcsolatos tapasztalatait ossza meg környezetével! Segítse egészséges életmódjuk kialakításában!

A gyógyszerek alkalmazása során keletkező veszélyes hulladékot, a fel nem használt vagy sérült gyógyszert semmiképpen ne dobja a szemétkosárba vagy a lefolyóba! Saját dobozában hozza vissza a gondozó intézetbe, adja át védőnőjének, aki gondoskodik annak megsemmisítéséről!

