



01-10 XII 2018

Dni Walki z Gruźlicą i Chorobami Płuc

Gruźlica jest chorobą zakaźną wywołaną przez bakterię, czyli prątki (prątki Kocha) należące do *Mycobacterium tuberculosis complex*. Choroba rozwija się powoli, podstępnie (całe tygodnie a nawet miesiące), skąpoobjawowo. Do zakażenia dochodzi wskutek dostania się bakterii do **dróg oddechowych** wraz z wdychanym powietrzem. Zakażenie organu wewnętrznego prątkiem gruźlicy powoduje powstanie wielu drobnych guzków zwanych „gruzełkami”, które stopniowo zastępują prawidłowe struktury tkanek i częściowo niszczą je, pozostawiając puste przestrzenie, czyli „jamy”.

Każdy może zachorować na gruźlicę!

Źródłem zakażenia jest najczęściej chory prątkujący. Do zakażenia dochodzi podczas: kaszlu, kichania, odkrztuszania (odpluwania), głośnego śmiechu, mówienia - prątki wydane są wraz z kropelkami śliny. Najbardziej narażonymi na zachorowanie są osoby o osłabionym lub uszkodzonym układzie odpornościowym, czyli małe dzieci, palący papierosy, chorzy na cukrzycę, osoby przyjmujące leki obniżające odporność oraz zakażeni wirusem HIV.

W jaki sposób uniknąć gruźlicy?

Szczepionka BCG, ogranicza wprawdzie ciężkość przebiegu choroby, ma jednak dużo mniejsze znaczenie w ograniczeniu jej transmisji. W Polsce zgodnie z Programem Szczepień Ochronnych obowiązkowe są szczepienia BCG wyłącznie u niemowląt. Zwalczanie gruźlicy opiera się głównie na wykrywaniu osób, które mogą stanowić źródło zakażenia dla innych osób i wdrożeniu leczenia z zastosowaniem długotrwałej kuracji z użyciem antybiotyków i chemioterapeutyków.

Aby uniknąć zachorowania na gruźlicę należy:

- Prowadzić zdrowy styl życia.
- Prawidłowo odżywiać się (5 posiłków dziennie, urozmaiconych, zawierających warzywa i owoce).
- Być aktywnym fizycznie (spacery, gimnastyka, taniec, różne dyscypliny sportu).
- Dbać o higieniczny sen i odpoczynek.
- Przestrzegać zasad higieny osobistej.

Gruźlica jest chorobą trudno rozpoznawalną! Osoby, które mają długotrwały i uporczywy kaszel, któremu towarzyszy gorączka, nocne poty, utrata masy ciała powinny udać się do lekarza, który zleci badania w celu zdiagnozowania gruźlicy. W przypadku wykrycia gruźlicy w rodzinie pozostali jej członkowie wspólnie zamieszkali z chorym powinni się przebadać w celu wykluczenia u nich choroby. W przypadku dzieci celowe jest stosowanie leczenia profilaktycznego.

Pacjenci otrzymujący leczenie przeciwprątkowe powinni regularnie przyjmować leki przepisane przez lekarza, chodzić na wyznaczone kontrole w celu oceny czy stan zdrowia się poprawia i czy nie mają objawów ubocznych i powikłań.

Jak powinna zachować się osoba chora na gruźlicę?

Gruźlica jest chorobą uleczalną, niestety leczenie jest długie i żmudne, (trwa, co najmniej 6 miesięcy). Pacjent musi przyjmować 4 leki przez 2 miesiące, a następnie 2 leki przez kolejne 4 miesiące. **Jeśli zarażony jest prątkami lekoopornymi na jeden bądź więcej leków, to leczenie się wydłuża. Każde przerwanie leczenia powoduje nawrót choroby i uodpornienie się bakterii na leki, które przyjmował.**

Dlatego sumienne przyjmowanie leków i przestrzeganie zaleceń lekarza oraz regularne wizyty kontrolne są bardzo ważne, aby wyzdrowieć!

