

Tuberkuloosi

POTILASOHJE



Razvanjp/Dreamstime.com

Tämä opas kertoo sinulle tärkeitä asioita, jotta tuberkuloosin hoito sujuisi mahdollisimman hyvin. Hoidossa tarvitaan sinnikkyyttä ja tunnollisuutta. Hoitohenkilökunta auttaa ja tukee sinua parhaansa mukaan. Yhteistyöllä päästään parhaaseen tulokseen.

Sinulla on todettu tuberkuloosi, joka on *Mycobacterium tuberculosis* -bakteerin aiheuttama, yleisimmin keuhkoissa esiintyvä sairaus. Tuberkuloosia hoidetaan lääkkeillä ja paranee, kun otat kaikki tuberkuloosilääkkeesi säännöllisesti koko hoitajakson ajan. Tuberkuloosin tutkimukset, lääkitys, sairaalahoito ja seurantakäynnit ovat sinulle maksuttomia.

Tartutatko tuberkuloosin muihin ihmisiin?

Tuberkuloosi tarttuu ilmateitse, kun pieniä bakteerihiukkasia hengitetään keuhkoihin. Se ei tartu esimerkiksi esineiden tai ruokailuvälineiden välityksellä. Tartuttaminen on mahdollista, jos sairastat hengitysteiden tuberkuloosia. Kun yskit, puhut, aivastat tai laulat, ilmaan erittyy runsaasti tautia levittäviä bakteereita. Tartuttavuutta tutkitaan yskösten värjäystutkimuksella ja positiivinen tulos kertoo merkittävästä tartuntavaarasta.

Estät bakteerien leviämistä ilmaan suojaamalla yskiessäsi suusi ja nenäsi tiiviisti kertakäyttönenäliinalla tai yskimällä olkavarren hihaan, jos nenäliinaa ei ole saatavilla. Tartunnan riski vähenee voimakkaasti ensimmäisten lääkehoitoviikkojen aikana. Lapset eivät yleensä tartuta tautia, sillä heidän yskimisvoimansa on heikko ja sairaus on heillä usein muualla kuin keuhkoissa.

Miten tuberkuloosia hoidetaan?

Tuberkuloosista parantuu pysyvästi vain pitkän lääkehoidon avulla. Bakteerit ovat sitkeitä ja muuntuvat herkästi vastustuskykyisiksi lääkkeille. Tämän vuoksi tautia hoidetaan usean lääkkeen yhdistelmällä kuuden kuukauden ajan. Hoitoaika pitenee, jos lääkehoitoon tulee taukoja haittavaikutusten vuoksi, lääkkeitä joudutaan vaihtamaan tai bakteeri on vastustuskykyinen joillekin lääkkeille.

Yski oikein – et tartuta muita



- **Älä yski päin muita ihmisiä.**
- **Yski ja aivasta tiiviisti nenäliinaan. Jos nenäliinaa ei ole, yski silloin puseron hihan yläosaan.**
- **Laita nenäliina roskakoriin.**
- **Pese tai desinfioi kädet käsihuuhteella.**



Yleistyneessä taudissa, aivokalvotulehduksessa ja luuston tuberkuloosissa hoitoaika on 9-12 kuukautta. Vähintään kahdelle peruslääkkeelle vastustuskykyisen taudin hoito voi kestää noin kaksi vuotta.

Tuberkuloosilääkityksen yhteydessä on otettava huomioon myös muut lääkkeet, sillä jotkut niistä saattavat samanaikaisessa käytössä menettää tehoaan. Siksi on tärkeää, että kerrot lääkärille kaikista käyttämästäsi lääkkeistä.

Raskaus ja imetys

Tuberkuloosia voidaan hoitaa turvallisesti lääkkeillä myös raskauden ja imetyksen aikana. Samalla ehkäistään taudin tarttumista pieneen lapseen.

Mitä eristyshoito on?

Tuberkuloosi tarttuu herkimmin ennen lääkkehoidon aloitusta ja sen alussa. Eristyshoidolla ehkäistään taudin leviämistä lähiympäristön ihmisiin, muihin potilaisiin ja työntekijöihin. Tartuttavaa potilasta hoidetaan sairaalassa omassa huoneessa, jossa on tehostettu erillinen ilmanvaihto. Eristyshoito kestää yleensä vähintään kaksi viikkoa lääkityksen aloituksesta. Tänä aikana potilas ei pääsääntöisesti saa poistua eristyshuoneesta. Työntekijät suojautuvat huoneessa käydessään hengityksensuojaimilla.

Jos tautisi on vastustuskykyinen lääkkeille, eristyshoito kestää niin kauan kunnes on varmistettu, että annetut lääkkeet tehoavat bakteeriin ja että tartuntavaaraa ei enää ole. Suomen tartuntatautilain mukaan potilas voidaan tarvittaessa määrätä pakkotoimenpiteenä eristyshoitoon taudin leviämisen ehkäisemiseksi.

Mitä kontaktiselvitys tarkoittaa?

Jos tuberkuloosi on tartuttava tai sairastunut on lapsi, tehdään tartuntalain mukaisesti kontaktiselvitys, jonka tarkoituksena on katkaista taudin leviäminen. Lähipiirissä voi olla tartunnan saaneita, sairastuneita tai myös henkilö, jolta tartunta on saatu. Hoitaja selvittää yhdessä potilaan kanssa kaikki lähipiiriin kuuluvat ihmiset, joiden kanssa potilas on ollut tiiviissä yhteydessä sairastamisen aikana. Nämä ihmiset kutsutaan terveystarkastukseen tarkastukseen ja altistuneet lapset tutkitaan sairaalassa. Kaikilta otetaan keuhkojen röntgenkuva ja oireilevilta kerätään yskösnäytteet.



Jyrki Luukkonen

Sairastuneet hoidetaan ja sairastumista ehkäisevä lääkohoito annetaan altistuneille lapsille ja ihmisille, joiden vastustuskyky on heikentynyt. Muita altistuneita seurataan sairastumisen varalta vuoden ajan uusimalla keuhkojen röntgenkuvaus kuuden ja 12 kuukauden kuluttua alkutarkastuksesta.

Hoidon toteutus ja seuranta

Lääkehoitosi aloitus ja seurantakäynnit tapahtuvat sairaalassa. Lääkitys annetaan sairaalassa valvotusti ja useimmiten valvottua lääkohoitoa jatketaan sairaalahoidon jälkeen. Seurantakäynneillä 1-2 kuukauden välein lääkäri arvioi hoitosi edistymistä vointiasi, verikoetulosten ja keuhkojen röntgenkuvauksen avulla. Ysköksiä kerätään määrääjain ja varmistetaan, että tuberkuloosibakteerit häviävät yskösnäytteistä.

Valvottu hoito auttaa paranemaan

Valvottu hoito on olennainen osa lääkehoitoasi. Sen tarkoituksena on tukea sinua pitkän lääkehoidon toteutuksessa ja auttaa sinua paranemaan taudista. Hoitaja tai muu lääkohoitoon koulutettu henkilö muistuttaa sinua lääkkeiden otosta ja katsoo, että nielet kaikki tuberkuloosilääkkeesi. Samalla hän seuraa vointiasi ja mahdollisia lääkitysten haittavaikutuksia sekä huolehtii kanssasi, että seurantakäynnit toteutuvat sovitusti. Hän toimii tukihenkilönäsi, jonka kanssa voit keskustella voinnistasi ja mieltäsi askarruttavista asioista.

Hoida itseäsi hyvin

- Noudata yskimisohteita
- Opettele lääkkeitteesi nimet ja annokset
- Ota kaikki lääkkeesi tarkasti ohjeen mukaan
- Käy seurantakäynneillä sovitusti
- Sitkeys palkitaan – paranet tuberkuloosista, kun otat kaikki lääkkeesi säännöllisesti koko hoitajakson ajan

Lääkkeillä voi olla haittavaikutuksia

Haittavaikutuksia voi yleisimmin tulla ensimmäisten hoitoviikkojen ja -kuukausien aikana. Lievä pahoinvointi ja vatsavaivat ovat tavallisia, niitä pyritään ehkäisemään lääkkeiden ottoaikaa muuttamalla tai tarvittaessa antamalla lieventävää lääkitystä. Jos sinulle tulee kuumetta, voimakkaita vatsakipuja tai ihomuutoksia, ilmoita niistä heti lääkehoitoa valvovalle hoitajalle tai hoitavalle lääkärille. Tällöin lääkitys keskeytetään ja tilannetta seurataan myös verikokeiden avulla. Lääkäri aloittaa lääkityksen uudelleen, kun oireet ovat rauhoittuneet.

Tuberkuloosin paraneminen

Paranet tuberkuloosista, jos otat kaikki lääkärin määräämät lääkkeet säännöllisesti koko hoitajakson ajan. On erittäin tärkeää, että et keskeytä tai muuta itse lääkitystä siinä vaiheessa, kun oireet ja sairauden tunne ovat hävinneet. Jos et ota lääkkeitä, otat niitä epäsäännöllisesti tai väärää annosta, tautisi etenee ja sinulle voi kehittyä lääkkeille vastustuskykyinen bakteerikanta. Kummassakin tapauksessa hoito tulee vaikeammaksi ja tautiin voi lopulta kuolla. Sinulla on siis päärooli hoidon toteutuksessa.



sa, sinä voit vaikuttaa siihen, paranetko taudistasi. Hoitohenkilökunta on sinun tukenasi.

Maksuasiat ja työkyky

Tuberkuloosin tutkimukset, sairaalahoito sekä lääkitys ovat sinulle maksuttomia. Olet työkykyinen, kun lääkäri on todennut, että tartuntavaaraa ei ole, lääkitys sujuu ongelmitta ja yleiskuntosi on riittävän hyvä työssä suoriutumiseen. Sama pätee opiskeluun ja lasten päivähoitoon tai koulunkäyntiin. Mahdollisista työkykyisyyteen, toimentuloon, hoidon toteutukseen tai asumiseen liittyvistä ongelmista voit tarvittaessa keskustella sosiaalityöntekijän kanssa sairaalahoidon aikana tai seurantakäyntien yhteydessä.



Kuzma | Dreamstime.com

Läheisten tuki on tärkeää

On hyvin tärkeää, että läheisesi tietävät taudista ja sen hoidosta, jolloin he voivat tukea sinua hoidon aikana ja auttaa sinua paranemaan.

Ohjeet ja yhteystiedot

Päästyäsi sairaalasta varmista, että sinulla on ohjeet lääkityksestäsi ja tiedät, miten sinun on toimittava ongelmatilanteissa. Varmista myös, että sinulla on hoitoosi osallistuvien henkilöiden yhteystiedot ja tiedät, missä hoitoasi jatketaan.

Lisätietoja:
www.filha.fi
www.heli.fi
www.ktl.fi
www.stoptb.org
www.who.int/tb/en/