Туберкульоз (ТБ) – як він лікується?

У Вас було діагностовано туберкульоз (ТБ). Його викликають бактерії Mycobacterium tuberculosis. Захворювання передається від однієї людини до іншої повітряно-крапельним шляхом.

Ліки руйнують збудник туберкульозу. Ви одужаєте , якщо прийматимете ліки відповідно до призначень свого лікаря протягом усього курсу лікування.

У цьому бюлетні йдеться про лікування лікарсько чутливої форми туберкульозу.

Якщо ви були інфіковані мікобактеріями туберкульозу і у Вас розвинулась активна форма ТБ:

- у більшості випадків бактерії ТБ чутливі до препаратів. Чутливість означає, що всі протитуберкульозні ліки можуть знешкоджувати ТБ бактерії. Лікування розпочинається з комбінації з 4–5 препаратів і продовжується 2–3 препаратами до його завершення. Тривалість курсу лікування близько 6 місяців.
- В деяких випадках бактерії ТБ є стійкими до лікування. У вас може ровинутись резистентність (стійкість) до препаратів, якщо прийом ліків буде нерегулярним або є перерви у лікуванні. Курс включає 4–7 препаратів. Триває протягом двох років.

Як відбувається лікування?

Лікування розпочинається у лікарні. Якщо Ви виділяєте збудник ТБ у навколишнє середовище лікування відбуватиметься в боксованій палаті. У цей період, медичні працівники обстежуватимуть зразки мокротиння, аби переконатись у тому, що призначена схема лікування є дієвою. Коли припиниться виділення мікобактерії ТБ і ви почуватиметесь краще, курс лікування буде продовжуватись у домашніх умовах.

Лікування розпочинається комбінацією з 4–5 препаратів. Необхідно приймати кілька різних препаратів, бо разом вони більш дієві у знешкодженні мікобактерій ТБ. Бактерії можуть набути резистентність (стійкість) до певного препарату, тоді він більше не буде активним проти неї. Деякі мікобактерії ТБ ростуть і розмножуються повільно. Тому, лікування має бути тривалим, аби знищити усі бактерії ТБ і остаточно вилікуватись.

Дія препаратів більш ефективна, якщо приймати їх на голодний шлунок, через 2 години після сніданку. Через півгодини після прийому ліків, ви можете знову вживати їжу.

Як правило, після 2–3 місяців лікування, ваш лікар зменшить кількість препаратів. Вам необхідно регулярно відвідувати лікувальний заклад з метою моніторингу ефективності та результатів лікування медичними працівниками. Аналіз крові необхідно проводити кожні 1–2 місяці. Також, будуть проводитись рентгенографічні обстеження органів грудної порожнини протягом основного курсу та наприкінці лікування.

Ви не самі – ви матимете підтримку впродовж усього лікування

Всі хворі на туберкульоз проходять лікування під безпосереднім наглядом, постійно отримуючи підтримку і поради. Ваш лікар і медсестри є відповідальними за ваше самопочуття і одужання. Ви можете відвідувати соціального працівника і медсестру психологічної допомоги у лікарні.

Щоденний прийом ліків може бути важким, ви можете забути їх прийняти. Може виникнути побічна дія. Тому медсестра буде слідкувати за вашим самопочуттям, буде присутньою під час прийому ліків на період вашого перебування у лікарні, а також – після виписки. Окрім того, ви обговорите графік прийому ліків вдома. Як правило, ви зустрічатиметесь із медсестрою 5–7 разів на тиждень.

В залежності від свого життєвого устрою, ви можете відвідувати медпункт в навчальному закладі або по місцю роботи для прийому ліків. Медсестра також приноситиме ліки додому, якщо ви погано поуваєтесь. Це робиться з метою швидкого одужання. В той самий час, це буде запобігати виникненню резистентності бактерій до препаратів.

Якщо ви кашляєте – прикривайте ніс і рот хустинкою або прикривайтесь внутрішньою поверхнею ліктя.

Основні препарати для лікування туберкульозу

Для лікування чутливого до ліків туберкульозу використовують наступні препарати: ізоніазид (торгова марка Tubilysin), рифампіцин (Rimapen або Eremfat), піразинамід (Tisamid), етамбутол (Oributol) і стрептоміцин (Streptomysin або Streptofatol). В деяких випадках застосовується левофлоксацин (Tavanic).

Розкажіть лікарю усю важливу інформацію стосовно себе

Коли лікар планує ваше лікування та подальше спостереження, йому необхідно знати про вас наступне:

- Назви усіх ліків, засобів народної медицини і харчових добавок, які ви приймаєте
- Усі діагностовані хвороби
- Виявлені раніше алергії на лікарські засоби
- Виявлені раніше порушення роботи печінки чи нирок
- Виявлені раніше проблеми з зором чи слухом, такі як дальтонізм, зниження гостроти слуху чи дзвін у вухах
- Вагітність чи годування грудним молоком

- Обстеження при туберкульозі, перебування в лікарні, медикаменти і наступні візити є безкоштовними.
- Призначена вам медсестра буде приносити ліки і надавати підтримку впродовж усього курсу лікування. Ви можете розповісти їй про своє самопочуття, а також про інші речі які вас непокоять.
- Ви будете відвідувати лікаря, аби оцінити ефективність лікування.
- Лікар проводитиме можливі зміни у лікуванні, а також, буде вирішувати коли його можна припинити.
- Розказуйте медсестрі та лікарю усі ваші симптоми, щоразу якщо ви запідозрите побічну дію медикаментів.

Протитуберкульозні препарати можуть викликати побічну дію

У кожної людини своя реакція на ліки. Впродовж перших двох тижнів може спостерігатись побічна дія, але із продовженням лікування вона стає майже невиразною. Запобігти цьому можна за допомогою певних маніпуляцій та медикаментів.

Найбільш поширеною побічною дією є втома, поганий апетит і нудота. Зміна раціону харчування може поліпшити ваш апетит. За необхідності, вам призначать ліки проти нудоти.

Виділення з організму такі як сеча, сльози, слюна, сперма та вагінальні виділення можуть мати червоний відтінок через вміст червоного барвника у рифампіцині. Це не є небезпечним.

Якщо у вас з'явились висипання чи подразнення на шкірі, використовуйте лосьйон та уникайте використання мила, щоб не пересушувати її. За необхідності, використовуйте лосьйон з кортизоном та антигістамінні засоби.

До інших проявів побічної дії препаратів належать болі та набряки суглобів, шлунково-кишкові розлади, діарея. Лікар може призначити анальгетики для вирішення проблем із суглобами. Проблеми зі шлунком та кишківником можна усунити змінивши режим харчування, а також вживаючи більше клітковини та кисломолочних продуктів. Ці побічні прояви не є небезпечними.

Допоки ви приймаєте ізоніазид, можуть спостерігатись поколювання та/або оніміння кінцівок. Ці симптоми можна попередити приймаючи вітамін B6 разом із ізоніазидом. Вам також необхідно приймати вітамін D тому, що нестача вітаміну D сповільнює ваше одужання.

Протитуберкульозні ліки можуть порушувати та знижувати функцію печінки. Ось чому впродовж лікування вам необхідно обмежити вживання алкоголю та лікарських засобів, що впливають на її роботу (для прикладу, такий анальгетик як парацетамол), а також засобів народної медицини.

Важка побічна дія?

Якщо у вас спостерігається важка побічна дія, негайно повідомте про це своєму лікарю чи медсестрі або зверніться у відділення невідкладної допомоги (контактна інформація на останній сторінці). У цьому випадку, лікар тимчасово відмінить лікування та негайно оцінить ваш стан.

До таких симптомів належать:

- сильні болі в ділянці шлунку
- жовтий відтінок очей
- лихоманка та погане самопочуття
- значні висипання та зміни на слизових оболонках
- зниження гостроти зору та здатності розрізняти кольори
- зниження слуху та виражені симптоми головокружіння
- зменшення виділення сечі
- дезорієнтація
- біль в ділянці ахілового сухожилля однієї або обох ніг
- Порушення (перебої) серцебиття та нудота
- Епілептичні епізоди

Як ви можете допомогти собі одужати?

Під час перебування в лікарні у боксованій палаті

Підтримуйте зв›язок з членами родини та друзями, наприклад, через соціальні мережі.

Дозволені відвідування, але невеликими групами. Не рекомендовано відвідини з маленькими дітьми з метою їх захисту від ТБ.

Візьміть з собою важливі та необхідні для Вас речі. Створіть свій щоденний графік.

Читайте книги та журнали, дивіться фільми, будьте в курсі новин за допомогою інтернету, медитуйте.

Робіть розминку. При можливості, здійснюйте прогулянки на свіжому повітрі.

Споживайте свою улюблену їжу та напої.

Лікування

Приймайте ліки регулярно. Не пропускайте прийом препаратів, навіть якщо у вас зникли симптоми і ви добре почуваєтесь.

Якщо Ви сумніваєтесь або помічаєте якісь побічні дії від препаратів, одразу повідомте про це своєму лікарю або медсестрі.

Якщо ви вживаєте лікарські засоби, які видаються без рецепту (які можна придбати в аптеці без спеціального припису від лікаря), будь ласка, повідомте про це медпрацівникам, аби вони могли пересвідчитись у тому, що такі препарати не збільшують ризики побічної дії.

Не плануйте довготривалі подорожі під час лікування. Завчасно повідомляйте медсестру про свої короткотермінові поїздки. Це допоможе медпрацівникам планувати безперервне лікування.

Апетит і їжа

Важливо правильно харчуватися, щоб організм отримував достатньо енергії для відновлення після хвороби.

Якщо ви багато втратили у вазі, важливо збільшити вміст жирів і білків в своєму раціоні. До корисних продуктів належать фрукти та овочі, м›ясо і риба, бобові, горіхи, картопля і каші, рис, яйця.

Якщо у вас спостерігається нудота, тоді варто розділити прийоми їжі на маленькі порції і перекуси. Також, може допомогти повільне пережовування та невеликий відпочинок після їжі. Вільний одяг та свіже повітря можуть бути в нагоді.

Якщо у вас поганий апетит, вживайте ту їжу, яка вам подобається. Вам можуть сподобатись супи чи холодні салати, кислі фрукти, ягоди та овочі. Якщо страва виглядає привабливо і Ви гарно накрили на стіл, це може стимулювати апетит. Покращити його також можуть прогулянки на свіжому повітрі та регулярні вправи.

Вживайте достатньо рідини (близько 2 літрів на день), наприклад сік або воду. Не забувайте пити, особливо між прийомами їжі, щоб не навантажувати шлунок під час їжі.

Не слід вживати алкоголь під час лікування, оскільки він обтяжує роботу печінки. Протитуберкульозні препарати виводяться з організму через метаболізм у печінці. Алкоголь та протитуберкульозні препарати можуть мати комплексний вплив на вашу печінку. Це і буде причиною її навантаження, що призведе до вимушеної перерви у прийомі ліків.

Фізичні навантаження, відвідування школи та можливість працювати

По мірі покращення стану, ви почуватиметесь менш втомленим. На початку лікування не завадить більше відпочивати.

Виконуйте регулярні вправи для підтримки та покращення м›язової сили. Ви можете здійснювати щоденні прогулянки на свіжому повітрі, як тільки відчуєте, що маєте достатньо сили аби вийти на вулицю.

По мірі можливості, поступово додавайте фізичної активності.

Як тільки ви зміцнієте, ви можете відвідувати школу, працювати та бути активними. Зазвичай, це покращує настрій та стан. Якщо у вас важка фізична робота, ваш лікар перевірить вашу працездатність.

Соціальне життя

Туберкульоз та процес його лікування може викликати відчуття втоми, всілякі негативні емоції та поганий настрій.

Відкрите обговорювання і доступ до інформації на тему туберкульозу дадуть членам вашої родини та друзям можливість підтримати вас у період лікування.

Невеликі справи та завдання, які вам до душі, також сприятимуть вашому одужанню.

У кожного є свої шляхи і способи стати краще. Подумайте і запишіть ті речі і людей, які приносять вам силу і гарний настрій.

Секс

Під час лікування туберкульозу можна займатись сексом. Туберкульоз не передається через статевий акт та поцілунки.

Однак, на початку лікування ви можете бути настільки втомленим, що секс не буде вас цікавити. Варто повідомити про це партнера.

Протитуберкульозні препарати не впливають на чоловічу репродуктивну здатність. Рифампіцин знижує дію протизаплідних таблеток. Якщо ви жінка і використовуєте протизаплідні медикаменти, вам необхідно змінити методи контрацепції. Обговоріть це із лікарем.

Вагітність

Якщо ви плануєте вагітність, краще дочекатися завершення лікування. Коли ви здорові, у вас більше сил піклуватись про свою дитину.

Якщо ви вже завагітніли коли діагностували туберкульоз, буде сплановано відповідне лікування, а лікар-гінеколог спостерігатиме за вашим станом. Переконайтесь, що ви харчуєтесь добре і здорово.

Якщо лікування туберкульозу було успішним, мама може піклуватись своєю дитиною та нормально годувати її грудним молоком після пологів.

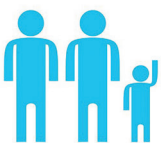
Якщо є ризик передачі туберкульозу від матері до дитини, тоді буде призначене превентивне лікування, аби попередити хворобу у дитини.

Ваша карта ресурсів

Корисне харчування

Друзі

Фізичні навантаження



Сім'я

Людина, яка піклуватиметься про вас впродовж лікування

Інші речі, які додають вам сили

Ілюстрації: kuvittajajuha.fi

Контактна інформація

Лікарня:

Поліклініка:

Додаткова інформація

FILHA 1907

TB tuberkuloosi.fi

mielenterveystalo.fi • syohyvaa.fi

Hengitysliitto