

# Туберкулозата (ТБ) – как се лекува?

Прочетете това.  
По този начин ще  
се излекувате.

Ще се излекувате ако  
взимате лекарствата си  
всеки ден по време на  
цялото лечение.

Вие не сте сами,  
ще се справим  
заедно!



Поставена Ви е диагноза туберкулоза (ТБ). Това е заболяване, което се причинява от бактерията *Mycobacterium tuberculosis*. Заболяването се разпространява от човек на човек по въздуха.

Лекарствата могат да унищожат туберкулозната бактерия. Ще се излекувате ако приемате лекарствата си, както е предписан от лекарят Ви, през цялото лечение.

**Тази брошура дава информация само за туберкулоза, която се причинява от бактерии, на които лекарствата им действат.** Ако се заразите с туберкулозна бактерия и се разболеете от туберкулоза:

- В повечето случаи, ТБ бактерията се повлиява от лекарствата. Това означава, че медикаментите могат да унищожат бактерията. Лечението започва с 4–5 лекарства обикновено за два-три месеца, като след това се намаляват до 2–3 до края. Лечението продължава около 6 месеца.
- В някои случаи, ТБ бактерията е устойчива към лекарствата. Едно лекарство може да стане неефективно и ако приемате медикаментите нередовно или ако има прекъсвания на лечението. При устойчивите бактерии се използва комбинация от 4–7 лекарства за около 2 години.

## Как протича лечението?

Лечението започва в болница. Ако отделяте туберкулозни бактерии, ще започнете приема на лекарства в изолационна стая. Лекарите ще изследват пробите от храчка, за да се уверят, че комбинацията от лекарствата е ефективна. Лечението продължава вкъщи, когато се установи, че вече няма рисък да заразите други хора.

Лечението започва обикновено с 4–5 медикамента. Необходимо е да приемате няколко различни лекарства, тъй като взети заедно са по-силни и ефективни в унищожаването на бактерията. Бактерията може да стане устойчива към някое от лекарствата. Тогава то не е вече ефективно. Бактериите се развиват бавно. Затова Вие трябва да приемате достатъчно дълго време, за да може всички бактерии да се унищожат и да се излекувате.

Лекарствата имат най-добър ефект ако се взимат на празен stomах, поне два часа след закуска. След приема им, може да се храните след около половин час.

Обикновено след 2–3 месеца от началото на лечението, Вашият доктор намалява броя на лекарствата. Важно е да ходите редовно на изследвания, за да може лекуващия персонал да следи за хода на лечението Ви и за евентуални странични действия от него. Дават се кръвни преби на всеки 1–2 месеца. Правят се няколко рентгенови снимки по време на лечението и в края.



## Не сте сами – ще Ви бъде оказана помощ по време на лечението

Приемането на лекарствата от всички туберколозни болни се наблюдава пряко от персонала, като при нужда им се оказва помощ и подкрепа. Лекуващият Ви персонал е отговорен за приема на лекарствата, общото Ви здравословно състояние и лечението Ви. Можете също така да посетите социалния работник и психиатричната сестра в болницата.

Когато взимате лекарствата, може да почувствате трудност или да забравите да ги вземете. Възможно е да има и странични ефекти от медикаментите. Ето защо медицинската сестра наблюдава здравословното Ви състояние и присъства, когато взимате лекарствата в болницата и също така след престоя Ви там. С нея се уговоряте как е най-удачно да се приемат медикаментите у дома, като тя ще Ви посещата 5–7 пъти в седмицата.

В зависимост от социалния Ви статус може да взимате лекарствата в приемния Ви кабинет, например, медицински кабинет в училище или медицински кабинет на работното място. Медицинската сестра, която прави домашни посещения може да Ви дава лекарствата и у дома, ако се чувствате отпаднали. Това се прави с цел да се

излекувате. Това предотвратява и възможността бактерията да стане резистентна към някое от лекарствата.

## Основни видове лекарства за туберкулоза

Следните лекарства са основни при лечение на туберкулоза, която може да се повлияе от медикаментите: изониазид (Tubilysin), рифампицин (Rimapen или Eremfat), пиразинамид (Tisamid), етанбутол (Oributol) и стрептомицин (Streptomycin tai Streptofatol). В някои случаи се използва левофлоксацин (Tavanic).

## Споделете цялата важна информация за Вашето здравословно състояние с Вашия лекар

Когато лекарят определя курса Ви на лечение и последващите стъпки, той/тя трябва да е ясно със следните неща:

- всички лекарства, органични продукти и хранителни добавки, които приемате
- съпътстващи заболявания
- алергии към медикаменти или определени съставки
- заболяване на черен дроб или бъбреци
- проблеми, свързани със слуха или зрението, напр. далтонизъм, намален слух или шум в ушите
- бременност и кърмене

### Не кашляйте в лицето на другите.



Когато кашляте, покривайте устата и носа си с кърпичка или се изкашляйте плътно в сгъвката на ръката (лакътя).

- +
- Изследвания за туберкулоза, болничните грижи, лекарствата, и последващото лечение са безплатни за пациента.
- +
- Медицинската сестра Ви осигурява лекарствата по време на целия период на лечение. С нея може да обсъждате нещата, свързани с лечението Ви, които Ви притесняват.
- +
- Необходимо е да посещавате Вашият лекар в болницата, за да може той да следи как протича лечението Ви.
- +
- Лекарят Ви преценява дали се налага промяна в лекарствата и кога спрете приема им.
- +
- Информирайте лекара и медицинската сестра за всякакви оплаквания, които имате, ако имате съмнения за странични ефекти от лекарствата.

## **Лекарствата могат да предизвикат странични ефекти**

Всеки човек има различна поносимост към медикаментите. През първите седмици на лечението, лекарствата могат да причинят странични ефекти, но те обикновено намаляват във времето. Дискомфорта на пациента от тези ефекти се облекчава с различни лекарства.

Най-често срещаните странични ефекти включват отпадналост, загуба на апетит и гадене. Промяна в храненето може да подобри апетита. Ако се наложи, може да се предпишат и лекарства против гадене.

Телесни течности като урина, сълзи, слюнка, сперма и секрет от вагината могат да се оцветят в червен цвят, заради приема на рифампицина. Това не трябва да Ви притеснява, защото е безвредно.

Ако получите обрив на кожата или тя ви сърби, може да нанасяте редовно подхранващ крем за кожа и да избягвате сапуни, които я изсушават. Ако се наложи, може да ползвате крем, съдържащ кортизон и антихистаминови препарати.

Други странични ефекти включват болки в ставите, стомашни болки или разстройство. Лекарят може да предпише болкоуспокояващи за облекчаване на болките в ставите. Стомашните и чревни проблеми могат да се облекчат с промяна в храненето, както и с продукти, съдържащи млечнокисела бактерия. Тези странични ефекти не са опасни.

Ако приемате изониазид, може да усетите боцкане или изтръпване на ръцете и краката. За да се избегнат тези ефекти, заедно с изониазида трябва да се приема и витамин B6. Необходимо е да се приема и витамин D, тъй като вследствие от неговата липса се забавя възстановяването.

Лекарствата за туберкулоза могат да раздръзнят или да нарушат и променят функциите на черния дроб. Поради тази причина е препоръчително да се избягва алкохола и употребата на медикаменти, които влияят на черния дроб (напр. парацетамол), както и билки и препарати от народната медицина и препарати.

## **Опасни странични ефекти?**

**Ако имате сериозни  
оплаквания, трябва  
незабавно да се свържете  
с медицинската сестра или  
лекарят Ви или спешина  
помощ (вижте гърба за  
контакти). В този случай,  
лекуващият персонал ще  
спре назначеното Ви  
лечение и ще прецени  
текущото Ви здравословно  
състояние.**

За сериозно иплаквания се считат:

- силни стомашни болки
- пожълтяване на склерата на очите или на кожата
- температура и увеличаваща се обща отпадналост
- обрив, който обхваща голяма част от тялото или промяна в лигавиците
- намалено зрение и възможност да се разграничават цветовете
- отслабване на слуха или световъртеж
- отделянето на урина намалява значително
- дезориентация
- болезненост в едното или и в двете ахилесови сухожилия
- неправилен сърдечен ритъм и гадене
- епилептични припадъци

# Как може да си помогнете сами, за да се излекувате?

## По време на болничния престой в изолационната стая

Поддържайте контакт със семейството и приятелите чрез социалните мрежи.

Посещенията са позволени, но не и от много хора. Не е препоръчително малки деца да идват на посещения, заради риска от разболяване от туберкулоза.

Донесете в изолационната стая неща/предмети, които носят стойност за Вас. Създайте си собствен режим.

Четете книги и списания, гледайте филми, следете за актуални новини в интернет, медитирайте.

Правете упражнения. Ако имате възможност се разхождайте.

Помолете да Ви осигурят любимите Ви напитки и храни.

## Лекарства

Вземайте предписаните Ви лекарства редовно. Не пропускайте доза дори и да се чувствате добре и да нямаете оплаквания.

Ако имате съмнения или забележите каквито и да било странични ефекти от лекарствата, свържете се с мед. сестрата или лекарят Ви.

Ако използвате лекарства без рецептa или болкоуспокояващи, моля, информирайте мед. сестрата или лекарят за това, за да са сигурни, че тези медикаменти не допринасят за страничните ефекти от лекарствата.

Не е препоръчително да планирате дълго пътуване по време на лечението. Бихте могли да пътувате някъде за по-кратко време, след като обсъдите това с мед. сестрата. Тогава

лекуващият Ви персонал ще планира лечението Ви предварително, за да няма никакви прекъсвания на приема.

## Апетит и хранене

Важно е да се храните добре, за да имате достатъчно енергия за възстановяването от заболяването.

Ако сте загубили значително тегло, от значение е да увеличите приема на мазнини и протеини. Яжте плодове, зеленчуци, риба, месо, зърнени храни, ядки, картофи, овесени ядки, ориз и яйца.

Ако Ви се гади, може да се храните с по-малки количества, но по-часто. Може да помогне ако дъвчете бавно храната и останете седнали след като сте приключили с храненето. Носенето на по-широки дрехи и свеж въздух могат също да помогнат.

Ако не Ви се яде, опитайте се да се храните с нещата, които обичате. Може да хапвате супи, салати или кисели плодове, горски плодове и зеленчуци. Ако сте сложили масата и храната изглежда апетитна, това може да подобри апетита. Разходка и редовни упражнения също помагат за това.

Пийте достатъчно (около 2 литра всеки ден) вода или сокове, но не по време на хранене. Не забравяйте да приемате течности между храненията, за да не се пълни стомахът само с напитки.

Не употребявайте алкохол по време на лечението, тъй като той натоварва черния дроб. Лекарствата за туберкулоза се изхвърлят от организма Ви чрез черния дроб. Алкохолът и лекарствата за туберкулоза могат да имат комбиниран ефект върху черния дроб. Това може да пренатовари черния дроб и да се наложи прекъсване на приема на медикаменти.

## **Физическо натоварване, ходене на училище и възможност да работите**

В процеса на подобрение, ще се чувствате все по-малко уморени. Добра идея е да си почивате повече в началото на лечението.

Спортувайте редовно, за да поддържате и подобрявате мускулите. Може да си правите разходки всеки ден тогава когато почувствате достатъчно добре да излезете навън.

Увеличавайте физическата активност постепенно, когато прецените.

Може да се върнете на училище или на работа, когато се почувствате и се храните добре. Това обикновено помага да се подобри настроението и цялостното Ви здравословно състояние. Ако работите тежка физическа работа, лекарят Ви ще прецени способността Ви да се върнете на работа.

## **Социален живот**

Туберкулозата и лечението ѝ могат да се отразят на начина, по който се чувствате и на настроението Ви.

Обсъждането на заболяването и информацията за него дава възможност на семейството и приятелите Ви да бъдат до Вас по време на лечението.

Правенето на неща, които Ви доставяват удоволствие също помагат за подобряването на здравословното Ви състояние.

Всеки има свои начини да се почувства по-добре. Помислете за тези неща и за хората, които ви носят радост и ви вдъхват кураж.

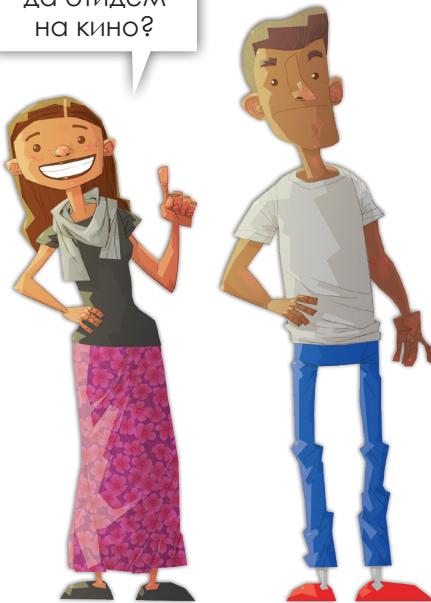
## **Секс**

Може да сте сексуално активни по време на лечението. Туберкулозата не се разпространява по полов път или чрез целувки.

Въпреки това, в началото на лечението може да сте прекалено уморени и да нямаете желание за секс. Добре е да споделите това с партньора си.

Лекарствата за туберкулоза не повлияват плодовитостта при мъжете. Рифампицин отслабва действието на противозачатъчните. Ако ползвате такива трябва да използвате друг начин за предпазване от бременност. Обсъдете този въпрос с лекаря си.

Здравей,  
искаш ли  
да отидем  
на кино?



## Бременност

Ако планирате бременност е по-добре да изчакате лечението ви да приключи. Когато сте здрава, ще имате повече сили да се грижите за бебето.

Ако сте бременна и сте диагностицирана с туберкулоза, лечението ви ще бъде съобразено с това, а гинекологът ви ще следи състоянието ви. Хранете се добре и здравословно.

Ако лечението на ТБ премине успешно, майката може да се грижи за детето си и да го кърми след раждането.

Ако туберкулозата на майката е заразна по време на раждането, на новороденото се изписват лекарства, за да се предотврати разболяване.

## Вашите ресурси



Здравословна храна



Приятели



Спорт



Някой, който да окаже подкрепа по време на лечението



Семейство



Други неща, които ви вдъхват сили и кураж

Контакти

Болница:

Приемен кабинет:



Допълнителна  
информация:



TB  
**tuberkuloosi.fi**  
mielenterveystalo.fi • syohyvaa.fi



**Hengitysliitto**