

مرض السل (TB) - كيف نتعامل معه؟

اقرا هذا. هنا كيف
سيتم علاجك.

ستعافي إذا تناولت أدويةك كل
يوم خلال فترة العلاج بأكملها.

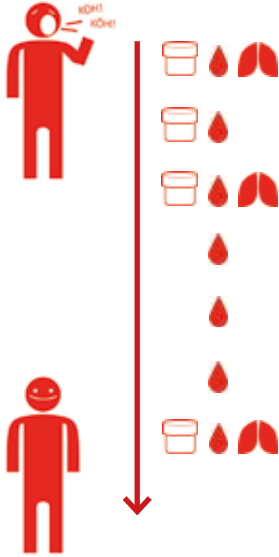
أنت لست وحدك ،
فلنفعل ذلك معًا!



تعمل الأدوية بشكل أفضل إذا تناولتها على معدة فارغة ، عادة بعد حوالي ساعتين من الإفطار. بعد تناول أدويةك ، يمكنك تناول الطعام مرة أخرى بعد حوالي نصف ساعة.

عادة بعد 2-3 أشهر من العلاج سيقبل طبيبك من عدد الأدوية. تقوم بزيارة المستشفى بانتظام حتى يتمكن الطاقم الصحي من متابعة علاجك وتأثيره على صحتك. يجب عليك إعطاء عينات دم كل شهر إلى شهرين. ستخضع للأشعة السينية عدة مرات أثناء العلاج وفي نهايته.

أخبر ممرضتك عن شعورك (حالتك).



- عينة البلغم
- عينات من الدم
- الأشعة السينية للصدر

تم تشخيص إصابتك بالسل (TB). الذي تسببه بكتيريا تسمى المتفطرة السلية. ينتقل المرض من شخص لآخر عن طريق الهواء.

يمكن للأدوية تدمير بكتيريا السل. سوف تتعافى إذا تناولت أدويةك حسب تعليمات طبيبك طوال فترة العلاج.

تحكي هذه النشرة فقط عن علاج السل الحساس للأدوية.

إذا أصبت ببكتيريا السل وأصبحت ممرض النشط:

- في معظم الحالات ، تكون بكتيريا السل غير مقاومة (حساسة) لأدوية السل. تعني الحساسية: وهي بأن جميع أدوية السل يمكن أن تقتل البكتيريا. يبدأ العلاج بمزيج من 4-5 أدوية ويستمر بـ 2-3 أدوية حتى النهاية. العلاج يستمر حوالي 6 أشهر.
- في بعض الحالات تكون بكتيريا السل مقاومة لأدوية السل. يمكنك أيضًا الحصول على مرض السل المقاوم للأدوية إذا كان الدواء الخاص بك غير منظم أو إذا كان هناك عدة انقطاعات. يشمل العلاج مزيجًا من 4-7 أدوية. العلاج يستمر حوالي سنتين.

كيف يستمر العلاج؟

يبدأ العلاج في المستشفى. إذا كان مرض السل الخاص بك يمكن أن ينتشر للآخرين ، فسوف يبدأ علاجك في غرفة العزل. في نفس الوقت ، سيقوم الطاقم الصحي بدراسة عينات البلغم للتأكد من أن مجموعة الأدوية الخاصة بك فعالة. عندما لا يكون هناك خطر إصابة الآخرين بالعدوى وتشعر بتحسن ، يستمر الدواء في المنزل.

يبدأ العلاج عادة بـ 4-5 أدوية. ستحتاج إلى تناول العديد من الأدوية المختلفة لأن الأدوية معًا أقوى في قتل البكتيريا. يمكن للبكتيريا أن تبني مقاومة لدواء معين ومن ثم لم يعد هذا الدواء مفيدًا بعد الآن. تنمو بعض البكتيريا ببطء وليس كثيرًا. يجب أن تأخذ الأدوية لفترة كافية حتى تموت جميع البكتيريا وتشفى.

لست وحدك - ستحصل على الدعم أثناء العلاج.

يحق لجميع مرضى السل الحصول على علاج خاضع للمراقبة المباشرة بدعم وتوجيه. طبيبك وممرضاتك مسؤولون عن أدويةك وسلامتك وعلاجك. يمكنك أيضاً زيارة أخصائي اجتماعي وممرضة نفسية في المستشفى.

قد يكون تناول الأدوية في بعض الأحيان صعباً أو قد تنسى تناولها. قد تحصل أيضاً على آثار جانبية من الأدوية. هذا هو السبب في أن ممرضتك ستراقب ما تشعر به وستكون ممرضتك حاضرة عند تناول الأدوية في المستشفى وأيضاً بعد فترة المستشفى. ستوافق أنت وممرضتك على كيفية تناول الأدوية في المنزل. عادة ستلتقي بممرضتك 5-7 مرات في الأسبوع.

اعتماداً على وضع حياتك ، يمكنك الذهاب لتناول الأدوية في مركز الصحي أو ، على سبيل المثال ، في الرعاية الصحية المدرسية أو الرعاية الصحية المهنية. يمكن لممرضة الرعاية المنزلية أن تعطيك الأدوية في المنزل إذا كانت حالتك ضعيفة. يتم ذلك للتأكد من شفاءك. في الوقت نفسه ، سيمنع هذا البكتيريا من أن تصبح مقاومة للأدوية.

الأدوية الأساسية لعلاج السل

تُستخدم الأدوية الأساسية التالية لعلاج السل الحساس للأدوية: إيزونيازيد (اسم العلامة التجارية توبيليسين) ، ريفامبيسين (ريمابين أو إيرمفات) ، بزازيناميد (تيساميد) ، إيثامبوتول (أوريوتول) جا سترينومايسين (سترينومايسين تاي سترينوفاتول). في بعض الحالات ، يستخدم ليفوفلوكساسين (تافانيك) أيضاً.

أخبر طبيبك بكل المعلومات المهمة عنك.

عندما يخطط طبيبك لدوائك والمتابعة ، يجب أن يعرف الأشياء التالية عنك:

- أسماء جميع الأدوية والمنتجات العضوية والمكملات الغذائية التي تستخدمها
- كل الأمراض المشخصة
- الحساسية للأدوية التي تم تحديدها مسبقاً
- خلل في وظائف الكبد أو الكلى
- مشاكل تم تحديدها مسبقاً في الرؤية أو السمع ، مثل عمى الألوان أو ضعف السمع أو الرنين في الأذنين
- الحمل والرضاعة

+ فحوصات مرض السل والرعاية في المستشفى والأدوية وزيارات المتابعة مجانية لك.

+ تعطيك ممرضتك الأدوية وستدعمك طوال فترة العلاج. يمكنك إخبار ممرضتك بما تشعر به وبشأن أي أمور أخرى قد تقلقك.

+ ستزور طبيبك في المستشفى لفحص تقدم العلاج.

+ يقرر طبيبك التغييرات المحتملة في أدويةك و متى تتوقف عن تناول الأدوية.

+ أخبر الممرض والطبيب عن جميع الأعراض التي تعاني منها وفي أي وقت إذا كنت تشك في أنك تعاني من آثار جانبية من الأدوية.

لا تسعل على الآخرين.



عند السعال ، غط فمك وأنفك بمنديل أو اسعل في أعلى ذراعك بإحكام.

قد يسبب الدواء آثارًا جانبية

كل شخص يتحمل الدواء بشكل مختلف. خلال الأسابيع الأولى من العلاج ، يمكن أن يتسبب الدواء في كثير من الأحيان في آثار جانبية ولكنها عادة ما تكون أكثر اعتدالًا عندما يستمر العلاج. من الممكن مساعدة مريض يعاني من آثار جانبية بأفعال (نشاطات) وأدوية مختلفة.

الآثار الجانبية الأكثر شيوعًا هي التعب وضعف الشهية والغثيان. يمكن للتغييرات في النظام الغذائي أن تجعل شهيتك أفضل. إذا لزم الأمر ، يمكن إعطاؤك أدوية مضادة للغثيان.

سوائل الجسم مثل البول والدموع واللعاب والحيوانات المنوية والسوائل من المهبل يمكن أن تتحول إلى اللون الأحمر بسبب اللون الأحمر في ريفامبيسين. هذا غير ضار.

إذا أصبت بطفح جلدي أو حكة في الجلد ، يمكنك وضع اللوشن بانتظام على بشرتك وتجنب الصابون الذي يجفف بشرتك. إذا لزم الأمر ، يمكنك استخدام غسول الكورتيزون وأدوية مضادات الهيستامين.

تشمل الآثار الجانبية المحتملة الأخرى آلام المفاصل والتورم ومشاكل في المعدة والبراز الرخو. يمكن للطبيب أن يصف المسكنات لعلاج وتخفيف مشاكل المفاصل. يمكن التخفيف من مشاكل المعدة والأمعاء بتغيير النظام الغذائي والألياف وكذلك منتجات بكتيريا حمض اللاكتيك. هذه الآثار الجانبية ليست خطيرة.

أثناء تناول أيزونيازيد ، قد تشعر بوخز أو تنميل في يديك أو قدميك. يتم منع هذه الأعراض عن طريق إعطاء فيتامين ب 6 دائمًا مع أيزونيازيد. تحتاج أيضًا إلى مكمل فيتامين (د) لأن نقص فيتامين (د) يبطئ من تعافيك.

يمكن لأدوية السل أن تهيج وظائف الكبد وتضعفها. هذا هو السبب في أنه أثناء العلاج يجب تجنب الكحول واستخدام الأدوية التي تؤثر على الكبد (على سبيل المثال ، مسكن الأم الباراسيتامول) والأدوية والعلاجات الطبيعية.

آثار جانبية خطيرة؟

إذا كانت لديك آثار جانبية خطيرة ، فاتصل بالممرض أو الطبيب أو الرعاية الطارئة على الفور (انظر الصفحة الخلفية للحصول على معلومات الاتصال). في هذه الحالة ، سيقوم الطاقم الصحي بقطع الأدوية الخاصة بك وتقييم حالتك دون تأخير

تشمل هذه الأعراض:

- آلام شديدة في المعدة
- يتحول لون بياض العينين أو الجلد إلى اللون الأصفر
- الحمى والامراض العامة
- طفح جلدي منتشر أو تغيرات في الأغشية المخاطية
- ضعف دقة الرؤية والقدرة على تمييز الألوان
- ضعف السمع أو أعراض الدوخة الواضحة
- يتباطأ إفراز البول بشكل كبير
- يشعر بالارتباك
- ألم وتر العرقوب (الجزء الخلفي من القدم فوق الكاحل) في قدم واحدة أو كلا القدمين
- الشعور بعدم انتظام ضربات القلب والغثيان
- نوبة صرع.

كيف يمكنك أن تساعد نفسك على الشفاء؟

أثناء الرعاية في المستشفى في غرفة العزل

الشهية والطعام

من المهم أن تأكل جيداً حتى يحصل جسمك على الطاقة الكافية للتعافي من المرض.

إذا كنت قد فقدت الكثير من الوزن ، فمن المهم زيادة محتوى الدهون والبروتين في نظامك الغذائي. تشمل الأطعمة الجيدة الخضروات والفواكه والأسماك واللحوم والفاصوليا والمكسرات والبطاطس والعصيدة والأرز والبيض.

إذا كنت تعاني من الغثيان ، يجب أن تتناول عدة وجبات صغيرة ووجبات خفيفة. يمكن أن يساعدك أيضًا إذا كنت تأكل الطعام وتمضغه ببطء وتظل جالسًا لفترة من الوقت بعد الوجبة. يمكن أن تساعد الملابس الفضفاضة والهواء النقي أيضًا.

إذا كنت تعاني من ضعف الشهية ، فتناول الأطباق التي تريدها. قد تفضل الحساء أو السلطات الباردة أو الفواكه الحامضة والتوت والخضروات. إذا كان طعامك يبدو جذابًا وقمت بإعداد الطاولة بشكل جميل ، يمكن أن يحسن شهيتك. وكذلك المشي في الهواء الطلق وممارسة الرياضة بانتظام.

اشرب كمية كافية (حوالي 2 لتر في اليوم ، على سبيل المثال ، من الماء وعصائر الفواكه). احرص على الشرب خاصة بين الوجبات حتى لا يملأ الشرب معدتك. لا تشرب الكحول أثناء تناول الدواء لأن الكحول سوف يجهد الكبد.

تترك أدوية السل نظامك (يتخلص منها جسديك) من خلال عملية التمثيل الغذائي للكبد. يمكن أن يكون للكحول وعقاقير السل تأثير مشترك على الكبد. يمكن أن يؤدي ذلك إلى إجهاد الكبد وقد تحتاج إلى أخذ استراحة من الدواء.

حافظ على الاتصال بأفراد الأسرة والأصدقاء الآخرين ، على سبيل المثال ، من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.

يُسمح بالزيارات ولكن لا يُنصح بزيارات المجموعات الكبيرة. لا يُسمح دائماً للأطفال الصغار بالزيارة ، وذلك لحماية الأطفال من مرض السل.

أحضر بعض الأشياء المهمة الخاصة بك إلى غرفة العزل. اصنع روتينك اليومي.

اقرأ الكتب والمجلات ، وشاهد الأفلام ، وابق على اطلاع دائم على الإنترنت ، وتأمل.

مارس تمارين العضلات. قم بالسير في الهواء الطلق إذا كان ذلك ممكناً.

اطلب وتناول طعامك ومشروباتك المفضلة.

الدواء

تناول جميع الأدوية بانتظام. لا تفوت الجرعات حتى لو كنت بصحة جيدة ولا تشعر بأي أعراض للمرض.

إذا كنت تشك أو لاحظت أي آثار جانبية للأدوية ، فأخبر الممرضة أو الطبيب دائماً.

إذا كنت تتناول أدوية بدون وصفة طبية (أدوية تباع مباشرة للمستهلك بدون وصفة طبية) أو مسكنات ، أخبر ممرضتك أو طبيبك حتى يتمكنوا من التأكد من أن هذه الأدوية لا تزيد من خطر دواء مرض السل.

من الأفضل عدم التخطيط لرحلة سفر طويلة أثناء العلاج. ناقش الرحلات القصيرة مع ممرضتك مسبقاً. يمكن للطبيب بعد ذلك التخطيط للأدوية مقدماً حتى لا تكون هناك فترات راحة.

ممارسة الرياضة البدنية والذهاب إلى المدرسة والقدرة على العمل

الجنس

تستطيع أن تمارس الجنس أثناء علاجك من مرض السل. لا ينتشر مرض السل عن طريق الاتصال الجنسي أو التقبيل.

ومع ذلك ، في بداية العلاج ، قد تشعر بالتعب لدرجة أن الجنس لا يثير اهتمامك. من الجيد أن تخبر شريكك بهذا.

لا تؤثر أدوية السل على خصوبة الرجل. يجعل الريفامبيسين حبوب منع الحمل أقل فعالية. إذا كنتِ امرأة وتستخدمين حبوب منع الحمل ، فأنت بحاجة إلى تغيير طريقة منع الحمل. ناقشي هذا مع طبيبك.

كلما تحسنت ، ستشعر بتعب أقل وأقل. إنها فكرة جيدة أن تستريح في بداية العلاج.

قم بتمارين منتظمة للحفاظ على قوة عضلاتك وتحسينها. من الممكن أن تمشي ببطء كل يوم بمجرد أن تشعر بالقوة الكافية للخروج في الهواء الطلق.

أضف نشاطاً بدنياً شيئاً فشيئاً عندما تشعر بالرغبة في ذلك.

يمكنك الذهاب إلى المدرسة أو العمل بمجرد أن تصبح قوياً بما يكفي لتناول الطعام وممارسة النشاطات. هذا عادة ما يجعل مزاجك أفضل ويساعدك على التحسن. إذا كان لديك عمل بدني ثقيل ، فسيقوم طبيبك بفحص قدرتك على العمل.

الحياة الاجتماعية

يمكن أن يسبب السل وعلاجه التعب وجميع أنواع المشاعر وتدهور المزاج.

ستوفر المناقشة المفتوحة والمعلومات حول مرض السل لأفراد عائلتك وأصدقائك فرصة لدعمك أثناء العلاج.

الأنشطة والمهام الصغيرة التي تجلب لك السعادة ستساعدك أيضاً على التعافي.

كل شخص لديه طرقه ووسائله الخاصة للتحسن. فكر واكتب تلك الأشياء والأشخاص الذين يجلبون لك القوة والمشاعر الجيدة.

مرحباً ، دعنا نذهب إلى السينما؟



الحمل

إذا سار علاج السل بشكل جيد ، فقد تعتني الأم بطفلها وترضع بشكل طبيعي بعد الولادة.

إذا كان مرض السل ينتشر أثناء الولادة ، فسيتم إعطاء المولود دواءً للوقاية من مرض السل.

إذا كنتِ تخططين للحمل ، فمن الأفضل الانتظار حتى انتهاء علاجك من مرض السل. عندما تكون بصحة جيدة ، يكون لديك المزيد من القوة لرعاية طفلك.

إذا كنتِ حاملاً بالفعل عند تشخيص مرض السل ، فسيتم التخطيط للعلاج الطبي وفقاً لذلك ، وسيتابع طبيب أمراض النساء حالتك. تأكد من أنك تأكلين بشكل جيد وصحي.

Your resource map



الطعام الصحي



أصحاب



التمارين الجسدية



شخص داعم لأدوية السل



أسرة

أشياء أخرى تعطيكَ القوة



معلومات التواصل:

المستشفى:

المركز الصحي:



معلومات اضافية:



mielenterveystalo.fi • syohyvaa.fi



 Hengitysliitto