

Исправленное издание 2010 года

Туберкулез! Тем не менее, не беспокойтесь

Вниманию проходящих курс лечения и членам их семьи

Норико Кобаяси

Фонд общественного блага "Японская антитуберкулезная ассоциация"

Туберкулез

Туберкулез!? Тем не менее, **НЕ БЕСПОКОЙТЕСЬ** Вниманию проходящих курс лечения и членам их семьи

Что? Туберкулез? Наверное, у Вас и членов Вашей семьи ужасное состояние. Туберкулез – это исстари известная болезнь.

Каждый год примерно 25 тысяч заболевших туберкулезом направляют в противотуберкулезные диспансеры, и для более 2000 человек это заканчивается летальным исходом. Поэтому туберкулез в современной Японии считается наиболее распространенной инфекционной болезнью. В 1999 году правительство выпустило обращение "О чрезмерных мерах против туберкулеза", форсировав тем усиление мероприятий со стороны всех заинтересованных сторон. После этого число болеющих туберкулезом уменьшилось. Однако возникли новые проблемы в виде появления бактерий, устойчивых к медикаментам, появления новых заболеваний у молодого поколения, а также последовательности инфицирования в местах скопления людей с неопределенными занятиями. В апреле 2007 года были объединены "Закон о предотвращении заболевания туберкулезом" в "Закон об инфекционных болезнях", что позволило повысить эффективность объединенных противотуберкулезных усилий.

Важнейшим мероприятием против туберкулеза во всем мире является лечение выявленного больного.

Ведутся исследования по методам лечения. В настоящее время уже стало общепринятым, что "лечение завершается в течение 6-ти месяцев". Создаются системы по оказанию помощи заболевшим в виде лечебных учреждений и противотуберкулезных диспансеров с гарантированным регулярным приемом медикаментов.

Задачей данной брошюры является приближение хотя бы на один день Вашего полного выздоровления. Брошюра составлена так, чтобы помочь Вам найти ответы на Ваши сомнения и беспокойства и построить для Вас систему минимальных необходимых знаний касательно туберкулеза, а также создать "Записную книжку DOTS" с регистрацией важнейших элементов лечения. Автор будет искренне счастлива, если ее брошюра окажется для Вас полезной.

Председатель Отдела оказания помощи и содействия, НИИ туберкулеза, Японская
антитуберкулезная ассоциация.

Норико Кобаяси

Туберкулез

Содержание

1. 1 Каким образом возникает туберкулез?

- Туберкулез – инфекционное заболевание, возникающее при вдыхании туберкулезных палочек
- Заболевание легко возникает при ослабленном иммунитете
- Даже при инфицировании заболевание может не произойти

2. 2 Как со здоровьем людей из Вашего окружения?

- Может быть, Вы являетесь источником инфицирования ...
- Начнем с медосмотра Вашей семьи
- Содержание медосмотра
- В случае подозрения на туберкулезную инфекцию

3. 3 В диспансере можно получать консультацию по туберкулезу

- Получение консультации у мед-брата или -сестры диспансера
- Государственные расходы на лечение

4. 4 Самое важное при лечении туберкулеза

1 Виды лекарств и продолжительность их приема при туберкулезе

- Прием нескольких лекарств в течение 6 - 9 месяцев
- Будьте внимательны к побочным действиям лекарств

2 Основные принципы лечения - регулярный прием лекарств

- Прерывание принимать лекарства и самолечение нерегулярного приема ведет к созданию невосприимчивых к лекарству бактерий
- Вылечивание туберкулеза с помощью DOTS
- Заболевшие в легкой форме могут прекращать прием лекарства?

Представляю себя, ежедневно продолжающего принимать лекарства

"Записная книжка DOTS"

Записи в течение 9-ти месяцев от начала заболевания

"О проверке состояния здоровья после того, как Вы закончили принимать
лекарства"

Каким образом?

Почему происходит заболевание?

Туберкулез является инфекционной болезнью, переносимой при вдыхании туберкулезных палочек.

Туберкулезные палочки под оптическим микроскопом

Итак, при вдыхании туберкулезных палочек в каком-нибудь месте и от какого-либо человека, они попадают в легкие и начинают размножаться.

Туберкулез начинается с признаков, похожих на простудные заболевания: кашель, отхаркивание, вялость и т.д. С развитием заболевания в отхаркивании начинают выделяться туберкулезные палочки. Туберкулезные палочки больного содержатся в брызгах его кашля и чихания. Такие брызги – очень маленького размера, невидимые глазом, при кашле могут разлетаться на расстояние до 1,5 м, а при чихании – до 3,5 м. Таким образом, туберкулез может передаваться от человека к человеку. Туберкулез передается воздушной инфекцией.

Туберкулезные палочки – это маленькая бактерия длиной 1 – 4 мкм (микрон равен одной тысячной миллиметра) и толщиной 0,3 мкм. Эта бактерия, покрытая восковой пленкой, отличается высокой сопротивляемостью. На деление одной бактерии требуется 10 – 15 часов.

Способы передачи туберкулезных палочек

Заболевание легко возникает при ослабленном иммунитете

в такой ситуации, где иммунитет организма падает при физическом переутомлении или ведении неупорядоченного образа жизни. Вдыхание туберкулезных палочек может легко привести к заболеванию.

Наряду с этим, необходимо проявлять осторожность следующим лицам.

Лицам, страдающим сахарным диабетом, язвой желудка, после резекции желудка, страдающим почечными болезнями, например, почечной недостаточностью, пневмокониозом, принимающим гормоны при заболевании коры надпочечной железы/принимающим противораковые препараты, после сильного нервного стресса, в случае ВИЧ-заболевания.

Даже при инфицировании заболевание может не произойти

Даже после начала размножения туберкулезных палочек в легких, попавших туда при вдыхании, болезнь может и не возникнуть. Туберкулезные палочки вскоре подавляются защитными силами организма. Даже после вдыхания туберкулезных палочек заболевают примерно в двух случаях из десяти.

Бывает, что после попадания инфекции болезнь проявляется в виде заболевания первичной инфекцией - уже через короткое время. Бывает, что после попадания инфекции развивается заболевание вторичной инфекцией - через продолжительное время. Заболевание первичной инфекцией наблюдается у людей со слабой сопротивляемостью и при вдыхании большого количества туберкулезных палочек. Чаще это происходит у детей и молодых людей. Что касается заболевания вторичной инфекцией, то туберкулезные палочки в этом случае тихо "спят" где-нибудь в легких (заболевание не проявляется) и только по истечении нескольких лет по какой-либо причине они "просыпаются" и вторично активизируются. Такое часто наблюдается у пожилых людей.

0,5 – 2 года

Форма заболевания первичной инфекцией

5, 10, 20 лет

Форма заболевания вторичной инфекцией

Здоровье

Как со здоровьем у людей из Вашего окружения?

Может быть, Вы являетесь источником инфекции?

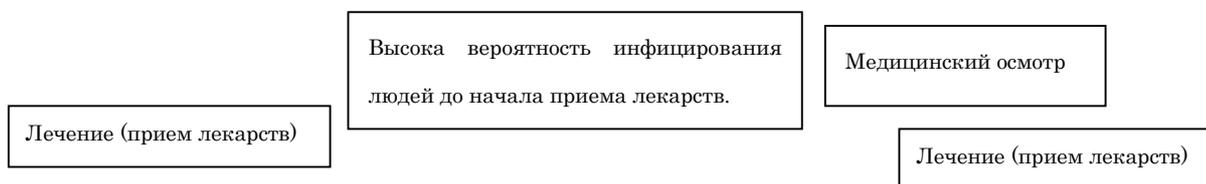
В том случае, когда болезнь развивается с наличием туберкулезных палочек в отхаркивающей мокроте, существует вероятность, что Вы можете кого-нибудь

Начнем с медицинского осмотра семьи

Когда Вы начинаете пить противотуберкулезные лекарства, уменьшается кашель, и в мокроте сокращается количество туберкулезных палочек. Высокая вероятность инфицирования других людей существует до медицинского осмотра на выявление туберкулеза и до начала приема антитуберкулезных лекарств. Припомните – когда у Вас начался кашель, порекомендуйте лицам, с которыми Вы после этого часто контактировали, пройти медицинский осмотр.

Прежде всего, следует начать с медицинского осмотра Вашей семьи. Порекомендуйте немедленно пройти осмотр детям и лицам со слабым здоровьем, которые не делали прививки БЦЖ.

Период высокой опасности инфицирования



Кашель, отхаркивание

Туберкулезные палочки

Нет

Мало Сравнительно много Много Очень много Много Мало

Регистрация результатов осмотра семьи

Запишем результаты
медицинского осмотра семьи

Содержание медицинского осмотра

Медицинский осмотр можно выполнять в диспансерах. Содержание осмотра, его время и число таких осмотров определяется в зависимости от возраста и количества бактерий в выделениях. О содержании осмотра и своих беспокойствах можно переговорить с врачом диспансера.

При наличии подозрения в заражении туберкулезом

По результатам осмотра, при наличии подозрений на туберкулез можно в течение 6-ти месяцев в качестве профилактики принимать изониазид. Это профилактическое средство, поэтому никакие ограничения, в частности, на жизнедеятельность не накладываются.

Рентгеноскопия грудной клетки

Это исследование на основе анализа рентгеновского снимка легких показывают – есть ли заболевание туберкулезом.

Исследование реакции на туберкулин

Тест QFT

Этот тест показывает – существует ли инфицирование туберкулезом

Поддержка

В диспансере можно получать консультацию по туберкулезу

Получение консультации у
медбрата или -сестры
диспансера

В диспансере можно получить консультацию касательно Вашего лечения и здоровья Вашей семьи. Врач диспансера, кто поставил Вам диагноз заболевания туберкулезом, должен немедленно делать заявление на заболевание. На основании такой заявление, Вас посетит ответственный медбрат или -сестра. Он/она с Вами побеседует и определит дальнейшие действия. Помимо лечения, с ним или ней можно проконсультироваться и по другим, касающихся туберкулеза, вопросам.

Государственные расходы на лечение

Для надежного продолжения лечения туберкулеза, частичные расходы на себя берет государство. Заявитель (сам или его опекун) вместе с лечащим врачом заполняет необходимые графы в заявлении и вместе с рентгеновским снимком передает в диспансер. Далее форму заявления можно получить в лечащей больнице.

Медицина

Самое важное при лечении туберкулеза

Туберкулез – это болезнь, которое лечится продолжением приема лекарств до конца.

Ключ к выздоровлению – это лекарства, которые находятся у Вас под рукой

1 Виды лекарств и продолжительность их приема при туберкулезе

Прием нескольких лекарств в течение 6 - 9 месяцев

Устойчивость*: бактерии обладают сильным сопротивлением к лекарствам и эффективность лекарств теряется.

Виды лекарств и продолжительность их приема определяется тем – есть ли в мокроте туберкулезные палочки. Типичными лекарствами являются изониазид (INH), рифампицин (RFP), этамбутол (EB), стрептомицин (SM), пипразинамид (PZA). Лечащиеся впервые лица, после приема нескольких лекарств в течение 6 – 9 месяцев, вылечиваются полностью с практическим отсутствием вторичных заболеваний.

Если принимать только один вид лекарства, к нему возникает устойчивость*.

В таком случае в начальный период, когда активно размножаются туберкулезные палочки, производится лечение несколькими лекарствами с помощью их совместного эффекта. Ниже приводятся 2 часто применяемые способа лечения.

При одновременном течении других болезней, например, сахарного диабета, а также при повторном лечении, бывает, что продолжительность лечения удлиняется.

Лечение обычно протекающего туберкулеза

9 месяцев

Какие лекарства Вы принимаете?

Будьте внимательны к побочным действиям лекарств

Противотуберкулезные лекарства принимаются в течение продолжительного времени, поэтому бывает, что возникают побочные эффекты. Основные побочные эффекты приведены ниже в таблице. Если появятся подозрения на побочные эффекты,

Что такое побочные эффекты?

проконсультируйтесь с врачом. Если Вы решите самостоятельно прекратить прием лекарств, у туберкулезной палочки может возникнуть устойчивость.

Причем, в случае PZA в редких случаях может развиваться гепатит. Поэтому, если "пропадет аппетит", "пожелтеет кожа", "появится тошнота" и реально появится рвота, то прием лекарства следует прекратить и немедленно обратиться к врачу. Сведения о побочных эффектах можно заранее получить у врача, фармаколога или уходящего (ей) за больными. Так что, при возникновении беспокойства обращайтесь к ним, не колеблясь.

Основные побочные эффекты лекарств

Наименование лекарства	Побочный эффект
Изониазид (INH)	Онемение кончиков пальцев, неустойчивый аппетит, гепатит
Рифампицин (RFP)	Гепатит, проблемы с желудком и кишечником, аллергия (появление сыпи, зуд)
Стрептомицин (SM)	Головокружение, звон, шум в ушах
Этамбутол (EB)	Ухудшение зрения, онемение кожи, сужение поля зрения
Пиразинамид (PZA)	Гепатит (тошнота, неустойчивый аппетит, желтуха, боль в суставах)

2 Основные принципы лечения - регулярный прием лекарств

Важнейший фактор лечения туберкулеза – это непрерывный ежедневный прием лекарств.

При соблюдении этого, а также при нормальном питании и в спокойной обстановке этого будет достаточно для излечения.

Прерывание принимать лекарства и самолечение

нерегулярного приема ведет к созданию невосприимчивых к лекарству бактерий

Через некоторое время после начала приема лекарств ситуация с кашлем и невысокой температурой начинает исправляться. Если в это время поспешно решить, что Вы "уже вылечились" и прекратить принимать лекарства, то после этого, даже, если Вы начнете принимать лекарства снова, туберкулезные палочки появятся опять, и бывает, что лекарства против них становятся неэффективными.

Ежедневный прием лекарств, даже, если ситуация с излечением не изменяется, это очень важное условие. Причем, если дело пошло на поправку, это означает только то, что туберкулезные палочки ослабли.

Поэтому, если прекратить прием лекарств, бактерии снова начнут размножаться.

Вылечивание туберкулеза с помощью DOTS

Курс распространенной во всем мире ускоренной амбулаторной терапии, проходящий под непосредственным наблюдением врача или уходящего(ей) за больными (Directly Observed Treatment Short course - DOTS), повышает эффективность лечения. В Японии прием лекарств при поступлении в больницы также выполняется под наблюдением уходящего(ей) за больными. После выписки из больницы прием лекарств продолжается под наблюдением врача диспансера и местных помощников.

Раз образуется резистентный штамм, те же лекарства при втором случае не используются. Лекарства следует продолжать принимать до команды врача "Вы излечились. В диспансере Вам будут оказывать помощь до окончания приема лекарств.

Заболевшие в легкой форме могут прекращать прием лекарства?

По результатам исследований, туберкулезные больные, обнаруженные при регулярных медицинских осмотрах могут чаще прекращать прием лекарств до окончания курса лечения в сравнении с другими больными. Об этом говорят, что при легкой форме

лечения болезни, когда отсутствуют субъективные симптомы, "из-за непонимания важности лечения наступает расслабление".

"Из-за прекращения приема лекарств продолжительность лечения увеличивается". Этого не следует допускать.

Представляю себя, ежедневно продолжающего принимать лекарства

Поясним способы непрерывного приема лекарств. Прежде всего, вспомните свой повседневный образ жизни и представьте себе, как Вы принимаете лекарства. Попробуйте спрогнозировать ситуацию с причинами, по которым Вы можете забыть о приеме лекарств. Заранее примите меры, чтобы это не происходило.

1 Важно, чтобы в течение суток принимать суточную дозу. В каком временном интервале труднее всего забыть об этом?

2 Положите суточную дозу лекарств в прозрачный пакет или в имеющуюся в продаже пакет и оставьте это на легко заметном месте, например, на столе.

3 Выполним ежедневную регистрацию приема лекарств и проверим это. На последующих страницах приведена записная книжка DOTS.

Воспользуемся ею.

4 Мед-брат или -сестра диспансера подскажет Вам об продолжении приема лекарств. На основании "Записной книжки DOTS" можно получать полезные рекомендации.

Записная книжка DOTS

- Дата начала приема лекарств: год/месяц/день
- Дата завершения приема лекарств: год/месяц/день

Туберкулез

Наши заметки

Совместными
усилиями
окажем помощь
в лечении!

Наименование лечебного учреждения	
Адрес для связи	
Главный врач	
Уходящий(ая) за больными	

Наименование диспансера	
Адрес для связи	
Мед-брат или -сестра диспансера	

Записи в течение 1 месяца после начала лечения

* Для принимаемого лекарства поставим значок "○"

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Результаты анализа сообщить главному врачу и внести в эту книжку.

Записи в течение 2-го месяца

* Болезнь находится в стадии лечения. Это еще не означает, что она вылечена. Лечение следует продолжать. Прием PZA закончить через 2 месяца с начала.

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
31								
32								
33								
34								
35								
36								
37								
38								
39								
40								
41								
42								
43								
44								
45								
46								
47								
48								
49								
50								
51								
52								
53								
54								
55								
56								
57								
58								
59								
60								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Записи в течение 3-го месяца

* Туберкулезные палочки в мокроте отсутствуют. Тем не менее, в легких они еще продолжают жить.

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
61								
62								
63								
64								
65								
66								
67								
68								
69								
70								
71								
72								
73								
74								
75								
76								
77								
78								
79								
80								
81								
82								
83								
84								
85								
86								
87								
88								
89								
90								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Записи в течение 4-го месяца

Для лиц с отсутствием выделений мокроты, лечение можно прекратить.

1 Смочить горло теплой водой. 2 Сделать 10 глубоких вдохов

3. Энергично прокашляться с выделением мокроты.

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
91								
92								
93								
94								
95								
96								
97								
98								
99								
100								
101								
102								
103								
104								
105								
106								
107								
108								
109								
110								
111								
112								
113								
114								
115								
116								
117								
118								
119								
120								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Записи в течение 5-го месяца

* Продолжение ежедневного приема лекарств – прямая дорога к выздоровлению. Не забывайте проходить медицинские осмотры.

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
121								
122								
123								
124								
125								
126								
127								
128								
129								
130								
131								
132								
133								
134								
135								
136								
137								
138								
139								
140								
141								
142								
143								
144								
145								
146								
147								
148								
149								
150								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Записи в течение 6-го месяца

По истечении 6-го месяца прекратить прием лекарств. Примите наши поздравления! Тем, кому прием лекарств необходимо продолжить, примите наши пожелания держаться!

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
151								
152								
153								
154								
155								
156								
157								
158								
159								
160								
161								
162								
163								
164								
165								
166								
167								
168								
169								
170								
171								
172								
173								
174								
175								
176								
177								
178								
179								
180								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Записи в течение 7-го месяца

* Осталось еще 2 месяца. Не забывайте про прием лекарств и ведение записей.

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
181								
182								
183								
184								
185								
186								
187								
188								
189								
190								
191								
192								
193								
194								
195								
196								
197								
198								
199								
200								
201								
202								
203								
204								
205								
206								
207								
208								
209								
210								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Записи в течение 8-го месяца

* До окончания приема лекарств осталось совсем немного. Держитесь!

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
211								
212								
213								
214								
215								
216								
217								
218								
219								
220								
221								
222								
223								
224								
225								
226								
227								
228								
229								
230								
231								
232								
233								
234								
235								
236								
237								
238								
239								
240								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Записи в течение 9-го месяца

* По истечении 9-ти месяцев прием лекарств прекратить. Наши поздравления!

Число дней приема лекарств	Месяц/день	Лекарства						Состояние болезни / Примечания
		INH	RFP	EB	PZA			
241								
242								
243								
244								
245								
246								
247								
248								
249								
250								
251								
252								
253								
254								
255								
256								
257								
258								
259								
260								
261								
262								
263								
264								
265								
266								
267								
268								
269								
270								

Анализ мокроты

Месяц / день Мазок () Размножение ()

Месяц / день Мазок () Размножение ()

О контроле здоровья после завершения приема лекарств

После длительного приема лекарств, кажется, Вы действительно устали. Теперь будем контролировать здоровье.

По указаниям главного врача периодически проходите медицинский осмотр.

Записи результатов медицинских осмотров по завершении лечения

Дата проведения осмотра	Год / месяц / день			
Наименование медицинского учреждения				
(Результаты исследования) Рентгеноскопия грудной клетки Мазок мокроты Размножение	Да / нет	Да / нет	Да / нет	Да / нет
Дата следующего осмотра	Год / месяц / день			

Заметки

Заметки

Заметки

Цена: 241 иена (собственно цена 230 иен + 5 % налога)

Туберкулез! Тем не менее, не беспокойтесь!

Исправленное издание 2010 года.

Первое издание: 20 октября 1997 года

Частично исправленное издание: 25 апреля 2000 года

Исправленное издание: 15 июня 2003 года

Исправленное издание: 25 февраля 2007 года

Второе издание: 1 ноября 2007 года

Исправленное издание: 5 октября 2009 года

Исправленное издание: 5 ноября 2010 года

Автор: Норико Кобаяси

Издание: Фонд общественного блага "Японская антитуберкулезная ассоциация"

Производственно-издательского отдел

101-0061, 1-3-12 Misakicho, Chiyoda-ku, Токуо

Тел. (03) 3292-9289 (прямой)

E-mail: book@jatahq.org

Авторские права на перевод, размножение, переиздание, включение в базы данных и пересылку (включая возможность пересылки) данной брошюры принадлежат Японской антитуберкулезной ассоциации.

Издательство: Tokyo hoki shuppan