



# УБЕРКУЛЕЗ

**ЖАҚЫНЫҢЫЗДЫҢ  
ЖАЗЫЛУЫНА  
ҚАЛАЙ  
КӨМЕКТЕСУГЕ  
БОЛАДЫ?**

## КІРІСПЕ

Сіз жақын адамыңыздың туберкулезбен ауыратынын білдіңіз.

Әрбір адам өмірдің осындай шырғалаңына түскенде өзінше жауап іздейді. Басында бұған сену қиын болуы мүмкін. Қателескен сияқты. Біз ақпаратты қайыра тексереміз де, «қателескен жоқпыз, бұл туберкулез» деген жауап естиміз.

Кейде ашуға бой алдырамыз. Неге дәл сол адам? Басқалар да тура солай өмір сүреді ғой, бірақ ешқайсысы ауруға шалдықпаған! Бұл әділетсіз! Кім кінәлі? Кімнен жұқты?! Көбінесе өзін-өзі осылай айыптай бастайды – мүмкін өзім осыған мән бермеген болармын?

Егер салауатты өмір салтын ұстана бастасаңыз немесе жаман әдеттерден бас тартсаңыз, туберкулез ағзамыздан өзінен-өзі жоғалып кетуі мүмкін сияқты көрінеді.

Ақыр соңында, ерте ме, кеш пе, басыңызға түскен қиындықты қабылдауға тура келеді. Иә, туберкулез. Ешкім өзіне ауру тілемейді ғой, бірақ солай болып қалды. Иә, біздің өміріміз күрт өзгерді. Енді не істеу керек деген заңды сұрақ туындайды. Туберкулез туралы ақпарат іздей бастаймыз, емделген адамдармен танысамыз, сөйтсек туберкулезден құлан-таза айығуға болады екен! Өмір мұнымен бітпейді, бұл уақытша құбылыс екен ғой.

**Бұл кітапшадан сіз жақыныңызға туберкулезді жеңуге көмектесетін, ұзақ та бақытты өмір сүруге болудың жолдары туралы ақпарат таба аласыз.**

- 4** ТУБЕРКУЛЕЗ
- 6** ТУБЕРКУЛЕЗ ДИАГНОСТИКАСЫ
- 8** ТУБЕРКУЛЕЗДІ ЕМДЕУ
- 10** ДӘРІГЕ ТӨЗІМДІ  
туберкулез
- 11** ЕМДЕУГЕ БЕЙІЛДІЛІК
- 12** ТУБЕРКУЛЕЗГЕ ҚАРСЫ ДӘРІ-ДӘРМЕКТЕРДІҢ  
жанама әсері
- 16** ӨЗІҢІЗДІ ЖӘНЕ ЖАҚЫНДАРЫҢЫЗДЫ  
қалай қорғауға болады
- 17** ТУБЕРКУЛЕЗ ЖӘНЕ АИТВ ИНФЕКЦИЯСЫ
- 18** ТУБЕРКУЛЕЗ ЖӘНЕ ЖҮКТІЛІК
- 19** ЖАҚЫН АДАМҒА ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ  
қолдау көрсету
- 21** ДӘРІГЕРЛЕРМЕН ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС
- 23** ОРЫТЫНДЫ

Туберкулез

ЖАҚЫНЫҢЫЗДЫҢ ЖАЗЫЛУЫНА ҚАЛАЙ КӨМЕКТЕСУГЕ БОЛАДЫ?

**МАЗМҰНЫ**

# ТУБЕРКУЛЕЗ

Туберкулез – туберкулез микобактериясын (ТМБ) тудыратын жұқпалы ауру. Көбінесе өкпені зақымдайды. Бірақ өкпеден тыс туберкулез де кездеседі.

Туберкулез жетелу, түшкіру, сөйлесу кезінде науқас адамнан ауа арқылы тарайды. Жұқтыру үшін адамға аз ғана мөлшерде микобактериямен дем алу жеткілікті. Микобактерия бөлетін науқаспен ұзақ әрі неғұрлым жиі қарым-қатынас болса, туберкулезбен ауыру қаупі соғұрлым жоғары. Егер науқаспен байланыс тығыз, дымқыл, нашар желдетілетін, адамдар көп жиналатын бөлмеде болса, қауіп арта түседі.

Туберкулез қоздырғыштары өкпеге түсіп, жылдам көбейе бастайды және қабынады. Көп жағдайда дененің иммунитеті (қорғаныс) жүйесі аурудың одан әрі дамуын шектейді. Бірақ ағза әлсіреуі мүмкін, сосын ауруға шалдығады.

## ИММУН ЖҮЙЕСІН ӨЛСІРЕТЕТІН НӘРСЕЛЕР:

Темекі шегу;

Дұрыс тамақтанбау;

Созылмалы аурулар  
(түрлі қабынулар, диабет, АИТВ инфекциясы және т.б.);

Созылмалы интоксикация  
(мысалы, маскүнемдік, нашақорлық);

Үнемі күйзелісте жүру  
(шамадан тыс физикалық және психикалық жүктеме).

Науқас адамның қақырығында микобактерия болса, инфекция айналаға тарайды.

**ТІПТІ, ОЛ ЖӨТЕЛМЕСЕ ДЕ, ТҮШКІРМЕСЕ ДЕ, ОҒАН ЖӘНЕ ОНЫМЕН ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС ЖАСАҒАНДАРДЫҢ БӘРІ МЫНА ТАЛАПТЫ САҚТАУҒА ТИІС:**



Медициналық маска тағу;



Адам көп жиналатын орындарға (қоғамдық көлік, кинотеатр, дәмхана және т.б.) бармау;



Қақырықты тек қақпағы бар арнайы құты түкіргішке түкіру (оны дәрігерден немесе медбикеден сұрауға болады).

**ТУЫСТАРЫ МЕН ЖАҚЫНДАРЫНА,  
ЖАЛПЫ НАУҚАС АДАММЕН ЖАҚЫН  
АРАЛАСЫП, ЖАБЫҚ ҒИМАРАТТА БІРГЕ  
БОЛАТЫН АДАМДАР  
ҮШІН ҚАУІП ЖОҒАРЫ.**

**ОЛАРДЫҢ БАРЛЫҒЫ МІНДЕТТІ ТҮРДЕ  
ТЕКСЕРІЛУІ КЕРЕК.**

## ТУБЕРКУЛЕЗ ДИАГНОСТИКАСЫ

**ӨКПЕ ТУБЕРКУЛЕЗІНІҢ НЕГІЗГІ БЕЛГІЛЕРІ – 2 НЕМЕСЕ ОДАН ДА КӨП АПТАҒА СОЗЫЛАТЫН ЖӨТЕЛ.**

**ҚОСЫМША БЕЛГІЛЕРІ:**

- салмақ жоғалту;
- тершеңдік;
- кеуде қуысының ауыруы;
- жалпы әлсіздік және тез шаршау;
- дене қызуының көтерілуі.

Сырқаттың белгісі бірнеше ай бойы жеңіл түрде көрінуі мүмкін. Асқынулардың алдын алу үшін аурудың белгісі пайда болған кезде өзіңізді және жақындарыңызды қорғау үшін туберкулез белгісі бар адам мүмкіндігінше ерте тексерістен өтуі керек. Тұрғылықты жері бойынша емханада немесе фтизиопульмонология орталығында тексерілуге болады. Туберкулезге тексерілу – тегін.

Егер өзіңізбен бірге тұратын немесе жиі байланыста болатын адамда туберкулез белгісі болса, сіз де тексерілуіңіз керек. Тіпті, сізде сырқат белгілері болмаса да, бұл қауіпті.

Қақырықты туберкулез микобактериясының бар-жоғына тексереді және кеуде қуысының рентгенографиясын жүргізеді.

Туберкулезді анықтау үшін ең әуелі қақырықты тексерудің молекулярлы-генетикалық әдісі қолданылады. Бұл микобактериялардың бөлшектерін – олардың генетикалық материалының (ДНК) фрагменттерін 2 сағатта анықтай алады және екінші жағынан туберкулезге қарсы дәрілерге төзімділікті анықтай алады.

Әрі қақырықты микроскопия әдісімен адамның қоршаған ортаға микобактериялар шығаратындығын және инфекцияны басқаларға тарататынын анықтау үшін зерттейді.

Рентгенологиялық зерттеу өкпе тіндерінің зақымдану орны мен көлемін анықтауда қолданылады.

## **ЖАСЫРЫН ТУБЕРКУЛЕЗ ДИАГНОСТИКАСЫ**

Қолайсыз жағдайларда (иммун жүйесінің әлсіреуі, өмір сүру сапасының нашарлауы), жасырын (белсенді емес) туберкулез белсенді болып кетуі мүмкін.

Жасырын туберкулезді диагностикалау үшін туберкулин сынамаларын (мысалы, Манту сынамасы) – туберкулинді (туберкулез микобактериясынан алынған қауіпсіз зат) теріге енгізеді және екпенің оған әсерін қарайды. Егілген орынның біртіндеп күлдіреуі ағзаның бір кездері туберкулез микобактериясымен байланыста болғанын, яғни жұқтырғанын көрсетеді.

Бұған қоса, дерттің бар-жоқтығына байланысты:

- Диаскин тесті,

- квантиферон тесті, Т-СПОТ ТБ,

- балама технология тестілері бар – гамма интерферонын анықтау анализі (ағылшын тілінен - IGRA) және ELISPOT сынды басқа сынамалар қолданылуы мүмкін.

Бұл тесттер адамға профилактикалық ем тағайындалған кезде жасырын туберкулезді анықтауға көмектеседі.

Латентті туберкулез – адам туберкулез микобактериясын жұқтырған, бірақ (әзірге) ауырмаған және басқаларға ауруын жұқтырмайтын күй. Иммун жүйесі туберкулез микобактериясын бақылауда ұстай алады және олардың көбеюіне жол бермейді.

## ТУБЕРКУЛЕЗДІ ЕМДЕУ

Дәріге сезімтал немесе дәріге көнбейтін микобактериядан туындауына байланысты туберкулездің бірнеше түрі болады. Бұл емдеу шарасы басталғанға дейін зертханалық зерттеулер арқылы анықталады.

### **ДӘРІГЕ СЕЗІМТАЛ ТУБЕРКУЛЕЗ –**

туберкулезге қарсы дәрілермен (негізгі дәрілер) емдеу кезінде өлетін микобактериялардан тұрады.

### **ТУБЕРКУЛЕЗДІ ЕМДЕУ ЕКІ КЕЗЕҢДЕ ЖҮРГІЗІЛЕДІ. БІРІНШІ КЕЗЕҢДЕ БЕЛСЕНДІ, КӨБЕЙІП КЕТКЕН МИКОБАКТЕРИЯЛАР ЖОЙЫЛАДЫ, ЕКІНШІ КЕЗЕҢДЕ ЖАСЫРЫНДАРЫ ӨЛЕДІ:**

1

Туберкулездің белсенді түрімен ауыратын науқастарды емдеудің бірінші (интенсивті) кезеңін ТМБ ауыр түрде бөлінсе ауруханада (фтизиопульмонология орталығында) жүргізу ұсынылады, егер инфекциялық бақылауға қажетті жағдай жасалса, амбулаторлы жағдайда да емделуі мүмкін.

Амбулаторлы емдеу кезінде адам өз үйінде болады, емханаға дәрігерге қаралуға және туберкулезге қарсы дәрілерді ішуге келеді. Егер күнде келуге мүмкіндік болмаса, дәрі-дәрмектерді бірнеше күнге жететіндей есептеп алып, медициналық маманның бақылауымен бейне байланыс арқылы ішуге болады. Егер адамның жүріп-тұруы қиындаса, дәрі-дәрмектерді медицина қызметкері әкеп береді.

Емдеудің интенсивті кезеңі – бұл белсенді микобактериялар мен сырқат белгілерін жоюға және бактерия бөледі тоқтатуға бағытталған туберкулез инфекциясына қарсы



тиімді іс-шара. Екі айдан кейін бактерия бөлінуінің тоқтағанына көз жеткізіп, дәрігерлер науқасты емдеудің екінші кезеңіне ауыстырады.

2

Екінші (қолдау) кезең төрт айға созылады. Қолдау кезеңінде қалған бактерияларды жоюға және денсаулықты толығымен қалпына келтіруге мүмкіндік туады.

Тексеру дерегі негізінде туберкулезге қарсы дәрілерді дәрігер ғана тағайындауға құқылы.

Ешбір жағдайда өзін-өзі емдеуге болмайды – бұл асқынуға және туберкулездің дәріге көнбейтін түрінің пайда болуына әкеп соқтыруы мүмкін. Халықтық емдеу әдістері туберкулезді жаза алмайды.

Емдеу неғұрлым ертерек басталса, соғұрлым емнің қонуы мен инфекцияның таралуын тоқтатуға жақсы.

Дәрігердің барлық нұсқауын қатаң сақтаған жағдайда ғана кеселден толық сауығуға болады. Дәрі-дәрмектер емдеу курсы толық аяқталғанға дейін тағайындалған мөлшерде ғана қабылдануға тиіс.

Туберкулезге қарсы әрбір дәрі-дәрмек белгілі бір уақытқа жарамды. Дәрі-дәрмектерді қабылдамау оның ағзадағы концентрациясының төмендеуіне әкеледі. Бұл ретте, қоздырғыштар «тынығып алады» да дәрі-дәрмектерге бейімділік, көп дәріге төзімділігі артып кетеді. Қоздырғыштардың дәрі-дәрмектерге төзімділігі (тұрақтылығы) осылайша дамиды. Соның нәтижесінде дәрі-дәрмектер туберкулез таяқшаларына әсер етуін қояды да ауру өршиді. Көп дәріге төзімді туберкулез (ҚДТ ТБ) қалыптасады.

## ДӘРІГЕ ТӨЗІМДІ ТУБЕРКУЛЕЗ

Көптеген дәріге төзімді туберкулез (ҚДТ ТБ) – бұл туберкулез микобактериясына негізгі дәрілердің әсер етпейтін сырқат түрі.

ҚДТ ТБ бар адамдар жақын-жуықтарына төзімді бактерияларды тарата алады.

Бұл жағдайда негізгі дәрі-дәрмектер – егер адам алғаш рет ауырса да, әсер етпеуі мүмкін..

ҚДТ ТБ емдеу үшін дәріге сезімталдықтың тест нәтижесіне байланысты жеке емдеу түрі тағайындалады. Бұл емдом 6 - 9 айдан екі жылға дейін созылуы мүмкін.

Егер ҚДТ ТБ ауыратын адам дәрі-дәрмектерді қабылдасамаса немесе толық емделмесе, **дәрілерге ауқымды төзімді туберкулез (ДАТ ТБ) дамиды.**

ДАТ ТБ-ны емдеу бұдан да күрделі және ұзақ үдеріс. Бұл кезде емдеу тәртібін сақтамасаңыз, сырқат қолданыстағы ешбір дәрі-дәрмек әсер етпейтін созылмалы емделмейтін түрге айналуы мүмкін.



## ЕМДЕУГЕ БЕЙІЛДІЛІК

Пемдеуге бейілділік – бұл емдеуші дәрігердің барлық нұсқауын орындау: тағайындалған дәрі-дәрмектерді уақытында және белгіленген мөлшерде қабылдау..

Байқағаныңыздай, емдеу шарасын дәл сақтау – туберкулезден құлан таза айығудың және оның дәріге көнбейтін түріне көшуіне жол бермеудің басты шарты.

Көп адам барлық нұсқауды орындап, соңына дейін дұрыстап емделуді жөн көреді.

Бірақ кейбір жанға дәрі-дәрмектерді күн сайын бірнеше ай қатарынан уақытылы қабылдау, режим сақтау қиынға соғуы мүмкін. Сол себепті өкпе ауруын емдеуді арнайы білімі бар медицина қызметкері бақылайды.

Әйтпесе қашықтан белгілі бір уақытта немесе бейнебайланыс көмегімен бақылауы мүмкін. Бұл науқасты қолдау және емнің толық аяқталуын қадағалау үшін қолданылады. Ем-дом дәрігерлерге дәрі-дәрмектердің әсерін бақылауға, уақытылы кеңес беруге және ықтимал жанама әсерді жеңілдетуде кеңес алуға мүмкіндік береді.

Емдеуге бейілділікті ұстануда ағайын-туыс пен дос-жаранның қолдауы өте маңызды. Дәрі-дәрмектерді қабылдау туралы емделуші адамға ескертуден қымсынбаңыз. Мұны күштеп емес, сенімді әрі жайлап жеткізіңіз. Тек жақын адамыңыз өзін жауапсыз деп емес, сіздің оған қамқорлығыңызды, алаңдайтыныңызды білсін.

## ТУБЕРКУЛЕЗГЕ ҚАРСЫ ДӘРІ-ДӘРМЕКТЕРДІҢ ЖАНАМА ӘСЕРІ

Әр адам дәрі-дәрмекті әртүрлі қабылдайды. Емдеу кезінде көпшілігінде ешқандай мәселе туындамайды, кейбірінің ғана дәрі-дәрмекке жанама әсері байқалады.

Көбінесе жанама әсерлер ағзаның дәрілерге тәуелділігі кезінде әлсірейді, әдетте бұл екі-төрт апта ішінде болады. Кейде олар мүлде жоғалып кетеді.

Ауыр жанама әсері әдетте сирек кездеседі, бірақ ондай бар, сондықтан дәрігер науқастың жай-күйінің өзгеруін білуі өте маңызды. Кейбір науқас өзінің жай-күйінің нашарлауын жасыруға тырысады – әлсіз әрі сезімтал сезінгісі келмейді, жақындарына масыл болғысы келмейді де іштен тынады. Бір жайтты түсінген абзал – адам ұзақ уақыт бойы мұндай азапқа шыдай алмайды, ерте ме, кеш пе, бәрібір дәріні қабылдауды тоқтатуы мүмкін. Бұл өте қауіпті – дәріге төзімділік қалыптасады да болашақта адам басқа, ауыр дәрі-дәрмекті әлдеқайда ұзақ уақыт қабылдауға мәжбүр болады. Туберкулезді емдеу шарасын бұзбай-ақ жанама әсерін тиімді түрде жоюға немесе едәуір азайтуға болады. Мұның жолын емдеуші дәрігер біледі, жай-күйіңіз болмаса бірден жүгіну қажет.

Сіз өзіңіздің жақыныңызды басқаларға қарағанда жақсы білесіз, тіпті ол өзі мән бермесе де оның бойындағы өзгерістерді бірден байқайсыз. Жақын адамыңыздың көңіл-күйі мен мінез-құлқындағы кез-келген өзгерістерге зер салыңыз. Хал-жағдайын сұраңыз, не болып жатқанын талқылаңыз.

Мұқият болыңыз, қажет болса дәрігерге жақын адамыңыздың жай-күйінің өзгеруі туралы хабарлаңыз. Дәрігер жағымсыз құбылыстар (жанама әсерлер) туралы ақпаратты неғұрлым ертерек білсе, соғұрлым жеңіл әрі тез емделеді.

## ПЫҚТИМАЛ ЖАНАМА ӘСЕРЛЕР ТУРАЛЫ ТОЛЫҒЫРАҚ:

### ЖҮРЕК АЙНУЫ

Аздап әрі жиі-жиі тамақтануды әдетке айналдырсаңыз, жүрек айнаудан құтылуға болады. Дәріні аз мөлшерде тамақпен бірге ішу де көмектеседі. Жүрек айнуға қарсы дәрілер туралы дәрігермен кеңесу керек.

Үй жағдайында жақыныңызға қалай көмектесуге болады:

- Шайға немесе тамаққа зімбір қосыңыз
- Дәрі ішпей тұрып қара шай беріңіз
- Аздап лимон немесе лайм ұсыныңыз

### ҚЫЗЫЛ ТҮСТІ ЗӘР

Рифампицин ішкен кезде денеден шығатын барлық сұйықтық қызыл, қызғылт немесе қызғылт сары болуы мүмкін.

Бұдан қорқудың қажеті жоқ.

### ІШТИҢ АУЫРУЫ, ІШ ҚАТУ

ТБ емдеуге арналған дәрі-дәрмектер ас қорытуға көмектесетін ішек бактерияларының құрамын өзгерте алады.

Іш қату кезіндегі кеңестер:

- Рационға кептірілген жемістерді, әсіресе кептірілген өрік немесе қара өрік қосыңыз
- Суланған зығыр дәнін беріңіз
- Көбірек су ішуді айтыңыз
- Дене қимылдарын жиі жасаңыз. Әсіресе, тез жүру мен отырып тұру көмектеседі.

### СҰЙЫҚ НӘЖІС

Сұйық нәжіс кезіндегі кеңестер:

- Рационнан сүт, сусын мен қанты көп тағамдарды алып тастаңыз
- Рационға ашытылған сүт өнімдерін қосыңыз.

## **ҚЫШУ ЖӘНЕ БӨРТПЕ**

Бұл дәрі-дәрмектерге аллергиядан болуы мүмкін. Жақын адамыңызға айтыңыз немесе дәрігерге хабарлаңыз – дәрігер тексеріп, қажет болса аллергияға қарсы ем тағайындайды.

Терінің тітіркенуін азайту үшін косметикалық қоспасыз (мысалы, балалар сабыны) бейтарап сабын қолдануға болады. 100% мақтадан жасалған жеңіл іш киімді киген жөн.

## **БУЫНДАР МЕН ДЕНЕНІҢ АУЫРСЫНУЫ ЖӘНЕ ІСІНУІ**

Егер қатты ауырса, дәрігер ауырсынуды басатын дәрілерді ұсынады. Көптеген пациент массаж ауырсынуға көмектеседі дейді.

## **АЯҚ-ҚОЛДЫҢ ҰЮЫ, ШАНШУЫ ЖӘНЕ ТҮРШІГУІ**

Бұл полиневропатияның белгілері болуы мүмкін – жүйке жүйесінің уақытша бұзылуы. Грек жаңғағы, бадам, орман жаңғағы, асжапырақ, сәбіз, қырыққабат сынды B6 дәрумені бар тағамдарды рационға қосуға кеңес беріледі.

B6 дәрумені ет және сүт өнімдерінде, балықта, бауырда, жұмыртқада да кездеседі.

## **БАСТЫҢ АУРУЫ**

Дәрігермен бірге бас аурудың себептерін анықтау керек. Егер дәріге байланысты болса, оларды қабылдау уақытын өзгертіп көруге болады.

Ауыруды басатын дәріні дәрігердің кеңесімен қабылдау керек.

## **ӘЛСІЗДІК ЖӘНЕ ШАРШАУ**

Таңғы уақыттағы дәріні ұйқыға жатар алдында ішіп көруге болады. Бұл ауырғанды басуы мүмкін.

Кейде дәрі-дәрмектер бауырға теріс әсер етуі мүмкін. Егер жақын адамыңызда, төмендегі жағдай байқалса, міндетті түрде дәрігермен кеңесу керек:

- көздің ағы сарғайса
- іш ауырса
- жүрек айну, құсу, әлсіздік болса
- бөртпе шықса

Ішімдік ішкен кезде бауырдың зақымдану қаупі артады. Сонымен қатар, ауырсынуды басатын және қабынуға қарсы кей дәрілер (мысалы, парацетамол) бауырға салмақ түсіреді. Жақыныңызға қосымша дәрі қабылдау туралы әрдайым дәрігермен кеңесіңіз.



## ӨЗІҢІЗДІ ЖӘНЕ ЖАҚЫНЫҢЫЗДЫ ҚАЛАЙ ҚОРҒАУҒА БОЛАДЫ?

Амбулаториялық емдеу кезінде науқас өз үйінде тұрады. Отбасы мүшелерін аурудан қорғау үшін белгілі бір шарттарды сақтау керек.

### ТУБЕРКУЛЕЗБЕН АУЫРАТЫН НАУҚАСҚА:

1. Емдеу режимін қатаң сақтау: тағайындалған барлық дәріні уақытында әрі дәрігер тағайындаған мөлшерде қабылдау;
2. Жеке бөлме беру. Бұған мүмкіндік болмаса, науқастың жатын орнын терезенің жанында және мүмкіндігінше басқа отбасы мүшесінен, әсіресе балалардан алшақтату;
3. Медициналық маскаларды қолдану, қақырықты түкіргішке (оны учаскелік фтизиатр береді) немесе қақпағы мықты жабылатын құтыға жинау;
4. Балалармен, жүкті әйелдермен және қарт адамдармен байланысты мүмкіндігінше шектеу;

### БАРЛЫҚ ОТБАСЫ МҮШЕСІНЕ:

1. Қолды мұқият жуып, тырнақты өсірмеу;
2. Бөлмелерді желдету (күніне 2-3 рет 30-40 минут);
3. Дезинфекциялық құралдармен үнемі дымқыл тазалау жүргізу (оларды да учаскелік фтизиатрдан алуға болады).





## ТУБЕРКУЛЕЗ ЖӘНЕ АИТВ ИНФЕКЦИЯСЫ

Адамның иммун тапшылығы вирусы (АИТВ) иммун жүйесін зақымдайды, соның кесірінен адам басқа індеттерге, ең әуелі туберкулезге әлсіз болады. АРВ дәрілерін ішіп, АИТВ-мен ауыратын адамдардың АРВ терапиясын қабылдамайтындарға қарағанда туберкулезге шалдығу қаупі аз..

Туберкулез АИТВ-мен ауыратын адамдарда дамиды және иммунитеттің төмендеуімен қатар жүретін сырқаттардың арасында бірінші орында тұр. АИТВ-ға шалдыққан науқастардағы туберкулезді емдеу АИТВ-мен ауырмайтын адамдар сияқты тиімділігі жоғары болып тұр. Кейде ТБ АИТВ инфекциясы қосылғанда туберкулезге қарсы терапияға АИТВ инфекциясын емдеуге арналған антиретровирустық дәрілер қолданылады.

АРТ-ны қосу жөніндегі мәселені шешу науқастың жалпы жай-күйіне және зертханалық зерттеулердің деректеріне, атап айтсақ, динамикада жүргізілген CD4 деңгейінің көрсеткіштеріне байланысты инфекционист пен фтизиатр бірлесіп жүзеге асырады.

АИТВ жұқтырған адамдарда туберкулезді емдеу жалпы ереже бойынша жүргізіледі және АИТВ-мен ауырмайтын науқастарды емдеу шарасынан ерекшеленбейді.



## ТУБЕРКУЛЕЗ ЖӘНЕ ЖҮКТІЛІК

Жүктілік кезінде және босанғаннан кейін әйелдердің туберкулез ауруына шалдығуы бала туу жасындағы басқа әйелдерге қарағанда 5 есе жоғары.

Сол себепті жақыныңыз туберкулезбен ауыратын әйел болса, толық жазылмайынша жүктіліктен сақтандыруға тырысыңыз. Егер туысқаныңыз немесе жақын адамыңыз емделу кезінде жүкті болып қалса, дәрігерге мүмкіндігінше ертерек хабарлауға көндіріңіз.

Егер туберкулез жүктілік кезінде анықталса, жүктілік туралы емдеуші дәрігерге хабарлап, емдеуді дереу бастау керек. Дәрігердің кеңесін сақтап, толық сауығып, дені сау баланы өмірге әкелуге болады.

Белсенді өкпе туберкулезімен ауыратын ана бактерия бөлуді толық тоқтатқанға дейін жаңа туған нәрестеге жақын-дамау керек. Бұл үшін науқас әйел фтизиопульмонология орталығына жатқызылады, ал нәресте перзентханада қалады, жақын туыстарына беріледі немесе балалар үйіне ауыстырылады.

Туберкулез тұқым қуаламайды.

Бала туғаннан кейін ғана жұқтырылуы мүмкін. Ана сүтінен ауру жұқпайды. Туберкулезге қарсы дәрі-дәрмек баланың ағзасына ана сүтімен тарайды, бірақ өте төмен, болмашы мөлшерде. Баланы уландыратын әсері болмайды.

# ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚОЛДАУ

## ТАБЫС ШАРТТАРЫ

Біз жақынымыздың сауығып, барлық қиындықты жеңіп, құлан таза жазылып кетуіне дейін көмектескіміз келеді. Бірақ мұның жолын білеміз бе? Біз ойымыздың дұрыстығына қаншалықты сенімдіміз? Егер біздің көмектескіміз келген ниетіміз сәтсіздікке ұшыраса ше?

Адам өзі қабылдаған шешімдерді тез және дәйекті түрде жүзеге асыратын тәжірибе көрсетіп отыр. Егер адамды бір нәрсе істеуге көндірсе, мәжбүрлесе, табысқа жету екіталай. Бұған адам ашық немесе іштей қарсы шығады. Мысалы, біздің айтқанымызға көніп, бәрібір өз білгенін істейді. Шамасы, біздің басты міндетіміз – адамның өмірі мен денсаулығына қатысты дербес, саналы шешім қабылдауға көмектесу.

Бірақ егер «Ой, ұмытып кеттім» немесе «Мені қинай бермеңдер, әйтпесе дәріні ішпей қоямын» деп ем-домды жалғастырудан бас тартқанын немесе оны саботаж жасағанын көрсеніз, не істеу керек?

## СЫНДАРЛЫ ӘҢГІМЕ

Біріншіден, адамды тыңдауды үйрену керек. Сізге айтқысы келгеннің барлығын айтуға мүмкіндік беріңіз, кедергі жасамаңыз, мұқият тыңдаңыз. Сізді айыптап, жазғыруы мүмкін – олар сізге әділетсіз болып көрінсе де, тоқтатпаңыз. Дауласпаңыз, бұл оның сол ахуалға деген көзқарасы, бәріміз субъективтіміз, шын мәнінде кімнің ой-пікірі шындықты дәлірек көрсететіні белгісіз. Түсініксіз сәттерді анықтаңыз, өзіңізді соның орнына қойып көріңіз, сонда адамды түсіну оңайырақ болады. Барлығын соңына дейін тыңдағаннан кейін сіздің шынымен де іштей келісетін сәттеріңіз болады. Сізге дұрыс емес немесе ақылға қонымсыз болып көрінетін нәрсені жоққа шығаруға асықпаңыз. Ол сізге сұрақ қойғанша немесе бірдеңе істеуді сұрағанша күтіңіз. Сұрақтарға қысқаша және шынайы жауап беріңіз.

Егер сұрақтар болмаса, кідіріңіз және (егер қажет болса) сезімдеріңіз туралы айтыңыз. Мысалы, сізге қалай қорқынышты екенін, сіз оған қаншалықты алаңдайтыныңызды, оның сақайып кетуін қалайтыныңыз туралы шыныңызды айтыңыз. Сол себепті оны жалғыз қалдыра алмай, дәрі-дәрмектер мен салауатты өмір салты туралы үнемі сөйлесетініңізді жеткізіңіз. Бұл сіздің оны ақымақ санағандығыңыздан емес. Өзіңіз үшін де, басқа отбасы мүшесі үшін де алаңдайтыныңызды айтуға болады. Егер емделуді қойып кетсе, онда дәріге төзімді туберкулез айналып, бәрімізге төзімді микобактериялар жұғуы мүмкін.

Ең бастысы, сөзіңізде жазғыру, айыптау болмасын, тек шынайы сезіміңізді айтыңыз. Көмектесуге дайын екеніңізді айтыңыз (егер сіз шынымен дайын болсаңыз): «Мен саған көмектескім келеді, бірақ қалай екенін білмеймін. Сен үшін не істей алатынымды айтшы». Тыңдаңыз және егер қолыңыздан келсе, сол үшін моральдық ұстанымыңызды өзгертуге тура келмесе, аянып қалмаңыз.

## **ҚҰПИЯЛЫЛЫҚ**

Сенімге кіру қиын, ал оны жоғалтудың оңай екенін білеміз. Ал сенім деген не? Жақын адамыңыз әрқашан сіз жақта екенін және әрқашан сіздің мүдденізге сәйкес әрекет етуге тырысатындығын нақты білсеңіз, сенімді түсінесіз. Егер адамдар бізге адал болса, сөзінде тұрса, уәдесін орындаса және келісімді сақтаса, оларға сенеміз.

Адам денсаулығына қатысты ең нәзік мәселелердің бірі – медициналық құпия. Сіз бен біз дәрігер болмауымыз мүмкін, бірақ құпия қашанда құпия болып қала береді.

Егер біз біреуге жақынымыздың денсаулығы туралы оның келісімінсіз айтсақ, сенімнен біржолата айрыламыз.

## ДӘРІГЕРЛЕРМЕН ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС

Біздің еліміз туберкулезді толық емдеу үшін барлық қажетті медициналық көмекті алуға мүмкіндік беріп отыр.

Туберкулезге қарсы ұйымдарда жұмыс істейтін дәрігерлердің тиісті даярлығы, арнайы білімі мен жұмыс тәжірибесі бар. Фтизиатр дәрігер – бұл науқастың жағдайын бақылайтын, тексеріп, емдеу шараларын тағайындайтын маман. Дәрігермен әріптестік байланыс орнатуға тырысу керек. Ең әуелі, әрине, науқастың өзі орнатқаны жөн.

Қарым-қатынас құра білу де жұмыс.

### БҰЛ ҮШІН НЕ ҚАЖЕТ:

- Дәрігердің кезекті келіп-кету күнін алдын ала келісу;
- Қабылдауға тұрақты және уақтылы келу;
- Келмес бұрын сұрақтар тізімін жасау;
- Дәрігердің барлық кеңесін жазып алу және бұлжыт пай орындау;
- Сұраққа шынайы жауап беру;
- Түсініксіз нәрсенің бәрін нақтылау.

Әрине, кез-келген адам сияқты дәрігер сізден құрметпен қарауды күтеді.

### ТУБЕРКУЛЕЗБЕН АУЫРАТЫН АДАМДАРДЫҢ ҚҰҚЫҚТАРЫ:

ТБ ауыратын адам құқылы:

- жыныстық, ұлттық және басқа да тегіне қарамастан туберкулезден тегін емделуге тең құқықтық.
- емделу кезеңінде (ресми жұмысқа орналасу кезінде) еңбекке қабілеттілігінен айрылу парағы.
- әлеуметтік жәрдемақы.
- тұрғылықты жері бойынша емхананың әлеуметтік қызметкері, психологтың тегін кеңестері мен көмегі.

- үкіметтік емес ұйымдардан, ТБ қоғамдастықтан тең кеңесті қолдауды қамтамасыз ету.
- Емдеудің әртүрлі жолдары туралы толық ақпарат алу
- Өзінің емделуіне қатысты шешім қабылдау үдерісіне белсенді араласу

Егер ТБ ауыратын адамның ТБ қызметтеріне кедергілерге тап болғанын көрсеңіз, оларға ТБ қызметтерінің толық алуға тосқауыл болған мәселелерді шешуде қолдау көрсетіңіз:

- пациентке жынысына, жасына, әлеуметтік мәртебесіне және басқа да сипаттамаларына қарамастан, адамдар туберкулезден тегін емделуге тең құқылы екендігі туралы ақпаратты жеткізіңіз.

- құқықтық немесе әлеуметтік салада қиындықтар туындаған жағдайда қолдау алу үшін заңгерге, үкіметтік емес ұйым қызметкеріне жүгінуге болады.

- психологиялық, консультациялық көмек қажет болса емханалардың, үкіметтік емес ұйымдардың психологтары мен әлеуметтік қызметкерлерінің, сонымен қатар, үкіметтік емес ұйымдар мен қоғамдастықтардың ТБ тең консультанттарының көмегін пайдалануға болады.

Сіздің жақын адамыңыз ТБ қызметтерін алуға ықтимал тосқауылдарды уақтылы анықтау және оларды жою емдеудің сәтті болуы үшін маңызды екенін түсінгеніне көз жеткізіңіз. ТБ ауыратын пациентке қолдау көрсетуге арналған ұйымдар мен мамандар көзделгенін, сонымен бірге, жақын адам ретінде сіздің туберкулезден емделу жолында қолдау көрсетуге дайын екеніңізді жеткізіңіз.

## ҚОРЫТЫНДЫ

Туберкулез бағзы заманнан бүкіл жер шарына таралған қатерлі дерт. Жыл сайын миллиондаған адам осы кеселден көз жұмады. Дегенмен, туберкулездің алдын алуға және емдеуге болады. Бұған миллиондаған емделуші дәлел.

Туберкулезді жеңуге болады. Тіпті дәріге төзімдісін де. Ол үшін білім, өмірге деген ерік-жігер және жауапкершілік қажет. Кейде адамға өте ауыр соғады да, еңсесін түсіріп алады. Есіңізде болсын, мұндай сәттерде – жақындарыңыздың қолдауы көп нәрсені білдіреді. Бұған қоса, өзіңіздің жалғыз емес екеніңізді ұмытпаңыз. Сізді қолдауға дайын адамдар бар. Олар дәрігерлер, медбикелер, қоғамдық ұйымдардың қызметкерлері мен сіз ауруханада кездестірген адамдар. Көмек сұраудан қымсынбаңыз.

Кітапша АҚШ-тың халықаралық даму агенттігі (USAID) арқылы Америка халқының көмегінің арқасында жарық көрді. Abt Associates жарияланымның мазмұнына жауапты, оның USAID немесе АҚШ үкіметінің көзқарасымен сәйкес келуі міндетті емес.

## ОРТАЛЫҚ АЗИЯДА ТУБЕРКУЛЕЗДІ ЖОЮ БОЙЫНША USAID ЖОБАСЫ

Кітапша АҚШ-тың халықаралық даму агенттігі (USAID) арқылы Америка халқының көмегінің арқасында жарық көрді.

Abt Associates жарияланымның мазмұнына жауапты, оның USAID немесе АҚШ үкіметінің көзқарасымен сәйкес келуі міндетті емес.