



# 01-10 XII 2018

## Dni Walki z Gruźlicą i Chorobami Płuc

Gruźlica jest chorobą bakteryjną, zakaźną, która dotyczy zwykle płuc, ale może zajmować i inne narządy wewnętrzne. Choroba ta rozwija się powoli, podstępnie (całe tygodnie a nawet miesiące) skąpoobjawowo. Wywołana jest przez bakterię zwaną prątkiem gruźlicy (*Mycobacterium tuberculosis*). Zараżenie organu wewnętrznego prątkiem gruźlicy powoduje powstanie wielu drobnych guzków zwanych „gruzełkami”, które stopniowo zastępują prawidłowe struktury tkanek i częściowo niszczą je, pozostawiając puste przestrzenie, czyli „jamy”.

**Każdy może zachorować na gruźlicę!** Najbardziej narażonymi na zachorowanie są osoby o osłabionym lub uszkodzonym układzie odpornościowym czyli małe dzieci, palący papierosy, chorzy na cukrzycę, osoby przyjmujące leki obniżające odporność oraz zakażeni wirusem HIV. Ryzyko na zachorowanie zwiększa się przy kontakcie z osobą chorą, prątkującą.

### W jaki sposób uniknąć gruźlicy?

Szczepionka BCG, ogranicza wprawdzie ciężkość przebiegu choroby, ma jednak dużo mniejsze znaczenie w ograniczeniu jej transmisji. W Polsce zgodnie z Programem Szczepień Ochronnych obowiązkowe są szczepienia BCG wyłącznie u niemowląt. Zwalczanie gruźlicy opiera się głównie na wykrywaniu osób, które mogą stanowić źródło zakażenia dla innych osób i wdrożeniu leczenia z zastosowaniem długotrwałej kuracji z użyciem antybiotyków i chemioterapeutyków.

Aby uniknąć zachorowania na gruźlicę należy prowadzić zdrowy styl życia:

- Prawidłowe odżywianie się ( 5 posiłków dziennie, urozmaiconych, zawierających warzywa i owoce)

- Aktywność fizyczna (spacery, gimnastyka, taniec, różne dyscypliny sportu)
- Sen i odpoczynek
- Higiena osobista
- Pozytywne relacje międzyludzkie

Nie jest łatwo rozpoznać gruźlicę! Osoby, które mają długotrwały i uporczywy kaszel, któremu towarzyszy gorączka, nocne poty, utrata masy ciała powinny udać się do lekarza, który zleci odpowiednie badania w celu zdiagnozowania gruźlicy. Członkowie rodziny osoby, u której wykryto gruźlicę powinny poddać się takim samym badaniom umożliwiającym wykrycie choroby. Pacjenci otrzymujący leczenie przeciwprątkowe powinni regularnie przyjmować leki przepisane przez lekarza, chodzić na wyznaczone kontrole w celu oceny czy stan zdrowia się poprawia i czy nie mają objawów ubocznych i powikłań.

### Jak powinna zachować się osoba chora na gruźlicę?

Gruźlica jest chorobą uleczalną, niestety leczenie jest długie i żmudne (co najmniej 6 miesięcy). Pacjent musi przyjmować 4 leki przez 2 miesiące, a następnie 2 leki przez kolejne 4 miesiące, aby zostać wyleczony. Jeśli zarażony jest prątkami lekoopornymi na jeden bądź więcej leków, to leczenie się wydłuża. Każde przerwanie leczenia powoduje nawrót choroby i uodpornienie się bakterii na leki, które przyjmował.

**Dlatego sumienne przyjmowanie leków i przestrzeganie zaleceń lekarza oraz regularne wizyty kontrolne są bardzo ważne aby wyzdrowieć!**

