



**USAID**  
ОТ АМЕРИКАНСКОГО НАРОДА



**В ПОМОЩЬ  
БЛИЗКИМ  
БОЛЬНОГО  
ТУБЕРКУЛЕЗОМ**

Эта брошюра предназначена для родных и близких пациента, проходящего курс лечения от туберкулеза.

Возможно, вы только что узнали, что близкому вам человеку поставили диагноз туберкулез. Почему заболел именно близкий вам человек? Ведь многим кажется, что туберкулезом болевают какие-то другие люди. Возможно, вы немного растеряны и это абсолютно нормальная реакция. Пройдет немного времени и вы, начнете думать о том, что надо сделать, чтобы близкий человек излечился, чем ему помочь?

Эта брошюра поможет вам узнать много информации о туберкулезе, как он передается и как лечится, чем можно помочь близкому человеку. Также она поможет вам понять его состояние и стать увереннее в необходимости помочь ему. Советы пациентов туберкулезом, медицинских работников и психологов помогут вам и вашему близкому человеку адаптироваться к периоду лечения. В случае возникновения дополнительных вопросов вы можете обратиться к врачу и медсестре по месту наблюдения пациента.

Используя данный материал, вы сможете рассказывать о туберкулезе другим членам семьи, родственникам, соседям, друзьям, чтобы они не испытывали страх заразиться. Когда окружающие вас люди узнают больше об этой болезни, они также почувствуют себя увереннее и будут доброжелательно настроены по отношению к пациенту с туберкулезом.

**Знания о том, что больной, принимающий лечение, не будет заражать других, позволит семье и обществу без страха и опасения находиться рядом с ним и оказывать поддержку.**

Чем больше людей узнают об этой болезни, тем легче будет справиться с ней.

**У вас все получится!**

## Что такое туберкулез?

Туберкулез – инфекционное заболевание, которое вызывается микобактерией туберкулеза (палочкой Коха) и чаще поражает легкие, но может поражать все органы и ткани.

Сразу ответим на ваш главный вопрос:

**в наше время туберкулез – это излечимое заболевание!**

## Как туберкулезная палочка попадает в организм человека?

Туберкулёз распространяется по воздуху через мельчайшие капельки, которые вылетают изо рта и носа больного туберкулезом легких открытой (заразной) формы, когда он разговаривает, кашляет и чихает.

**Туберкулез не передается через рукопожатие, пищу и предметы обихода (посуду, полотенца, постельное белье, одежду и другие предметы).**

Как заразное заболевание туберкулез может поражать нескольких членов одной и той же семьи, и поэтому создается неправильное мнение, что туберкулез передается по наследству.

**Туберкулез — это инфекционное заболевание, оно не передается по наследству!**





## Обязательно ли заболеет человек, вдохнувший воздух с туберкулезной палочкой?

**Заразиться и заболеть туберкулезом может любой человек, независимо от возраста и социального положения.**

Но есть большая разница между: заразиться туберкулезной палочкой и заболеть туберкулезом!

По расчетам, почти четверть мирового населения инфицирована туберкулезными палочками, но иммунитет человека не дает ей размножаться, и только один из десяти людей, получивших туберкулезную инфекцию, может заболеть туберкулезом в течение жизни.

Могут пройти десятки лет, прежде чем человек, заразившийся микобактериями туберкулёза, заболеет.

Риск заболевания высок у маленьких детей и пожилых, а также у людей, чей иммунитет ослаблен из-за стрессов, смены климата, плохого питания, вредных привычек и у тех, кто имеет хронические заболевания, долгое время принимает препараты, снижающие иммунитет.

Человек подвергается риску заражения туберкулезом, находясь длительное время в замкнутом и непроветриваемом помещении с больным туберкулезом, **не получающим лечение.**

Наибольшему риску заражения подвергаются люди, проживающие вместе с больным и те, кто имеет с ним близкий и длительный контакт.

При кратковременных и случайных встречах (например, в общественном транспорте, кинотеатре или местах скопления людей) риск заражения очень низок.

## Могут ли окружающие заразиться от больного туберкулёзом?

Только больной туберкулезом легких, который выделяет микобактерии, может заражать окружающих. Больные внелегочной формой туберкулеза не передают инфекцию другим.

Микобактерии туберкулеза передаются через мельчайшие капельки, которые формируются при кашле и чихании. Эта взвесь может сохраняться в воздухе до нескольких часов.

Риск передачи уменьшается, когда больной придерживается простых гигиенических правил:

- **можно предотвратить распространение бактерий при кашле и чихании, прикрывая рот и нос салфеткой или рукавом в локтевом изгибе .**
- **сплевывает мокроту в индивидуальную плевательницу с плотно закрывающейся крышкой.**
- **в помещении, где находятся другие люди, носит защитную маску.**

Вы можете помочь в снижении риска передачи инфекции, если в помещениях, где находится пациент, создадите условия для частого проветривания. Многократное проветривание помещения в течение дня позволяет уменьшить количество бактерий в воздухе.



**Большинство больных туберкулезом после начала лечения становятся незаразными и могут вести привычный образ жизни.**

Своевременно начатое лечение современными противотуберкулезными препаратами позволяет в течение 2-х недель добиться практически полного прекращения выделения бактерий туберкулеза и пациент становится безопасным для окружающих.

Основную опасность для окружающих лиц больной туберкулезом представляет до выявления заболевания и начала лечения.

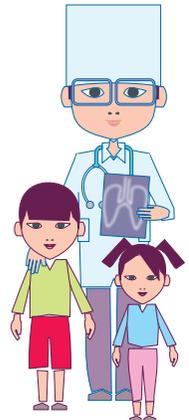
Люди из близкого окружения пациента (семья, друзья, одноклассники/одногоруппники, коллеги) обследуются медицинскими работниками на наличие инфицирования или заболевания и, в зависимости от результата обследования, принимаются меры профилактики или лечения.

При раннем выявлении больше шансов на благоприятное излечение, уменьшение передачи инфекции окружающим и быстрое возвращение к обычной жизни.

## **Что делать если в семье есть дети?**

Если один из членов семьи заболевает туберкулезом, то необходимо провести обследование детей.

Важно помнить, что у ребенка иммунитет намного слабее, чем у взрослого человека, следовательно, риск заражения очень высок.



## Как лечится туберкулез?

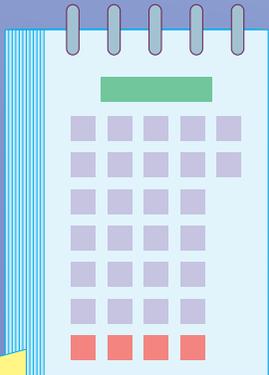
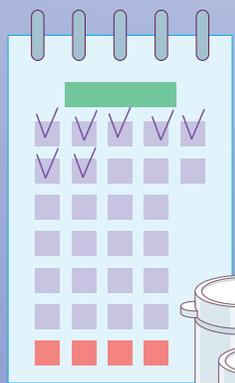
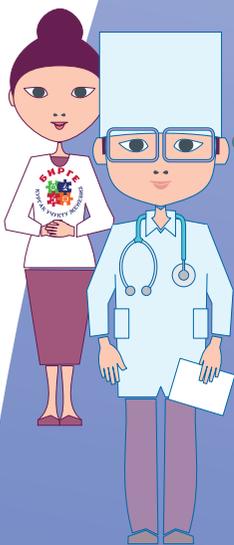
Туберкулез лечится только ПРОТИВОТУБЕРКУЛЕЗНЫМИ ПРЕПАРАТАМИ, которые в Кыргызской Республике предоставляются БЕСПЛАТНО.

ТУБЕРКУЛЕЗ ИЗЛЕЧИМ, если пациент:

- как можно раньше начнет лечение, будет соблюдать все рекомендации врача и закончит полный курс назначенного лечения
- будет рассказывать своему врачу или медсестре о возникающих проблемах

При этом лечение туберкулеза должно быть:

- ежедневным, непрерывным
- комплексным (полным), то есть надо принимать все назначенные лекарства
- под наблюдением медицинского работника или общественного помощника в лечении
- длительным, не менее 6 месяцев



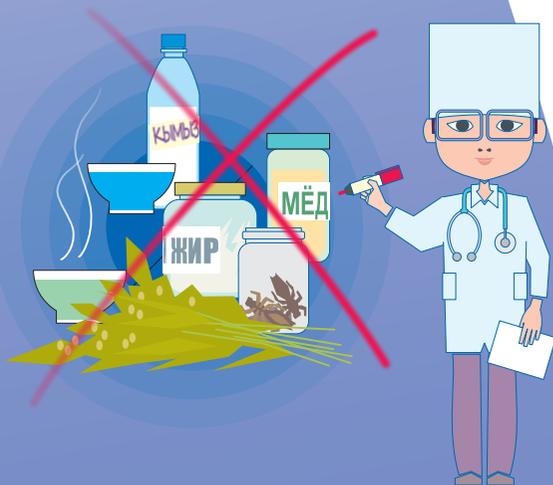
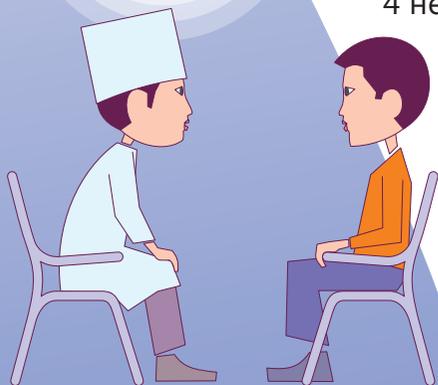
6  
месяцев

Противотуберкулезные препараты могут оказывать различные нежелательные воздействия на организм. **Многие их не испытывают, однако у некоторых пациентов возникают определенные проблемы.**

Самые распространенные побочные эффекты: тошнота и рвота, проблемы с пищеварением, жидкий стул, зуд и сыпь, боль в суставах.

Как правило, побочные реакции ослабевают или исчезают совсем, когда организм больного привыкает к лекарствам (для этого необходимо около 4 недель). Поэтому, если они возникают, необходимо сообщить об этом лечащему врачу или медсестре.

Прерывание и преждевременное прекращение лечения приводит к формированию лекарственно-устойчивого туберкулеза (ЛУ-ТБ), лечить который сложнее и длительнее.



**Средства народной медицины: кумыс, мед, лекарственные травы, барсучий жир, собачий жир, медведки — НЕ ИЗЛЕЧИВАЮТ туберкулез.**

## Где может лечиться пациент с туберкулезом?

Начинать лечение от туберкулеза можно стационарно (в больнице) или амбулаторно (на дому).

Если у пациента нет показаний к госпитализации, врач совместно с больным туберкулезом обсуждают условия лечения на дому.

**Амбулаторное лечение**, это когда пациент с туберкулезом не ложится в больницу и для приема препаратов может ходить в ближайшую или удобную для него медицинскую организацию.

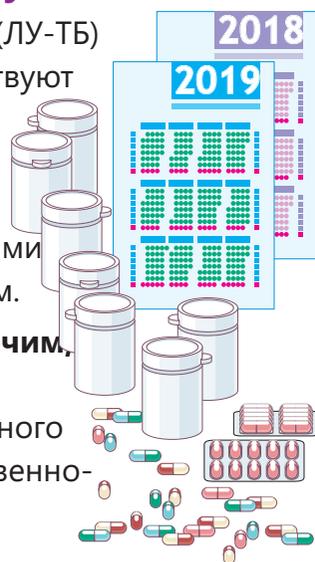
Амбулаторное лечение не отрывает больного от дома, семьи и снижает риск заражения в больнице более тяжелыми (лекарственно-устойчивыми) формами туберкулеза.

## Что такое «лекарственно-устойчивый туберкулез»?

Лекарственно-устойчивая форма туберкулеза (ЛУ-ТБ) вызвана микобактериями, на которые не действуют обычные противотуберкулезные препараты.

Когда пациент пропускает прием лекарств или преждевременно прекращает лечение, его туберкулезные бактерии становятся устойчивыми к обычным противотуберкулезным препаратам.

**Лекарственно-устойчивый туберкулез излечим, но требует более длительного, сложного и дорогого лечения.** Если лечение чувствительного туберкулеза занимает 6-8 месяцев, то лекарственно-устойчивой – формы 9-20 месяцев.





## Как поддержать близкого человека, болеющего туберкулезом

Вам и вашему близкому человеку предстоит долгий и нелегкий путь излечения от туберкулеза.

Ваша поддержка и помощь будут очень важны для него, равно как и для вас.

Он может испытывать глубокое потрясение, отчаяние, страх и тревогу за себя, близких и совместное будущее.



Осознание факта, что он заболел туберкулезом, может привести к личностному кризису.

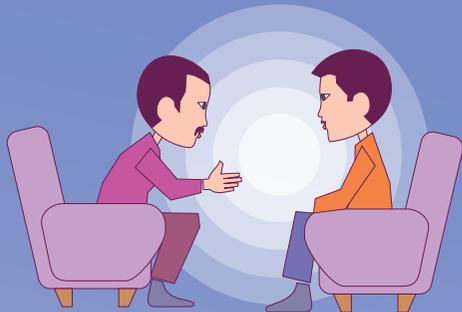
Человек внешне может казаться спокойным, но внутри переживать, иногда проявлять гнев, агрессию и отрицание поставленного диагноза.

**В этот непростой период  
вам необходимо проявить  
терпимость и сопереживание,  
поддержать и убедить его,  
что он не останется в одиночестве.**

## Вот некоторые советы пациентов, медицинских работников и психологов, которые рассказывают о том, как справляться с подобными трудностями:

- **Оказывайте поддержку** близкому человеку, регулярно напоминайте ему о своевременном приеме лекарств, точном, аккуратном исполнении всех предписаний врача, следите за тем, чтобы весь курс лечения был пройден до конца.
- Предложите, а лучше **вместе найдите занятие**, которое сможет его отвлекать во время длительного лечения. Вместе читайте, смотрите телевизор, слушайте музыку, гуляйте на свежем воздухе, получая заряд положительных эмоций и радуясь обычным вещам - небу, солнцу, времени года, звукам живой природы.
- Помогите ему **спланировать день** так, чтобы он посещал медицинскую организацию для приема лекарств в одно и то же время. Если есть маленькие дети, присмотрите за ними, чтобы близкий вам человек смог сходить и принять свои лекарства.

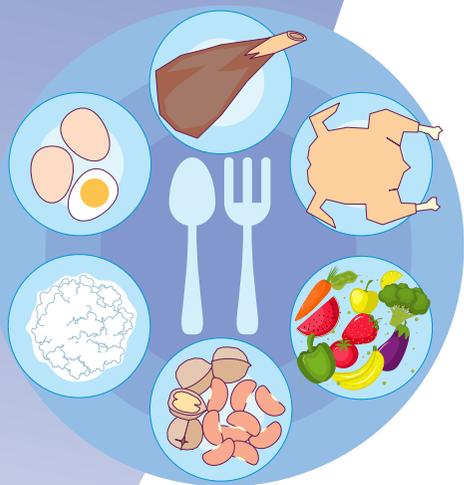




- **Слушайте и поддерживайте разговор** о течении болезни, беспокойствах и страхах больного. Предоставьте ему возможность общаться с друзьями и родственниками, это позволит избежать чувства одиночества.

- Создайте **условия для полноценного отдыха**, это особенно важно во время первых месяцев лечения.

- Постарайтесь обеспечить больному туберкулезом **регулярное и правильное питание**. Готовьте разнообразные блюда, богатые белковой пищей (мясо, курица, яйца, творог, бобовые, орехи и др.) и овощами и фруктами. Иногда ему может быть плохо от одной мысли о еде – особенно в первое время. Важно уговорить принимать пищу хотя бы маленькими порциями, даже через «не могу», так как организму больного нужны силы на борьбу с болезнью.



Аппетит улучшится, когда он станет чувствовать себя лучше. Обычно это происходит через две-три недели, но иногда может потребоваться больше времени.

- Убеждайте пациента **отказаться или уменьшить употребление алкоголя и табака**, так как они снижают естественные защитные силы организма.

- В нашей стране лечение туберкулеза проводится под наблюдением медицинского работника или общественного помощника в лечении. Некоторые больные чувствуют себя неловко оттого, что за ними кто-то наблюдает при приеме лекарств. Это необходимо не для контроля пациентов, а **для контроля их болезни**. Важно чувствовать поддержку и быть уверенным, что лечение проводится правильно и в любой момент можно обратиться к медицинскому работнику, поговорить о переживаниях, страхах, побочных эффектах — это очень важно.

- Проследите чтобы после завершения курса лечения, больной туберкулезом наблюдался у врача в течение двух лет.

- **Обратитесь к медицинскому работнику** для исключения туберкулеза, если у вас или лиц, тесно контактирующих с больным туберкулезом, появились такие признаки, как **кашель более 2-х недель, повышение температуры тела, ночная потливость, потеря аппетита, снижение веса, слабость, недомогание, утомляемость**.

- При необходимости станьте общественным помощником для больного туберкулезом.

- Важно настраивать себя, больного и близких только на выздоровление.

**Туберкулез излечим!**



## Общественные помощники в лечении.

У пациентов могут возникать различные проблемы, из-за которых им сложно следовать прописанному режиму приема лекарств. Это может быть отдаленность места жительства пациента от медицинской организации, неудобный график работы медицинского учреждения, наличие грудных детей, состояние здоровья и многое другое.

Так пациенты не могут каждый день приходить в медучреждение, а медработники - лично контролировать и фиксировать каждый прием назначенных лекарств. В таких случаях медработники не могут выдавать лекарства на руки больному.



Для решения этой проблемы привлекаются **общественные помощники в лечении**.  
Общественные помощники — это люди, которые могут выступить в роли помощников медицинских работников для контроля лечения больных туберкулезом.

Пациент совместно с врачом сам выбирает себе помощника из числа своих родных и близких, согласного помогать

ему в лечении добровольно и на безвозмездной основе.

Общественный помощник должен быть заинтересован в излечении больного, быть четким в исполнении своих задач.

Медицинские работники обучают общественных помощников принципам контролируемого лечения туберкулеза.





**Только  
совместными  
усилиями  
пациентов с туберкулезом,  
медицинских работников,  
близких людей, родственников,  
друзей, коллег и соседей  
можно победить туберкулез!**

**Туберкулез излечим!**



Эта брошюра предназначена для родных и близких пациента, проходящего курс лечения от туберкулеза.

Она поможет вам узнать много информации о туберкулезе, как он передается и как лечится, чем можно помочь близкому человеку.

Также она поможет вам понять его состояние и стать увереннее в необходимости помочь ему.

Составители:

Психолог - Провоторова Я.А., консультант проекта USAID "Победим туберкулез"  
РЦУЗ МЗ КР: к.м.н. Айтмурзаева Г.Т., Усупова Ж.Э., Омуржанова А.К., Новоселова Н.В.

Проект USAID "Победим туберкулез": Ибраимова Ч.Т., Тоичкина Т.В.

Художник-дизайнер: Марченко С.А.

Одобрено Экспертным советом  
Министерства здравоохранения Кыргызской Республики  
17.05.2019 г.

Отпечатано при финансовой поддержке проекта USAID «Вылечить туберкулез».

Данная публикация стала возможной  
благодаря помощи американского народа,  
оказанной через Агентство США по международному развитию (USAID).

Мнения авторов, выраженные в данной публикации,  
не обязательно отражают позицию USAID или Правительства США.

Тираж 1500 экз.

Отпечатано в ОсОО «Лэйбл».

Адрес г. Бишкек, ул. Орозбекова 44