



الصورة: © Ella M. Klomann - Fotolia.com

داء السل –

موضوع راهن حتى في ألمانيا

عزيزتي القارئة، عزيزي القارئ،

العلامات والأعراض

يمكن لمرض السل أن ينتشر دون إنتباه المصابين لذلك. يكون الإنتشار في كثير من الأحيان بطيئاً في أول الأمر و غالباً ما تكون الأعراض صعبة التحديد:

- الكحة أو السعال الخفيف مع أو دون بلغم
- فقدان الوزن اللارادي
- الإرهاق
- حُمى خفيفة
- التعرق الليلي

تستمر هذه الأعراض لمدة أسابيع، و تزداد شدتها في حالة عدم معالجتها. ينصح الخبراء، في حالة السعال الذي يستمر لمدة طويلة، بفحص الرئتين بالأشعة للكشف عن أسبابه. يتم في حالة إحتمال الإصابة بداء السل، التأكد من التشخيص من خلال إثبات تواجد الجراثيم، مثلاً في البلغم.

واجب التبليغ

الطبيب ملزم قانونياً بإبلاغ مديرية الصحة عن حالات الإصابة بالسل و التي تتطلب علاجاً. تقوم المديرية في حالة إذا كان السل مُعدياً بتنظيم إجراء فحوصات طبية على المُخالطين للمريض. و تسمى هذه العملية بفحص الوسط المحيط بالمريض. يمكن للأشخاص المصابين بالعدوى أن يخضعوا لعلاج وقائي مُبكر وذلك لمنع إندلاع المرض و إنتشاره.

العلاج

يتوفى، في حالة عدم الخضوع للعلاج، 7 من بين 10 مصابين بالسل. تتم المعالجة في أغلب الأحيان بنجاح، بينما تقل فرص الشفاء في حالة تواجد مقاومات (أنظر الواجهة الخلفية). يتلقى المرضى في حالة العلاج العادي أدوية لمدة 6 أشهر تكون قادرة على القضاء على الجراثيم. يحصل المصابين في الشهرين الأوليين على 4 مستحضرات طبية.

يعتبر داء السل أحد الأمراض المعدية الأكثر شيوعاً، حيث يُقدّر عدد الأشخاص الذين يصابون سنوياً بهذا المرض على الصعيد العالمي بحوالي 9 ملايين، و يتسبب بوفاة ما يزيد عن 1 مليون شخص سنوياً. يتعرف الكثيرون على مرض السل من خلال المراجع التاريخية فقط و غالباً ما يُذكرهم ذلك بالمصحات المتواجدة في الجبال. و قد أصبح هذا المرض نادراً في ألمانيا بفضل الرعاية و العادات الصحية الجيدتين، و مع ذلك يبلغ عدد المصابين هنا حوالي 4000 شخص سنوياً.

المرض

يعد السل (مختصر: TB أو Tbc) مرضاً مُعدياً و تسبب جرثومة في ظهوره و ينتقل من انسان إلى انسان. تصيب الجرثومة غالباً الرئتين و يستطيع الشخص المصاب بالمرض، عند التحدث أو العطس أو السعال، أن ينقل الجراثيم الى أشخاص آخرين بواسطة الهواء المتضمن لهذه الجراثيم. و لكن لا يُصاب بالمرض كل من كان في احتكاك مباشر مع الجراثيم حيث تقوم مناعة الجسم على مكافحة الجراثيم و غالباً ما تتجح في جعلها غير مؤذية. تظل البكتيريا في بعض الأحيان كامنة لعدة سنوات في الجسد. يظهر المرض لدى واحد من كل عشرة مصاب، مما يستلزم معالجته. يعد بالأخص الأشخاص المُخالطين عن قرب للمرضى المصابين بسُلّ الأكثر عرضة للإصابة بالمرض و كذلك الذين لديهم مناعة ضعيفة. الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة هم مثلاً:

- مرضى الإيدز و المصابين بفيروس نقص المناعة المكتسب
- الرضع، الأطفال الصغار إضافة إلى كبار السن
- الأشخاص الذين يتناولون أدوية تكبح جهاز المناعة بشكل مستمر
- الأشخاص المدمنين على المخدرات أو الكحول

يمكن للجراثيم، في حالة ضعف المناعة، أن تنتشر في الجسد و بالأخص في العقد اللمفاوية، العظام، المسالك البولية و السحايا.

العلاج

ما يمكنك القيام به بنفسك

- يمكنك أن تحمي نفسك من العدوى، و ذلك عن طريق الإبتعاد بما فيه الكفاية عن الأشخاص المصابين بالكحة و إتباع القواعد العامة للنظافة الشخصية.
- قم بزيارة الطبيب في حالة إذا كنت تعاني من سعال يدوم لمدة طويلة و الذي لا تُعرَف أسبابه.
- لم يُعد يُنصح في ألمانيا بإعطاء لقاح ضد السل.

إذا كُنت مصاباً بالسل:

- تناول أدويةك بانتظام و بشكل كامل، و بالفترة الزمنية المحددة. لا تكن مهملاً، حتى و لو شعرت بتحسن حالتك. فحالة الانتكاس لا تعني فقط تمديد مدة المرض و إنما تتطلب علاج آخر أكثر شدة.
- يُمكن تناول المستحضرات الطبية بعد وجبة أكل خفيفة على تحسين القدرة على تحملها.
- إجتنب قدر الإمكان شرب الكحول. حيث تستقلب معظم الأدوية في الكبد و بالتالي فإن الكحول قد يؤثر على نجاح المعالجة.
- يُعد التبغ مؤذياً لدى مرضى السل الرئوي، لذلك امتنع عن التدخين قدر الإمكان.
- إحترم مواعيد إجراء فحوصات المراقبة أثناء و بعد العلاج، لكي يتم التعرف مبكراً على التأثيرات الجانبية للمستحضرات الطبية أو في حالة علاج غير فعال إضافة إلى حالة الانتكاس التي من الممكن التعرف عليها باكراً.

يتم في 4 أشهر التالية متابعة العلاج بواسطة دوائين فعالين. حيث تؤخذ الأدوية كل يوم و في آن واحد. ينبغي أن تكون المعالجة ملائمة لحالة المريض و إحتياجاته. و بما أن العلاج يستلزم تناول مستحضرات طبية متعددة و لمدة طويلة، فإنه من الضروري أن يكون هناك تعاوناً وطيداً بين كل من المريض، الطبيب و مديرية الصحة. و هناك بهذا الخصوص العديد من العروض الخاصة بتقديم المشورة و المساعدة.

يكون العديد من المصابين بالسل في بداية المرض ناقلين للعدوى. لهذا يتم عزلهم في البيت أو في عيادة. المهم هو أن يقوم المصابين بإرتداء قناعاً واقياً على الفم، حتى يتم منع إنتشار الجراثيم. من الضروري أن يقوم المرضى بتناول الأدوية كما ينبغي. كما أنه يمكنهم أن يعودوا لممارسة حياتهم اليومية فقط بعد أن يتم التأكد من انهم غير معديين.

تكون المواد الفعالة المتواجدة في أدوية السل بشكل عام جيدة التحمل، لكنه من الممكن أن تكون لها تأثيرات جانبية. يقوم الطبيب بفحص الحالة الصحية للمريض بانتظام، ليتمكن من الكشف في الوقت المناسب عن أعراض العلاج المحتملة. من المحتمل و في ظروف معينة ان يُبدل دواء بآخر.

ينصح الخبراء بعرض على كل مريض بالسل المشورة و إقتراح إجراء الكشف عن فيروس الإيدز. يتم في حالة إذا كان هذا الكشف إيجابياً أيضا بمعالجة المرضين معاً.

مشكلة العلاج: المقاومات

تكمّن الصعوبة في كون البكتيريا تصبح أكثر مناعة - مقاومة - ضد أهم الأدوية. حيث غالباً ما تظهر هذه المقاومة نتيجة الاستخدام الخاطئ للأدوية. يعتبر السل المقاوم لعدة أدوية صعب العلاج و غالباً ما يبقى معدياً لفترة طويلة. يدوم العلاج 20 شهراً على الأقل، و ينبغي أن تتم المعالجة فقط في المراكز ذات خبرة.

المزيد من المعلومات

مصادر، منهُجّيات و روابط إضافية

يرتكز مضمون هذه المعلومات على نتائج بحوث علمية حديثة و هو عبارة عن توصيات مقدمة من مرضى لمرضى.

تجد جميع المراجع المستعملة، دليل المنهجيات و روابط إضافية تحت الرابط التالي:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/tuberkulose

مع أطيب التحيات

مسؤول عن المضمون:

مركز الأطباء للجودة في الطب (ÄZQ)

مركز مشترك بين KBV و BÄK

الهاتف: 030 4005-2501 الإيميل: 030 4005-2555

الإيميل\الموظف المكلف: mail@patinfo.org

www.patinfo.org

www.aezq.de



TUBERCULOSIS – A TOPICAL SUBJECT IN GERMANY, TOO



Photo: © Ella M. Klomann - Fotolia.com

DEAR READER,

Tuberculosis is one of the most frequent infectious diseases in the world. According to estimates, around 9 million people contract this disease every year and it is the cause of death of more than one million people annually.

Many people are mainly familiar with tuberculosis from historical works and they associate it with images of sanatoriums in the mountains. In Germany the disease has become rare thanks to good care and hygiene. Nonetheless, over 4,000 people are affected by it every year in this country too.

► THE DISEASE

Tuberculosis (in short: TB) is a contagious disease. It is triggered by bacteria and transmitted from one person to another.

The bacteria mainly invade the lungs. Infected individuals expel germ-containing droplets when speaking, sneezing or coughing which other people inhale. But not everyone who comes into contact with the bacteria becomes sick. The body's own defences fight the pathogens and often render them harmless. Sometimes, the bacteria remain dormant in the body for years. The disease breaks out in one in ten people and has to be treated. People in close contact with patients with contagious pulmonary tuberculosis and people with a weakened immune system are affected the most. The following groups are particularly at risk, for example:

- HIV and AIDS patients
- Infants, toddlers and elderly people
- People on long-term medication to suppress the immune system
- People who are drug or alcohol dependent

When the immune system is compromised, bacteria can spread in the body, amongst other things, to lymph nodes, bones, the urinary tract or cerebral membranes.

► SYMPTOMS AND COMPLAINTS

Tuberculosis can develop without the affected person noticing. It often begins insidiously and the complaints are frequently not clear:

- Slight or pronounced cough with or without sputum
- Unwanted weight loss
- Fatigue
- Slight temperature
- Night sweating

The complaints last for weeks. If left untreated, they normally get worse. In the case of a persistent cough, experts recommend a lung X-ray to establish the cause. If tuberculosis is suspected, the diagnosis is confirmed by the detection of bacteria, for instance in sputum.

► MANDATORY NOTIFICATION

Doctors are obliged by law to notify tuberculosis requiring treatment to the health authorities. In the case of contagious tuberculosis they then arrange for screening of people in close contact with the infected individual. This is called shared air space screening. People who have become infected can then receive timely preventive treatment.

The aim is to prevent an outbreak and further spread of the disease.

► TREATMENT

If left untreated around 7 out of 10 infected individuals die of tuberculosis. In most cases it can be successfully treated. In the case of resistances (see overleaf) the prospects of recovery are, however, far less good. The standard treatment for patients is six months of medication to kill the bacteria. In the first 2 months patients are given 4 different medications.

▶ Tuberculosis

▶ TREATMENT

In the following 4 months treatment involves 2 active ingredients. They are taken every day in parallel. Treatment should be tailored to the patient's needs. As several medications are taken over a prolonged period, cooperation between the patient, doctor and health authority is very important. With this in mind, several counselling and support offerings are available.

In the initial stages many patients are contagious. For that reason they are isolated at home or in a clinic. It's important for the affected individuals to wear a mask to limit the spread of germs. It is crucial for patients to take their medication correctly. Once they are no longer contagious, they are again free to go about their daily lives.

In general the active ingredients are well-tolerated but they may also have side-effects. Doctors regularly check their patients' health condition in order to identify any complications arising from treatment earlier. One medication may be exchanged for another.

Experts recommend offering every tuberculosis patient counselling and an HIV test. If the test is positive, the HIV illness is treated as well.

▶ TREATMENT PROBLEM: RESISTANCES

Bacteria are becoming increasingly insensitive – resistant – to the main medicinal products and this is a problem. Resistances of this kind mainly occur because the medicinal products are not used correctly. The disease known as multi-resistant tuberculosis is more difficult to treat and is often contagious for a longer period. Treatment normally lasts 20 months and should only be administered in an experienced centre.

▶ MORE INFORMATION

Sources, methodology and other useful links

The Patient Information is based on the latest scientific research findings and on recommendations for patients from patients.

You can access all the sources used, the methodology document and other useful links here:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/tuberkulose

▶ WHAT YOU CAN DO

- You can protect yourself from infection by keeping your distance from people who are coughing, and by complying with general hygiene rules.
- If you have a persistent, undiagnosed cough, go and see your doctor.
- Vaccination against tuberculosis is no longer recommended in Germany.

If you have tuberculosis:

- Take each of your medications regularly, in full and for the prescribed duration. Don't become lax even when you start feeling better. A relapse not only means the disease will last longer; further treatment will also be more difficult.
- Taking your medication after a light meal can improve tolerance.
- If possible, avoid alcohol consumption. Almost all medicines are broken down by the liver. Alcohol can impair successful treatment.
- Tobacco is particularly harmful in the case of pulmonary tuberculosis. Try not to smoke.
- Go for regular check-ups during and after treatment. Any side-effects of the medication, ineffective treatment or a relapse can be identified early on.

Responsible for the content:

German Agency for Quality in Medicine (ÄZQ)

Joint institution of BÄK and KBV

Tel.: 030 4005-2501 • Telefax: 030 4005-2555

Email/Contact: mail@patinfo.org

www.patinfo.org

www.aeqz.de



With the compliments of

TÜBERKÜLOZ – BU ÜLKEDE DE GÜNCEL BİR KONU



Foto: © Ella M. Klomann - Fotolia.com

SEVGİLİ OKUYUCU,

Tüberküloz (verem) en sık görülen enfeksiyon hastalıklarındandır. Dünya çapında her yıl yaklaşık 9 milyon insan bu hastalığa yakalanmakta ve her yıl 1 milyonun üzerinde insan bu hastalık nedeniyle hayatını kaybetmektedir.

Birçok kişi tüberkülozu tarihi kitaplardan bilir ve tüberküloz deyince akıllarına dağlardaki sanatoryumlar gelir. Almanya'da bu hastalık bakım ve hijyen standartının yüksekliği sayesinde çok ender görülür. Ancak bu ülkede de yılda 4 bin insan bu hastalığa yakalanır.

► HASTALIK HAKKINDA

Tüberküloz (kısaca TB veya Tbc) bulaşıcı bir hastalıktır. Bakterilerin neden olduğu bu hastalık insandan insana bulaşır.

Bakteriler ağırlıklı olarak akciğere yerleşir. Hastalığa yakalanan kişi konuşurken, hapsirirken veya öksürürken içerisinde bakterilerin olduğu ve başkalarının soluyabileceği damlacıkları etrafına saçar. Ancak bakterilerle temas eden herkes hastalanmaz. Vücudun direnç mekanizması bakterilerle savaşır ve genellikle onları zararsız hale getirir. Bazen bakteriler vücutta yıllarca uykuda kalırlar. Yaklaşık on kişiden birinde hastalık aktif hale gelir ve tedavi edilmek zorunda kalır. Özellikle bir bulaşıcı akciğer tüberkülozu hastası ile yakın temas içinde olanlar ve vücut direnci zayıf kişiler bu hastalığa yakalanırlar. Özel tehlike altında olan kişiler:

- HIV ve AIDS hastaları
- Bebekler, küçük çocuklar ve yaşlılar
- Sürekli olarak bağışıklık sistemini baskılayan ilaç kullanan kişiler
- Uyuşturucu veya alkol bağımlılığı olanlar
- Cezaevinde yatanlar

Vücut direnci zayıf olduğunda, bakteriler vücutta başka yerlerin yanı sıra lenf düğümlerine, kemiklere, idrar yollarına ya da beyin zarlarına yayılabilirler.

► BELİRTİLER VE ŞİKAYETLER

Tüberküloz, hastalar farkına varmadan aktif hale gelebilir. Hastalık çoğu zaman yavaş ilerler ve şikayetler de çoğunlukla sadece bu hastalığa özgü değildir:

- Balgamlı ya da balgamsız öksürük veya hafif öksürük
- İstemsiz kilo kaybı
- Yorgunluk
- Hafif ateş
- Gece terlemesi

Şikayetler haftalarca sürer ve tedavi edilmediklerinde genelde kötüleşirler. Uzun süren bir öksürük durumunda uzmanlar, nedeninin açıklığa kavuşturulması için bir akciğer röntgeninin çekilmesini tavsiye ederler. Tüberküloz şüphesinde ise teşhis, örneğin balgamda bakterilerin tespit edilmesiyle kesinleşir.

► BİLDİRİM YAPMA ZORUNLULUĞU

Bir doktor yasal olarak tedavi gerektiren bir tüberküloz hastalığını sağlık müdürlüğüne bildirmek zorundadır. Bu daire bulaşıcı tüberkülozda hastayla yakın temasındaki kişilerin de muayene edilmesini sağlar. Buna çevre muayenesi denir. Hastalığın bulaştığı kişiler, zamanında önleyici bir tedavi görebilirler.

Bu şekilde hastalığın aktif hale gelmesini ve yayılmasını önlemek amaçlanır.

► TEDAVİ

Tüberküloz tedavi edilmediği takdirde yaklaşık 10 kişiden 7'si hayatını kaybeder. Hastalık genelde başarılı bir şekilde tedavi edilebilir. Ancak direnç geliştiğinde (bkz. arka sayfa) iyileşme ihtimali belirgin bir şekilde azalır.

Standart tedavide hastalara 6 ay boyunca bakteri öldürücü ilaçlar verilir. Hastalara ilk 2 ayda 4 ilaç verilir.

► Tüberküloz

► TEDAVİ

Diğer 4 ay boyunca 2 etkin maddeyle tedaviye devam edilir. Bu ilaçlar her gün aynı anda kullanılır. Tedavi hastanın ihtiyaçlarına göre yapılmalıdır. Birçok ilaç uzun bir süre kullanıldığından hasta, doktor ve sağlık müdürlüğü arasında sıkı bir işbirliğinin olması önemlidir. Bu konuya dair çok sayıda danışma ve destek hizmeti mevcuttur.

Hastaların çoğu başlangıçta hastalığı bulaştırma tehlikesi taşırlar. Bu nedenle ya evde ya da bir klinikte izole edilirler. Önemli olan, hastaların bakterilerin yayılmasına olabildiğince engel olmak için ağız maskesi takmalarıdır. Hastaların ilaçlarını doğru bir şekilde kullanmaları çok önemlidir. Hastalar günlük yaşamlarına ancak hastalık bulaştırma riski taşımadıklarında geri dönebilirler.

Etkin maddeler genelde iyi tolere edilir ancak yan etkileri de olabilir. Doktor, tedavinin neden olabileceği sonuçları zamanında tespit edebilmek için hastanın sağlık durumunu düzenli olarak takip eder. Gerektiğinde ilaç değişikliği de yapabilir.

Uzmanlar, tüm tüberküloz hastalarına danışmanlık ve HIV testi yapılmasını önerirler. Test pozitif çıktığında HIV hastalığı da tüberkülozla birlikte tedavi edilir.

► TEDAVİDE SORUN: İLACA KARŞI DİRENÇ

Sorunlardan biri, bakterilerin en önemli ilaçlara karşı giderek daha dayanıklı hale gelmeleri, yani ilaca karşı direnç geliştirmeleridir. Bu türden dirençler özellikle ilaçlar doğru kullanılmadığında gelişir.

Çok ilaca dirençli tüberküloz denilen hastalığın tedavisi daha zordur ve bulaşıcılığı genellikle daha uzun sürer. Tedavisi en az 20 ay sürer ve yalnızca deneyimli bir merkezde yapılmalıdır.

► DAHA FAZLA BİLGİ İÇİN

Kaynaklar, Yöntem ve İlave Linkler

Elinizdeki hasta bilgilendirme metni, güncel bilimsel veriler temel alınarak hazırlanmıştır ve hastalar için tavsiyeler içermektedir.

Kullanılan tüm kaynakları, yöntem belgesini ve ilave linkleri aşağıdaki adreste bulabilirsiniz:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/tuberkulose

İçerikten sorumlu:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)
Görevlendiren: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)
ve Bundesärztekammer (BÄK)
Telefon: 030 4005-2501 • Telefax: 030 4005-2555
E-Posta/Başvurulacak kişi: mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



► SİZ NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Öksüren kişilerden yeterince uzakta durarak ve genel hijyen kurallarına dikkat ederek hastalığın bulaşmasına karşı kendinizi koruyabilirsiniz.
- Nedeni belli olmayan uzun süreli bir öksürüğün varlığında doktora başvurun.
- Almanya'da tüberküloza karşı aşı yaptırılması artık tavsiye edilmiyor.

Tüberküloz hastalığına yakalandıysanız:

- İlaçlarınızı düzenli, eksiksiz ve öngörülen süre boyunca kullanın. Kendinizi çok daha iyi hissetseniz bile ihmalkar davranmayın. Çünkü hastalığın nüks etmesi, daha uzun bir süre hasta kalmanın yanı sıra yeniden ve daha ağır bir tedavi görülmesi gerektiği anlamına da gelir.
- İlaçların hafif bir öğünden sonra alınması daha iyi tolere edilmelerini sağlayabilir.
- Alkolden mümkün olduğunca uzak durmaya çalışın. Neredeyse tüm ilaçlar karaciğerde yıkıma uğrar. Alkol, tedavinin başarısını zayıflatabilir.
- Tütün tam da akciğer tüberkülozunda zararlıdır. Mümkün olduğunca sigara içmeyin.
- Tedavi sürecinde ve tedaviden sonra kontrol muayenelerine gidin. Böylelikle ilaçların yan etkileri veya etkili olmayan bir tedavi ve hastalığın nüks etmesi zamanında tespit edilebilir.

Samimi tavsiyelerle

LA TUBERCULOSIS – AQUÍ TAMBIÉN ES UN TEMA DE ACTUALIDAD



Foto: © Ella M. Kломann - Fotolia.com

ESTIMADA LECTORA, ESTIMADO LECTOR:

La tuberculosis es una de las enfermedades infecciosas más frecuentes. Según las estimaciones, en todo el mundo se enferman cada año alrededor de 9 millones de personas, más de 1 millón de personas mueren anualmente por causa de ella. Muchos sólo conocen la tuberculosis a través de las obras literarias y piensan en sanatorios en las montañas. Gracias a la buena asistencia e higiene la enfermedad se ha vuelto muy poco frecuente en Alemania. Pero también aquí se afectan anualmente más de 4000 personas.

► LA ENFERMEDAD

Tuberculosis (abreviado: TB o Tbc) es una enfermedad contagiosa provocada por bacterias la cual se transmite de persona a persona.

Las bacterias atacan principalmente el pulmón. Al hablar, estornudar o toser la persona afectada expulsa gérmenes que los demás pueden aspirar. Sin embargo, no se enferman todas las personas que están en contacto con las bacterias. Las defensas propias del organismo combaten el agente patógeno y, frecuentemente, lo hacen inofensivo. A veces las bacterias permanecen por años en el cuerpo. La enfermedad se activa aproximadamente en una de cada diez personas y debe ser tratada. El riesgo es mayor para las personas en contacto estrecho con pacientes con tuberculosis pulmonar contagiosa y personas con defensas debilitadas. Especialmente corren peligro por ejemplo:

- pacientes con VIH y SIDA
- lactantes, niños así como personas mayores
- personas que toman de forma permanente medicamentos que reprimen el sistema inmunitario
- personas dependientes de drogas o alcohol

Cuando las defensas están debilitadas las bacterias pueden extenderse en el organismo, sobre todo en los ganglios linfáticos, huesos, vías urinarias o meninges.

► SÍNTOMAS Y MOLESTIAS

La tuberculosis puede activarse sin que la persona afectada se dé cuenta. Frecuentemente, comienza lentamente y las molestias, a veces, no son concretas:

- tos fuerte o ligera con o sin esputo
- pérdida de peso no deseada
- cansancio
- fiebre leve
- sudor nocturno

Las molestias duran varias semanas y generalmente empeoran sin tratamiento. Si existe una tos persistente los expertos recomiendan hacer una radiografía del pulmón para esclarecer el origen de la tos. Si se sospecha que existe una tuberculosis se establecerá el diagnóstico examinando las bacterias en el esputo.

► DECLARACIÓN OBLIGATORIA

Por ley, el médico está obligado a declarar una tuberculosis que necesita tratamiento al Departamento de Sanidad. En el caso de una tuberculosis contagiosa se examinarán a las personas en contacto estrecho con el enfermo. Esto se denomina examen del entorno. Las personas que se hayan contagiado recibirán un tratamiento preventivo tempranamente.

De esta forma se puede impedir el brote de la enfermedad así como su posterior propagación.

► TRATAMIENTO

Sin tratamiento mueren alrededor de 7 de cada 10 enfermos de tuberculosis. Por lo general, se la puede tratar exitosamente; si hay resistencias (véase al dorso) la probabilidad de curación es claramente menor.

En el tratamiento estándar los pacientes reciben durante 6 meses medicamentos que destruyen las bacterias. Durante los 2 primeros meses los afectados deben tomar 4 medicamentos.

▶ Tuberculosis

▶ TRATAMIENTO

Los siguientes 4 meses se tratará con 2 sustancias activas que se toman cada día al mismo tiempo. El tratamiento debe ser adecuado a las necesidades del paciente. Dado que se deberán tomar muchos medicamentos durante un largo tiempo es decisiva la colaboración entre paciente, médico y Departamento de Sanidad. Para ello existen numerosas ofertas de asesoramiento y apoyo.

Al principio, muchos enfermos son contagiosos. Por eso, deben estar aislados en su casa o en una clínica. Es importante que el afectado utilice una mascarilla para limitar la propagación de los gérmenes. Es decisivo que los pacientes tomen los medicamentos correctamente. Hasta que no dejen de ser contagiosos no podrán retomar su vida diaria. Las sustancias activas generalmente se toleran bien pero también pueden ocasionar efectos colaterales. El médico controlará regularmente el estado de salud para reconocer a tiempo las posibles consecuencias del tratamiento. Según las circunstancias se cambiará algún medicamento.

Los expertos recomiendan realizarle a cada paciente con tuberculosis un asesoramiento y ofrecerle un examen de VIH. Si el examen es positivo, el VIH se tratará conjuntamente.

▶ PROBLEMA: RESISTENCIAS

Un problema es que las bacterias se vuelven cada vez más insensibles y resistentes contra los medicamentos más importantes. Estas resistencias aparecen, sobre todo, porque los medicamentos no se emplean correctamente.

La tuberculosis denominada multiresistente es más difícil de tratar y, frecuentemente, contagiosa durante mayor tiempo. El tratamiento dura, por lo menos, 20 meses y debe realizarse en un centro experimentado.

▶ MÁS INFORMACIÓN

Fuentes, metódica y otros enlaces de interés

El contenido de esta información se basa en los resultados científicos de la investigación actual y las recomendaciones de pacientes para pacientes.

Aquí encontrará todas las fuentes utilizadas, el documento metodológico y otros enlaces de interés:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/tuberkulose

▶ ¿QUÉ PUEDE HACER USTED?

- Usted puede protegerse del contagio manteniendo una distancia prudencial de las personas que tosen y respetando las reglas generales de higiene.
- Vaya al médico si tiene tos persistente y no conoce las razones.
- En Alemania ya no se recomienda la vacuna contra la tuberculosis.

Si usted ha contraído tuberculosis:

- Tome sus medicamentos regularmente, en la cantidad establecida y durante el tiempo prescrito. No se vuelva negligente aunque se sienta mejor. Una recaída no sólo implica una prolongación de la enfermedad, sino también un tratamiento más dificultoso.
- Tomar los medicamentos después de una comida ligera puede mejorar la tolerancia.
- Evite, en lo posible, el consumo de alcohol. Casi todos los medicamentos se metabolizan en el hígado. El alcohol puede disminuir el éxito del tratamiento.
- El tabaco es nocivo sobre todo en el caso de una tuberculosis pulmonar. De ser posible, deje de fumar.
- Tome con seriedad las citas de control durante y después del tratamiento. De esa forma se pueden reconocer a tiempo los efectos colaterales o un tratamiento inefectivo así como una recaída.

Responsable del contenido:

Agencia Médica de Calidad en la Medicina (ÄZQ)
Por orden de la Organización nacional de Médicos de los Seguros de Salud (KBV) y el Colegio Federal de Médicos (BÄK)
Teléfono: 030 4005-2501 • Telefax: 030 4005-2555
E-Mail/persona de contacto: mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



Por recomendación

ТУБЕРКУЛЁЗ – АКТУАЛЬНАЯ ТЕМА И У НАС



Фотография: © Ella M. Klomann - Fotolia.com

УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

Туберкулёз является одним из наиболее частых инфекционных заболеваний. Ежегодно в мире им заражаются около 9 миллионов человек, более миллиона умирают.

Многие знают эту болезнь, в основном, из художественной литературы и ассоциируют с ней санатории в горах. В Германии благодаря хорошему медицинскому обслуживанию и гигиене она стала редкой. Но и здесь с ней ежегодно сталкиваются более 4 тысяч человек.

▶ ЗАБОЛЕВАНИЕ

Туберкулёз (сокр.: ТБ или Тбс) – это заразная болезнь. Она вызывается бактериями и передаётся от человека к человеку. Бактерии поражают преимущественно лёгкие. Разговаривая, чихая или кашляя, больной выделяет капельки с микробами, которые с потоком воздуха вдыхаются окружающими. Однако не каждый соприкоснувшийся с бактериями заражается. Иммунная система борется с возбудителями и часто нейтрализует их. Иногда бактерии годами находятся в организме, не причиняя вреда. Примерно у каждого десятого начинается воспаление, требуется лечение. В группе риска, прежде всего, лица из близкого окружения больных заразным туберкулёзом лёгких и лица с ослабленным иммунитетом. Особой опасности подвержены, например:

- пациенты с ВИЧ и СПИД
- младенцы, маленькие дети и пожилые люди
- люди, принимающие медикаменты для подавления иммунной системы
- страдающие от наркомании / алкоголизма

При слабом иммунитете бактерии распространяются в организме, в частности в лимфоузлы, кости, мочевые пути, мозговую оболочку.

▶ ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ

Туберкулёз может начаться незаметно для заболевшего. В начальной стадии болезнь часто протекает вяло, симптомы неоднозначны:

- кашель или покашливание с мокротой или без
- нежелательная потеря веса
- усталость
- слегка повышенная температура
- ночная потливость

Жалобы не проходят неделями и без надлежащего лечения, как правило, усиливаются. В случае затяжного непроходящего кашля эксперты советуют пройти рентгенографию лёгких для выяснения причины. При подозрении на туберкулёз диагноз проверяется анализом на наличие бактерий, например, в мокроте.

▶ ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ИЗВЕЩЕНИЕ

Врач по закону обязан заявить о требующем лечения случае туберкулёза в управление здравоохранения, которое, если речь идёт о заразном туберкулёзе, проверит лиц, находящихся в тесном контакте с больным. Этот процесс называется обследованием окружения. Заразившиеся смогут своевременно пройти профилактическое лечение. Так предотвращается вспышка заболевания и его дальнейшее распространение.

▶ ЛЕЧЕНИЕ

Без надлежащего лечения около 7 из 10 заболевших умирают. Болезнь успешно лечится, однако, при резистентности (см. на обороте) шансы на излечение заметно снижаются. Стандартное лечение предполагает приём антибактериальных препаратов в течение 6 месяцев. В первые 2 месяца больные принимают 4 медикамента.

▶ ЛЕЧЕНИЕ

Следующие 4 месяца лечение производится 2 препаратами. Их необходимо принимать каждый день одновременно. Курс лечения должен учитывать потребности пациента. Из-за длительного приёма нескольких препаратов решающее значение имеет тесное сотрудничество пациента, врача и управления здравоохранения. Предлагаются консультационные услуги и поддержка.

В начале болезни многие из заболевших заразны. Поэтому их изолируют дома или в больнице. Больным необходимо носить медицинскую маску для ограничения распространения микробов. Очень важен правильный приём медикаментов. Только став незаразными, пациенты могут вернуться к нормальной жизни.

Медикаменты, в основном, хорошо переносятся, но могут иметь побочные эффекты. Врач регулярно проверяет состояние здоровья с целью своевременной диагностики. При необходимости можно заменить один из препаратов.

Эксперты советуют предлагать каждому больному туберкулёзом консультацию и тест на ВИЧ. При положительном результате ведётся лечение ВИЧ.

▶ ПРОБЛЕМА: РЕЗИСТЕНТНОСТЬ

Проблема в том, что бактерии становятся всё более невосприимчивы – резистентны – к важнейшим препаратам. Такая резистентность возникает, прежде всего, при неправильном приёме лекарств. Так называемый мультирезистентный туберкулёз лечится сложнее и дольше заразен. Курс лечения длится не менее 20 месяцев и проходит в специальном центре.

▶ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Источники, методика и ссылки по теме

Содержание данного информационного бюллетеня основано на результатах последних научных разработок и рекомендациях пациентов для пациентов.

Все использованные источники, методический документ и ссылки по теме Вы найдете здесь:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/tuberkulose

Ответственный за содержание:
Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)
Совместный институт ВÄК и KBV
Тел.: 030 4005-2501 • Факс: 030 4005-2555
Эл.почта: mail@patinfo.org
www.patinfo.org



▶ ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ ДЕЛАТЬ САМИ

- Вы можете защитить себя от заражения, держась на расстоянии от кашляющих и соблюдая общие правила гигиены.
- Посетите врача в случае затяжного кашля неизвестной причины.
- Прививка против туберкулёза в Германии больше не рекомендована.

Если Вы заболели туберкулёзом:

- Регулярно принимайте все медикаменты в течение прописанного времени. Не прекращайте приём, даже если чувствуете себя намного лучше. Рецидив означает не только увеличение продолжительности болезни, но и осложняет дальнейшее лечение.
- Приём лекарств после лёгкого перекуса улучшает их переносимость.
- По возможности избегайте алкоголя. Почти все медикаменты перерабатываются печенью. Алкоголь может снизить успех лечения.
- По возможности откажитесь от курения. Сигареты вредны особенно при туберкулёзе лёгких.
- Не пропускайте контрольные осмотры во время и после курса лечения. Они помогают своевременно распознать побочные эффекты лекарственных препаратов, неэффективное лечение и рецидив болезни.

С рекомендацией

TUBERCULOSE : CHEZ NOUS AUSSI, UN THÈME ACTUEL



Photo : © Ella M. Klomann - Fotolia.com

CHÈRE LECTRICE, CHER LECTEUR,

La tuberculose est l'une des maladies infectieuses les plus courantes. Chaque année, environ 9 millions de personnes la contractent à travers le monde. Plus d'1 million en meurt.

Beaucoup connaissent la tuberculose à travers les ouvrages historiques et l'associent aux sanatoriums dans les montagnes. Grâce à une bonne prise en charge et l'hygiène, la maladie se fait rare en Allemagne. Néanmoins, ici aussi, plus de 4000 personnes sont touchées chaque année.

► LA MALADIE

La tuberculose (TB ou TBC) est une maladie contagieuse d'origine bactérienne. Elle se transmet d'homme à homme.

Les bactéries attaquent surtout les poumons. Les malades dispersent des gouttelettes contaminées dans l'air en parlant, en éternuant ou en toussant et d'autres peuvent les inspirer. Mais le contact avec les bactéries n'entraîne pas forcément la maladie. Les défenses immunitaires arrivent souvent à tuer les microbes. Parfois, les bactéries restent plusieurs années dans le corps de manière latente. La maladie se déclare chez environ une personne sur dix. Sont généralement touchées les personnes en contact direct avec le patient et celles dont les défenses immunitaires sont déficientes. Sont particulièrement vulnérables, par exemple, les :

- personnes atteintes du VIH et du SIDA
- nourrissons, jeunes enfants et personnes âgées
- personnes qui prennent des médicaments immunodépresseurs en permanence
- personnes ayant une dépendance à la drogue ou l'alcool

Si le système immunitaire est affaibli, les bactéries peuvent se propager entre autres dans les ganglions, les os, les voies urinaires ou les méninges.

► SIGNES ET SYMPTÔMES

La tuberculose peut se déclarer sans que les personnes touchées ne s'en rendent compte. Elle commence souvent de manière insidieuse et les symptômes ne sont pas évidents :

- toux ou toussotements avec ou sans expectorations
- perte de poids non souhaitée
- fatigue
- fièvre peu élevée
- sueurs nocturnes

Les symptômes demeurent pendant des semaines. Sans traitement, ils s'aggravent souvent. Si la toux persiste, les spécialistes recommandent une radiographie des poumons pour déceler l'origine. Si l'on soupçonne une tuberculose, le diagnostic est établi par la mise en évidence des bactéries, par exemple dans les expectorations.

► DÉCLARATION OBLIGATOIRE

Les médecins ont l'obligation légale de déclarer les cas de tuberculose aux autorités sanitaires. Celles-ci font en sorte que les personnes en contact direct avec le malade subissent des examens (enquête d'entourage). Les personnes contaminées peuvent obtenir un traitement préventif. Ceci doit empêcher la maladie de se déclarer et de se propager.

► TRAITEMENT

Sans traitement, environ 7 malades sur 10 décèdent de la tuberculose. Le traitement est généralement concluant ; mais en cas de résistances (voir au dos), la perspective de guérison est nettement moins bonne. Le traitement standard se fait par des médicaments qui tuent les bactéries. Durant les deux premiers mois, les patients reçoivent 4 médicaments.

► Tuberculose

► TRAITEMENT

Durant les 4 mois suivants, le traitement est poursuivi avec 2 substances actives que les patients prennent tous les jours au même moment. Le traitement doit être adapté aux besoins du patient. Comme plusieurs médicaments doivent être pris sur une longue période, une collaboration étroite entre le patient, le médecin et les autorités sanitaires est décisive. Pour ce faire, il existe de nombreuses possibilités de conseil et de soutien.

Au début, beaucoup de patients sont contagieux. De ce fait, ils sont isolés, à la maison ou dans une clinique. Il est important que les patients portent un masque buccal afin de limiter la propagation des germes et qu'ils prennent correctement leurs médicaments. Ils doivent attendre de ne plus être contagieux pour pouvoir reprendre leurs activités quotidiennes.

En général, les substances actives sont bien tolérées mais elles peuvent aussi avoir des effets indésirables. Le médecin contrôle régulièrement l'état de santé afin d'identifier les éventuelles conséquences du traitement. Il se peut alors qu'un médicament soit remplacé.

Les spécialistes recommandent de proposer un conseil et un test VIH à chaque patient atteint de tuberculose. Si le test s'avère positif, le VIH est également traité.

► PROBLÈME LORS DU TRAITEMENT : LES RÉSISTANCES

Le fait que les bactéries soient de plus en plus insensibles, c'est-à-dire résistantes, aux principaux médicaments est un problème. Les résistances aux antibiotiques se développent notamment à cause de l'usage incorrect d'antibiotiques.

La tuberculose dite multirésistante est difficile à traiter et souvent contagieuse plus longtemps. Le traitement dure au moins 20 mois et doit être effectué dans un centre expérimenté en la matière.

► POUR PLUS D'INFORMATIONS

Sources, méthodologie et autres liens

Le contenu de cette information aux patients repose sur des résultats de recherche scientifiques actuels et des recommandations pour et par les patients.

Toutes les sources utilisées, le document de méthodologie et les liens complémentaires sont disponibles ici : www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/tuberkulose

Responsable du contenu :
Service central pour la garantie de la qualité médicale (ÄZQ)
Institut commun du BÄK et de la KBV
Téléphone : 030 4005-2501 • Fax : 030 4005-2555
e-mail/interlocuteur : mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



► QUE POUVEZ-VOUS FAIRE PAR VOUS-MÊME ?

- Vous pouvez vous protéger contre la contamination en vous tenant à une certaine distance des personnes qui toussent et en observant les règles générales d'hygiène.
- En cas de toux persistante d'origine inconnue, consultez un médecin.
- La vaccination contre la tuberculose n'est plus recommandée en Allemagne.

Si vous avez la tuberculose :

- Prenez régulièrement tous vos médicaments pour la durée prescrite. Ne devenez pas négligent même si vous allez déjà mieux. Une rechute signifie non seulement que vous êtes malade plus longtemps, mais aussi que la suite du traitement sera d'autant plus difficile.
- La prise des médicaments après un repas léger peut améliorer la tolérance.
- Évitez le plus possible de consommer de l'alcool. Presque tous les médicaments sont dégradés par le foie. L'alcool peut enrayer le succès du traitement.
- Le tabac est particulièrement nocif dans le cas d'une tuberculose. Évitez le plus possible de fumer.
- Effectuez consciencieusement les examens de contrôle pendant et après le traitement. Ces examens permettent de déceler des effets indésirables ou un traitement inefficace et une rechute peut être identifiée rapidement.

Remis gracieusement par