



**„Открий, лекувай,
излекувай всеки!“**

Туберкулозата е заболяване, известно още от древността. Най-ранните сигурни доказателства датират от епохата на плейстоцена. Открити са фрагменти ДНК от причинителя на заболяването в кост на бизон, живял в Северна Америка и боледувал от туберкулоза преди 17 500 - 18 000 години. При археологически разкопки в източното Средиземноморие учени откриват общ гроб на майка и дете, погребани преди около 9 000 години. При изследване на костите им се установява, че те са боледували от туберкулоза. Характерни за туберкулозата изменения са открити в гръбначен стълб на египетска мумия на възраст 4 500 - 5 000 години.

Дълго преди да бъде открит причинителят на туберкулозата, се е предполагало, че тя е заразна болест. През 1839г. Йохан Шьонлайн нарича заболяването с името туберкулоза.

През XIX и началото на XX век заболяването придобива сериозна обществена значимост, като се превръща в ендемично заболяване на бедните граждани. През XX век от туберкулоза умират около 100 милиона души.

Причинителят на туберкулозата *Mycobacterium tuberculosis* е идентифициран и описан от Робърт Кох на 24 март 1882г. За това откритие, което е резултат от 17-годишен труд, той получава Нобелова награда за физиология и медицина през 1905 г., а причинителят е наречен в негова чест „Бацил на Кох“.

Mycobacterium tuberculosis се състои от няколко типа – човешки - *typus humanus*, говежди - *typus bovis*, птичи - *typus avium* и др. При човека главен причинител е човешкият, а в по-редки случаи говеждият тип. Туберкулозният бактерий е аеробен бактерий, което благоприятства развитието му в белодробния паренхим. Благодарение на своята вътреклетъчна устойчивост туберкулозните бацили могат да се предпазят от някои защитни механизми на организма. Те притежават гликопептиди и восъци в своята клетъчна стена, което обуславя тяхната киселинна устойчивост. Те имат бавно размножаване и добра съпротивителна устойчивост.

При здрава имунна система от туберкулоза заболяват само 3% от инфектираните! Фактори, които понижават резистентността на организма и повишават риска от развитие на туберкулоза са:

- ▶ Недоимъчно хранене, стрес, напреднала възраст;
- ▶ Продължително лечение с имуносупресори, цитостатици, кортикостероиди;

- ▶ Захарен диабет;
- ▶ Алкохолизъм;
- ▶ Приемане на наркотици;
- ▶ СПИН или друга причина за имунодефицит - инфекции;
- ▶ Лимфоми, левкози и др.

Източници на инфекцията са болните хора и животни — добитото от тях мляко и млечни продукти, както и замърсената околна среда с туберкулозни причинители, отделяни от болните хора и животни чрез хрчки, фекалии, мляко, слуз, урина и др.

Заразяването става най-често чрез вдишването на фини капчици (капкова инфекция), изхвърлени при кашлянето от болните хора и животни, или на прах (прахова инфекция) от изсушени инфектирани фекалии, попаднали в храната, водата и въздуха.

Заразяването с туберкулоза може да стане и при консумиране на прясно мляко и млечни продукти, като прясно сирене, извара, масло добито от болни крави. Пряското мляко трябва да се пастъоризира на 85 градуса по Целзий за 30 минути, за да се унищожи причинителят.

Микобактериите, са много устойчиви във външна среда - способни са да се съхранят дори в земята, в снега, в леда. Не загиват под въздействието на спирт, киселина, нито на алкали. Разбира се, има вещества, които могат да унищожат микобактерията - хлорсъдържащите вещества, преките слънчеви лъчи, високите температури. Така например пряката слънчева светлина убива туберкулозните бактерии за 5 минути. Микобактериите се разрушават и при нагряване.

Най-благоприятните условия за разпространение на туберкулозната инфекция са тъмните, влажни и лошо проветрени помещения.

Туберкулозата може да засегне различни органи и тъкани на човека: костите, кожата, пикочната и половата система, червата, дори очите. Но най-често тя уврежда белите дробове.

Както всичко живо на този свят, така и патогенните микроорганизми притежават способността да се приспособяват към неблагоприятните условия. С времето се появиха форми на микобактерии, които са устойчиви към антибиотиците. Това наложи разработването на нови противотуберкулозни препарати.

Туберкулозата може да се нарече маркер, или отражение на обществото като цяло. Колкото по-лошо е икономическото положение в една страна, толкова повече условия се създават за разпространение на туберкулозната инфекция. Традиционно тази инфекция се разпространява много повече в затворите, където не достига храна и слънчева светлина.

Друго огнище на разпространение са бездомниците, които живеят в опасни за здравето условия и по принцип не получават медицинска помощ.

Не само недохранването, но и преяждането може да се окаже предпоставка за развитие на болестта - оказва се, че не само изтощеният организъм е предпоставка за развитие на туберкулоза. Всеки излишен килограм тегло повишава вероятността от заболяването, защото образувалата се мастна тъкан притиска диафрагмата и затруднява работата на белите дробове.

Прашливите и непроветрени помещения са благоприятна среда за разпространяване на туберкулозната бактерия. Ако сте принудени да работите постоянно в затворени пространства, често почиствайте с влажна кърпа и колкото може по-често проветряване.

Съпротивляемостта на организма към туберкулозния бацил рязко спада при голямо струпване на хора в една стая, особено и ако се пуши. В такава обстановка е категорично забранено да се дими.

Вземете сериозни мерки, ако забележите:

- ***Продължителна кашлица - повече от три седмици;***
- ***Болки в гръдния кош;***
- ***Понижаване на теглото;***
- ***Загуба на апетит;***
- ***Засилено отделяне на пот, особено през нощта;***
- ***Общо неразположение и слабост;***
- ***Периодично повишаване температурата на тялото.***

Какво трябва да предприемете, ако заподозрете признаци на туберкулоза:

- Колкото може по-бързо се обърнете към специалист-фтизиатър или първо към личния лекар, който да ви насочи.

- Налага се изследване на храчките, както и рентгенова снимка на гръдния кош.

- При явно подозрение за туберкулоза ви предстои задълбочено изследване, което ще започне с туберкуозна проба.

- При кашлица задължително прикривайте устата си с кърпичка. Никога не плюйте по пода. Около вас може да има хора, възприемчиви към инфекцията – деца, възрастни хора.

- Ако диагнозата се потвърди, не се отчайвайте. Настройте се за продължително лечение.

Прогнозата е благоприятна, стига да изпълнявате всички лекарски препоръки.

Ако прекъснете лечението, болестта ще се върне в нова, много по-тежка форма.

Туберкулозата се лекува с всекидневен прием на лекарства в продължение на 6 до 8 месеца. Този срок е необходим, за да може организмът изцяло да се освободи от възбудителите на болестта.

По никакъв начин не трябва самостоятелно да прекратявате или прекъсване започнатото лечение.

Това може да предизвика резистентност, т.е. привикване и устойчивост към лекарствата и туберкулозата да се върне отново.

Повярвайте, ако това се случи, болестта ще бъде в много по-тежка форма!



Как да се предпазим?

Отлична защита против туберкулозата са извънградските разходки, особено в борови и елови гори.

Там има много аеройони и фитонциди. Изключително лечебно действие имат физическите упражнения, ако ги правите в боровата гора.

Старайте се да избягвате тълпите от хора, пазете децата си от такива места. И още: ако имате да изминете известно разстояние, опитайте да го направите пеша, а не с градския транспорт. Особено ако е само за една спирка.

Не си позволявайте да похапвате където ви попадне и каквото ви попадне. Ако сте посетили библиотеката и сте разгледали много книги и вестници, трябва хубаво да измиете ръцете си.

Най-важно за профилактиката на болестта е ваксиниране с БЦЖ ваксина възможно най-рано, след 48-ия час от раждането на бебето, последващо реимунизирани на 6-7, 10-11, и 16-17 години.



Изследвайте се, като се подложите на обикновена флуорография. Тази процедура се извършва с цел профилактика във всяка клиника. Не пренебрегвайте редовните флуорографски изследвания! В някои страни дори са приети закони за задължително изследване.

В Австрия например, ако някой откаже да се подложи на тази процедура, трябва да заплати голяма глоба.

Важно значение в профилактиката на туберкулозата има устойчивият имунитет. А той може да се укрепи по най-различни начини - закаляване, прием на витамини, лечебни билки, спорт.

Избягвайте всичко, което може да отслаби защитните сили на вашия организъм. Хранете се правилно, излизайте по-често на чист въздух, не злоупотребявайте с алкохола. За пушенето да не говорим - ако можете, откажете цигарите, или поне опитайте.

Все пак, най-застрашени от заразяване са хора, принудени да бъдат сред голяма тълпа, сред голямо струпване на хора на едно място. Така болестта засяга хората независимо от техния социален статус.

Информация за брой регистрирани заболявания от туберкулоза за периода 2008 – 2014 година в Силистренска област

През последните години заболяемостта от туберкулоза запазва трайна низходяща тенденция. През 2008г. заболялите от туберкулоза в Силистренска област са били общо 60. Оттогава с всяка следваща година този брой намалява и през 2013г. броят на заболялите лица е 26, а през 2014г. – само 24. Тази трайна тенденция е резултат от активната дейност на Министерство на здравеопазването в изпълнение на "Националната програма за превенция и контрол на туберкулозата в Република България", на Програма "Подобряване на контрола на туберкулозата в България" и Програма "Укрепване на Националната програма по туберкулоза в България", които се финансират от Глобалния фонд за борба срещу СПИН, туберкулоза и малария. Подобрена се дейността по профилактика в заразните огнища с откриване на инфектирани лица и провеждане на навременна и ефективна химиопрофилактика.

По повод на Световния ден за борба с туберкулозата, за поредна година Регионална здравна инспекция-Силистра провежда кампания в Силистренска област, посветена на профилактиката на заболяването. Кампанията, която се провежда в периода 21 - 27 март 2015 година, включва:

- ▶ *Организиране беседи с презентации сред ученици в областта по теми, свързани с профилактика на туберкулозата;*
- ▶ *Разпространение на здравно-образователни материали (дипляни, листовки);*
- ▶ *Изготвяне на информационно табло по темата в сградата на РЗИ-Силистра.*