

Tuberkuloosihaigele

- 1. KUIDAS TUBERKULOOSI RAVITAKSE**
- 2. ELUSTIIL RAVI AJAL**
- 3. MIDA TÄHENDAB OTSESELT KONTROLLITAV RAVI (OKR)**
- 4. MIDA TÄHENDAB TAHEST OLENEMATU RAVI**
- 5. TERVISLIKU SEISUNDI JÄLGIMINE PÄRAST RAVIKUURI LÕPPU**
- 6. TUBERKULOOSIHAIGE KONTAKTSED**
- 7. KAS TUBERKULOOSI VASTU SAAB VAKTSINEERIDA**
- 8. KAS TUBERKULOOSI UURINGUD JA RAVI ON TASUTA**

1. KUIDAS TUBERKULOOSI RAVITAKSE

Tuberkuloosist ravitakse suukaudsete ja süstitavate ravimitega.

Raviskeemis on korraga 3-6 antibakteriaalset ravimit ning ravikuur kestab 6-24 kuud. Ajukelmepõletiku, luutuberkuloosi ja dissemineerunud haigusvormi korral on raviperiood 9-12 kuud.

Nakkusohtlikku tuberkuloosi korral toimub ravi esialgu haiglas ja kestab kuni nakkusohu möödumiseni. Et ravi oleks võimalikult efektiivne, tuleb ettekirjutatud ravimeid võtta regulaarselt kogu raviperioodi vältel. Ravimite kõrvaltoimed on võimalikud, kuid neid on võimalik leevendada.

Ravi ajal jälgitakse järjepidevalt patsiendi paranemisprotsessi, hinnatakse haigussümtomeid ja võimalikke ravimite kõrvaltoimeid.

Haige saab jätkata TB ravi ambulatoorselt,

- kui ei ole enam teistele nakkusohtlik
- kui ravimite talumine on hea, ilma oluliste kõrvaltoimeteta.

2. ELUSTIIL RAVI AJAL

Täisväertuslik toitumine TB ravi ajal aitab paranemisele kaasa.

Kuid vältima peaks

- Alkoholi kasutamist, sest koos ravimitega suureneb kõrvaltoimete tekkimise risk.
- Suitsetamist, sest suitsetamine kahjustab kopsude kaitsefunktsiooni ning võib seetõttu aeglustada paranemist.
- Päevitamist ja solaariumis käimist, kuna ravimite kõrvaltoimete tõttu võivad tekkida pigmendilaigud ja päikesepõletuse oht on suurem
- Peab arvestama, et tuberkuloosiravimid võivad nõrgestada rasedumisvastaste ravimite toimet

Kopsutuberkuloosi ravi läbiviimiseks kasutatakse Eestis üksnes otseselt kontrollitavat ravi (vastavalt Maailma Terviseorganisatsiooni soovitudele).

3. MIDA TÄHENDAB OTSESELT KONTROLLITAV RAVI (OKR)

OKR tähendab, et kogu ravikuuri jooksul võetakse TB ravimid igapäevaselt meditsiinitöötaja juuresolekul. See kehtib nii haiglaravil olles kui ka kodus.

Meditsiinitöötaja jälgib, et kõik määratud ravimid saaks korrektselt võetud. Vajadusel viiakse ravimid patsiendile koju. OKR läbiviija hindab haige tervislikku seisundit ja võimalikke ravimite kõrvalmõjusid ning hoolitseb selle eest, et arsti visiidid toimuksid kokkulepitud aegadel. Ta on tugiisikuks, kellega haige saab vestelda oma terviseprobleemidest. OKR püütakse kohandada patsiendile võimalikult mugavaks ja kättesaadavaks.

4. MIDA TÄHENDAB TAHTEST OLENEMATU RAVI

Tuberkuloos on eriti ohtlik nakkushaigus, mis ohustab nii patsienti ennast kui ka teda ümbritsevaid inimesi. Sellest tulenevalt on Eestis võimalik **tuberkuloosiravist kõrvalehoidvaid nakkusohtlike patsiente halduskohtu otsusega suunata tahtest olenemata** tuberkuloosiravile SA Viljandi Haigla Jämejala tuberkuloosiravi osakonda.

5. TERVISLIKU SEISUNDI JÄLGIMINE PÄRAST RAVIKUURI LÖPPU.

Ravim tundliku haigusvormiga haiged, kes läbisid täielikult raviarsti määratud ravikuuri ning paranesid, ei vaja pärast tuberkuloosist paranemist regulaarset jälgimist arsti juures. Nad peaks enda tervist siiski jälgima ning tuberkuloosi sümptomite taastekkimisel pöörduma kohe kopsuarsti või perearsti poole.

Neid, kes põdesid multiravimiresistentset tuberkuloosi, on HIV-nakkusega või kelle ravisoostumus oli halb (st kes ei järginud ravikuuri ajal ravirežiimi), jälgitakse pärast paranemist kahe aasta jooksul iga kuue kuu järel. See tähendab, et tuleb regulaarselt käia kontrollil kopsuarsti juures, kus tehakse vajalikud uuringud TB taastekkimise välistamiseks

6. TUBERKULOOSIHAIGE KONTAKTSED

Kontaktsete uuringu eesmärgiks on haiguse varajane avastamine ning haiguse leviku peatamine ühiskonnas. Tuberkuloosi haigestunud inimese intervjuerimisel selgitatakse välja ohustatud lähikontaktis olevad inimesed ja palutakse neil minna arstlikule läbivaatusele perearsti või kopsuarsti juurde.

- Tavaliselt teeb teavitustööd tuberkuloosihaige ise, vajadusel kaasatakse ka tervishoiutöötajad. Kontaktsete teavitamine ja uuringutele kutsumine toimub delikaatselt, See tervisekontroll võib selgitada ka isiku, kellelt patsient on nakkuse saanud.
- TB nakatunud inimestele tehakse korduv rindkereorganite röntgenogramm 1-2 aasta jooksul. Kui kontaktsetel ilmnevad haigussümptomid, tuleb neil viivitamatult arsti poole pöörduda.
- Vahel on kontaktsetele näidustatud TB profülaktiline ravi, näiteks
 - alla 5-aastastele lastele
 - HIV-nakkusega kontaktsetele
 - inimestele, kes saavad teatud tüüpi bioloogilist ravi
 - inimestele, kelle immunsüsteem on nõrgem mõne haiguse või selle ravi tõttu

7. KAS TUBERKULOOSI VASTU SAAB VAKTSINEERIDA

Maailma Terviseorganisatsioon soovib vaktsineerimist BCG vaktsiiniga (Bacillus Calmette-Querin) suure tuberkuloosilevimusega riikides kõigile lastele, välja arvatud HIV-nakkuse või AIDSi sümptomite esinemisel.

Täiskasvanutel on BCG vaktsiin vähem- efektiivne.

Eestis vaktsineeritakse kõiki terveid vastsündinuid esimestel elupäevadel.

8. KAS TUBERKULOOSI UURINGUD JA RAVI ON TASUTA

Tuberkuloosi korral on Eestis kõik uuringud, ravimid, haiglaravi ja järelvisiidid haigetele inimesele tasuta, sõltumata ravikindlustuse olemasolust.

Ka tuberkuloosihaigete kontaktsetele on Eestis kõik uuringud tuberkuloosi suhtes tasuta sõltumata ravikindlustuse olemasolust.

Kasutatud kirjandus

1. Kopsu- ja kopsuvälise tuberkuloosi käsitus. Patsiendijuhend. Eesti Haigekass 2017
2. Terviseinfo. Tuberkuloos.
<https://www.terviseinfo.ee/et/valdkonnad/tuberkuloos>
3. Tuberkuloos. FILHA, Soome Kopsuarstide Selts).
https://tuberkuloosi.fi/wp-content/uploads/2014/03/tuberkuloosi_esite_viro.pdf
4. Tuberkuloos. Juhend patsiendile. FILHA, Soome Kopsuarstide Selts.
https://tuberkuloosi.fi/wp-content/uploads/2014/03/tuberkuloosi_potilasohje_viro.pdf
5. Туберкулез (ТБ) – как он лечится? FILHA, Soome Kopsuarstide Selts.
https://tuberkuloosi.fi/wp-content/uploads/2017/12/TB-potilasopas-venaja_netti.pdf
6. Туберкулез (ТБ) – что это? <https://tuberkuloosi.fi/materiaali/tb-oppaat/>. FILHA, Soome Kopsurptide Selts.
7. www.who.int/tb/en/
8. Pehme L, Altraja A, Hollo V, Rahu M. Kopsuvälise tuberkuloos Eestis. Eesti Arst 2003; 10:686–692.
9. Pehme L. Tuberkuloosi ravi. Lege Artis 2008 ; 1(69), 29–33.
10. Pehme L. Tuberkuloosihaiigestumus Eestis. Pereaarst 2016; märts.