**ТУБЕРКУЛЕЗ АУРУЫНЫҢ БЕЛГІЛЕРІ ЖӘНЕ ОНЫҢ**

**АЛДЫН АЛУ ЖОЛДАРЫ**

**Мақсаты:**Жұқпалы аурулардан сақтану және олардың алдын алу

**Тәрбиелігі:** Жұқпалы аурулардан сақтануға   және тазалықты ұстануға тәрбиелеу.Туберкулез- ауа арқылы таралатын жұқпалы ауру. Туберкулез   ауруының қоздырғышы-туберкулез таяқшалары.

Қазіргі кезде туберкулез   ауруының қауіптілігі туберкулез   ауруы адамнан адамға ауа арқылы таралып жұғатын болғандықтан, туберкулезбен   тыныс   жолдары ( кеңірдек, кеңірдекше ) және өкпесі   зақымданған   науқастар   жоғары қауіп   тудырады.   Туберкулез ауруының бұл түрлеріне шалдыққан   науқастар сөйлегенде, жөтелгенде, түшкіргенде немесе қақырық тастағанда қоршаған   ортаны тірі бактериялармен ластайды. Ауаны ластаған тірі туберкулез   микробактериялары   сау адамның ағзасына   өтуі үшін   осы   ауамен аздап   қана   тыныс алудың өзі де жеткілікті. Яғни, туберкулез таяқшалары барлық адамдар үшін қауіпті, өйткені біз тыныс алатын ауа бәрімізге ортақ!

**Туберкулез ауруымен кімдер ауруы мүмкін?** Туберкулез   таяқшалары   жұққан   адамдардың   текқана     пайызы   туберкулез   ауруына   шалдығуы   мүмкін екендігі дәлелденген. Туберкулез   таяқшалары   жұққан   адамдардың   қорғаныс жүйесі әлсіз болса, олардың туберкулез   ауруына шалдығу қауіпі   жоғарлайды.   Жанасқан   АИТВ және ТБ жұқпалары болған жағдайда   ТБ ауруына шалдығу қауіпі 21-34 есе   артады.   Иммундық   қорғанысты   әлсірететін   басқада ауруларға   шалдыққан адамдарда   туберкулезбен   ауыру қауіпі   жоғары болады.Мысалы, қант диабеті мен   тамақтанудың   басқа да бұзылыстары туберкулезбен   ауыру қауіпін кез келген жаста   арттырады. Темекі тарту туберкулезбен   ауыру және оның   салдарынан   қайтыс болу қауіпін   едәуір арттырады.   ТБ   ауруына шалдығудың   20 пайызынан астам   жағдайы темекі тартумен байланысты екені белгілі.  Туберкулезбен   ауырмау үшін не істеу керек?   Туберкулез   таяқшаларының   жұғуынан, яғни тыныс алу жолдары арқылы   туберкулез   ауруының   қоздырғышының   ағзаға түсуінен сақтану   керек ( бөлмені жүйелі   түрде   желдетіп   отыру, жөтеліп жүрген адамдардың бетперде тағуы, туберкулездің   ашық түріне   шалдыққан адамдармен   қарымқатынаста   болмау)   Есірткі   заттарды қолданбау   Арақ-шарап пен   темекіні   қолданбау .    Тамақтану тәртібі   мен   жиілігін   сақтау, зиянды   және улы қоспаларды   қолданбау       Стресстерге   қарсы   тұра   білу  Жыл сайын емханада тексерістен   өтіп отыру  Ағзаның   қорғаныс   күштерін төмендететін кез келген   ауруды ( қабыну   үрдістері қанның азаюы, гормондық бұзылыстар, қалқанша безінің   аурулары   және басқаларды) уақтылы емдеп отыру.

Қорытынды: Оқушылар бұл жұқпалы дерттен сақтануымыз керек, өйткені ол адам өміріне өте қауіпті болып келеді. Сол себепті,тазалықты сақтап, жеке бас гигиенаны сақтағанымыз жөн және салауатты өмір салтын ұстануымыз керек
Туберкулез ауруы — асқынған кезде соңы адам өліміне дейін соқтыруы мүмкін күрделі жұқпалы ауру. Туберкулезді зерттейтін медицинаның саласын фтизиатрия деп атайды. XIX ғасырдың соңында неміс дәрігері Г.Кох туберкулёзді тудыратын миробактерияны (туберкулёз таяқшасын) тапты. Осы кезге дейін инфекциялардың арасында адам өлімі туберкулезден асып түскені жоқ. Әлемдегі әрбір үшінші адамда туберкулез бактериялары болады. Бұл індетпен ауыратын адамдардың басым бөлігін абақтыны мекен етушілер, нашақорлар, үйсіз жүрген қаңғыбастар, жезөкшелер мен шеттен келген келімсектер құрайды. Алайда, соңғы кездері әлеуметтік жағдайы жақсы адамдардың арасында да туберкулезге шалдығушылар саны артуда. Жоғарыда аталған адамдардан кейін олармен жақын қатынаста болған адамдар — абақты қызметкерлері, дәрігерлер, әлеуметтік сауықтыру орталығындағы қызметкерлер және науқас адаммен бірге тұратын туған-туыстары.

Туберкулез таяқшалары бала кезден немесе жасөспірім кездерде пайда болады. Бірақ барлық адам ауыра қоймайды. Егер жақсы тамақтанып, жақсы күтініп және салауатты өмір салтын (ішімдік ішпей, темекі шекпей, спортпен айналысып) ұстанатын болса, онда адамның иммундық жүйесі туберкулездің тууына жол бермейді.Туберкулездің негізгі жұғатын көзі туберкулез микробтарын тарататын науқас адам. Науқас адам сөйлегенде, жөтелгенде, түшкіргенде, ән айтқанда түкірікпен, қақырықпен әлденеше миллиард туберкулез микробтарын бөліп шығарады және олар 1,5 метрден 5 метрге дейін шашырайды, ең қауптісі ол ауада таралып, бір сағаттан көп уақыт сақталады. Науқас адамның жерге немесе еденге түкірген қақырығы бірте-бірте кебеді де, ақырында шаңға араласады, шаң ауаға көтеріледі, дем алған кезде сау адамның өкпесіне енеді. Одан басқа аурудың ыдыс-аяғы, киім-кешегінен, кір қолынан және сүйіскен кезде жұғады. Сол сияқты туберкулезбен ауыратын үй жануарлары да: сиыр, түйе, доңыз туберкулез ауруын таратады. Туберкулезбен ауыратын малдың сүтін шикілей ішкенде немесе тауықтың жұмыртқасын пісірмей жегенде жұғады.

**Туберкулез қандай ауру?**

Туберкулез жұқпалы ауру. Ең жиі кездесетін түрі-өкпе туберкулезі. Көп жағдайда сырқат белгісі науқас адамға білінбей басталады да, тек қана Манту реакциясын қойғанда, қақырықты “Кох таяқшасына” тексергенде немесе флюорографиялық байқаудан өткенде табылады.

**Туберкулездің белгілері:**

-әлсіздік, тез шаршау;

-асқа зауқы соқпау, жүдеу;

-3 аптадан аса жөтеліп жүру;

-түнде немесе ұйқыдан оянған кезде терлеу;

-дене қызуының 37 градустан жоғары көтерілуі;

-түстен кейінгі мезгілде бейжай болуы.

Осындай белгілер білінсе міндетті түрде терапевт-дәрігерге көрініп қақырықты үш күн қатарынан үш рет “Кох таяқшасына” тексеру керек. Қақырықты жинау әр уақытта медицина қызметкерінің бақылауы арқылы терең тыныс жолдарынан алынғаны дұрыс. Егер тексерілген қақырықта туберкулез микробоактериясы табылмаса, онда ол науқас рентген арқылы тексерілуі тиіс. Әр нәрсенің алдын алған жөн, себебі туберкулездің жеңіл түрі болса, ол тез емделіп, тез жазылады. Қандай жағдайда болмасын, туберкулезге шалдыққан адам тез арада емделуі қажет. Қазіргі жағдайда туберкулезбен ауырған жанды емдеп жазуға болады.

**Туберкулезбен қай жастағы адамдар ауырады.**

Ұлтына, дәрежесіне байланысты ма?

Біздің халықта егде тартқан адамдарда туберкулез болмайды деген ұғым бар. Бұл ұғым дұрыс емес. Туберкулез жас талғамайды және әр жастағы адам ауырады, адам ағзасының әр түрлі органдарын зақымдайды. Ұлтына, нәсіліне, дәрежесіне қарамайды. Туберкулез-аса қауіпті дерт. Анықталған аурулар емделмесе бір жылда 50 пайызға жуығы өлімге душар болады.

Туберкулез науқасымен кімдер тез ауырады немесе бейім тұрады?

А) байлығына немесе кедейлігіне қарамай санитарлық-ағарту мәдениеті төмен

     адамдар ауруға бейім тұрады;

б) уақытында тамақтанбайтындар, өз денсаулығына мән бермейтіндер;

в) маскүнемдер, нашақорлар, жүйкесі тозғандар, есі ауысқандар, үй-жайы жоқ кезбелер;

г)гармон дәрілерін көп қабылдайтындар;

д)тұмаумен жиі ауыратындар, қант диабеті, өкпе-тыныс жолдары сырқатының соылмалы түрі мен асқазан-ішек жараларымен ауыратындар;

е)туберкулез науқасымен қарым-қатынас жасайтын барлық жанұя мүшелері, жұмыс қызметтестері;

ж) жас балалар, жүкті әйелдер, кәрі кісілер туберкулезге бейім тұрады.

**Туберкулезден жазылу үшін не істеу керек?**

Туберкулезбен ауырған адам одан жазылу үшін ұзақ уақыт дәрі ішіп, емдік шараларын пайдалануы керек екенін білуі тиіс.

**Науқас адам туберкулезін жұқтырмау үшін не істеу керек?**

Туберкулезді жұқтырмай жүру мүмкін емес! Алдын-ала тексерілу мүмкін нәрсе!

Науқас жөтелгенде, түшкіргенде жақын отырған адамдардан бетін бұрып, аузы мен мұрнын орамалмен жауып, қолын жиі-жиі жуып, орамалды күніне бірнеше рет алмастыруға тиіс. Өйткені оған туберкулез микробтары өте көп жиналады. Әсіресе балаларды сақтандырудың барлық шараларын мұқият қараған абзал. Оларды қолына алып сүюіне, бір ыдысты ортақ пайдалануына, бір бөлмеде ұйықтауына, бәрінен бұрын төсекте бірге жатуына болмайды. Науқас адамның меншікті ыдыстары, заттары, төсек орны болуы тиіс, олар жанұяның басқа мүшелерінен оқшау сақталады. Кірлеген төсекті жинау үшін бөлек жәшік немесе қап арналады. Науқасқа күн жақ беттен жеке бөлме берген дұрыс. Оған мүмкіндік болмаса, пайдаланатын орнын белгілеп, шымылдықпен бөлу керек. Науқас адамның төсегі үй қабырғасынан 0,5 метр, ал жанұя мүшелерінен кемінде 1,5 метр қашық салынғаны жөн. Кілем, киіздерді алып тастап, оңай жуылатын, ауру жұқтыруға әсер етпейтін заттарды ғана қалдырады. Кірлегенде бөлек жуады.

Науқас бөлмесінің еденін, қабырғаларды, ыдыс-аяқтарын жууға жеке-жеке шүберек, шелек бөлінуі тиіс. Науқас қақырықты қалта түкіргішіне түкіруі тиіс, ол екеу болғаны жөн, біреуін науқас пайдаланған кезде, екіншісі залалсыздандырылады.

**Туберкулезді анықтау әдістері**

Туберкулездің алдын алу үшін профилактикалық шаралар жүргізу, барынша туберкулезді ерте табу (енді басталғанда), жеңіл түр болса тез емделеді. Ол үшін:

1)   Манту сынамасы қойылады. Бұл әдіспен туберкулездің жұққанын анықтаймыз, балалар үшін манту сынамасын қойғызу (алу) керек

2)   Жасөспірімдермен ересектер жылына бір рет флюроографиялық тексеруден өтулері қажет, бұл әдіспен өкпенің ауруларын анықтаймыз, олар: туберкулез, пневмония, рак, т.с.с.

3)   Бакскопия-қақырықты микроскоп арқылы тексеру, әртүрлі уақытта үш реттен Кох таяқшасына тексеру, егер де туберкулез құртын тапқан жағдайда, бірден туберкулездің ашық түрі деген диагноз сол сәтте (микроскоппен) қойылады.

4)   Қаланың барлық емханаларында Манту сынамасымен, флюроография, бакскопия әдістерімен туберкулез науқастарын тауп, тубдиспансерге емге жіберуде.

5)   Науқастар тубдиспансерде емделіп айығып кетуде.

**Туберкулезден қалай сақтануға болады?**

Туберкулезден сақтануға болады.

А) адам ағзасының қорғаныс жүйесін күшейту үшін туберкулезге қарсы БЦЖ вакцинасын егу, бұл вакцина тек қана дәрігердің шешімімен егіледі. БЦЖ вакцинасын бірінші рет перзентханада, кейін бала бірінші сыныпқа (6-7 жас) және бала бесінші сыныпқа (11-12жас) барғанда БЦЖ егіледі.

Б) салауаты өмір салтын ұстану

В) тазалық сақтау

Г) дұрыс тамақтанып, зиянды әдеттен бас тарту керек

Д) дене шынықтыру, жаттығулр жасау

“Ауырып ем іздегенше, ауырмайтын жол ізде”