

سل چیست؟

سل (TB) یک بیماری ناشی از باکتری است. وقتی فرد مبتلا به سل ریه، سرفه یا عطسه می کند، باکتری سل را در هوا پخش می کند. در صورت استنشاق این باکتری، یکی از این سه حالت اتفاق خواهد افتاد:

- بدن تان باکتری سل را از بین می برد در نتیجه این باکتری ها دیگر نمی توانند به شما الان و در آینده آسیبی برسانند.
- باکتری سل باعث مریضی شما می شود - این را **سل فعال** می نامند
- باکتری سل به صورت غیرفعال در بدن شما باقی می ماند - این را **سل نهفته** می نامند.

درباره سل فعال

وقتی مردم درمورد سل صحبت می کنند، بیشتر منظورشان «سل فعال» است. اگر مبتلا به سل فعال هستید، این باکتری شما را مریض می کند و ممکن است این بیماری را به اشخاص دیگر سرایت دهید. سل فعال می تواند برای سلامت شما بسیار مضر باشد، اما این بیماری را می توان با مصرف یک دوره دارو درمان کرد.

درباره سل نهفته

اگر مبتلا به سل نهفته هستید، باکتری سل در بدن تان در حالت «غیرفعال و خاموش» است. شما مریض نیستید و ناقل بیماری سل به سایر افراد نخواهید بود. با این حال، این امکان وجود دارد که باکتری در آینده «بیدار و فعال شود»، و شما مبتلا به بیماری سل فعال شوید. خبر خوب این است که **امکان درمان سل نهفته** برای جلوگیری از وقوع چنین اتفاقی وجود دارد.

پیشگیری بهتر از درمان است

آیا به بیماری سل فعال مبتلا خواهم شد؟

حداکثر ۱۰٪ (یک در ده) از افراد مبتلا به سل نهفته، در آینده به بیماری سل فعال مبتلا خواهند شد. هیچ راهی وجود ندارد که بتوان تشخیص داد که آیا شما جزو این دسته خواهید بود یا خیر. این امکان وجود دارد که سال ها بعد از استنشاق باکتری سل، به بیماری سل فعال مبتلا شوید. به همین دلیل، ایده خوبی است که در زمان سلامتی تان و قبل از اینکه باکتری فعال و بیدار شود با درمان سل نهفته، ذهن خود را آرام کنید.

تست سل نهفته و درمان آن رایگان و محرمانه است

برای بیماری سل نهفته به چه درمانی نیاز دارم؟

مصرف یک دوره داروی آنتی بیوتیک، سل نهفته را درمان خواهد کرد. ممکن است به شما قرص ریفامپیسین و ایزونیازید به مدت سه ماه (که احتمال دارد با یکدیگر به صورت ترکیبی در قالب یک قرص با نام Rifinah ارائه شود) یا به تنهایی ایزونیازید به مدت شش ماه تجویز شود.

پزشک شما یا پرستار متخصص سل، توضیحات لازم را درخصوص درمان به شما خواهند داد و به تمام سوالاتی که ممکن است داشته باشید پاسخ خواهند داد. به یاد داشته باشید که حتما درباره دارویی که هم اکنون مصرف می کنید از جمله قرص های ضد بارداری، به آن ها بگویید، زیرا این داروها ممکن است همگام با مصرف داروی سل به خوبی عمل نکنند.

حتی اگر واکسن ب ث ژ را تزریق کرده باشید نیز ممکن است به بیماری سل نهفته یا فعال مبتلا شوید

از کجا بدانم که مبتلا به بیماری سل نهفته هستم؟

اگر مبتلا به سل نهفته باشید، هیچگونه علائمی نخواهید داشت. تنها راه تشخیص این بیماری انجام آزمایش خون یا انجام یک تست پوستی است. اگر مبتلا به سل نهفته هستید، مصرف یک دوره دارویی که هم اکنون برای شما تجویز شده، باکتری ها را قبل از آنکه فرصت فعال شدن و آسیب رساندن به شما را پیدا کنند از بین خواهد برد.

چه اطلاعاتی باید درباره درمان سل نهفته داشته باشیم؟

داروی خود را به طور منظم مصرف کنید و یک دوره کامل آن را تمام کنید. بهترین روش برای اثربخش بودن این درمان این است که تمامی داروهای خود را طبق تجویز پزشک مصرف کنید.

- قرص های خود را هر روز در یک زمان مصرف کنید.
- در دفتر یادداشت روزانه درمان در این بروشور، روزهای مصرف قرص خود را تیک بزنید.
- همیشه قرص های خود را در یک مکان نگه دارید.
- از یک ظرف دارویی هفتگی استفاده کنید (جعبه دارو).
- زنگ هشدار ساعت را تنظیم کنید تا مصرف قرص هایتان را یادآوری کند.
- از یکی از اعضای خانواده یا یکی از دوستان خود بخواهید که هر روز مصرف قرص هایتان را به شما یادآوری کنند.

داروی خود را بین وعده های غذایی مصرف کنید و از مصرف الکل خودداری کنید. سعی کنید داروی سل را حداقل یک ساعت قبل از خوردن غذا یا دو ساعت بعد از آن مصرف نمایید. شما می توانید هرچیزی را که دوست دارید بخورید، اما باید از نوشیدن الکل خودداری کنید.

هرگونه عوارض جانبی را یادداشت کنید و مراتب را به اطلاع پزشک یا پرستار خود برسانید زیرا آن ها می توانند به شما در برخورد با این عوارض کمک کنند. مثل تمام داروها، ممکن است این قرص ها عوارض جانبی داشته باشند. برخی از این عوارض خفیف و در عین حال برخی دیگر بسیار جدی هستند. بسته به نوع درمانی که دریافت می کنید، ممکن است به عوارض جانبی زیر دچار شوید:

اثرات جانبی	ریفینا (رِفامپسین و ایزونیاژید به صورت ترکیبی)	ایزونیاژید
نارنجی شدن رنگ اشک، بزاق، ادرار و سایر مایعات بدن - این حالت مضر نیست اما ممکن است باعث لکه دار شدن لنزهای چشمی شود	بلی	
علائم شبیه سرماخوردگی	بلی	
اختلالات سیکل قاعدگی	بلی	
کاهش اثربخشی قرص های ضد بارداری هورمونی	بلی	
سوزن سوزن شدن یا بی حسی	بلی	بلی
بثورات و خارش	بلی	بلی
بیماری یا اسهال	بلی	بلی

خیلی به ندرت دیده شده است که این دارو باعث ایجاد برقان، و در نتیجه زردی پوست یا چشم ها شود. ایزونیاژید و Rifinah ممکن است روی بینایی تاثیر گذارند. اما امکان وقوع چنین حالتی نیز نادر است. با اینحال در صورت مشاهده هر یک از این عوارض جانبی، مصرف قرص های سل را قطع کنید و فوراً با یک پزشک یا پرستار مشورت کنید.

حتماً در تمامی جلسات قرار ملاقت کلینیک خود حضور یابید و ارتباط خود را با پزشک یا پرستار خود حفظ کنید. پزشک و پرستار شما در اینجا برای کمک به شما حضور دارند. چنانچه مصرف دوزی از داروی خود را فراموش کردید یا برای یادآوری مصرف دارو هایتان به کمک نیاز دارید مراتب را به اطلاع آن ها برسانید. شما می توانید دفتر یادداشت روزانه درمانی موجود در این بروشور را پُر کنید و همچنین در آن، مواردی را یادداشت کنید که می خواهید به پزشک یا پرستار خود ذکر کنید.

آیا پس از اتمام دوره درمان، برای همیشه از ابتلا به سل رهایی خواهیم یافت؟

همیشه این احتمال وجود دارد که دوباره در آینده باکتری سل را استنشاق کنید. احتمال وقوع چنین چیزی برای اکثر مردم کم است اما خوب است که نسبت به رایج ترین علائم سل فعال آگاهی داشته باشیم و در صورت بروز هریک از این موارد به پزشک عمومی خود مراجعه کنید:

- سرفه ای که به مدت سه هفته یا بیشتر به طول بیانجامد
- تب (درجه حرارت بالا)
- تعریق شبانه
- کاهش وزن
- بی اشتها
- خستگی.

از کجا می توانم مشاوره یا حمایت دریافت کنم؟

نام پرستار متخصص سل شما:
نام پزشک بیمارستان شما:
شماره تماس:
پست الکترونیک:

هشدار سل (TB): خبریه ملی انگلستان برای بیماری سل

تلفن: 01273 234029

ایمیل: info@tbalert.org

www.tbalert.org • www.thetruthabouttb.org

