

## TB Alert

TB Alert jest organizacją charytatywną, która stawia sobie za cel rozwijanie świadomości o gruźlicy w Zjednoczonym Królestwie i wspieranie publicznej służby zdrowia szeroką informacją dla pacjentów.

Wspieramy projekty w krajach rozwijających się, skierowane na prawidłowe leczenie wszystkich dotkniętych tą chorobą. Twoje wsparcie pomoże nam osiągnąć lepszy skutek w walce z gruźlicą i umożliwi uratowanie więcej istnień ludzkich.

## Więcej o TB Alert

Jeśli masz gruźlicę i chciałbyś więcej na ten temat dowiedzieć się od osoby, która też cierpiała na tę chorobę, informujemy o książce The Tuberculosis Survival Handbook (Second Edition), (Jak przetrwać z gruźlicą, wydanie II). Cena książki wynosi £14,95 i jest do nabycia w księgarniach, w Gazelle book services, na stronie [www.amazon.co.uk](http://www.amazon.co.uk) lub bezpośrednio od wydawcy Merit Publishing International, adres witryny [www.meritpublishing.com](http://www.meritpublishing.com) lub email [merituk@aol.com](mailto:merituk@aol.com). Książkę zamawiamy pod numerem referencyjnym ISBN 1 873413 14 9.

Witryna [www.tbsurvivalproject.org](http://www.tbsurvivalproject.org)

Chroń swoją rodzinę i znajomych przed gruźlicą – bierz regularnie wszystkie przepisane leki przeciwgruźlicze

**Pamiętaj** pielęgniarka poradni przeciwgruźliczej chce ci pomóc i służyć radą w trakcie całego cyklu leczenia. Jeśli kuracja spowoduje złe samopoczucie lub będziesz miał jakiegokolwiek wątpliwości dotyczące przyjmowanych leków, skontaktuj się z twoją pielęgniarką w przychodni przeciwgruźliczej.

Twoja pielęgniarka poradni przeciwgruźliczej:

Twój lekarz w szpitalu:

Nr telefonu:

E mail:

**TB Alert** jest organizacją charytatywną, która stawia sobie za cel rozwijanie świadomości o zagrożeniu gruźlicą w Zjednoczonym Królestwie i wspieranie publicznej służby zdrowia szeroką informacją dla pacjentów. Wspieramy projekty w krajach rozwijających się skierowane na prawidłowe leczenie wszystkich dotkniętych tą chorobą. Twoje wsparcie pomoże nam osiągnąć lepszy skutek w walce z gruźlicą i umożliwi uratowanie więcej istnień ludzkich.



### TB Alert,

Community Base,  
113 Queens Road,  
Brighton BN1 3XG  
Tel: 01273 234030

Aby uzyskać więcej informacji lub dodatkowe egzemplarze ulotki prosimy o kontakt: 01273 234 770 (w godzinach urzędowania)

Darowizny lub pomoc wolontariuszy **TB Alert**, prosimy o kontakt 01273 234 784 (w godzinach urzędowania)

Zapraszamy na stronę [www.tbalert.org](http://www.tbalert.org)

Celem informacji podanych w niniejszej ulotce, dotyczących leczenia gruźlicy, nie jest zastąpienie wiedzy, kompetencji, umiejętności i opinii pielęgniarki/lekarza poradni przeciwgruźliczej lub innych pracowników służby zdrowia. Żadne informacje w niej podane nie są przeznaczone do wykorzystania przy podejmowaniu decyzji dotyczących leczenia. Pytania i wątpliwości dotyczące twojego leczenia należy kierować do pracownika służby zdrowia.

Oryginalne opracowanie North West London TB Network



## Ustalenie kontaktów i badania przesiewowe pod kątem gruźlicy(TB)

el lub  
iększone kas  
rączka!! Silne  
lek masy  
w Gorączka!! Silne  
w Gorączka!!  
ne pocenie  
szłem lub  
iększon  
dem lub b  
Z kaszlem lub bez kaszlu Pow  
rączka!! rączka!! Gorączka!! Powiększone  
adek wagi ciała Gorączka!! Spadek wagi ciała Gorączka!!  
rączka!! Silne pocenie w  
ilne pocenie się w nocy Kaszel lub brak kaszlu Gorączka!!  
kaszlem lub bez kaszlu Powiększone kaszlem lub bez kaszlu  
Gorączka!! Spadek masy ciała Gorączka!!  
Silne pocenie się w nocy Kaszel lub brak kaszlu Gorączka!!  
kaszlem lub bez kaszlu Powiększone kaszlem lub bez kaszlu  
Gorączka!! Gorączka!! Gorączka!! Silne pocenie się  
Z kaszlem lub bez kaszlu Pow  
Silne pocenie się w nocy Kaszel lub brak kaszlu Gorączka!!

## Czym jest gruźlica?

Gruźlica (TB) jest zakażeniem bakteryjnym najczęściej występującym w płucach, choć może też objawić się w innych częściach ciała. Gruźlica jest uleczalna drogą kuracji lekowej, zwykle trwającą 6 miesięcy. Tylko gruźlica płuc lub gardła może być zakaźna, a większość chorych przestaje zakażać otoczenie w ciągu dwóch tygodni od rozpoczęcia właściwej kuracji.

## Jak dochodzi do zakażenia?

Gdy osoba z gruźlicą płuc lub gardła kaszle lub kicha, zarazki mogą się przedostać do innych osób drogą kropelkową z wdychanym powietrzem. Najbardziej narażone na zakażenie tą chorobą są osoby, które spędzały bardzo dużo czasu z osobą zakażoną (zwykle są to partnerzy lub inne osoby razem mieszkające lub rzadziej, osoby razem pracujące). Mało prawdopodobne jest zarażenie się tą chorobą w takim miejscu, jak np. autobus lub pociąg, gdyż do tego potrzebny kilkugodzinny jest kontakt z osobą zarażoną, aby powstało ryzyko zakażenia. Nie dochodzi do rozprzestrzenienia się gruźlicy przy pluciu lub używaniu tych samych przedmiotów.

## Na czym polega ustalenie kontaktów i badanie przesiewowe?

Jeśli miałeś kontakt z osobą będącą nosicielem gruźlicy zakaźnej, która w twojej obecności dużo kaszlała lub kichała, powinieneś poddać się kontroli pod kątem możliwości zarażenia lub objawów tej choroby. Jest to istotne, gdyż możesz uzyskać właściwe zalecenia lub przystąpić do leczenia, jeśli to będzie konieczne. Wczesne podjęcie leczenia przyczynia się do zapobiegania rozprzestrzenianiu się gruźlicy.

## Badanie kontrolne:

Celem badania jest stwierdzenie występowania objawów gruźlicy, sprawdzenie czy byłeś szczepiony na gruźlicę (co daje ochronę w pewnym zakresie), oraz czy zostałeś zarażony, a objawy jeszcze się nie ujawniły.

Może ci zostać zaproponowane jedno lub więcej następujących badań:

- Badanie skóry zwane próbą tuberkulinową Mantoux. Powtórzenie tego badania może być konieczne po 6-8 tygodniach.
- Badanie krwi
- Prześwietlenie klatki piersiowej

Wyniki badań pozwolą podjąć właściwą decyzję lub najlepszy sposób leczenia.

Nie powinieneś się dziwić, jeśli inne osoby z tej samej rodziny lub grupy, nie są leczone w ten sam sposób.

## Istotne objawy:

- Kaszel trwający dłużej niż trzy tygodnie, który nie mija po zastosowaniu zwykłych leków, a wręcz pogarsza się
- Gorączka (wysoka temperatura)
- Silne pocenie się w nocy, wymagające zmiany pościeli
- Utrata wagi bez wyraźnego powodu
- Znużenie (brak energii lub wyjątkowe zmęczenie)
- Powiększone węzły chłonne
- Brak apetytu
- Kaszlenie krwią (bardzo rzadko występuje, wymaga natychmiastowej porady lekarskiej)

Powyższe objawy mogą być również symptomami innych problemów, a jeśli masz trzy lub więcej z nich i budzą one twój niepokój, powinieneś umówić się z lekarzem lub pielęgniarką w twojej przychodni.

## Co powinienem zrobić, jeśli miałem kontakt z osobą zarażoną gruźlicą zakaźną?

Jeśli miałeś bliski kontakt z osobą będącą nosicielem gruźlicy zakaźnej, powinna się z tobą skontaktować lokalna placówka służby zdrowia, w celu umówienia wizyty na badania. Jeśli nikt się z tobą nie skontaktuje, a masz pewne obawy, zadzwoń do miejscowej przychodni chorób płuc lub lekarza pierwszego kontaktu. Jeśli to będzie konieczne, zostaniesz umówiony na wizytę.

## Czy mogę żyć i pracować normalnie?

Nie ma powodów, abyś przerwał swój normalny tryb życia. Jeśli miałeś styczność z nosicielem zaraźliwej gruźlicy, istnieje niewielkie prawdopodobieństwo zarażenia się i wywołania choroby, oraz jeszcze mniejsza możliwość gruźlicy, którą mógłbyś przekazywać innym osobom. Nie ma potrzeby zwalniać się z pracy lub szkoły, chyba że masz od kilku tygodni kaszel i nie czujesz się dobrze. Jeśli istnieje uzasadnione podejrzenie, że masz zakaźną gruźlicę, otrzymasz fachową poradę.