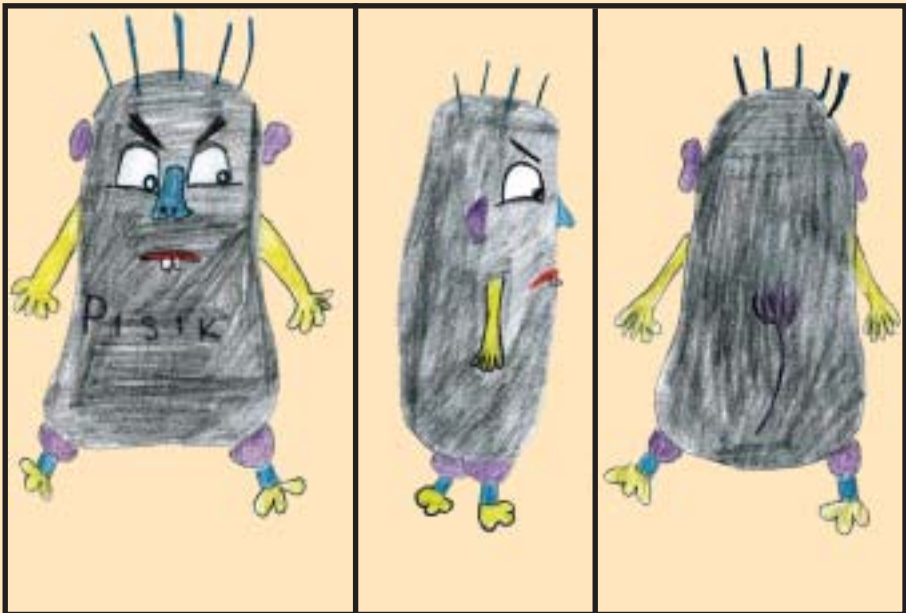




TUBERKULOOSITÖRJE  
PROGRAMM

# TUBERKULOOS



Tartu 2005



# MIS ON TUBERKULOOS?

Tuberkuloos on nakkushaigus, mida tuntakse ka tiisikuse nime all. Sellesse haigusse on inimesed haigestunud juba sajandeid. Haigust põhjustab tuberkuloosibakter nimega *Mycobacterium tuberculosis*. Tuberkuloos võib kahjustada inimese kõiki elundeid, kuid kõige sagedamini saavad kahjustada kopsud. Kopsutuberkuloosi põdemisel kahjustub bakterite paljunemise ja elutegevuse tagajärjel kopsukude ning seetõttu tekivad haigussümptomid. Teistest elunditest kahjustuvad tuberkuloosi korral sagedamini luud, liigesed ja neerud. Sellist tuberkuloosi nimetatakse kopsuväliseks tuberkuloosiks.



# MILLISED ON TUBERKULOOSI SÜMPTOMID?

Tuberkuloosi sümptomid ehk haigustunnused sõltuvad sellest, milline elund on haigusest haaratud. Kopsutuberkuloosi kõige sagedasemaks sümptomiks on üle kolme nädala kestev köha. Köhaga võib kaasnededa rögaeritus või ka veriköha.

Teised sagedasemad haigus-tunnused on:

- palavik,
- öine higistamine,
- isu- ja kaalulangus,
- väsimus.



Mõnikord võib tuberkuloos kulgeda ka ilma sümptomiteta. Mõned tuberkuloosile iseloomulikud haigustunnused võivad esineda ka teiste haiguste korral, seepärast peab kindlasti eelpool nimetatud haigustunnuste esinemisel pöörduma täpsustavateks uuringuteks pere- või kopsuarsti poole.

Tuberkuloosi kahtluse korral on kõik uuringud inimesele tasuta ravikindlustuse olemasolust sõltumata.

## KUIDAS TUBERKULOOS LEVIB?



Tuberkuloositekitajad levivad õhu kaudu. Kopsutuberkuloosi põdeva haige köhimisel või aevastamisel paiskub koos süljepiiskadega õhku hulk tuberkuloositekitajaid, mida samas ruumis viibijad võivad koos õhuga sisse hingata. Selle tulemusel võib inimene tuberkuloosi nakatuda. Mitte iga inimene, kellel on olnud kokkupuuteid nakkusohtliku tuberkuloosahaigega, ei nakatu. Tuberkuloosi ülekande tõenäosus on seda suurem, mida rohkem haige eritab tuberkuloositekitajaid ning mida kestvam ja lähedasem on kokkupuude haigega. Suurim nakatumise tõenäosus on haige lähikondlastel: perekonnaliikmetel, sõpradel ja töökaaslastel, kes viibivad haigega koos iga päev.

**NB!** Tuberkuloosi ei nakatuta haigega käteldes, samasid toidunõusid või tualetti kasutades. Kopsuvälist tuberkuloosi põdevad haiged on harva nakkusohtlikud.

## KUI SAGELI TUBERKULOOSI ESINEB?

Tuberkuloosibakteriga on nakatunud 1/3 maailma elanikkonnast.

Igal aastal haigestub neist tuberkuloosi kaheksa kuni kümme miljonit inimest ja selle haiguse tõttu sureb kaks kuni kolm miljonit inimest aastas.

Eestis haigestub tuberkuloosi umbes 550 inimest. Lapsi haigestub Eestis tuberkuloosi harva, aastas diagnoositakse alla kümne haigusjuhu.



Tuberkuloosi ei haigestu mitte üksnes halvas majanduslikus olukorras olevad inimesed, haigete seas leidub kõigi sotsiaalsete gruppide esindajaid.

# MIDA TÄHENDAB TUBERKULOOSI NAKATUMINE?

Pärast tuberkuloosipisikute organismi sattumist suudab organismi kaitse- ehk immuunsüsteem enamasti nende paljunemise peatada. Organismis on sel juhul mitteaktiivsed elus tuberkuloosibakterid ja selline inimene on tuberkuloosi nakatunud. Organismis olevad mitteaktiivsed tuberkuloosibakterid võivad kaitsesüsteemi nõrgenemisel aktiveeruda ja hakata paljunema ning põhjustada tuberkuloosi haigestumise.

Tuberkuloosi nakatunud inimesed ei ole nakkusohklikud. Tuberkuloosi haigestumine võib areneda kiiresti, kohe pärast nakatumist või ka mitmeid aastaid hiljem. Enamik nakatunud inimeste immuunsüsteem suudab ära hoida edasise haigestumise. Ainult 10% kõigist tuberkuloosibakteriga nakatunud inimestest haigestub elu jooksul, ülejäänud 90% jääb elu lõpuni nakatunuks, ilma et haigus edasi areneks.

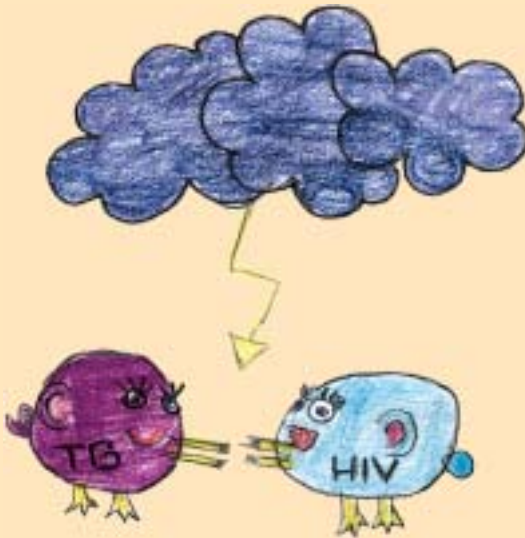
Tuberkuloosi nakatunud inimesed:

- ei tunne ennast haigena ja neil ei ole haigussümptomeid,
- ei levita tuberkuloosi teistele inimestele,
- on positiivse tuberkuliintestiga,
- võivad edaspidi immuunsüsteemi nõrgenemisel tuberkuloosi haigestuda.



# MIDA TÄHENDAB TUBERKULOOSI HAIGESTUMINE?

Kui immuunsüsteem nõrgeneb, hakkavad tuberkuloosi nakatunud inimese organismis bakterid paljunema ja põhjustavad haigestumise. Haigestumisel tekivad haigussümptomid sõltuvalt sellest, milline elund on kahjustatud. Suurim tõenäosus tuberkuloosi nakatumise järel haigestumiseks on HIV-ga nakatunutel. Sellepärast määratakse neile mõnikord kuus kuud kuni aasta kestev profülaktiline ravi, et ennetada tuberkuloosi haigestumist.



Haigestumise tõenäosust võib suurendada krooniliste haiguste (diabeet, leukeemia jt) põdemine, väike kehakaal, alkoholism ja narkomaania.

Kopsutuberkuloosi haigestumise teevad arstid tavaliselt kindlaks kopsu röntgenuuringute ja röga analüüsi abil. Diagnoosi kinnitab lõplikult tuberkuloosibakteri avastamine rögast. Eelkõige on lastel vajalik teha ka tuberkuliintest, mis võib viidata nakatumisele tuberkuloositekitajatega.



# TUBERKULOOSI NAKATUMINE JA HAIGESTUMINE

Tuberkuloosi nakatunud	Tuberkuloosi haigestunud
EI OLE TUBERKULOOSIHAIGE	PÕEB TUBERKULOOSI
Tunnevad ennast tervena ja neil ei ole haigussümptomeid.	Esinevad sümptomid: <ul style="list-style-type: none"><li>- üle kolme nädala kestev köha,</li><li>- valu rindkeres,</li><li>- röga eritus või veriköha,</li><li>- nõrkus, jõuetus,</li><li>- kaalukaotus,</li><li>- isutus,</li><li>- külmavärinad,</li><li>- palavik,</li><li>- öine higistamine.</li></ul>
Ei levita tuberkuloosinakkust.	Võivad sageli levitada enne ravi algust tuberkuloosinakkust teistele.
Tavaliselt positiivne tuberkuliintest.	Tavaliselt positiivne tuberkuliintest.
Rindkere röntgenfilm ja röga uuringud normis.	Muutused rindkere röntgenfilmil ja tuberkuloosibakteri leidmine röga mikroskoopilisel uuringul või külvis.
EI VAJA RAVI	VAJAB RAVI

## KAS TUBERKULOOS ON RAVITAV?

Peaaegu alati on tuberkuloos ravitav, kuid tervenemiseks tuleb läbida kogu arsti poolt määratud vähemalt kuus kuni üheksa kuud kestev ravikuur. Tuberkuloosiravi alustatakse samaaegselt nelja-viie erineva ravimiga. Kaks kuni kolm kuud vältava ravi järel vähendab arst igapäevaselt võetavate ravimite hulka kahele-kolmele ravimile.

Tuberkuloosihaige ei ole tavaliselt mõnenädalase korrapärase tuberkuloosiravi järel enam nakkusohtlik.

Arsti määratud ravimite korrapäratul võtmisel või ravi katkestamisel võib kujuneda ravile raskesti alluv ehk ravimresistentne tuberkuloos. Niiuguse tuberkuloosivormi ravi on tavalisest palju pikem ja vähemedukas ning võib paari aasta jooksul lõppeda surmaga.



**Kõik tuberkuloosiravimid on haigele ravikindlustuse olemasolust sõltumata tasuta.**

## KUIDAS TUBERKULOOSI RAVITAKSE?

Tavaliselt alustatakse tuberkuloosihaige ravi haiglas, kuid suurem osa ravikuurist viiakse läbi ambulatoorselt, tervishoiutöötaja kontrolli all. Tuberkuloosiravi läbiviimisel kasutatakse ainult nn otseselt kontrollitavat ravi, mis tähendab, et iga päev tuleb ravimite võtmiseks tulla meditsiiniõe juurde, kes vahetult jälgib ravimite manustamist.



Ravimeid võtma tulles kompenseeritakse haigele bussipiletid ja ta saab ka toidupaki. Kui haige on lubatud kodusele ravile, aga ta ei saa õe juurde tulla, viiakse tuberkuloosiravimid talle koju. Järeldravi faasis, kus haige ei ole enam nakkusohtlik, võib ta naasta tööle või kooli ja elada tavapärasest elu.

Tuberkuloosiravist keeldujaid või ravikatkestajaid võib halduskohtu otsusega suunata kuni 6 kuud kestvale tahtevastasele tuberkuloosiravile.

# MIDA TÄHENDAB RAVIMRESISTENTNE TUBERKULOOS?

Kui tuberkuloositekitajat ei hävita mingi kindel ravim, nimetatakse seda ravimresistentsuseks. Ravimresistentsus võib kujuneda välja ravi käigus, kui haige ei võta ravimeid õiges koguses, õige sagedusega ja piisavalt kaua. Ravimresistentsuse kujunemise vältimiseks tuleb tuberkuloosiravimeid võtta **täpselt** nii, nagu arst on määranud.



Nii nagu tundliku tekitajaga tuberkuloos, on ka ravimresistentne tuberkuloos nakkav.

Kui tuberkuloositekitaja on resistentne kahe peamise tuberkuloosiravimi, isoniasiidid ja rifampitsiini suhtes, nimetatakse seda multiresistentseks tuberkuloosiks. Sellise haigustekitaja poolt põhjustatud haigust tuleb ravida samaaegselt viie kuni seitsme ravimiga pooleteise kuni kahe aasta jooksul ning ravi on vähemedukas kui tundliku haigustekitaja korral. Kõigist Eestis aastas diagnoositud tuberkuloosijuhtudest on 10–15% multiravimresistentsed.

Patsiendil võib esineda ravi käigus ebameeldivaid kõrvaltoimeid, mis ravikuuri käigus tavaliselt taanduvad.

## MIDA SAAB TEHA TUBERKULOOSI ENNETAMISEKS?

Loomulikult on kõige mõjusam tuberkuloosi leviku vähendamiseks nakkusohlike haigete kiire avastamine ja terveks ravimine. Tuberkuloosi levikut aitab vähendada ka ventilatsiooni parandamine kohtades, kus on palju inimesi. Ka akende avamise ja tuulutamisega saab oluliselt vähendada võimalikku nakatumist.

Kõik inimesed peavad teadma, et aevastamise ja köhimise ajal tuleb suu ja nina katta käe ja taskurätikuga. See vähendab oluliselt haigustekitajate levikut.



# KAS VAKTSINEERIMINE KAITSEB TUBERKULOOSI NAKATUMISE EEST?

**Ei!**

Eestis vaksineeritakse tuberkuloosi vastu (BCG vaktsiiniga) üksnes terveid vastsündinuid ja see ei kaitse neid tuberkuloosi nakatumise eest. Vaksineerimine kaitseb lapsi nakatumise järgselt rasketesse tuberkuloosi vormidesse (näiteks tuberkuloossesse ajukelmepõletikku) haigestumise eest.



# KOKKUVÕTTEKS

- Tuberkuloos on nakkushaigus, mille põhjustajaks on tuberkuloosibakter *Mycobacterium tuberculosis*.
- Tuberkuloositekitajad levivad õhu kaudu inimeselt inimesele.
- Tuberkuloosi nakatumise korral on organismis mitteaktiivsed elus tuberkuloosibakterid, mis on immuunsüsteemi kontrolli all.
- Kui immuunsüsteem nõrgeneb, hakkavad tuberkuloosi nakatunud inimese organismis bakterid paljunema ja põhjustavad haigestumise. Haigestumise korral tekivad haigussümptomid.
- Peaaegu alati on tuberkuloos ravitav, kuid tervenemiseks tuleb läbida kogu arsti poolt määratud kuus kuni üheksa kuud kestev ravikuur.
- Arsti poolt määratud ravimite korrapäratul võtmisel või ravi katkestamisel võib kujuneda ravile raskesti alluv tuberkuloos.
- Kõik uuringud tuberkuloosi suhtes ja tuberkuloosiravimid on haigele tasuta ravikindlustuse olemasolust sõltumata.
- Tuberkuloosiravi läbiviimisel kasutatakse ainult nn otseselt kontrollitavat ravi.
- Aevastamisel ja köhimisel tuleb suu ja nina katta käe ning taskurätikuga, nii saab oluliselt vähendada haigus-tekitajate levikut.
- Kõige mõjusam tuberkuloosi leviku vähendamiseks on nakkusohlike haigete kiire avastamine ja terveks ravimine.



Finantseerinud Ameerika Ühendriikide Suursaatkond Eestis