

BAB XXV

Tuberkulosis (TB)



- Apakah TB itu?
- Bagaimana TB bisa menyebar?
- Bagaimana mengetahui seseorang terkena TB?
- Bagaimana mengobati TB?
- Pencegahan TB
- Berjuang untuk perubahan



TB (Tuberkulosis) merupakan penyakit serius yang umumnya mengenai paru. TB mudah menular di tempat padat – sebagai contoh, di kota, perkampungan kumuh, perkemahan pengungsi, dan gedung perkantoran—terutama di tempat tertutup di mana pertukaran udara jarang terjadi. Sekitar 2 miliar orang (1/3 penduduk dunia) terkena infeksi TB dan membawa bakteri TB dalam tubuh mereka. Tapi hanya sekitar 15 juta orang yang saat ini menderita TB.

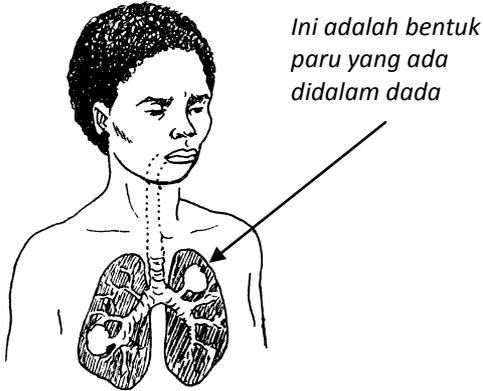
TB terutama sangat berbahaya pada penderita HIV. TB membuat penyakit-penyakit akibat HIV berkembang dengan cepat dan HIV memperlemah sistem pertahanan tubuh dan membuat infeksi TB berkembang cepat.

Dengan pengobatan tepat, penyakit TB hampir selalu bisa disembuhkan !

PEREMPUAN DAN TB

TB menyerang perempuan dan laki-laki, tapi hanya sedikit perempuan yang mendapat pengobatan. Hampir 3000 perempuan meninggal setiap hari karena TB dan sekitar sepertiganya meninggal karena mereka tidak tahu menderita TB atau karena tidak mendapat pengobatan yang tepat. Perempuan lebih sulit mendapat pengobatan TB karena dia kesulitan meninggalkan keluarga atau pekerjaannya atau tidak memiliki uang untuk memeriksakan diri atau untuk mendapatkan pengobatan total. Di sebagian tempat, seorang perempuan tidak pergi berobat karena takut suaminya akan menolaknya sebagai 'pesakitan' atau terlalu lemah untuk melakukan pekerjaan. Perempuan, yang bekerja di luar rumah, takut dipecat karena majikannya akan berpikir ia dapat menularkan ke orang lain. Merawat anggota keluarga yang sakit juga membuat perempuan beresiko tinggi terinfeksi TB.

Apa itu TB?



TB disebabkan oleh bakteri. Sekali bakteri ini masuk ke tubuh seorang perempuan, dia terinfeksi TB dan akan membawa TB dalam tubuhnya, mungkin seumur hidupnya. Orang sehat biasanya dapat melawan TB. Hanya 1 dari 10 orang terinfeksi TB yang menderita TB.

Tapi jika daya tahan tubuhnya lemah, gizi kurang, diabetes, sangat muda atau sangat tua, atau terinfeksi HIV, maka TB mulai menyerang tubuhnya. Umumnya menyerang paru di mana kuman TB memakan jaringan paru membentuk lubang dan menghancurkan pembuluh darah. Dan selanjutnya, lubang akan terisi dengan nanah dan darah.

Tanpa pengobatan, tubuh mulai kalah dan orang tersebut akan meninggal dalam 5 tahun. Orang yang terinfeksi TB dan HIV dapat meninggal hanya dalam beberapa bulan jika tanpa pengobatan.

Kadang, terutama jika seseorang mengidap HIV, kuman TB menyerang bagian tubuh lain, kelenjar limfe, atau tulang dan sendi. Ini yang disebut TB ekstrapulmoner (di luar paru).

Bagaimana Penularan TB



TB menular dari satu orang ke orang lain saat orang yang menderita TB batuk dan melepaskan kuman TB ke udara. Kuman TB dapat bertahan di udara selama berjam-jam.

Orang dengan TB paru dapat menularkan kuman ke orang lain. Orang terinfeksi TB tapi tidak menunjukkan tanda-tanda penyakit TB dan orang yang menderita TB di luar paru, tidak berbahaya menularkan.

Jika TB tidak diobati, orang yang menderita TB akan menularkan kuman TB kepada lebih dari 10 orang setiap tahunnya. Tapi jika orang tersebut telah minum obat selama 1 bulan, dia tidak lagi berbahaya menularkan kuman.



Jika seorang perempuan menderita TB, dia dapat menularkan kuman ke anaknya dan orang lain yang dia rawat setiap harinya.

Bagaimana Mengetahui Seseorang Menderita TB

Tanda TB paling umum adalah batuk selama 3 minggu atau lebih terutama jika terdapat darah pada dahak/sputum (lendir yang dihasilkan paru). Tanda lain meliputi hilangnya nafsu makan, penurunan berat badan, merasa lelah dan keringat malam.

Tapi satu-satunya cara memastikan seseorang menderita TB ialah dengan memeriksa dahak/sputum. Untuk mendapatkan bahan dahak/sputum—(bukan ludah !!)—orang tersebut harus batuk keras untuk mengeluarkan bahan dari dalam paru. Sputum/dahak lalu diperiksa di laboratorium untuk melihat apakah terdapat kuman TB (disebut positif) atau tidak.

Satu orang harus memeriksakan tiga bahan dahak/sputum. Jika dua dari tes dahaknya positif, orang tersebut harus memulai pengobatan. Jika hanya satu yang positif, dia harus mengulang tes dahak lagi. Jika tes lalu positif, mulailah dengan pengobatan. Jika negatif (tidak ditemukan kuman TB dalam dahaknya), dia harus menjalani foto rontgen dada, jika mungkin, untuk memastikan dia tidak membutuhkan pengobatan. Ia juga harus dites HIV karena hasil tes dahak yang negatif, banyak dijumpai pada orang dengan HIV.

PENTING: karena sangat umum bagi orang dengan HIV untuk menderita dan meninggal akibat TB, semua orang dengan HIV harus dites TB. Jika tes TB positif, ia harus segera menjalani pengobatan. Dan di negara yang banyak ditemui kasus HIV, semua orang dengan TB harus dipertimbangkan untuk menjalani tes HIV !

Jika seseorang dengan tanda-tanda TB memiliki hasil tes dahak yang negatif, dia harus menemui tenaga kesehatan yang terlatih menangani masalah paru. Dia mungkin menderita pneumonia, asma atau kanker paru !

Bagaimana Pengobatan TB

Hampir semua TB dapat disembuhkan jika ia menderita TB untuk pertama kali, dan jika ia meminum obat pada waktu yang tepat dengan jumlah yang tepat selama masa pengobatan

Pengobatan mempunyai 2 bagian, dan selalu meminum lebih dari 1 jenis obat. Pertama-tama, seorang perempuan akan meminum 4 obat selama 2 bulan lalu dahaknya dites lagi. Jika hasil tes negatif, ia mulai pengobatan tahap 2, di mana dia minum 2 jenis obat untuk 4 bulan (total 6 bulan pengobatan). Saat pengobatan selesai, dahaknya harus di-tes lagi untuk memastikan bahwa dia sembuh.

Obat TB meliputi isoniazid, rifampisin, pirazinamid, etambutol, dan streptomisin. Untuk informasi mengenai obat-obat ini, lihat Daftar Obat. Pengobatan TB bervariasi untuk setiap negara. Tenaga kesehatan harus selalu mengikuti pedoman program TB di negaranya.

Jika dahak perempuan tetap positif setelah 2 bulan pengobatan, ia harus dites untuk mengetahui apakah kuman TB nya resisten terhadap obat .

Obat TB dapat membuat metode hormonal keluarga berencana (seperti pil KB) kurang efektif. Perempuan yang mendapat pengobatan TB harus menggunakan metode KB yang berbeda.

Pengobatan TB selama kehamilan

Perempuan hamil tidak boleh mendapatkan streptomisin karena dapat menyebabkan ketulian pada bayi saat lahir. Dia juga harus menghindari penggunaan pirazinamid bila memungkinkan, karena efeknya yang belum diketahui pada bayi. Obat TB dapat menimbulkan nyeri dan mati rasa di tangan dan kaki, terutama saat hamil. Meminum 50 mg piridoksin (vitamin B6) setiap hari dapat membantu.

Siapun yang mendapat pengobatan TB harus mengikuti petunjuk berikut:

- Minum obat sesuai aturan. **Jika anda berhenti terlalu cepat, anda dapat menulari orang lain, penyakit akan kambuh, dan kuman TB anda dapat resisten (lihat di bawah)**
- Pelajari efek samping mana yang normal terjadi dan mana yang harus mendapat perhatian serius. Jika anda mengalami efek samping yang serius, hentikan penggunaan obat dan temui tenaga kesehatan segera
- Banyak istirahat dan makan makanan cukup gizi. Jika bisa, berhentilah kerja sampai anda merasa sehat

- Hindari menyebarkan kuman TB pada orang lain. Jika mungkin, tidurlah terpisah dari mereka yang tidak menderita TB selama 1 bulan awal pengobatan. Tutup mulut anda saat batuk dan buang dahak ke kertas tisu atau selembur kertas. Buang ke kakus atau bakarlah kertas itu.
- Jika anda melahirkan pada waktu pengobatan berlangsung, dahak anda perlu dites. Jika negatif, bayi anda harus mendapat vaksin BCG (Bacille Calmette-Guerin), supaya kebal terhadap penularan kuman TB. Jika tes dahak positif, bayi anda memerlukan pengobatan. Anda tidak perlu dipisahkan dari bayi anda atau berhenti menyusui
- Jika mungkin, temuilah tenaga kesehatan berpengalaman untuk mengatur pengobatan TB dan HIV anda, jika anda menderita keduanya. Karena semakin banyak obat yang anda minum, semakin besar kemungkinan terjadi efek samping.

Setelah 2 bulan pengobatan, kadang mungkin untuk meminum obat 3 kali seminggu, bukannya setiap hari. Tapi tidak begitu jika anda menderita HIV atau jika terdapat resistensi obat TB di daerah anda. Temui tenaga kesehatan untuk mengetahui jika anda perlu mendapat jenis pengobatan ini.

RESISTENSI (KEKEBALAN) OBAT TB

Jika orang tidak meminum cukup obat, atau berhenti minum obat sebelum pengobatan selesai, tidak semua kuman TB bisa dihancurkan. Kuman terkuat akan bertahan dan berkembang biak, dan lalu obat tidak dapat membunuhnya. Inilah yang disebut resistensi.

Kuman TB yang resisten terhadap isoniazid dan rifampisin, sangat sulit diobati. Pengobatan memakan waktu 12 sampai 18 bulan, jarang berhasil, dan jauh lebih mahal dibanding pengobatan TB biasa. Orang dengan resistensi obat TB, dapat menularkan penyakit ke orang lain beberapa bulan setelah pengobatan dimulai.

Siapun yang sputumnya tetap positif setelah 2 bulan pengobatan, kemungkinan mengalami resistensi obat TB. Ia harus menemui tenaga kesehatan terlatih yang berpengalaman menangani TB, untuk mendapatkan obat lain.

Jika seorang perempuan tertulari oleh orang yang resisten terhadap obat TB, kuman yang menyebabkan dirinya sakit juga mungkin resisten.

Tenaga kesehatan harus selalu menanyakan apakah dia sudah pernah mendapat pengobatan TB sebelumnya atau belum. Jika sudah, dia cenderung mengalami resistensi obat TB.

Karena pengobatan TB berlangsung lama, dan efek penghentian obat sangat serius, diperlukan usaha lebih untuk memastikan orang tersebut meminum semua obatnya. Tenaga kesehatann atau sukarelawan harus mengawasi dan membuat catatan setiap dosis obat yang diminum orang tersebut. Hal ini disebut 'pengamatan langsung pengobatan jangka pendek' atau DOTS.

Tenaga kesehatan harus menggunakan DOTS kapanpun memungkinkan, tapi paling penting dilakukan dalam 2 bulan pertama pengobatan !

Pencegahan TB

PENTING: cara terbaik mencegah TB adalah dengan mengobati orang yang menderita TB.

Hal berikut juga dapat membantu:

- anjurkan orang untuk melakukan tes jika mereka tinggal dengan orang yang menderita TB atau jika mereka batuk selama 2 minggu atau lebih
- imunisasi bayi dan anak-anak dengan vaksin BCG untuk mencegah tipe TB paling berbahaya. Anak dengan HIV atau AIDS tidak boleh mendapat vaksin BCG

Cara mencegah TB pada orang dengan HIV

Seseorang dengan tes TB positif tanpa tanda TB, dapat diberikan isoniazid satu kali sehari (lihat Daftar Obat) untuk mengurangi resiko menderita TB. Tapi jika orang tersebut menunjukkan tanda TB, ia harus mendapat pengobatan TB lengkap.

Berjuang untuk Perubahan

Menciptakan kontrol TB yang efektif di kelompok masyarakat anda membutuhkan:

- pendidikan keluarga dan kelompok masyarakat mengenai tanda TB dan bagaimana penularannya. Dorong perempuan untuk mencari pengobatan jika mereka menunjukkan tanda TB
- tenaga kesehatan terlatih atau sukarelawan untuk ikutserta dalam program DOTS, yang akan menemukan dan bekerja-sama dengan penderita TB jika dia menghentikan pengobatan terlalu cepat. Program DOTS harus cukup longgar untuk memenuhi kebutuhan masing-masing orang
- persediaan obat yang terus menerus sehingga pengobatan tidak terhenti
- peralatan laboratorium dan tenaga terlatih untuk memeriksa sputum/dahak
- sistem yang baik untuk mendata siapa saja yang terkena TB, bagaimana pengobatannya, dan kapan dia sembuh

Program TB yang baik harus memperhatikan semua penderita TB termasuk perempuan. Pelayanan TB dapat lebih membantu perempuan dengan:

- menyediakan perawatan dan pengobatan di rumah perempuan atau sedekat mungkin dengan rumah mereka
- melibatkan bidan dan dukun beranak dalam penemuan penderita TB dan program DOTS
- menggabungkan penemuan penderita TB dan pengobatan TB dengan pelayanan kesehatan lain yang cenderung dibutuhkan perempuan.