

## بیماری سل یا توبرکلوز

۳۱



سل یا توبرکلوز یک انتان خطرناک است، اکثراً ریه‌ها را مصاب می‌سازد، می‌تواند با دوا تداوی شود. بدون تداوی بیماری سل به آهستگی شش‌ها را تخریب می‌کند و باعث مرگ می‌شود. در بسیاری از کشورها این بیماری شامل برنامه‌های صحت عامه است که آزمایشات و تداوی آن رایگان می‌باشد.

وقتی فردی که مبتلا به بیماری سل باشد سرفه یا عطسه نماید میکروب توبرکلوز را در هوا منتشر می‌سازد. افراد دیگر وقتی میکروب را تنفس نمایند ممکن است به انتان سل مبتلا شوند، بخصوص اگر هفته‌ها یا ماه‌ها در یک فضای بسته با فرد منتن یکجا باشند. ازدحام بیش از حد و تهویه ضعیف در کارخانجات، لیلیه‌ها و مهمانخانه‌ها به انتشار توبرکلوز کمک می‌کند. کارخانجات باید دارای پالیزی در رابطه به بیماری سل باشند که:

- توبرکلوز را منحصی یک مسئله محل کار بشناسند، کارگران و مدیریت را در مورد توبرکلوز آموزش بدهند و تبعیض علیه کارگران مبتلا به توبرکلوز را ممنوع سازند.
- آزمایش و تداوی بیماری سل رایگان، محرمانه و در محل ارائه شود یا دارای رهنمودهای واضحی باشند که به کارگران اجازه دهد تا برای آزمایشات و تداوی رخصتی با معاش داشته باشند و قبل از برگشت به وظیفه زمان لازم برای بهبودی برایشان داده شود.
- با بهبود تهویه و رفع ازدحام، شرایط برای جلوگیری از انتشار بیماری سل در محل کار و لیلیه‌ها تغییر داده شود.



وقتی افراد در لیلیه‌های مزدحم با تهویه ضعیف زندگی نمایند، بیماری سل می‌تواند به سرعت انتشار یابد.

## وقایه از توبرکلوز در محل کار

کارخانه که تهویه مناسب داشته باشد می‌تواند در جلوگیری از انتشار بیماری سل کمک کند و اگر کارگران فابریکه در لیلیه‌ها زندگی می‌کنند داشتن تهویه مناسب برای تعمیر لیلیه نیز به همان اندازه بااهمیت است.

کارگرانی که هوای آلوده با گرد و غبار را تنفس می‌کنند بیشتر در معرض ابتلا به بیماری سل هستند. گرد و غبار شش‌ها را تخریب می‌کند و مقاومت آنها را در مقابل انتان توبرکلوز کاهش می‌دهد. کشیدن تنباکو نیز شش‌ها را تخریب و ضعیف می‌سازد.

افرادی که بیمار هستند یا غذای کافی دریافت نمی‌کنند یا به اندازه کافی استراحت نمی‌کنند نیز بیشتر در معرض مبتلا شدن به بیماری سل هستند زیرا بدن آنها از قبل ضعیف است. این امر بخصوص در مورد افراد مبتلا به اچ آی وی صدق می‌کند که حتی اگر هیچ علایمی نداشته باشند باز هم باید معاینه توبرکلوز در آنها انجام شود. برای افراد مبتلا به سل باید آزمایش اچ آی وی نیز در نظر گرفته شود.

وقتی کارگران یک کارخانه مبتلا به سل هستند سایر افراد جامعه نیز مبتلا سل خواهند بود. اگر کسی در کارخانه شما علایم سل را دارد یا اگر افراد خانواده و جامعه شما مبتلا به سل هستند، اتحادیه‌ها، سازمان‌های محلی، مبلغان صحتی و کلینیک‌ها می‌توانند برای ایجاد یک برنامه معاینه، تدای و وقایه بیماری با یکدیگر همکاری کنند. آموزش همه افراد در کارخانه، اعم از کارگران و مدیریتی، برای دانستن علایم بیماری سل و محلات عرضه تدای و حمایت برای وقایه مرض مهم است.

## حمایت از افراد مبتلا به توبرکلوز

وقتی هر کارگر مبتلا به سل دوا بگیرد و تداوی شود، کارخانه برای همه سالم‌تر خواهد بود. در بعضی جاها، ادارات صحتی دولتی کارکنان صحتی را به فابریکه می‌فرستند تا با کارگران صحبت نمایند، آزمایش را آغاز کنند و به هر کارگر مبتلا به بیماری سل دوا بدهند تا شفایاب گردد. ادارات خدمات اجتماعی اغلب افراد مبتلا به سل را با ارائه امکانات حمل و نقل برای رفتن به مراکز صحتی، حمایت غذایی و دادن معاوضه برای روزهایی که مزد خود را از سبب بیماری از دست داده اند، کمک و حمایت می‌کنند. مطمئن شوید که برنامه توبرکلوز کارخانه با برنامه‌های توبرکلوز موجود در جامعه ارتباط دارد و تمام کارگران در مورد خدمات موجود اطلاع دارند.

## دوای ضد توبرکلوز بیماری را تداوی کرده و از آن جلوگیری می‌نمایند

فرد مبتلا به بیماری سل هرگاه بطور منظم دوای خود را استفاده کند، شروع به بهبود کرده و میکروب‌های توبرکلوز به سایر افراد انتقال نمی‌یابد. به همین دلیل بسیار مهم است که به محض آگاهی از ابتلا به بیماری سل، استفاده از دوای ضد توبرکلوز را شروع کنید. در بیشتر کشورها، خدمات صحتی دولتی برای آزمایش توبرکلوز و تداوی آن رایگان است. بسیاری از سازمان‌های دیگر نیز معاینات و تداوی بیماری سل را بصورت رایگان عرضه می‌دارند.

اگر هر یک از این علائم بیماری را دارید فوراً به یک کارمند صحتی مراجعه کنید تا دریابید که آیا به تداوی توبرکلوز نیاز دارید یاخیر.

## علائم بیماری سل

- سرفه که بیشتر از ۳ هفته دوام نماید.
- سرفه همراه با بلغم یا موجودیت خون در آن.
- تب خفیف در عصر و شام و عرق شبانه.
- درد قفس سینه و تنگی نفس.
- کاهش وزن.



همیشه در هنگام سرفه یا عطسه  
دهن و بینی خود را با یک دستمال  
بپوشانید تا میکروب‌ها در هوا  
منتشر نشوند.

## آزمایشات (تست‌های) توبرکلوز

۳ نوع آزمایش برای توبرکلوز وجود دارد.

- **تست جلدی.** در این آزمایش مقدار کمی مایع در زیر جلد بازو زرق می‌شود. اگر فرد مبتلا به بیماری سل باشد یک در ظرف ۱ تا ۳ روز یک واکنش جلدی پیدا می‌شود.
- **تست بلغم.** در این آزمایش کارمند صحتی از شما می‌خواهد که به شدت سرفه نمایید تا مقداری مخاط را با سرفه خارج کنید. این بلغم سپس در لابراتوار مورد آزمایش قرار می‌گیرد تا مشخص شود که آیا حاوی میکروب توبرکلوز است یا خیر. معمولاً ۳ آزمایش از بلغم اجرا می‌شود. اگر ۲ آزمایش نشان دهد که شما میکروب توبرکلوز دارید، به تداوی و دوا نیاز خواهید داشت.
- **اکسری.** اگر مشخص نباشد که مبتلا به توبرکلوز هستید، یک کارمند صحتی ممکن است از قفسه سینه شما اکسری بگیرد تا اثرات توبرکلوز را در ریه‌های شما جستجو کند.

اگر آزمایشات توبرکلوز منفی باشد اما هنوز علائم بیماری سل را دارید به یک کارمند صحتی متخصص امراض ریوی مراجعه کنید. ممکن است سیلیکوزس، سینه بغل، استما یا بیماری ریوی دیگری داشته باشید.

## دوای ضد توبرکلوز

دوای ضد توبرکلوز ممکن است از یک کشور تا کشور دیگر متفاوت باشد اما تداوی در همه جا حداقل ۶ ماه طول می‌کشد. معمولاً فرد مبتلا باید ۴ دوا (ایزونیازید، ریفامپسین، پیرازیناماید و ایتامبوتول) را به مدت ۲ ماه و سپس فقط ۲ دوا (ایزونیازید و ریفامپسین) را برای مدت ۴ ماه دیگر منظم استفاده کند. برای از بین بردن میکروب توبرکلوز از بدن شما به این مقدار زمان و دوای زیادی نیاز است. مهم است که دواها را برای تمام زمان مورد نیاز، ۶ تا ۱۲ ماه یا بیشتر استفاده کنید. پس از چند هفته احساس بهبود خواهید داشت و ممکن است فکر کنید که درمان شده اید اما قطع زود هنگام دواها بسیار خطرناک است. اگر همه میکروب‌ها از بین نروند، باز هم ممکن است دیگران را منتن سازید و شما، خانواده شما و همکاران شما ممکن است به نوعی از بیماری سل مبتلا شوید که تداوی آن بسیار مشکل است و به نام توبرکلوز مقاوم در مقابل چند دوا (Multi Drug Resistant- MDR) یاد می‌شود.

اگر دوای ضد توبرکلوز استفاده می‌کنید اما احساس بهبود ندارید، ممکن است به توبرکلوز MDR مبتلا باشید و به دوای متفاوتی جهت تداوی نیاز داشته باشید. به کارمند صحتی مراجعه کنید.



پس از این که فرد با استفاده از دوای ضد توبرکلوز احساس بهبود پیدا کرد، برای خانواده، دوستان و همکاران بسیار مهم است که در تمام ماه‌های تداوی از او حمایت کنند تا فراموش نکنند که دوای خود را هر روز بخورد.