



# gruźlica nadal groźna

## kaszlesz? sprawdź się!

roadmap



**Tu dowiesz się:**

Jakie są  
**objawy gruźlicy?**

3

4

Czy należysz do  
**grupy  
podwyższonego  
ryzyka?**

Co zrobić, żeby  
**nie zachorować?**

6

5

Jak wygląda  
**wykrywanie  
gruźlicy?**

1

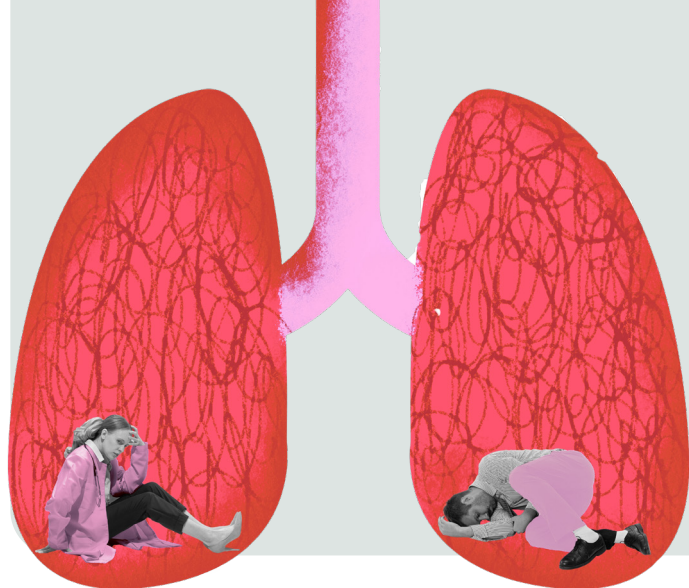
Jakie są  
**drogi transmisji  
gruźlicy?**

**Co to jest  
gruźlica?**



Więcej informacji na stronie  
[gruzlica.ceestahc.org](http://gruzlica.ceestahc.org)

Wczesne wykrycie i odpowiednie leczenie są kluczowe dla zapobiegania rozprzestrzenianiu się gruźlicy.



# **sprawdź,** czy jesteś zagrożony!



## Co to jest **gruźlica?**

Gruźlica to choroba zakaźna wywołana przez bakterie zwane prątkami (łac. *Mycobacterium tuberculosis complex*). Najczęściej atakuje płuca (gruźlica płuc), ale może też zaatakować inne narządy (gruźlica pozapłucna), np. nerki, kręgosłup, mózg.

**Nieleczona gruźlica może być śmiertelna.**

Nie każda osoba zakażona prątkiem gruźlicy zachoruje. 90% osób zakażonych ma tzw. latentne zakażenie prątkiem gruźlicy (gruźlicę utajoną). Osoby te nie czują się chore, nie mają żadnych objawów i nie zakażają innych ludzi. Są jednak sytuacje, kiedy zakażenie przejdzie w aktywną postać choroby.

## Jakie są drogi **transmisji?**

**Gruźlicą najczęściej możesz zakażać się drogą kropelkową** (powietrzną), wdychając bakterie rozsiewane przez osobę chorego prątkującego podczas kaszlu, kichania, mówienia, śmiechu lub śpiewania. Pozostałe drogi zakażenia są niezwykle rzadkie (pokarmowa, przez skórę).



**W Polsce 95% przypadków to gruźlica płuc, ale gruźlica może zaatakować też inne narządy.**

# Sprawdź, czy jesteś zagrożony gruźlicą

Zacznij od odpowiedzi na **3 pytania:**

**1**

Czy masz **objawy**, które mogą sugerować gruźlicę?

Objawy choroby zależą od miejsca namnażania się prątków gruźlicy



kaszel trwający ponad 3 tygodnie



odkrztuszenie plwociny z domieszką krwi



nocne poty



duszności



męczliwość



ból w klatce piersiowej



stany podgorączkowe



utrata masy ciała bez wyraźnej przyczyny



dreszcze

**2**

Czy należysz do grupy **podwyższonego ryzyka zachorowania?**

- Osoby z kontaktu z chorymi na gruźlicę
- Imigranci z krajów o dużym rozpowszechnieniu gruźlicy
- Osoby uzależnione od narkotyków
- Więźniowie - obecnie i w przeszłości
- Osoby w podeszłym wieku
- Pracownicy ochrony zdrowia
- Pracownicy zawodów, którzy mają kontakt z grupami ryzyka
- Osoby wyjeżdżające do krajów o dużym rozpowszechnieniu gruźlicy
- Osoby ze zmianami pogrzuźliczymi w płucach, nigdy nieleczone

**3**

Czy należysz do grupy **podwyższonego ryzyka rozwoju aktywnej gruźlicy** po zakażeniu?



Zakażenie HIV



Leczenie glikokortykosteroidami (>=15 mg/24h prednizonu > 2 tygodni), antagonistami TNF i innymi przeciwzapalnymi lekami biologicznymi, inne leczenie immunosupresyjne



Przeszczerpienie narządów (leczenie immunosupresyjne)



Ciąża i okres połogu



Nowotwory: układu krwiotwórczego (białaczki, chłoniaki), rak płuca, raki w obrębie głowy i szyi



Krańcowa niewydolność nerek, szczególnie gdy stosuje się hemodializy



Niedawne zakażenie (konwersja tuberkulinowa)



Wiek < 5 lat



Radioterapia



Nadużywanie alkoholu



Cukrzyca



Gastrektomia



Niski BMI



Palenie papierosów

Jeżeli odpowiedziałeś twierdząco, to zgłoś się do **lekarza.**

Więcej informacji na stronie [gruzlica.ceestahc.org](http://gruzlica.ceestahc.org)

# Jak wygląda **wykrywanie gruźlicy?**

••  **Co robić**, jeśli podejrzewasz, że gruźlica może dotyczyć również Ciebie?

Jeśli masz objawy lub jesteś w grupie podwyższonego ryzyka zachorowania na gruźlicę, zgłoś się do lekarza POZ, który po badaniu zleci **diagnostykę lub skieruje Cię do pulmonologa**.

## Wykrywanie **gruźlicy utajonej**

1



### Testy IGRA:

Badanie z krwi, które wykrywa odpowiedź immunologiczną na antygeny prątków.

2



### Próba tuberkulinowa

Wobec dostępności skuteczniejszych metod tracą zastosowanie. Polegały na wstrzyknięciu tuberkuliny pod skórę i ocenie reakcji po określonym czasie, aby potwierdzić kontakt z prątkami gruźlicy.

## Wykrywanie **gruźlicy aktywnej**

1



### Testy genetyczne

Coraz tańsze szybkie testy, które wykrywają materiał genetyczny Mycobacterium tuberculosis. Mogą określić wrażliwość prątków na podstawowe leki przeciwgruźlicze.

2



### Bakterioskopia płwociny

Mikroskopowe badanie płwociny w celu wykrycia prątków. Informuje o obfitości prątkowania. Często pierwszy krok w diagnostyce aktywnej gruźlicy płuc.

3



### Posiew płwociny

Hodowla bakterii na specjalnych pożywkach, co pozwala na identyfikację Mycobacterium tuberculosis i od razu sprawdzenie ich wrażliwości na leki. Dłużej czeka się na wynik, ale od razu wiadomo czym leczyć wykryty szczep gruźlicy.

4



### RTG klatki piersiowej

Wykonywane w celu oceny zmian w płucach, które mogą sugerować gruźlicę, a także stosowane w diagnostyce różnicowej. Pozwala monitorować postępy leczenia gruźlicy.

5




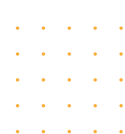
### Badania histopatologiczne

Biopsje i materiał operacyjny zaatakowanych tkanek, które analizowane są w kierunku wykrycia charakterystycznych zmian wywołanych przez gruźlicę. Używane są głównie w przypadkach gruźlicy pozapłucnej, łącznie z innymi badaniami.

## •• **Co robić**, żeby nie zachorować?

- szczepić dzieci na gruźlicę
- unikać kontaktu z chorymi na gruźlicę
- unikać zatłoczonych miejsc z ograniczonym dostępem świeżego powietrza – szczególnie bez zabezpieczenia dróg oddechowych i możliwości przestrzegania zasad higieny
- utrzymywać dobre nawyki higieniczne: zastaniać usta podczas kaszlu lub kichania, myć ręce, wietrzyć zamknięte pomieszczenia
- konsultować z lekarzem swoje podejrzenia co do zakażenia gruźlicą

••  **Pamiętaj!** Jeśli masz choroby przewlekłe, to jesteś w grupie ryzyka. Jeśli wystąpią objawy sugerujące gruźlicę poinformuj o tym swojego lekarza.



Więcej informacji na stronie [gruzlica.ceestahc.org](http://gruzlica.ceestahc.org)

**Wczesne wykrycie i odpowiednie leczenie są kluczowe dla zapobiegania rozprzestrzenianiu się gruźlicy.**