

## Правило №3. Проаналізуйте стан своєї дитини, давши собі відповіді на такі запитання:

1. Чи є у Вашої дитини кашель або покашлювання більше 2-х тижнів?
2. Чи помітили Ви останнім часом підвищену втомлюваність та слабкість, або навпаки збудженість дитини, втрату інтересу до ігор та звичайних занять?
3. Чи помітили Ви підвищену пітливість дитини, особливо вночі?
4. Чи є у дитини впродовж останнього часу підвищення температури тіла (має значення навіть незначне підвищення – до 37-37,2°C)?
5. Чи реагує дитина на фізичні навантаження, так саме як раніше? Чи з'явилася задишка навіть при незначному фізичному навантаженні?
6. Чи скаржилася дитина на біль в грудній клітці?
7. Чи уповільнився ріст та зростання маси тіла у дитини в останні місяці?
8. Чи отримала дитина вакцинацію БЦЖ? В якому віці?
9. Чи перебувала дитина в контакті з хворим на туберкульоз за останні два роки?
10. Чи проходила дитина обстеження на ВІЛ-інфекцію? Чи відомо, є матір дитини ВІЛ-позитивною або ВІЛ-негативною?
11. Чи хворіла дитина/підліток на туберкульоз у минулому?
12. Чи є в дитини/підлітка хронічне захворювання, що призводить до зниження імунітету (ВІЛ-інфекція, цукровий діабет, бронхіальна астма, онкологічні захворювання, вроджений імунodefіцитний стан тощо)?
13. Чи проводилася дитині трансплантація органів (кісткового мозку)?
14. Чи отримує дитина упродовж більш ніж 1 місяця лікування преднізолоном, або іншими препаратами, які впливають на імунітет (це ті ж самі захворювання, що й у дорослих)?

Ви вже знаєте, що робити за відповіді «ТАК» хоча б на одне запитання. Правильно, звернутися до сімейного лікаря!

## Правило 4

(пов'язано з правилом №3):

Якщо у Вашої дитини є чинники ризику, а обстеження не виявило захворювання на туберкульоз, Вам порекомендували профілактичне лікування. **Обов'язково закінчить курс лікування!**

Профілактичне лікування туберкульозу запобігає захворюванню на довгі роки.

Отже, захиститися від туберкульозу і захистити своїх дітей можливо!

Якщо ж Ви знаходитесь в очікуванні дитини, є ще одна важлива річ – проведіть щеплення новонародженого вакциною БЦЖ в пологовому будинку. Ця вакцина надійно захистить малюка від туберкульозу впродовж найбільш вразливого віку – до 5 років.

КОНТАКТИ:


ЗАГАЛЬНОНАЦІОНАЛЬНА ГАРЯЧА ЛІНІЯ  
З ПИТАНЬ ВІЛ/СНІД ТА ТУБЕРКУЛЬОЗУ

0 800 50 30 80

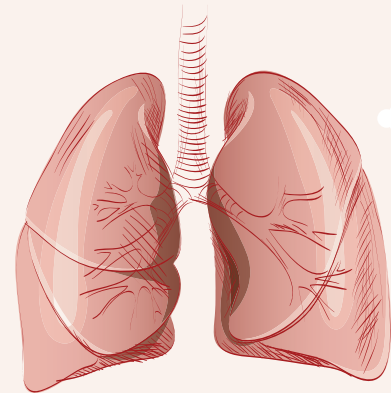
Видано МГО "Соціальні ініціативи з охорони праці та здоров'я" в рамках проекту "Тобі слід знати про туберкульоз", який впроваджується за фінансової підтримки МБФ «Альянс громадського здоров'я» в рамках реалізації програми «Прискорення прогресу у зменшенні тягаря туберкульозу та ВІЛ-інфекції в Україні», яка реалізується за підтримки Глобального фонду для боротьби зі СНІДом, туберкульозом та малярією.

Викладені в даній публікації думки й точки зору є думками й точками зору організації, яка видає дану продукцію, і не можуть розглядатися як думки або точки зору МБФ «Альянс громадського здоров'я» і Глобального фонду.

Більше про нашу діяльність:



## ЯК ЗАХИСТИТИ ДИТИНУ ВІД ТУБЕРКУЛЬОЗУ?



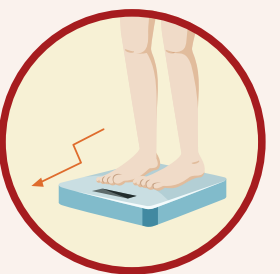
## Якщо ви чи ваша дитина...



кашляєте більше 2-ох тижнів



постійно відчуваєте втому



втрачаєте вагу (або дитина не набирає вагу)



помітили підвищення температури тіла



пітнієте вночі



відчуваєте біль у грудях

## Правило №1. Бережіть себе

**Будьте уважні до себе.** Чесно дайте відповідь собі на такі запитання:

1. Чи є у Вас кашель або покашлювання більше 2-х тижнів?
2. Чи помітили Ви останнім часом підвищену втомлюваність та слабкість?
3. Чи є у Вас підвищена пітливість, особливо вночі?
4. Чи зменшилась вага Вашого тіла з невизначених причин?
5. Чи є у Вас упродовж останнього часу підвищення температури тіла (має значення навіть незначне підвищення – до 37-37,2°C)?
6. Чи є у Вас задишка при незначному фізичному навантаженні?
7. Чи турбує Вас біль в грудній клітці?
8. Чи хворіли Ви на туберкульоз в минулому?
9. Чи є у Вас хронічне захворювання, що призводить до зниження імунітету (ВІЛ-інфекція, цукровий діабет, онкологічні захворювання тощо)?
10. Чи отримуєте Ви лікування преднізолоном, або іншими препаратами, які впливають на імунітет (зазвичай, застосовуються при лікуванні злоякісних новоутворень, бронхіальної астми, ревматоїдного артриту тощо)?
11. Чи проводилася Вам трансплантація органів (кісткового мозку)?
12. Чи мали Ви контакт із хворим на туберкульоз за останні два роки?
13. Чи перебували Ви в місцях позбавлення волі впродовж останніх 2-х років?
14. Чи характерне для Вашого життя хоча б одне з нижчепереліченого: низький рівень матеріального забезпечення родини, міграція, вживання алкоголю та наркотичних речовин, безпритульність?

Якщо Ви відповіли собі «ТАК» хоча б на одне питання, негайно зверніться до лікаря. Це не означає, що Ви хворі на туберкульоз, проте може знадобитися виключити захворювання. Так Ви убезпечите не лише себе, а й свою сім'ю, передусім дітей. Зазвичай використовується рентгенологічне обстеження і дослідження мокротиння. Ці методи доступні і безкоштовні за призначенням сімейного лікаря.

## Правило №2. Якщо у Вас виявлений туберкульоз, не панікуйте

Туберкульоз добре лікується, і лікування є безкоштовним. Більше того, хоча лікування триває декілька місяців, вже через 2-3 тижні Ви вже не будете поширювати інфекцію і не становитиме загрози для оточення за умови дотримання всіх порад лікаря і щоденного прийому ліків. Проте, і перші тижні лікування можна проводити вдома, дотримуючись простих правил:

1. Не ходіть у гості, до громадських місць.
2. Не запрошуйте додому людей, які не живуть з Вами разом. Якщо такий контакт необхідний, можна зустрітися на вулиці. **Це безпечно.**
3. Регулярно провітрюйте приміщення, влітку бажано тримати вікна відкритими весь час.
4. Підтримуйте вдома температуру повітря 18-21°C і частіше проводьте вологе прибирання (це допоможе підтримувати найкращий рівень вологості повітря о 40-60%).

*Регулярно провітрювати приміщення та дотримуватися рекомендованої вологості повітря і температури необхідно всім і завжди: це найкращий спосіб запобігти не лише туберкульозу, а й COVID-19 та інших інфекцій дихальних шляхів. Для контролю цих показників існують недорогі побутові пристрої. Ще краще, якщо на додачу Ви придбаєте зволожувач повітря.*

Через 2 тижні лікування Ви можете вести свій звичайний спосіб життя, але необхідно щодня приймати ліки під контролем медичного працівника. Ваш лікар забезпечить Вам такі умови прийому, які будуть найбільш зручними саме для Вас. Для більшості пацієнтів найкращим варіантом є лікування, яке контролюється за допомогою відеозв'язку: це дозволяє уникати щоденних візитів, економить час і знижує ризик зараження COVID-19.