# Светски ден на туберколоза

Туберкулозата (ТБ) и понатаму е еден од најсмртоносните инфективни убијци во светот. Секој ден, над 4000 луѓе ги губат своите животи од ТБ, а близу 30.000 луѓе заболуваат од оваа болест која може да се спречи и може да се излечи.
Глобалните напори за борба против туберкулозата спасиле околу 66 милиони животи од 2000 година. Сепак, пандемијата COVID-19 го промени долгогодишниот напредок постигнат во борбата за ставање крај на ТБ. За прв пат по повеќе од една деценија, смртните случаи од ТБ се зголемија во 2020 година.
Фокусот оваа година на Светскиот ден на ТБ и темата - „Инвестирај за да се стави крај на ТБ. Спасете животи.“ – ја пренесува итната потреба за драматично зголемување на инвестициите за да се засили борбата против ТБ и да се постигнат обврските за ставање крај на истата преземени од глобалните лидери. Сите форми на ТБ се лекуваат доколку на време се дијагностицираат и третираат.

Третманот вклучува земање на комбинација на лекови за шест и повеке месеци, бидејки некои туберкулозни бактерии се природно отпорни на еден или повеке лекови што се препишани со цел што поуспешна контрола и лекување на туберкулозата во Република Северна Македонија. За да се намали ризикот од ширење на инфекцијата, особено онаа предизвикана од резистентни соеви на Mycobacterium tuberculosis A, спречување на коинфекција меѓу туберколозата со ХИВ инфекцијата, неопходно е да се преземат сите располозливи превентивни мерки кои придонесуваат за рано откривање и спречување на болеста.

1.Активно пронаоѓање на случаи на туберкулоза кај ризични групи со селективна радиофотографија (психијатриски болници, затвори, затвореници во казнено поправни установи), привремено раселени лица, зависници од droги, мигранти и сл., со цел рано откривање на болните од туберкулоза и други неспецифични белодробни заболувања.

2.Непосредна контрола на лекувањето на болните со туберкулоза, како и здравствено воспитување преку разговор со болните и нивните семејства, во домот на болниот. Спречување на ширење на туберкулозата, преку лекување на новооткриените случаи на туберкулоза според стандардни режими и лекување препорачани од Светска здравствена организација.

3.Унапредување на грижата и третманот на ранливите категории како што се: болни од хепатит, или лица со хив/сида, како и навремена дијагноза и ран третман, се мерки и активности со кои сериозно се намалува можноста за натамошно пренесување на хив вирусот.

4.Водење здрав начин на живот, е една од мерките која го намалува ризикот од туберкулоза. Луѓето кои се во лоша здравствена состојба се со поголем ризик, бидејки нивната отпорност е намалена во однос на здравите лица. Затоа од голема важност е да се консумира здрава храна, која вклучува многу зеленчук и овошје, месо со помалку маснотии, избегнување преработена храна и шеќери.

5.Физичката активност е од големо значење, избегнување лоши навики како што се: внес на алкохол, дроги, тутун, одржување на лична хигиена, поминување подолг период на чист воздух, планина и сл. Најдобра превентивна мерка е правилно и навремено лекување на секој болен од туберкулоза со што се прекинува ланецот на инфекцијата.

**Мерки превенција**

Со цел за успешна превенција и лекување на туберкулозата во Република С. Македонија и намалување на ризикот од ширење на инфекцијата, особено онаа предизвикана од резистентни соеви на Mycobacterium tuberculosis A, потребно е спречување на коинфекцијата меѓу туберкулозата со хив инфекцијата.

Светскиот ден за борба против туберкулозата е можност да се крене гласот во повик за брза акција, која треба да доведе до крај на туберкулозата.

Изготвил: Флорија Хамид, дипл.социјален работник, Март, 2024
Извор: www.who.int/campaings/world-tb-day/2024

# Dita Botërore e Tuberkulozës

Tuberkulozi (TB) vazhdon të jetë një nga vrasësit infektivë më vdekjeprurës në botë. Çdo ditë, mbi 4,000 njerëz humbin jetën nga tuberkulozi dhe afro 30,000 njerëz e marrin këtë sëmundje të parandalueshme dhe të shërueshme.
Përpjekjet globale për të luftuar tuberkulozin kanë shpëtuar rreth 66 milionë jetë që nga viti 2000. Sidoqoftë, pandemia COVID-19 ka përmbysur vitet e progresit të bërë në luftën për t 'i dhënë fund tuberkulozit. Për herë të parë në më shumë se një dekadë, vdekjet nga tuberkulozi u rritën në vitin 2020.
Fokusi i këtij viti është në Ditën Botërore të tuberkulozës dhe tema - "Investo për t 'i dhënë fund tuberkulozës. Shpëtoni jetë." – përcjell nevojën urgjente për një rritje dramatike të investimeve për të rritur luftën kundër TB dhe për të arritur angazhimet për t 'i dhënë fund asaj të bërë nga udhëheqësit globalë. Të gjitha format e tuberkulozës trajtohen nëse diagnostikohen dhe trajtohen në kohë.

Trajtimi përfshin marrjen e një kombinimi të barnave për gjashtë muaj ose më shumë, sepse disa baktere të tuberkulozit janë natyrisht rezistente ndaj një ose më shumë barnave që janë përshkruar për të kontrolluar dhe trajtuar me sukses tuberkulozën në Republikën e Maqedonisë së Veriut. Për të zvogëluar rrezikun e përhapjes së infeksionit, veçanërisht atë të shkaktuar nga llojet rezistente të Mycobacterium tuberculosis A, duke parandaluar bashkë-infeksionin midis tuberkulozës me infeksionin HIV, është e nevojshme të merren të gjitha masat parandaluese në dispozicion që kontribuojnë në zbulimin dhe parandalimin e hershëm të sëmundjes.

1. Zbulimi aktiv i rasteve të tuberkulozit në grupet në rrezik me radiografi selektive (spitalet psikiatrike, burgjet, të burgosurit në institucionet e burgjeve), personat e zhvendosur përkohësisht, të droguarit, emigrantët, etj., me qëllim zbulimin e hershëm të pacientëve me tuberkuloz dhe sëmundje të tjera jospecifike të mushkërive.

2. Kontrolli i mënjehershëm i trajtimit të pacienteve me tuberkuloz, si dhe edukimi shëndetësor duke biseduar me pacientet dhe familjet e tyre ne shtëpinë e pacientit.

Parandalimi i përhapjes së tuberkulozës duke trajtuar rastet e reja të zbuluara të tuberkulozës sipas regjimeve standarde dhe trajtimit të rekomanduar nga Organizata Botërore e Shëndetësisë.

3. Nxitja e kujdesit dhe trajtimit të kategorive vulnerabël si: pacientët me hepatit, ose personat me HIV/AIDS, si dhe diagnoza në kohë dhe trajtimi i hershëm, janë masa dhe aktivitete që zvogëlojnë seriozisht mundësinë e transmetimit të mëtejshëm të virusit HIV.

4. Mbajtja e një jetese të shëndetshme është një nga masat që zvogëlon rrezikun e tuberkulozit. Njerëzit që janë me shëndet të dobët janë në rrezik më të lartë, sepse rezistenca e tyre zvogëlohet në krahasim me personat e shëndetshëm. Prandaj, është me rëndësi të madhe të konsumohen ushqime të shëndetshme, të cilat përfshijnë shumë perime dhe fruta, mish me më pak yndyrë, duke shmangur ushqimet e përpunuara dhe sheqernat.

5. Aktiviteti fizik ka një rëndësi të madhe, duke shmangur zakonet e këqija si: marrja e alkoolit, drogës, duhanit, ruajtja e higjienës personale, kalimi i një periudhe më të gjatë të ajrit të pastër, malit, etj. Masa më e mirë parandaluese është trajtimi korrekt dhe në kohë i çdo pacienti me tuberkuloz, i cili thyen zinxhirin e infeksionit.

**Masat e parandalimit**

Me qëllim parandalimin dhe trajtimin me sukses të tuberkulozës në Republikën e S. Maqedonia dhe zvogëlimi i rrezikut të përhapjes së infeksionit, veçanërisht ai i shkaktuar nga llojet rezistente të Mycobacterium tuberculosis A, është e nevojshme për të parandaluar bashkë-infeksionin midis tuberkulozit me infeksionin HIV.

Dita Botërore e Tuberkulozës është një mundësi për të ngritur zërin në një thirrje për veprim të shpejtë, e cila duhet të çojë në përfundimin e tuberkulozës.

Përgatiti: Florija Hamid, punëtore sociale e dipm, Mars, 2024
Burimi: www.who.int/campaings/world-tb-day/2024