

- saunas käimine ei ole keelatud, kuid vastunäidustatud on väga kuum leil;



- tuberkuloosiravile aitab kaasa täisväärtuslik toit, kõik toidud on lubatud;
- suitsetamine kahjustab kopsude kaitsefunktsiooni ning võib seetõttu ravi ajal paranemist aeglustada.

- seksuaalelu võib jätkata peale nakkusohu kadumist. Ravi ajal ei ole soovitatav rasestuda ning peab teadma, et tuberkuloosi ravimid võivad nõrgestada rasestumisvastaste ravimite toimet;
- tuberkuloosiravi ajal alkoholi tarvitamine võib põhjustada tõsiseid kõrvaltoimeid ja nõrgestada ravimite mõju;
- tööle mineku saab otsustada individuaalselt peale nakkusohu kadumist koostöös arstiga;

**Täiendav info:**  
**[www.tai.ee](http://www.tai.ee)**

# TUBERKULOOSI RAVIST



**TUBERKULOOS ON RAVITAV**, kui võtta ravimeid arsti poolt ettenähtud hulgas ning läbida kogu ravikuur. Lühim ravi kestvus on kuus kuud ning samaaegselt alustatakse vähemalt 4 ravimiga.



Ravikuuri katkestamisel, ebaregulaarse ravi korral või ainult osa ravimite võtmisel võib haigustekitaja muutuda ravimitele mitte alluvaks. Sel juhul ravikuur pikeneb mitme aastani, kuid vaatamata sellele ei pruugi haige tuberkuloosist paraneda ning võib jääda nakkusohtlikuks. Ravimata tuberkuloos võib lõppeda surmaga.

Ravi tuleb alustada enamasti haiglas, et leida haigele sobivaim raviskeem ning jälgida võimalikke ravimite kõrvaltoimeid. Nakkusohu kadumisel võib ravi jätkata ambulatoorselt.

Kõik tuberkuloosi ravimid on haigele tasuta ning neid tuleb võtta alati ravijälgija otsese kontrolli all, ravimeid koju kaasa ei anta ning apteegist neid osta ei saa.

**TUBERKULOOSIHAIGE NAKKUSOHTLIKUS** tehakse kindlaks röga analüüside alusel. Nakkusoht kaob enamasti mõne nädala kuni mõne kuu jooksul pärast ravi alustamist, see sõltub ravi korrektsusest ja haigustekitaja ravim tundlikkusest.

Nakkusohtlikul perioodil võidakse haigel paluda kanda maski uuringutele minnes. See aitab vältida nakkuse levikut.

Tuberkuloosinakkus levib õhu kaudu, seetõttu ei ole vaja haige kodu desinfitseerida, piisab korralikust ruumide pesemisest ja tuulutamisest. Nakkus ei levi toidunõude, pesu ega käte kaudu.

Tuberkuloosi haigestunu lähikontaktseid tuleb alati kontrollida võimaliku tuberkuloosi nakatumise ja haigestumise suhtes. Suurim oht on inimestel, kellega haige oli kauem aega koos, väikelastel ning organismi nõrgestatud vastupanuvõimega kontaktsetel.

## **TUBERKULOOSI HAIGESTUNU SAAB KAITSTA OMA LÄHIKONTAKTSEID NAKKUSOHU EEST, KUI:**

- võtab tuberkuloosiravimeid nii, nagu arst on määranud;
- köhides pöörab oma pea kõrvale ja katab suu käe ning taskurätikuga;
- nakkusohtlikul ajal väldib rahvarohkeid kohti, ei kutsu külalisi;
- palub kõigil oma lähikontaktsetel pöörduda arsti juurde tervisekontrolliks.

## **TUBERKULOOSI RAVI AJAL TULEB VÄLTIDA:**

- päevitamist ning solaariumi külastamist võimalike ravimite kõrvaltoimete tõttu;

