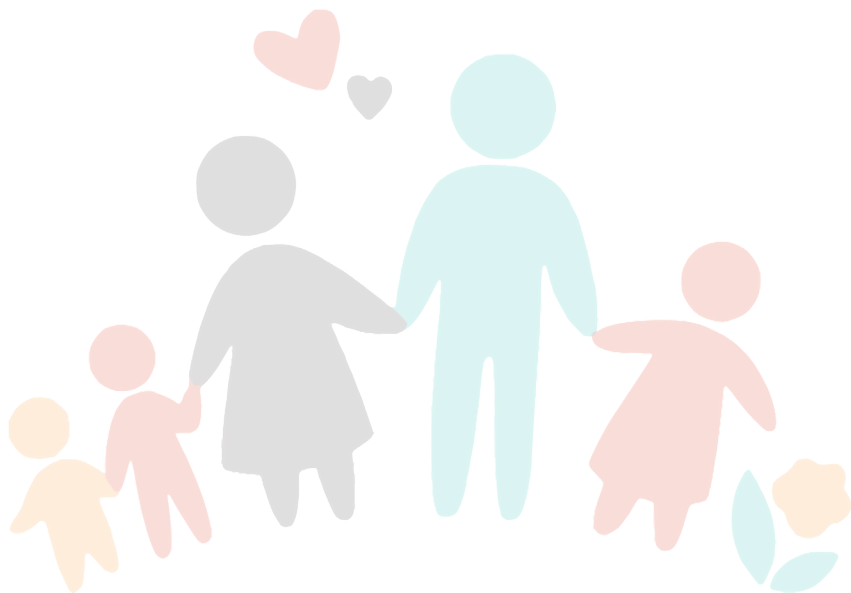




ЭРҮҮЛ
МЭНДИЙН ЯАМ



ТАНАЙ ГЭР БҮЛД ЗОРИУЛАВ



Сүрьеэ өвчний эсрэг эмчилгээ хийлгэж буй
хүмүүсийн гэр бүлд зориулав.

Бэлтгэсэн: Б.Бодьцэцэг
Хянасан: С.Өнөрсайхан /Ph.D, НЭМҮТ эрдэмтэн, нарийн бичгийн дарга/
С.Гэрэлмаа /НЭМҮТ эрүүл мэндийг дэмжих, өвчлөлөөс
урьдчилан сэргийлэх албаны дарга/

Эхийг бэлтгэсэн: Ц.Сугар

Хаяг: Улаанбаатар хот
Сүхбаатар дүүрэг 6-р хороо
Бага тойруу 24-1
Монреимпекс байр 207 тоот

Утас: 11-311427

“Содпресс” ХХК-д хэвлэв.
Улаанбаатар хот, 2021 он.

Ном уншихын өмнө

Энэхүү номыг таны болон танай гэр бүлийнхний эрүүл мэндэд зориулан эмхэтгэн гаргаж байна.

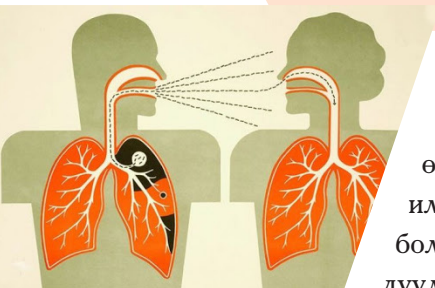


Аливаа өвчин, тэр тусмаа сүрьеэ өвчнийг ялахад сүрьеэгээр өвчилсөн хүний ойр дотны хүмүүс болон гэр бүлийн гишүүд голлох үүрэгтэй билээ.



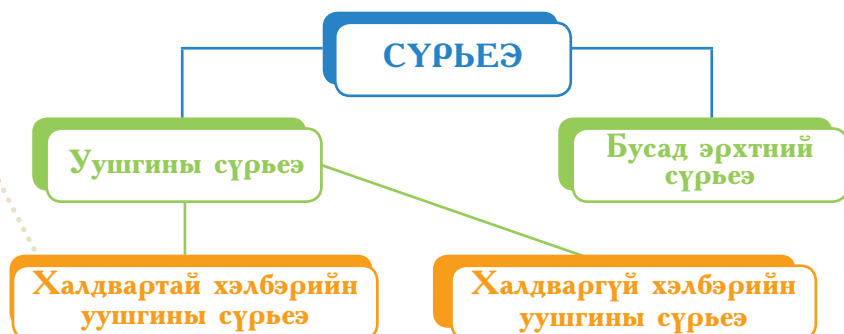
Танд зориулсан энэхүү номыг уншиж судлан амьдралдаа ашигласнаар сүрьеэгээр өвдсөн өөрийн дотны хүнээ энэ өвчнөөс ангижрахад нь туслаад зогсохгүй гэр бүлийнхээ бусад гишүүд, ойр дотны хүмүүсээ сүрьеэгээр өвчлөхөөс урьдчилан сэргийлж, эрүүл саруул, аз жаргалтай амьдрахад нь туслах болно.

Сүрьеэ өвчний халдвар яаж тархдаг вэ?



Уушгины халдвартай хэлбэрийн сүрьеэгээр өвчилсөн буюу цэрний шинжилгээнд нян илэрч буй хүн энэ өвчний халдварын эх уурхай болно. Эдгээр хүмүүсийг ярих, ханиах, найтаах, дуулах, нус цэрээ хаях үед сүрьеэгийн нянгууд агаарт цацагддаг. Нянгаар бохирлогдсон агаараар амьсгалсан хүмүүс сүрьеэгийн халдвар авдаг. Өөрөөр хэлбэл, энэ өвчин нь амьсгалж байгаа агаараар дамжин халдварладаг юм.

Сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээг танилцуулахын өмнө танд сүрьеэ өвчний талаар товчхон дурдъяа. Энэ өвчин нь **уушгины** болон **уушгины бус** эрхтний сүрьеэ гэж хоёр хуваагддаг. *Уушгины сүрьеэ* гэдэг нь сүрьеэгийн нян хүний уушгийг гэмтээж, эмгэг өөрчлөлт үүсгэснийг хэлнэ. *Уушгины бус* гэдэг нь хүний биеийн бусад аль нэг эрхтнийг сүрьеэгийн нян гэмтээснээс үүсэх эмгэг юм. Уушгины сүрьеэ нь дотроо **халдвартай** болон **халдваргүй** гэсэн хоёр хэлбэртэй байдаг.



Уушгины халдвартай хэлбэр гэдэг нь амьсгалаараа сүрьеэгийн нян ялгаруулж байгаа хүнийг хэлнэ.

- Хэдийгээр сүрьеэ нь амьсгалж байгаа агаараар дамжин халддаг боловч нийтийн унаа, олон нийтийн газар сүрьеэгээр өвчилсөн хүнээс халдвар авах нь харьцангуй ойлогт юм.
- Сүрьеэгийн нян нь аяга, таваг, өмссөн хувцас, жорлонгийн суултуур зэргээр дамжин халдварладаггүй.

Хэн халдвар авах эрсдэлтэй вэ?

Нийт хүн амын гуравны нэг нь сүрьеэгийн халдвар авсан байдаг нь судалгаагаар батлагдсан.

Сүрьеэгийн халдвар авах байдлыг зэрэглэж үзвэл:

Гэр бүлийн гишүүд

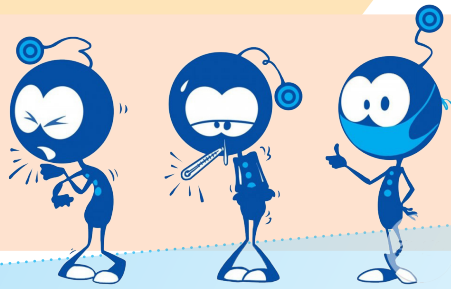
100%

Хамаатан садан, найз нөхөд, хамт ажиллагсад

10%

Холын хавьтал

1%



Дээрх зэрэглэлээс үзэхэд, халдвартай хэлбэрийн сүрьеэгээр өвчилсөн хүнтэй хамт амьдардаг хүмүүс 100%-ийн халдвар авах магадлалтай байдаг бол хамтран ажилладаг ба дотны найз нөхөд нь 10%-ийн халдвар авах магадлалтай, харин хааяа уулзалддаг найз нөхөд гэх мэт хүмүүс 1%-ийн халдвар авах боломжтой байна.



Гэхдээ эмч мэргэжилтнүүдийн үзэж байгаагаар халдвар авсан хүмүүсийн 10% нь өвчилж, үлдсэн 90% нь насан туршдаа сүрьеэ өвчнөөр өвчилдөггүй байна. Хүн бүр энэ 90%-д багтах нь боломжтой зүйл гэж бид хэлмээр байна.



Сүрьеэгээр өвчлөхгүй байх зөвлөгөөг 19 дүгээр хуудаснаас уншина уу.

Сүрьеэгийн урьдчилан сэргийлэх үзлэг гэж юу вэ?

Сүрьеэгийн урьдчилан сэргийлэх үзлэг гэдэг нь:

Халдвар авахаас урьдчилан сэргийлэх

Сүрьеэгийн халдвар авсан бол өвчлөхөөс урьдчилан сэргийлэхэд чиглэгдсэн үйл ажиллагаа юм.

Хэрэв танай гэр бүлийн нэг гишүүн эсвэл таны дотны хэн нэгэн сүрьеэгээр өвчилсөн бол та болон танай гэр бүлийн бусад гишүүд урьдчилан сэргийлэх үзлэг буюу хавьтлын үзлэгт зайлшгүй хамрагдах шаардлагатай. Учир нь гэр бүлийн гишүүд нь халдвар авах магадлал 100% байдаг.

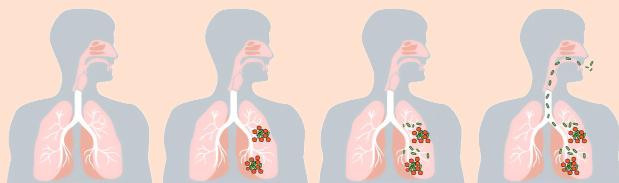


Мөн гэр бүлийн хэн нэгэн гишүүн сүрьеэгээр өвчилсөн бол ар гэрийнхэн нь ямар дэглэм баримтлах тухай 19 дүгээр хуудаснаас уншина уу.

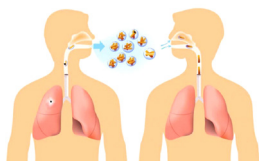
Хэрэв та урьдчилан сэргийлэх үзлэгт хамрагдахыг хүсвэл харьяа аймаг, дүүргийн сүрьеэгийн диспансерийн эмчид хандана уу. Урьдчилан сэргийлэх үзлэгт хамрагдсанаараа та өөрийгөө болон ойр дотны хүмүүсээ сүрьеэгээр өвчлөхөөс сэргийлж чадна.

Сүрьеэгээр өвчилсөн хүний хавьтал гэдэг нь:

Уушгины халдвартай хэлбэрийн сүрьеэгээр өвчилсөн хүнтэй хамт амьдарч байгаа сүрьеэгийн нянгийн халдвар авсан байж **болзошгүй** хүнийг хэлнэ.



Урьдчилан сэргийлэх үзлэгт дараах шинжилгээнүүд орно. Үүнд: гэрлийн шинжилгээ, сүрьеэгийн сорил, ...гм.



Урьдчилан сэргийлэх үзлэгээр сүрьеэгийн халдвар аваагүй, өвчлөөгүй нь нотлогдвол цаашид сүрьеэгээр өвчлөхгүй байхын тулд ажил амралт, хоол ундаа зохицуулж биеийн эсэргүүцлээ сайжруулах хэрэгтэй.



Урьдчилан сэргийлэх үзлэгээр сүрьеэгийн халдвар авсан нь тогтоогдсон бол айж сандарч, сэтгэлээр унах хэрэггүй юм. Яагаад гэвэл, халдвар авсан бүх хүн сүрьеэгээр өвчилдөггүй зөвхөн 10% нь өвчилж, үлдсэн 90% нь насан туршдаа өвчлөхгүй байж болно гэдгийг бид дээр дурдсан билээ.

Хүүхдийг сүрьеэгээс урьдчилан сэргийлэх арга

Дэлхий дахинд хүүхдийг сүрьеэгээс урьдчилан сэргийлэх хүлээн зөвшөөрөгдсөн өвөрмөц арга бол **БЦЖ вакцин** юм.

→ БЦЖ вакцин тарих товлал

БЦЖ вакциныг 2 удаа тарина.

- 1. Шинээр төрсөн нярайд 24-48 цагийн дотор тарина.
- 2. 8 настайд тарина.



БЦЖ вакцин нь хоруу чанараа алдсан, дархлаа тогтоох чадвартай амьд нян агуулсан бэлдмэл юм. 1928 оноос эрдэмтдийн олон жилийн судалгааны үр дүнд БЦЖ вакцин нь ямар нэг хор нөлөөгүй болох нь тогтоогдсоны үндсэн дээр сүрьеэ өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх зорилгоор хэрэглэх болжээ.



Хүүхдийг вакцинд хамруулснаар тэднийг үхэлд хүргэдэг сүрьеэгийн хүнд хэлбэрүүдээс найдвартай хамгаалж чадна.



Сүрьеэгийн вакцин хийлгэсэн хүүхдүүдийн цөөнх нь хоол тэжээлийн дутагдал болон тэдний биеийн эсэргүүцэл суларснаар сүрьеэгийн халдвар авч, сүрьеэгээр өвчилж болох боловч зөвхөн хөнгөн хэлбэрийн сүрьеэгээр өвчилнө.

БЦЖ вакциныг мэргэшсэн сувилагч тарина.

Вакцинд бүх хүүхэд хамрагдах ёстой ч тодорхой хориглох заалтаар тарихгүй байх тохиолдол байдаг. Хориглох заалт арилсны дараа өрхийн эмчийн зааврын дагуу нөхөн вакцинжуулалт хийнэ.



БЦЖ вакцин тарьсны дараа тухайн хэсэг газарт өвөрмөц урвал явагдаж, эхлээд гүвдрцү цүснэ. Энэ нь идээт цэврцү болох ба дараа нь цэврцү өөрөө хагарч шархлаа цүснэ. Шархлаан дээр тав тогтож, тав нь унаснаар хонхорхойдуу дугуй цагаан сорви цүснэ. Энэ бол хүүхдийн бие махбодид сүрьеэгийн эсрэг дархлаа тогтож байгаагийн илрэл юм шүү. Иймээс цэврцүг хагалах, эм түрхэх, боолт хийх зэргээр оролдож болохгүй гэдгийг эцэг эхчүүддээ захиж байна.

Сүрьеэ өвчний үед илрэх шинж тэмдгүүд



Халуурах



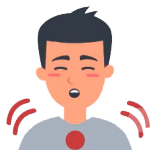
Хөлрөх



Ханиалгах



Амьсгаадах



Цээжээр
өвдөх



Турах



Ядрах,
сультдах



Хоёр долоо хоногоос дээш хугацаагаар **ханиалгах** нь уушгинд эмгэг өөрчлөлт үүсэж байгааг харуулж байгаа юм. Үүний шалтгаан нь сүрьеэ өвчин байж магадгүй тул эмчид яаралтай хандах хэрэгтэй.



Сүрьеэ өвчний үед биеийн халуун бага зэрэг нэмэгддэг. **Халуурах** үед биеийн халуун 37.2-37.8 хэм байх ба хүмүүс халуун нэмэгдэхийг олон янзаар мэдэрдэг юм. Жишээ нь, зарим хүнд ямар ч зовиур илэрдэггүй учраас халууны шилний үзүүлэлтэнд итгэдэггүй байх, зарим нь биеийн халуун маш бага нэмэгдэж байхад ядарч сульдан хэвтэрт ордог байна.

Сүрьеэгээр өвчилж эхлэх үед биеийн халуун бага зэрэг нэмэгдэх нь биеийн ерөнхий байдалд нөлөөлдөггүй. Харин ч эсрэгээр хуурамчаар хүч тэнхээ өгдөг (энэ байдлыг эйфори гэж нэрлэдэг). Хуурамч хүч тэнхээтэй байдал нь хүн өөрийнхөө жинхэнэ байдлыг мэдрэхэд саад болдог учир оношилгоо, эмчилгээ хожимддог.



Иймд шалтгаангүйгээр халуурах буюу таны бие жаахан сульдаж эвгүйрхвэл, сугандаа халууны шил 5-10 минутын хугацаатай хийж халуунаа үзээрэй. Энэ байдал хэд хоног давтагдвал эмчид хандаж, шалтгаанаа тогтоолгох шаардлагатай.



Ядрах, сульдах

Ямар нэг биеийн хүчний ажил, ачаалалтай холбоогүйгээр **ядрах, сульдах** нь олон хоногоор үргэлжилбэл аливаа нэг өвчний шинж тэмдэг гэж ойлгож болно. Энэ бол хүний бие өөрөө сануулга өгч байгаа дохио юм шүү.



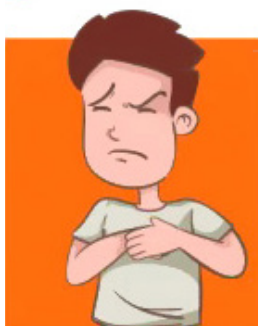
Турах

Сүрьеэ өвчний үед ердийн тогтмол иддэг хоол, хүнсээ хэрэглэж байвч **турж биеийн жин буурах** шинж илэрдэг байна. Биеийн жин буурч байгааг жин дээр зогсолгүй мэдэж болно. Мэдээж, энэ бол таардаг байсан хувцаснууд томддог болно шүү дээ. Турж байна гэдэг бол өвчин идэвхжиж дайралт хийж эхэлж байгаагийн шинж юм.



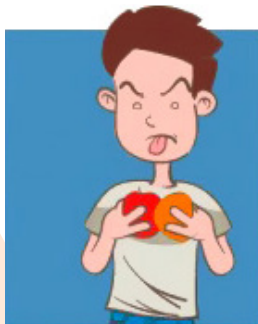
Холрөх

Зуны бие нозоором халуун өдөр **холрөх** нь хэвийн үзэгдэл. Харин шөнө унтаж байхдаа шалтгаангүйгээр холрөөд байвал эмчид яаралтай очоорой. Эмчид хэдийчинээ хурдан очно, төдийчинээ таны эрүүл мэндэд тустай байх болно.



Цээжээр өвдөх

Өвчин тусахад заавал ямар нэг өвдөлт мэдрэгдэнэ. Уушгины сүрьеэгийн үед эхэндээ ямар ч өвдөлт мэдрэгддэггүй нь энэ өвчин ямар хорон гэдгийг илтгэж байгаа юм. Өвдөлт мэдрэгдэхгүй тул хүн өөрийгөө эрүүл хэмээн бодож, ажил хөдөлмөрөө хийсээр байдаг. Хэрэв **цээжээр өвдөж** байвал сүрьеэ өвчин даамжирч хүндэрсэн байгааг харуулна.



Амьсгаадах

Уушгины сүрьеэ өвчин даамжирч хүндэрсэн үед **амьсгаадах** шинж илэрдэг. Гэхдээ өөр олон өвчний үед энэ шинж илрэх тул эмчид хандан оношоо зөв тогтоолгох хэрэгтэй.

Сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээний тухай



Мэргэжлийн эмчид үзүүлж, шинжилгээ хийлгээд сүрьеэ гэж оношлогдсон бол айж сандарч, ичиж нэрэлхэлгүйгээр эмчилгээ хийлгэх нь хамгийн зөв алхам болдог. Энэ өвчин нь эмчилгээг эмийн зааврын дагуу хяналттай, тасралтгүй хийлгэсэн тохиолдолд эдгэрнэ.

Сүрьеэ өвчний эсрэг эмчилгээг хоёр үе шаттай хийдэг.

1 Эрчимт эмчилгээний шат.
Энэ шатанд сүрьеэгээр өвчилсөн хүн 3-5 төрлийн эмийг хоёр сарын хугацаанд хэрэглэнэ. Хэрэв эмчилгээг эмчийн заавраар хяналттай, тасралтгүй хийлгэсэн бол уушгины халдвартай хэлбэрийн сүрьеэгээр өвчилсөн хүмүүсийн 90% нь энэ хугацаанд халдвар ялгаруулахаа больдог.

2 Үргэлжлэх шатны эмчилгээ.
Энэ шатанд 2 төрлийн эмийг 4-6 сарын хугацаанд хэрэглэнэ. Учир нь эмийн ариутгах үйлчилгээ нь сүрьеэгийн үлдсэн нянг устгаж, дахихаас сэргийлнэ.

Сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээний онцлог

Эмчилгээг шууд хяналттай хийдэгт оршино. Энэ нь сүрьеэгээр өвчилсөн хүн эмч, эмнэлгийн ажилтны дэргэд эмээ уухыг хэлнэ. Эдгээр хүмүүст туслах зорилгоор эрүүл мэндийн сайн дурын ажилтнууд гүйцэтгэдэг.



Ингэснээр сүрьеэгийн эсрэг эмийг тохирох тунгаар, зохих хугацаанд нь тасралтгүй, тогтмол уухын баталгаа болж өгдөг юм. Учир нь сүрьеэтэй өвчтөний эмчилгээ нь удаан хугацаагаар үргэлжлэх шаардлагатай боловч ихэнх хүмүүс эмээ өдөр бүр тогтмол ууж чаддаггүй.



Мөн сүрьеэгээр өвчилсөн хүн эмчилгээний эхний үед эмээ эрчимтэй ууж байснаа өөрт мэдэгдэх зовиур алга болох үед эдгэрчихлээ гэж бодоод эмээ уухаа больчихдог. Гэвч үнэн хэрэгтээ энэ бол зөвхөн нянгийн идэвхтэй байдлыг дарж байгаа эмийн үйлдлийн эхний нөлөө юм.





Хэрэв эмчилгээг цаашид тасралтгүй үргэлжлүүлбэл сүрьеэ өвчин эдгэрнэ. Харин эмийн үйлдлийн эхний нөлөөнд хууртан эмчилгээг дутуу орхивол сүрьеэгийн нянгууд нь эмэндээ дасаад зогсохгүй, тодорхой хугацааны дараа өвчин хүндэрч дахина.

Энэ үед хэдийгээр эмчилгээг тогтмол, тасралтгүй эмчийн хяналтанд уусан ч нян эмэндээ дассанаас эмчилгээ нь үр дүнгүй болж, улмаар тэр хүний эрүүл мэнд, амь насанд аюул учирч болзошгүй тул сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээг зааврын дагуу хяналттай, тасралтгүй хийлгэж энэ өвчнөөс бүрэн ангижрах хэрэгтэй.



Богино хугацааны шууд хяналттай эмчилгээ нь сүрьеэтэй өвчтөнийг эдгэрцүлж, эмэнд дасалтай сүрьеэгээс урьдчилан сэргийлж чадна.

Сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээг өдөр бүр, хяналттай ууснаар:

- ✓ Сүрьеэ өвчин бүрэн эдгэнэ.
- ✓ Сүрьеэгийн улмаас нас барах, сүрьеэгийн хожмын хүндрэлээс сэргийлнэ.
- ✓ Өвчин дахихаас сэргийлнэ.
- ✓ Сүрьеэгээр өвчилсөн хүний гэр бүлийн гишүүд болон ойр дотны бусад хүмүүст халдвар тархахаас сэргийлнэ.
- ✓ Эмэнд дасалтай сүрьеэ үүсэхээс сэргийлэх зэрэг ач холбогдолтой байдаг.

Эрчимт эмчилгээний шатанд сүрьеэгийн клиникт хэвтэн эмчлүүлэх нь эмчилгээний үр дүнд сайнаар нөлөөх төдийгүй гэр бүл, ойр дотны хүмүүстээ халдвар тараахгүй байх арга юм.

Эмнэлэгт хэвтэн эмчлүүлсний дараа үргэлжлэх шатны эмчилгээг харьяа аймаг, дүүргийн сүрьеэгийн диспансерийн хяналтанд хийлгэнэ.

Үргэлжлэх шатны эмчилгээний эмийг эмчлүүлэгчийн харьяа сүрьеэгийн диспансераас олгох боловч сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээний шууд хяналт нь тасралтгүй үргэлжлэх ёстой байдаг. Үүний тулд өдөр бүр сүрьеэгийн диспансерт очиж, эмч эмнэлгийн ажилтны дэргэд эмээ уух, эсвэл эрүүл мэндийн сайн дурын ажилтнаар өдөр бүр гэртээ эмээ хүргүүлэн уух, мөн өдөрт нэг удаа өдрийн хоол идэж, эм уух гэсэн эмчилгээний хэлбэрүүдийн аль нэгийг сонгож эмчилгээг тасралтгүй, хяналттайгаар үргэлжлүүлнэ.

Эмчилгээний үр дүн буюу эдгэрэлт...



*Эмчилгээг шууд хяналттайгаар, тасралтгүй
бүрэн хийлгэвэл сүрьеэ эдгэрдэг өвчин.*

Сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээний үр дүнгийн талаар эмч мэргэжилтэнүүдийн хийсэн судалгаанаас харахад, эмчилгээг хяналтгүй хийвэл 60% нь эдгэрч, үлдсэн 40%-д нь эмчилгээ үр дүнгүй болдог байна.

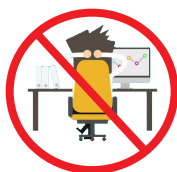
Харин эмчилгээг шууд хяналттай хийлгэсэн тохиолдолд 90 орчим хувь нь бүрэн эдгэрдэг байна.

Сүрьеэгийн эсрэг эмнүүд гаж нөлөөтэй юу?

Сүрьеэгийн эсрэг эм ууж буй хүмүүст эдгээр эмүүд ямар нэгэн гаж нөлөө үзүүлдэггүй. Гэвч эмчилгээний явцад зарим хүмүүст дараах шинжүүд илэрвэл сүрьеэгийн диспансерийн эмчид хандаж зөвлөгөө аваарай.

- ☹ Хоолонд дургүй болох,
- ☹ Бөөлжих,
- ☹ 3 хоногоос дээш хугацаагаар халуурах,
- ☹ Гар, хуруу чичрэх,
- ☹ Арьс загатнах, тууралт гарах,
- ☹ Толгой эргэх,
- ☹ Чих шуугих,
- ☹ Нүдний хараа муудах, нүд бүрэлзэх,
- ☹ Сонсгол муудах гм.

Эмчилгээ хийлгэж байх үед хориглох зүйл бий юу?



Халдвар ялгаруулж байгаа үед ямар ч ажил хийхийг хориглодог боловч эмчлүүлээд нэгэнт эрүүл болсон үед урьд нь хийж байсан ажлаа үргэлжлүүлж болно. Гэхдээ тоос шороотой, чийгтэй, хүйтэн нөхцөлд удаан хугацаагаар ажиллах, жирэмслэхэд сүрьеэ өвчин дахин сэдэрч магадгүй юм.



Ямар нэг шалтгаанаар эмчилгээ тасарвал эмийн үйлчлэх үр дүнг багасгах сөрөг үр дагавартай гэдгийг анхаарах нь зүйтэй.



Эмчилгээний явцад архи уувал эмийн гаж нөлөө илэрч болно. Мөн архины нөлөөгөөр бүрэн эмчлэгдэх боломжоо алдаж болох талтай.



Тамхи татах нь эрүүл хүний биед ч хортой байдаг тул ядарч сульдсан уушгаа улам хордуулах хэрэггүй л болов уу.



Сүрьеэгээр өвдсөн хүний гэр бүлийн гишүүдийн баримтлах дэглэм

Гэр бүлийн бүх гишүүд
урьдчилан сэргийлэх
цэцэгт хамрагдах

Долоо хоногт 2 цагаас
доошгүй хугацаанд цэвэр
агаарт буюу нарны шууд
гэрэлд байх

Ажил, амралтыг
зохицуулах

Байр, орон сууцандаа
тогтмол агаар оруулж
байх

Амин дэм, тэжээллэг
сайтай хоол хүнс
хэрэглэх

Архи, тамхи хэрэглэхгүй
байх

Өвчтөний цэр, нусыг ил
задгай хаяхгүй байх