

# 24 marca ŚWIATOWY DZIEŃ GRUŻLICY



Zjednoczmy się, by zwalczyć gruźlicę

**24 marca** - święto obchodzone corocznie. Dzień wyznaczony przez **Światowe Zgromadzenie WHO w rocznicę poinformowania świata nauki o wyizolowaniu prątka Gruźlicy przez Roberta Kocha w 1882 r.** Obchody mają na celu podnieść świadomość społeczeństwa na temat światowej epidemii gruźlicy i zwiększyć wysiłki w celu jej wyeliminowania. Gruźlica jest chorobą zakaźną, która jest wywoływana przez bakterie – prątki gruźlicy, przenoszona drogą kropelkową. Źródłem zakażenia jest chory prątkujący. Do zakażenia najczęściej dochodzi podczas kaszlu, kichania, odrzuktuszania (odpluwania), głośnego śmiechu, mówienia – wydalane są prątki wraz z kropelkami śliny. Jeden chory prątkujący nie leczony zakaża w ciągu roku średnio od 10 do 15 osób. Bardzo rzadko do zakażenia dochodzi drogą pokarmową, poprzez spożycie produktów żywnościowych zawierających prątki. Najczęściej źródłem zakażenia jest surowe mleko i jego przetwory. W Polsce takie niebezpieczeństwo jest znikome, gdyż gruźlica była występuje incydentalnie. Ponad 1/3 ludzkiej populacji jest lub była w przeszłości narażona na działanie prątków gruźlicy. Choroba rozwija się u około 10% osób, pozostałe osoby mogą być nosicielami. Prątki pozostają w organizmie w stanie uśpionym pod czujnym nadzorem sił odpornościowych organizmu. Przyczyną przerwania tej swoistej równowagi między prątkiem a ustrojem jest osłabienie organizmu. Wzrost liczby osób zarażonych wirusem HIV i załamanie się kontroli nad gruźlicą spowodowało odrodzenie się gruźlicy. Pojawienie się lekoopornych form bakterii również przyczyniło się do rozszerzenia światowej epidemii.

**Prątek atakuje wszystkie narządy i tkanki ludzkiego organizmu wywołując zmiany chorobowe. Płuca są najczęstszym miejscem, do którego dostaje się prątek gruźlicy- prowadzi wówczas do rozwoju gruźlicy płuc. Specyficzną odmianą choroby jest gruźlica wielolekooporna, w której stwierdza się oporność drobnoustrojów na co najmniej dwa najważniejsze leki stosowane w leczeniu skojarzonym.**

**Czynnikiem zewnętrznym osłabiającym organizm jest:**

- ludzka nędza czyli niedożywienie,
- złe warunki mieszkaniowe,
- złe warunki sanitarne.

**Czynnikiem sprzyjającym zakażeniu gruźlicą jest przemęczenie i nieprawidłowe odżywianie.**

## **Jak nie można zarazić się gruźlicą?**

Gruźlicą nie zarazisz się przez podanie ręki oraz gdy przestrzegasz zasad higieny. Prątek gruźlicy jest bardzo wrażliwy na działanie promieniowania ultrafioletowego. Światło słoneczne, wysoka temperatura (gotowanie, pasteryzowanie) powoduje szybkie zabicie prątków. **Osoba, która prowadzi zdrowy styl życia czyli prawidłowo się odżywia, odpoczywa i wysypia, ćwiczy oraz unika używek znajduje się w grupie o niższym ryzyku zachorowania na gruźlicę.**

## **Kto jest narażony na zachorowanie na gruźlicę?**

W grupie osób wysokiego ryzyka zachorowania na gruźlicę są:

- 
- dzieci pomiędzy 10 a 15 rokiem życia,
  - osoby starsze,
  - niedożywione lub często odchudzające się,
  - nadużywające alkoholu,
  - zażywające narkotyki,
  - diabetycy,
  - chorujące na chorobę wrzodową żołądka i dwunastnicy,
  - palące papierosy i bezdomni.

**Ryzyko zakażenia wynosi 50%, gdy przebywasz w pomieszczeniu zamkniętym z osobą prątkującą przez 8 godzin dziennie.**

**Więcej informacji na :<http://gis.gov.pl/zdrowie/choroby-zakazne/256-gruzlica>**