

# СҮРЬЕЭ ба ТА

ТВPEOPLE

СҮРЬЕГИЙН ТУХАЙ ЦУУ  
#



## ӨВЧТӨНӨӨС ӨВЧТӨНД

Та юу туулахыг бид мэднэ.  
Харин одоо: сүрьеэ өвчин эдгэрдэг  
гэдгийг санаж байгаарай.  
Энэ бол хамгийн чухал зүйл юм.

ЛИЛЛИ ТҮНШЛЭЛ

2020

# СҮРЬЕЭ ба ТА

ӨВЧТӨНӨӨС ӨВЧТӨНД

## ТОВЧЛОЛУУДЫН ЖАГСААЛТ

- С** – Сүрьеэ өвчин
- СМБ** – Сүрьеэгийн микобактери
- БК (+)** – Нян ялгаруулдаг
- БК (-)** – Нян ялгаруулдаггүй
- ЭТ** – Эмэнд тэсвэртэй
- ОЭТ** – Олон эмэнд тэсвэртэй
- ЭХТ** – Эмэнд хэт тэсвэртэй
- ХДХВ** – Хүний дархлал хомсдолын вирус
- ДЭМБ** – Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Байгууллага
- МРТ** – Соронзон-үелзлэлийн томографи
- ПГУ** – Полимеразын гинжин урвал
- РВЭ** – Ретровирусын эсрэг

## АГУУЛГА

### I Сайн уу?

5 Сүрьеэгийн тухай цуу ярианууд

### II Сүрьеэ ба Та

7 Одоо яах бол?

7 Сүрьеэ гэж ямар өвчин юм бэ?

9 Сүрьеэ яаж тархдаг вэ?

11 Би ямар сүрьеэгээр өвчилсөн юм бол?

13 Уушгины сүрьеэ болон “халдваргүй” хэлбэрийг хэрхэн оношлох вэ?

16 Сүрьеэг хэрхэн эмчилдэг вэ?

16 Эмнээс үүдэлтэй гаж урвал илэрвэл яах вэ?

19 **Сүрьеэгийн** мэс заслын эмчилгээ

22 **Сүрьеэ/ХДХВ**

### III Сүрьеэгийн диспансер, эмнэлэг болон гэр орондоо

25 Сүрьеэгийн амбулаторийн эмчилгээний загвар

28 Гэрээр эмчлүүлэх

28 Эмнэлэгт хэвтэж эмчлэх

### IV Эмч та хоёр

30 Эмчтэйгээ харьцах

33 Сэтгэл зүйч – таны хоёр дахь эмч

### V Та болон ойр дотныхон тань

37 Гэр бүлийнхэн, найз нөхөдтэйгээ харьцах нь

40 Эмнэлэгт таныг яаж эргэж очих вэ?

40 Ойр дотныхоноо хэрхэн хамгаалах вэ: сүрьеэгээс урьдчилан сэргийлэх

41 Сүрьеэгийн далд халдвар гэж юу вэ?

43 Сүрьеэгийн шинж тэмдэгүүд

44 Далд халдварыг оношлох

46 Урьдчилан сэргийлэлт (сүрьеэгийн далд халдварыг эмчлэх)

46 Өрөө тасалгааг ариутгах

### VI Өөрийн эрхээ хэрхэн хамгаалах вэ?

47 Таны заавал санаж явах ёстой гурван гол зүйл

48 Сүрьеэгийн тухай мэдээллийг хэрхэн хайж, яаж өөрийгөө хохироохгүй байж болох вэ?

### VII Эдгэрсний дараа

52 Өдөр тутмын хэвийн амьдралдаа буцан орох

## САЙН УУ?

Та, эсвэл таны ойрын хэн нэгэн сүрьеэгээр өвчилсөн учраас энэ товхимол таны гарт очсон байж болох юм. Та юу мэдэрч буйг би мэднэ, дэмжлэг ямар их хэрэгтэй байгааг тань бас ойлгож байна. Би үүнийг өөрөө даван туулж гарсан.

Намайг Полина гэдэг, би сүрьеэгээр өвчлөөд эдгэрсэн юм. Эмнэлэгт удаан хугацаагаар хэвтэн эмчлүүлж, амьд явахын төлөө тэмцэж, мөн бусад өвчтөн өөрсдийнхөө төлөө хэрхэн тэмцэж байгааг харсан.

Хүмүүс энэ өвчний талаар чөлөөтэй ярихаас эмээдэг, эмнэлэгт хэвтэж байхдаа энэ бүхнийг би өөрчлөхөөр шийдсэн юм. Энэ өвчний талаар бид бүхэн дуугүй яваад байх юм бол сүрьеэ өвчин улам бүр газар авах болно. Би зураач болохоор хамт эмчлүүлж байсан хүмүүсийн хөргийг зурдаг байлаа. Тэгээд эдгэрээд, эмнэлгээс өвчтөнүүдийн цуврал зурагтай болж гарсан. Эдгээр зургууд нь над шиг өвчилсөн хүмүүсийн түүхийг өгүүлдэг юм.

Ингэж миний **“АМЬСГАЛ, АМЬСГАЛАА ТҮГЖ”** хэмээх явуулын үзэсгэлэн бүтээх төсөл маань төрж, дэлхийгээр аялан, сүрьеэ өвчин бидний дунд энд, одоо ч байсаар байна гэдгийг орон орны хүмүүст хүргэж байна.

Өнөөдөр би сүрьеэгээр өвчилсөн хүмүүсийн **TBPEOPLE** нэгдэлийн идэвхтэн, гишүүн билээ. Гэхдээ саяханыг хүртэл би энэ өвчнийг даван туулж чадах эсэхээ, амьдрал намайг хаашаа хөтлөхийг төсөөлөхөд ч хэцүү байсан юм.

Өвчтэй байхад сүрьеэгийн тухай урт, эмнэлгийн үг хэллэгтэй зүйл унших надад хэцүү байсан. Үзэсгэлэнгээ гаргасны дараа сүрьеэ өвчинтэй тулгарч буй хүн бүрд зориулсан ойлгомжтой, зурагтай “хөтөч” гаргах гэж хүсэж байгаагаа би ойлгосон. Миний энэ санааг **Лилли Түншлэл\*** болон **TBPEOPLE** байгууллагууд дэмжсэн билээ.

Бүх зүйл миний хувьд сэтгэлчлэн бүтлээ. Тэрхүү “хөтөч” одоо таны гарт байна. Үүнийг бүхэлд нь сүрьеэгээр



\* Орос болон дэлхий дахинд эрүүл мэндийн хөтөлбөр хөгжүүлэх Лилли Түншлэл.

I өвчлөөд эдгэрсэн хүмүүс хийж бүтээсэн юм. Тэд бол эдгэрсэн өвчтөнүүд, би, **TBPEOPLE**-ийн миний найзууд. Бид эдгэрсэн, тээээд одоо танд туслахыг хүсч байна. Өвчнийхөө оношийг сонсоод юу мэдэрдэгийг; эмч юу хэлдэгийг, тасагт хамт эмчлүүлж байгаа өвчтөнүүд юу хэлэлцдэгийг; ойр дотны хүмүүс юу мэдэрч, найз нөхөд чинь юу боддогийг бид сайн мэдэж байна. Түүнчлэн сүрьеэ өвчтэй хүмүүсийг тойрсон ямар цуу яриа байдгийг бид мэднэ. Та юу даван туулахыг ч мэдэж байна.

Харин одоо: сүрьеэ өвчин эдгэрдэг гэдгийг л сайн санаж байгаарай.

Энэ л хамгийн чухал зүйл шүү.



### Сүрьеэгийн тухай цуу яриа

Сүрьеэгийн тухай цуу яриа, буруу ойлголтын талаар тэргүүлэх эмч, мэргэжилтнүүд тайлбарласныг энэ тэмдэгээр номын цааши хэсгүүдэд тэмдэглэх болно.

Өвчнийхээ оношийг анх сонсоод шууд л айдас төрдөг. Энэ нь хүн бүрт тохиолддог. **Айдас** нь мэдлэггүйгээс л үүсдэг: юутай тэмцэхээ мэдэж байвал тийм ч аймшигтай биш. Түүнчлэн: “чи эдгэрэхгүй ч байж магад”, “дахин дахин л өвчилнө”, “чиний амьдралын хэв маягаас л болж байгаа юм” гэх мэтийг ч сонсох болно... **Зорц!**

Товхимолд сүрьеэгийн тухай хамгийн өргөн тархсан 12 цуу яриаг оруулав. Бид олон орны сүрьеэтэй өвчтөнөөс эмнэлэг, диспансерт айдас хүрмээр ямар яриа сонсож байсныг асуусан юм. Тэгээд дэлхий дахинд нэр хүндтэй сүрьеэгийн шилдэг мэргэжилтнүүдээс энэхүү цуу яриаг засаж залруулж өгөхийг бид хүссэн юм. Сүрьеэ ямар өвчин болох, та юу хийж чадах, юу хийж болохгүйг яг тодорхой мэдэх болно.

Яагаад энэ бүхэн тийм чухал гэж?

Бүх зүйл **адлалтай** холбоотой юм.

**Адлах гэдэг нь нийгмээс хүнийг ялгаварлан гадуурхаж өгдөг “шошго”. Адлал нь хүмүүс бага мэддэг, эсвэл мэдэхээсээ айдаг зүйлийн талаарх урьдаас тааварласан алдаатай бодол юм. Үүнийгээ ил тодоор ярьдаггүй. Энэ нь бид болон бидний өвчнийг аалзны тор мэт ороосон бүруу хэвшмэл болсон ойлголтууд юм.**

Адлал айдасаас төрдөг.

Өнөөдөр сүрьеэ өвчин үнэхээр адлагдаж байна. Бид тавигдсан оношийхоо талаар нээлттэй ярихаас айж, нийгмийн зүгээс зэмлэл, тусгаарлахаас эмээдэг. Үүнтэй тэмцэх шаардлагатай, эс тэгвээс сүрьеэг ялах боломжгүй.

Сүрьеэгээс хэн ч хамгаалагдаагүй гэдгийг санаж байгаарай. Дархлаа нь суларсан хүн сүрьеэгээр өвчилдөг бөгөөд хэний ч дархлаа суларч болох юм.

### **Үл мэдэх**

Сүрьеэгийн  
талаар аль болох  
ихийг мэдэж авах

>

### **Айдас**

Зөв мэдээллийг  
бусдад хүргэх

>

### **Адлах**

Адлахыг үгүй  
хийх

Хэрэв та өвчнийхөө талаар хэн нэгэнд ярьсны төлөө өөрийг тань буруушаавал энэ товхимолыг уншуулаарай. Мөн та - товхимолын зохиогч бидэнд хандан бичсэн ч болно.

**Хэн ч адлуулан ганцаар үлдэх ёсгүй.**

## СҮРЬЕЭ БА ТА

### ОДОО ЯАХ БОЛ?

Өвчний оношоо мэдэж авлаа... Энэ үед бидний толгойд олон янзын бодол орж ирнэ: “За ингээд л дууслаа. Би үхэх болов уу?”, “Миний ойр дотны хүмүүс яах бол? Би тэднийгээ халдварлуулчихсан болов уу?” гэсэн айдсаас үгүйсгэж, үл итгэсэн: “би ийм өвчин тусах учиргүй, тэд ямар нэг юм будилуулав бололтой” гэх мэт бодол ч зурсхийнэ. Бид ч бас эдгээр асуултыг өөрсдөөсөө асууж байсан юм.

Хүмүүс оношоо мэдмэгцээ л энд тэндээс мэдээлэл цуглуулж эхэлдэг: гурван үгийн нэг нь л ойлгомжтой байдаг эрдэм шинжилгээний өгүүлэл, хэн нэг нь өвчилж байсан танил хүмүүсийн зөвлөгөө гэх мэт. Гэхдээ буруу ойлгосон, ташаа мэдээлэл нь огт мэдэхгүй байснаас ч илүү хор учруулж болдог.

### СҮРЬЕЭ ГЭЖ ЯМАР ӨВЧИН ЮМ БЭ?

Гол асуултанд шууд хариу өгье: та амьдрах болно - өнөө үед сүрьеэ эмчлэгддэг, бас эдгэрдэг өвчин болжээ. Эхлээд сүрьеэ чинь ямар шатанд, ямар хэлбэрээр байгааг мэдэхийн тулд шинжилгээ өгч, рентген зураг авахуулдаг. Харин одоо Та ямар өвчнөөр өвчилсөн болохыг дэс дараатай авч үзье.



Зураг дээр сүрьеэгийн микобактери буюу **Кохын савханцарыг** үзүүлжээ. Энэ нь өвчтэй хүн бүрийн биед байдаг. Микобактери нь сүрьеэ өвчний шалтгаан юм.

Сүрьеэ өвчин хүн төрөлхтөнийг түүхийн эхэн үеэс нь дагасан бөгөөд сүрьеэгийн нянг эртний фараоны шарилаас ч илрүүлсэн байдаг. Сүрьеэ нь олон жилийн турш хүмүүсийн үхлийн гол шалтгаан байсан бөгөөд түүнийг “цагаан тахал” гэж нэрлэдэг байжээ. Хүн төрөлхтөнд хэдэн мянган жилийн туршид энэ өвчнийг юу үүсгэдэг, түүнийг хэрхэн зогсоох вэ гэсэн асуулт тулгарсаар ирсэн. 1882 оны 3-р сарын 24-нд Роберт Кох хэмээх судлаач хэдэн зуун удаа оролдлого хийсний эцэст савханцар хэлбэртэй нянг олж илрүүлжээ. Тэгээд энэ нь сүрьеэ өвчин үүсгэдэг болохыг баталсан байна.



## Одоо бид мэддэг боллоо

**Сүрьеэ бол халдварт өвчин:** сүрьеэгийн микобактери хүний биед агаараар дамжин ороход бид халдварладаг. Халдвар авсан гэдэг нь өвчилнө гэсэн үг биш. Өвчин үүсгэгч нян хүний биед олон жилээр илрэхгүй байж чаддаг. Учир нь бидний бие махбодь дархлалын хүчирхэг тогтолцоотой билээ. Гэвч: сэтгэл санаа хямрах, ядрах, хоол унд тааруу, дутуу нойртой байнга явах, цаг уурын өөрчлөлт болон ХДХВ зэргээс болж дархлал хямардаг. Мөн өөр өвчнүүдийн үед хэрэглэдэг дархлаа дарангуйлах эмүүд бас нөлөөлнө. Дархлалын тогтолцоо нянгийн үржилтэй тэмцэж чадахгүй болсоноос өвчилдөг. Үүнд хүргэх үй олон шалтгаан байж болох юм. Сүрьеэ нь хүмүүсийн орлогын түвшин, амьдралын хэв маягаас хамаардаггүй.

Хамгийн гол нь: сүрьеэ өвчин хэнд ч тохиолдож болно.

## Эдгэрэхдээ л анхаарлаа төвлөрүүл

Ойрын үед юу хийгдэх вэ:

1. Нарийвчилсан онош тавина.
2. Та ямар төрлийн сүрьеэгээр өвчилсөнийг - сүрьеэгийн үндсэн эмүүдэд мэдрэг эсэхийг тодорхойлно.
3. Эмчилгээний горимыг сонгоно.
4. Эмчилгээг хаана хийх нь дээр болохыг сонгоно: эмнэлэгт (хэвтэн эмчлүүлэх) эсвэл гэртээ (амбулаторийн).



## СҮРЬЕЭ ЯАЖ ТАРХДАГ ВЭ?

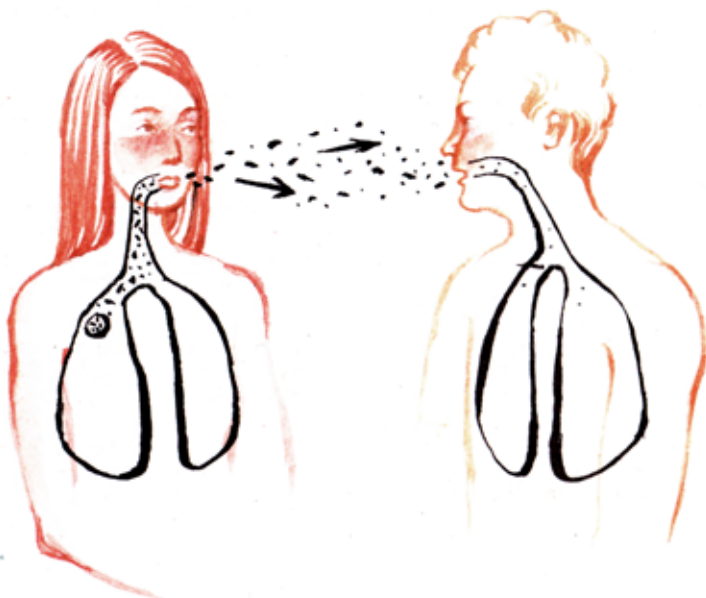
Сүрьеэ нь халдвартай агаараар дамждаг. Халдварын эх уурхай нь эмчилгээ хийлгээгүй, уушгины сүрьеэтэй өвчтөн байдаг. Өвчтөн найтаах, ханиалгах үед Кохын савханцар агуулсан жижиг хэсгүүд (аэрозол) агаарт цацагддаг.

Эдгээр хэсгүүд агаарт удаан хугацаагаар хадгалагддаг. Агааржуулалт муутай өрөө тасалгаан дахь бохирдсон агаараар эрүүл хүн амьсгалж болох юм. Халдвартай хэсгүүд уушгины гүн рүү орж халдварлуулах бөгөөд дархлаа нь суларсан үед эсвэл халдварын эх уурхайтай удаан хугацаанд ойрын хавьталтай байвал өвчилж болно.

Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Байгууллагын (ДЭМБ) мэдээгээр дэлхийн нийт хүн амын гуравны нэг нь сүрьеэгийн халдвар авсан боловч эдгээр хүмүүсийн 10% орчим нь л өвчилдөг аж.

**Гар барих, шүдний сойзоо хамтран хэрэглэх, ор дэрний хэрэглэл болон сүрьеэтэй өвчтөний аяга тавгийг хэрэглэхэд сүрьеэ дамжин халдварлахгүй.**

Энэ тухай манай анхны цуу ярианд дэлгэрэнгүй толилуулья.



## Сүрьеэ нь өвчтөний хэрэглэж байсан гэр ахуйн хэрэгсэл, хувцас, техникийн хэрэгсэл, ном болон бусад зүйлээр ахуйн замаар дамжин халдварлана.

Энэ нь худлаа гэдгийг аль хэдийнээ нотолсон юм. Гэсэн хэдий ч диспансер, эмнэлгүүдэд одоо ч хүртэл ингэж ярьсаар байна. Хэн нэгнийг халдварлуулахаас, эсвэл халдвар авахаас айсандаа л тэр байх. Энэ тухай доктор **Майкл Рич** маш ойлгомжтой тайлбарлаж өгсөн:

Бараг бүх төрлийн сүрьеэ нь үл үзэгдэх жижиг хэсгүүдээр дамждаг. Ханиалгах үед бид эргэн тойрондоо олон тооны нян тараадаг. Хүн амьсгал авах үед нэг ширхэг нян орвол тэр нь уушгинд суурьшихгүй бөгөөд амьсгал гаргах үед буцаад гарах юмуу зүгээр л устаж үгүй болдог. Хэрэв **сүрьеэгийн нянгийн тоо** хэт их байвал амьсгалах

**Майкл Рич (MICHAEL RICH) – АНУ-ын “ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ТӨЛӨӨ ТҮНШҮҮД” олон улсын байгууллагын олон эмэнд тэсвэртэй сүрьеэгийн шинжээч-мэргэжилтэн, нийгмийн эрүүл мэндийн магистр.**

үед тэд хоолойн арын хананд бөөгнөрч, магадгүй та тэднийг залгиж, дараа нь ходоод юмуу гэдэс дотор устах болно. Тодорхой нөхцөл бүрдсэн тохиолдолд л халдвар авдаг: сүрьеэгийн нян агуулсан жижиг хэсгийн хэмжээ маш жижиг байвал амьсгалах үед нян уушгины гүнд, цулцанд нэвтэрсэнээр цаашид үржих боломжтой болдог. Гэхдээ энэ нь өвчний идэвхтэй хэлбэрт заавал хүргэнэ гэсэн үг биш юм.

Хэдийгээр сүрьеэтэй өвчтөний эд зүйлсийг хамтран хэрэглэснээр сүрьеэгийн халдвар авч болно гэж үздэг боловч бодит байдал дээр энэ нь бараг боломжгүй юм. Гадаргуу дээрх нян нь уушгинд орохоор маш жижиг хэмжээний хэсэг болж чаддаггүй.

Жишээлбэл, нянгууд арьс ч юмуу шалны тоосон дээр унасан үед агаарт хөөрөх боловч дахин маш жижиг хэмжээндээ хүрч чаддаггүй. “Зөв” хэсгүүд зөвхөн ханиалгах эсвэл уушгинаас агаар түлхэгдэх үед л үүсдэг.

Өвчтөн саяхан байсан өрөөнд орсон хүн сүрьеэгийн халдвар авч болно. Энэ нь ховор тохиолддог боловч агааржуулалт муутай өрөөнд боломжтой болдог. Хүн ханиалгахад үл үзэгдэх жижиг хэсгүүд агаарт цацагдаж тэр хүн гарсаны дараа халдвар агуулсан энэ хэсгүүд тухайн өрөөнд хэдэн цагийн турш агаарт байж болно. Өрөөний агааржуулалтыг олон удаа (цагт хэд хэдэн удаа) хийснээр өрөөг нянгаас цэвэрлэх боломжтой юм.

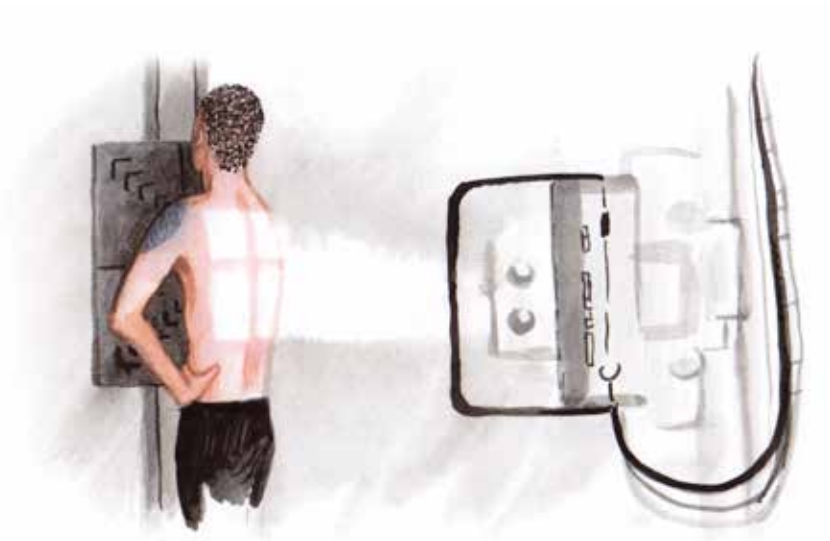
## БИ ЯМАР СҮРЬЕЭГЭЭР ӨВЧИЛСӨН ЮМ БОЛ?

Сүрьеэ нь уушгинд төдийгүй бусад ямар ч эрхтэнд нуугдаж байж болно. Бие махбодид “унтаа” байдлаар ч оршиж чаддаг. Антибиотикт мэдрэг эсвэл тэсвэртэй ч байж болно. Бидний гол зэвсэг бол зөв оношлогоо юм. Өвчинд хэр их эд эрхтэн өртсөнийг, хэр зэрэг халдвартай болохыг тодорхойлж, хэрхэн эмчлэхийг ойлгох хэрэгтэй.

### Бидний хийх зүйл:

#### 1. Зураг авахуулах

Уушгины сүрьеэг **флюорограф** юмуу **рентген шинжилгээний зургаар** ихэвчлэн илрүүлдэг. Өвчний улмаас үүссэн уушгины өөрчлөлт нь зураг дээр тодорхой харагддаг. Цээжний зурагт илэрдэг болох үед сүрьеэ нилээн хожуу шатанд орсон байдаг нь оношлогооны энэ аргын сул тал юм. Илүү дэвшилтэт арга болох **компьютерийн томографи (КТ)** өндөр нарийвчлалтай гурван хэмжээст дүрсийг өгдөг. Энэ нь өвчнийг сүрьеэгийн шинж тэмдэг байгаа ч бусад зурган дээр харагдахгүй байдаг эхний үе шатанд илрүүлэх боломж олгодог. Түүнчлэн **КТ** нь уушгины бус сүрьеэгийн зарим хэлбэрийг илрүүлэхэд тусалдаг.



## 2. Цэр. Өсгөвөрлөх шинжилгээ. “Халдвартай” ба “халдваргүй” хэлбэрүүд

Цэрийг хэд хэдэн аргаар шинжилдэг: микроскопын (бичил харуур) тусламжтай **сүрьеэгийн микобактери** байгаа эсэхийг шалгана, эсвэл өсгөвөрлөх шинжилгээ хийдэг. Өсгөвөрлөх шинжилгээ хийхдээ шинжилж буй материалыг тэжээлт орчинтой тусгай зориулалтын саванд хийж сүрьеэгийн микобактерийн өсөлт эхэлж байгаа эсэхийг хэдэн долоо хоног хүлээнэ. Нян өсгөвөрлөх арга нь маш их хугацаа шаарддаг ч сүрьеэгийн микобактери мөн гэдгийг баталгаатай хэлэх боломж олгодог. **БК (+)** товчлол нь нян ялгарч байгааг, **БК (-)** нь нян илрээгүйг тэмдэглэдэг. Нянгийн ялгарч буй хэмжээг 1-3 хүртэл (+) тэмдэгээр тэмдэглэдэг.



ӨВЧТӨНӨӨС

## 3. Эмэнд мэдрэг чанарыг тодорхойлох сорил. ОЭТ эсвэл ОЭТ биш

Сүрьеэгийн эсрэг хоёр үндсэн эм - **изониазид** ба **рифампицинд** тэсвэртэй бол **олон эмэнд тэсвэртэй сүрьеэ (ОЭТС)\*** гэдэг. Ийм сүрьеэтэй хүмүүсийг үндсэн эгнээний эмээр эмчлэхэд үр дүнгүй байдаг тул нөөцийн буюу II эгнээний эм шаардлагатай. Энэ эмчилгээг аль болохоор эрт, болж өгвөл өвчний бүр эхэн үеэс эхлэх нь хамгийн тохиромжтой юм.

\* [www.who.tnf/mediacentre/factsheets/fs104/ru](http://www.who.tnf/mediacentre/factsheets/fs104/ru)

ДЭМБ – эмэнд тэсвэртэй сүрьеэгийн тухай



Үүнд сүрьеэгийн микобактерийг илрүүлж сүрьеэгийн эсрэг үндсэн эмүүдийн мэдрэг чанарыг тодорхойлох молекул-генетикийн хурдавчилсан аргууд тус болдог. Энэ шинжилгээ нь хэдхэн цагийн дотор л сүрьеэгийн нянг илрүүлж сүрьеэгийн эсрэг үндсэн эм - рифампицинд мэдрэг чанарыг тодорхойлох боломж олгодог. Рифампицинд тэсвэртэй бол голдуу

изониазидэд ч мөн тэсвэртэй байдаг учраас энэ тохиолдолд эмчилгээний эхний өдрөөс л ОЭТС-ийн горимоор эмчлэх хэрэгтэй.

Эмэнд мэдрэг чанарыг тодорхойлох бүрэн шинжилгээ нь ОЭТС өвчтөнд чухам ямар эм хэрэгтэйг тодруулдаг. Үүнийг эмчилгээ эхлэхийн өмнө авсан сорьцоос тарьж ургуулдаг. Үндсэн эмээр эмчлэхэд эерэг өөрчлөлт гараагүй тохиолдолд дээрх шинжилгээг мөн хийдэг.

## УУШГИНЫ БУС СҮРЬЕЭ БОЛОН “ХАЛДВАРГҮЙ ХЭЛБЭР”-ИЙГ ХЭРХЭН ОНОШЛОХ ВЭ?

(Цэр гарахгүй, БК ялгарахгүй, зураг дээр юу ч илрэхгүй)?

Сүрьеэгийн “халдваргүй хэлбэр” болон уушгины бус сүрьеэг илрүүлж оношлохын тулд ашиглаж болох бүхий л аргыг хэрэглэдэг. Энэ нь өвчтөнөөс их тэсвэр тэвчээр, харин эмч нараас багагүй анхаарал шаарддаг. Жишээ нь, өвчтөнд сүрьеэгийн шинж тэмдэг илрээд, оношлогооны бүх аргаар шинжилж үзсэн ч онош тодорхойгүй байвал тухайн өвчтөнг сүрьеэгийн эмчилгээний жишиг горимын дагуу эмчилж болдог. Эмчилгээ үр дүнгээ өгвөл энэ нь сүрьеэ мөн байсан хэрэг. Гэхдээ өвчтөнд ингэж хандах нь “сүрьеэг хэт оношлох” аюулд хүргэж мэднэ. Иймээс үүнийг зөвхөн гарцаагүй болсон тохиолдолд л, жишээ нь ХДХВ-ийн халдвартай хүнд өвчтөнд хэрэглэдэг. Бусад тохиолдолд баталгаатай онош тавихыг хичээдэг (сүрьеэгийн нян илрүүлж, эсвэл морфологийн баталгаа гаргадаг).

Мөн түүнчлэн сүрьеэтэй төстэй шинж тэмдэгтэй өөр оношоор эмчлээд үр дүнд хүрэхгүй байгаа үед сүрьеэ байж болзошгүй гэж сэжиглэдэг. Жишээ нь, эмнэлэгт уушгины хатгалгаа гэсэн оноштой хэвтсэн өвчтөнг 10-20 хоног эмчлээд цээжний зураг авахад сайжрал байхгүй бол эмч түүнд сүрьеэ байж болзошгүй гэж үзэж болох юм. Маргаантай тохиолдолд **биопси** хийдэг - өвчний голомтын эдээс авч шинжилдэг. Уушгины бус сүрьеэг оношлох нь төвөгтэй - олон шинжилгээ (**компьютерийн томографи, хэт авианы шинжилгээ, МРТ** г.м) хийх болдог.

Сүрьеэгийн нянг илрүүлэх орчин үеийн оношлогооны дэвшилтэт бүх аргыг: **шингэн орчинд тарьж үргүүлэх, ПГУ** зэргийг хэрэглэдэг. Сүрьеэ гэж сэжиглэсэн үед авч болох бүх материал, эд эсийг (шээс, хатгалтын болон биопси сорьцууд) шинжилж, өвчин үүсгэгчийг илрүүлэхийг хичээдэг. Ингэж шинжлээд сүрьеэгийн нянг илрүүлбэл түүний эмэнд мэдрэг чанарыг тодорхойлдог.

СҮРЬЕГИЙН ТУХАЙ ЦУГЛУУЛАХ  
2

## Гэнэт л БК+ гарвал лабораторид хариуг будлиулсан байж болно

**Светлана Долту** эмч ийн ярьж байна:

Өвчтөнөөс цэрний сорьц цуглуулах, түрхэц боловсруулах техник ажиллагааны явцад лабораторийн нөхцөлд халдварлагдах, өвчтөний анкетын өгөгдлүүдэд алдаа гарах боломжгүй. Цэр цуглуулах явц эмнэлгийн ажилтнуудын хяналтан дор явагддаг. Цэр цуглуулах савны хаяглалтанд өвчтөний өгөгдлүүд, сорьц авсан огноо, шинжилгээний төрлийг зааж, тусгай дагалдах хуудас бөгөлдөг.

Лабораторийн шинжилгээг (түрхэц бэлтгэх) мэргэжсэн ажилтан био-хамгаалалттай тусгай шүүгээнд хийдэг учир ажлын байранд халдвар тархах ямар ч боломжгүй. Эмгэг материалыг бэлтгэж, боловсруулахад сүрьеэгийн нянг хөдөлгөөнгүй болгодог (“устгадаг”) химийн бодис ашигладаг. Түрхэц бэлэн болоход улаан өнгөтэй болдог. Иймээс лабораторийн нөхцөлд “нэг сорьцоос нөгөөд тархах” боломжгүй.

**Светлана Долту –**

**Молдовын АFI төрийн бус байгууллагын сүрьеэ-уушгины эмч, нийгмийн эрүүл мэндийн магистр.**



**Григорий Волченков** эмч ярьж байна:

**Григорий Волченков – Владимир хотын сүрьеэ, уушгины төрөлжсөн тусламж үзүүлэх төвийн ерөнхий эмч, Оросын STOP TB PARTNERSHIP-ын дэргэдэх END TB TRANSMISSION INITIATIVE-ын орлогч дарга**

Оношийг эмнэл зүйн шинж тэмдэг, рентген болон нян судлалын аргаар баталгаажуулах ёстой. Молекул-генетикийн болон өсгөвөрийн арга хэрэглэсэн нян судлалын баталгаа илүү чухал байдаг. Үүгээр хатуу болон шингэн тэжээлт орчинд тарьж ургуулсан сүрьеэгийн үүсгэгч - MYCOBACTERIUM TUBERCULOSIS-ыг илрүүлдэг. Нян судлалын янз бүрийн аргыг давхар ашигласанаар лабораторийн шинжилгээний хуурамч-ээрэг (алдаатай) дүгнэлт гарах бараг боломжгүй болжээ.



## **СҮРЬЕЭГ ХЭРХЭН ЭМЧИЛДЭГ ВЭ?**

Бүх төрлийн шинжилгээ дуусахад биднийг хэр удаан эмчлэх нь тодорхой болно. Үндсэн эмчилгээ нь **нянгийн эсрэг хими эмчилгээ** байдаг. Бэлдмэлүүдийг зөв хэрэглэсэн бол хэдэн долоо хоног өнгөрөхөд л чи өөрийн ойр дотныхондоо аюулгүй болчихно.

Антибиотикуудад тэсвэргүй, ердийн сүрьеэг (мэдрэг гэгддэг) нэг дэх эгнээний: **рифампицин, изониазид, пиразинамид, этамбутол** гэсэн дөрвөн эмээр эмчилдэг. Энэ тохиолдолд эмчилгээ 6-8 сар үргэлжилдэг.

Харин шинжилгээгээр эмэнд тэсвэртэй сүрьеэ хэмээн тогтоосон бол илүү төвөгтэй эмчилгээ хийдэг. Эмчилгээнд өргөн хэрэглээний



антибиотикууд болон тарианы бэлдмэлүүдийг ашиглана. Эмчлэх хугацаа нь өвчний байдлаас шалтгаалж 1-2 жил үргэлжилнэ. **ОЭТ** болон **ЭХТ** гэж ангилдаг.

**ОЭТ** – олон эмэнд тэсвэртэй: сүрьеэ нь рифампицин ба изониазидэд тэсвэртэй. **ЭХТ-С** (эмэнд хэт тэсвэртэй сүрьеэ) – дээрх хоёр эмэнд төдийгүй нөөцийн үндсэн бэлдмэл болох - **фторхинолон** ба **тарианы бэлдмэл** ч тэсвэртэй гэсэн үг.

## ЭМНЭЭС ҮҮДЭЛТЭЙ ГАЖ УРВАЛ ИЛЭРВЭЛ ЯАХ ВЭ?

Ихэнх гаж урвалын үед дагалдах эмчилгээ: **бөөлжилтийн эсрэг, булчин сулруулах, ферментүүд, тайвшруулах** зэрэг нь тус болдог. Хэрэв эмч чинь гаж урвалыг хүнд гэж үзвэл эмчилгээнд хэрэглэж буй эм бэлдмэлүүдийг солих буюу тун хэмжээг өөрчилж болно. Энд хамгийн гол нь эмчилж буй эмчдээ итгэж хамтран ажиллах хэрэгтэй. Эмчдээ өөрт мэдрэгдсэн бүхий л таагүй мэдрэмжийг хэлж ярьж бай. Харамсалтай нь зарим гаж урвалыг бүрэн арилгах боломжгүй байдаг. Гэхдээ өөртөө болон тухайн нөхцөл байдалд тохируулан бодож олсон төвөгтэй бус дасгал хөдөлгөөн, өдрийн дэглэмээр гаж урвалтай дасан зохицож болдог. Жишээ нь: **ОЭТ** ба **ЭХТ** сүрьеэгээр өвчилсөн хүмүүс хамгийн таагүй эм бэлдмэлээ нойрсохын өмнө уувал зүгээр байдаг. Хэдийгээр эмийг өлөн байхдаа уу гэдэг ч заримыг нь хоолны дараа юмуу жаахан зууш ч атугай идсэний дараа ууж болно. Ингэх нь байдлыг бас гайгүй болгодог. Тэгсээр цаг хугацаа өнгөрөхөд бидний бие махбодь эм бэлдмэлдээ дасаж зарим гаж урвалаа анзаарахаа ч больчихно доо.

### Өөртөө яаж өөрөөр туслаж болох вэ?

Эм бэлдмэлээ зөв хэрэглэх төдийгүй бүрэн дүүрэн хооллох нь чухал. Хааяа, ялангуяа эхэн үед хоол гэж бодохоос дотор муухайрч мэднэ. Гэвч идмээргүй байсан ч заавал идэх хэрэгтэй. Учир нь өвчнөө давж туулахын тулд бие махбодид чинь хүч тэнхээ хэрэгтэй. Тооцоотой тэнцвэртэй хооллохтун. Хоол хүнсний орцонд самар, шош, аарц, ээдэм, цөцгийн тос, мах, загас өндөг зэрэг уургаар баялаг бүтээгдэхүүн зонхилох ёстой.

Мөн түүнчлэн өдөр бүр цэвэр агаарт зугаалж бай. Халуун (хэрэв байсан бол) намдмагц тэнхээ тамир орно, иймээс аль болох гадаа цэвэр агаарт нарны гэрлээс эмээлгүй зугаал.



СҮРЬЕГИЙН ТУХАЙ ГҮЛГҮЙРЭЛ  
3

**Сүрьеэгээр өвчилсөн хүн наранд гарах юмуу нарлаж огт болохгүй: ингэснээр биеийн байдал амархан муудаж, өвчин дахиж болно.**

Нар бидний дайсан биш харин анд нөхөр гэдгийг ямагт санаж яв. Нар нь сүрьеэгийн үед ашигтай байдаг **D амин дэмийг** нийлэгжихэд тустай. Нарны гэрэл хангалттай авахгүй байгаа хүмүүст **D амин дэмийн** түвшин доогуур байдаг учраас сүрьеэд илүү өртөмтгий болдог.

Харин, та фторхинолоны бүлгийн бэлдмэлээр эмчлүүлж байгаа бол наранд удаан байвал түлэгдэж болно. Энэ гэмтлийг **фотодерматоз** гэдэг.

Сүрьеэг эмчлүүлэхэд хамгийн гол нь тогтоосон эмчилгээг бүрэн гүйцэд хийлгэх явдал юм. Ингэж байж л эрүүлжиж өөрийн амьдралын хэвийн хэв хэмжээнд буцан орно. Харин наранд хэт удаан байх нь эрүүл хүнд ч хортой, энэ нь янз бүрийн өвчин, түүний дотор хорт хавдараар өвчлөхөд хүргэж болзошгүй.

Энэ талаар, **Вера Зимина** эмч дараах зөвлөмжийг бичжээ:

Сүрьеэгээр өвчлөгсөд эмчлүүлээд эдгэрсэний дараа амьдралын эрүүл хэв маягийг сахин, юуг ч хорилгүй (нарны гэрлээс ч эмээлгүй) шинэ өдөр бүрд баярлан бүрэн дүүрэн амьдрах ёстой. Чухамхүү ийм амьдрал л сүрьеэгээр дахин өвчлөхөөс урьдчилан сэргийлж чадна. Гэхдээ наранд хэт их шарах нь хорт хавдар мэт өвчинд хүргэж болохыг санууштай. Иймээс хүмүүс сүрьеэгээр өвчилсөн эсэхээс үл хамааран наранд хэт их шарахаас болгоомжлох хэрэгтэй.

**ВЕРА ЗИМИНА –**

**АУ-ны доктор, сүрьеэ болон халдварт өвчин судлаач эмч, Оросын Улс түмний найрамдалын их сургуулийн халдварт өвчний тэнхимийн профессор**

## СҮРЬЕЭГИЙН МЭС ЗАСЛЫН ЭМЧИЛГЭЭ

Мэс засал хийлгэх аймшигтай! Бид голдуу аргагүйн эрхэнд л үүнийг хүлээн зөвшөөрцгөөдөг.

**ГОЛ ЗҮЙЛ:** Мэс засалд орох зөвшөөрөл өгөхөөсөө өмнө энэ нь зайлшгүй шаардлагатай юу гэдгийг мэдэх хэрэгтэй.

**САНАМЖ:** нянгийн эсрэг эмчилгээ тус болохгүй байгаа үед эцсийн арга хэмжээ байдаг. Эмчилгээний бэлдмэлүүд үйлчилж, эерэг өөрчлөлт гарч байвал чи мэс засалгүйгээр эдгэрч болно.

Дараах тохиолдлуудад мэс засал шаардлагатайг мэдэж байх хэрэгтэй:

- 1. Оношлогоонд хэрэгтэй.** Сүрьеэ гэсэн онош тавихад эргэлзээ төрж, бусад аргаар энэ эргэлзээг батлах юмуу үгүйсгэж чадахгүй тохиолдолд оношлогооны мэс засал хийдэг. Үүнийг голдуу уушгинд дугуй сүүдэр байгаа үед хийнэ, энэ нь туберкуломтой төстэй ч уушгины хавдар бас ийм харагддаг.
- 2. Уушгинд эргэлтгүй өөрчлөлт гарч,** сүрьеэгийн эсрэг бэлдмэлүүд халдварын гол цөм рүү бүрэн нэвтрэхэд саад болж байвал.
- 3. Яс-үе мөчний сүрьеэтэй** гэсэн оноштой бол гарцаагүй мэс засал хийхэд хүргэдэг.
- 4. Хэдэн сарын турш тохирсон хими эмчилгээ хийсэн боловч задралын томоохон хөндий хэвээр хадгалагдаж** байвал.

Мэс засал хийх тохиромжтой цаг хугацааг эмч нар өвчтөний өвчний түүхтэй танилцан зөвлөгөөн хийж байж тогтоодог.

**ГОЛ ЗҮЙЛ:** Мэс засал хийснээр эм үүх хэрэггүй, хими эмчилгээний хугацааг хорогдуулна гэсэн хэрэг биш.

**Мэс ажилбарын зорилго нь – биемахбодиос гэмтсэн эд эсийг авч зайлуулах юм. Энэ нь эмчилгээний нэг шат болохоос хими эмчилгээг сольж буй хэрэг биш.**

Үүнтэй зэрэгцээд эмчийн зөвлөсөн эм бэлдмэлийг үүж хэрэглэвэл эмчилгээ илүү үр дүнтэй болно. Чамд мэс засал хийсэн ч эмийн эмчилгээний үргэлжлэх хугацаа хэвээр байх болно.



**Мэс засал хийлгэхгүй бол өвчин дахина; мэс засал хийлгэх нь эрүүл мэндийг доройтуулдаг, мэс засал хийлгэсэн хүн 5-аас дээш жил амьдардаггүй. Үнэн хэрэгтээ мэс засал хийлгэх хэрэггүй байдаг. Мэс засалчдад мэс ажилбар бүрийн төлөө нэмэгдэл хөлс олгодог.**

Тиймээ, өвчтөн бүрд ч мэс засал хийгээд байдаггүй: эмээр эмчлээд үр дүнд хүрээгүй өвчтөнд л мэс засал хийдэг юм шүү дээ. Эдний өвчин нь голдуу хүндэрсэн, **ОЭТ, ХОЭТ**-тэй өвчтөнүүд байдаг. Эмчилгээний дараа алгуур хэсэгчлэн уусаж хэвдээ ордог **сорвит эд** үүсвэл мэс засал хийх шаардлагагүй. Хэрэв тэр сорвит эд уусаж хэвдээ орохгүй, ихэсч байвал эмчдээ хандаж учир шалтгааныг нь олоорой.

Хэрэв эмч ямар ч байсан мэс засал хийх хэрэгтэй гэвэл та эцсийн шийдвэрээ гаргахын өмнө өөр мэс засалчаас асууж зөвлөгөө авах эрхтэй гэдгээ санаарай.

**Ли.Б.Реихман** эмч ярьж байна:

**Ли.Б.Реихман**  
(LEE B. REICHMAN) –

**АНУ-ын Рутгерс дэх сүрьеэгийн глобал хүрээлэнгийн гүйцэтгэх захирал, анагаах ухаан - тархвар судлалын профессор, нийгмийн эрүүл мэндийн магистр**

Сүрьеэтэй өвчтөнд мэс засал хийх шаардлага маш ховор байдаг. Бидний хувьд 100 тохиолдлоос зөвхөн нэгд, их л базаавал 2-т нь мэс засал хийдэг! Энэ нь эмийн эмчилгээ сүрьеэг эдгээх чадвартайх юм, харин мэс ажилбар нь эмэнд тэсвэртэй өвчлөлийн хэлбэр хэт газар авсан тохиолдолд л шаардагддаг. Ийм мэс засал нь харьцангуй бага ч атугай эрсдэл дагуулдаг. Иймээс бид мэс заслаас аль болохоор зайлсхийж зөвхөн гарцаагүй тохиолдолд л мэс засал хийхээр шийддэг.

Зөвлөлт засаглалаас хойших зарим орнуудад (зөвхөн Орост ч бус бас хуучин холбооны улсуудын хүрээнд) мэс засал өргөнөөр хийж

байгаа нь үнэн л дээ. Энэ бол танайд сайн мэргэжсэн мэс засалчид олон байгаагынх. Тэгээд ч мэс засал хийлгэсэн өвчтөнүүдийн бие сайжирч байна. Гэхдээ тэдгээрийн ихэнхийг **мэс засал хийхгүйгээр**, энгийнээр эмээр эмчлээд эдгээчих боломжтой юм.

Өвчтөнд ямар ч эрсдэлгүйгээр эмээр эмчлэх боломжтой байхад заавал мэс засал хийх гэж зүтгэх шаардлагагүй шүү дээ.

### **Вера Зимина:**

Үнэндээ сүрьеэгээр өвчилсөн ихэнх өвчтөнд мэс засал хийх шаардлага байдаггүй. Мэс заслыг олон тооны задралын хөндийнүүдтэй уушгины гэмтэл ихтэй, эмийн эмчилгээгээр багасахгүй байгаа өвчтөнд хийдэг. Тэр задралын хөндийнүүдэд **сүрьеэгийн нян** үй олноороо үржиж өсдөг учир эмчилгээ дууссаны дараа сүрьеэгийн явцыг идэвхжүүлж мэднэ. Харин мэс засал хийснээр халдварын энэ голомтоос сална гэсэн үг. Хэрэв эмчилгээний дараа өвчний голомт хатуурч сорвит эд үүссэн байвал мэс засал шаардлагагүй (тийм хэсгүүд дэх сүрьеэгийн нянгийн тоо задралын хөндий дэхээс хэд хэдэн зэрэглэлээр бага байдаг). Аажимдаа энэ өөрчлөлтүүд нь хэсэгчлэн уусаж хэвдээ орох юмуу бас нэг хэсэг нь хатуурч шохойждог. Том биш хэмжээтэй туберкулом байгаа нь мэс заслын харьцангуй заалт болдог. Туберкуломын улмаас мэс засал хийлгэсэн өвчтөний дахих магадлал нь мэс засал хийлгээгүй өвчтөнтэй ав адилхан байдаг.

### **Жирэмслэх гэж төлөвлөж буй эмэгтэйчүүдэд**

Цаашид сэтгэл амар жирэмслэхийн тулд заавал мэс засал хийх шаардлагагүй. Тогтмол авахуулж буй зурагт өөрчлөлтгүй хэвийн байвал өвчин дахина гэж айх хэрэггүй ээ.

### **Вера Зимина:**

Сүрьеэгээр өвчлөөд үр дүнтэй эмчлүүлж эдгэрсэн эмэгтэйчүүдэд 2-3 жилийн дараа л жирэмслэхийг төлөвлөх нь зүйтэй гэж зөвлөх байна. Гэхдээ хүссэн жирэмслэлт дээрх хугацаанаас өмнө тохиолдсон бол хүүхэд тээж төрүүлэхэд хориглох заалт байхгүй. Гол нь – төрсөнийхөө дараа шууд л (хүүхдээ амлуулахаас өмнө) **уушгины зургаа авахуулж** сүрьеэ дахисан эсэхийг үгүйсгэх хэрэгтэй. Жирэмслэлт бие махбодид ирж буй ачаалал учраас сүрьеэ дахих магадлал ихэсдэг. Эмч төрсний дараах зургийг жирэмслэхийн өмнөх зурагтай харьцуулж үзээд өөрчлөлт нь тогтвортой хэвийн байвал санаа зовох юмгүй эх үрийн жаргалаа үргэлжлүүлэн эдлэгтүн!

Харин эмэгтэй сүрьеэгээ эмчлүүлж байхад жирэмслэх юмуу жирэмсэн байхад сүрьеэтэй нь илэрвэл байдал хүндэрнэ. Энэ үед жирэмслэлтээ зогсоох эсэх эцсийн шийдвэрийг эмэгтэй өөрөө гаргана.

Хүүхдээ тээж төрүүлэхээр шийдвэл эмэгтэйд мэдээж хүнд байна, бас сүрьеэтэй жирэмсэн эхийг асарч эмчлэх мэргэжилтэнүүдэд ч төвөгтэй болно. Гэхдээ ийм туршлага олон улсын түвшинд байдаг. Сүрьеэгийн эмчилгээ нь хүүхдэд, ялангуяа ургийн өсөлт бойжилтонд сөрөгөөр нөлөөлсөн мэдээлэл гараагүй байна. Гэвч сүрьеэгийн эмчилгээ хийж байх үе нь жирэмслэхэд тийм ч таатай биш тул жирэмслэхээс сэргийлэхийг зөвлөдөг.

## СҮРЬЕЭ/ХДХВ

Сүрьеэ/ХДХВ-ийн оношлогоо: та өөрөө ХДХВ-тэйгээ мэдээгүй бол төвөгтэй болдог. ХДХВ халдвартай хүний сүрьеэ эхэн үедээ томуу болон вирусн халдварт өвчин шиг явагдаж болно. Иймээс өөрийн ХДХВ-ийн байдлаа мэддэг, халдвар авч болзошгүй тохиолдолын дараа шалгуулдаг байх нь чухал юм. Энэ нь: хамгаалалтгүй бэлгийн харьцаанд орох, цус юүлэх, мэс засалд орох, ариутгаагүй тариураар тариа хийлгэх, гоо сайхны засал хийлгэх, шивээс хийлгэх, пирсинг зэрэг. Олон хүн энэ бол бидэнд хамаагүй гэж бодоцгоодог л доо. Гэвч сүүлийн үед ХДХВ-ээр халдварлах нь олширчээ. Зөвхөн Оросод гэхэд л сая гаруй ХДХВ-тэй хүмүүс амьдарч байна. Бас жишээлэхэд, олон эмэгтэйчүүд жирэмсэлсэн үедээ л ХДХВ – байдлаа шалгуулдаг, гэтэл тэр нь эерэг гардаг. Халдвар авснаа хүн мэдэхгүй явтал дархлаа нь сулармагц сүрьеэгээр өвчилж болох юм.

**ХДХВ-тэй хүнд сүрьеэг хэрхэн илрүүлэх вэ: Манту сорил, КТ, цэр, цусны шинжилгээ?**

**Александр Пантелеев** эмч асуултанд хариулж байна:

**Александр Пантелеев – ХДХВ** халдвартай хүнд **ХДХВ**-халдваргүй хүний сүрьеэг оношилдогтой адил зарчмаар оношлоно. Гэхдээ дархлаа суларсанаар зарим ялгаа гардаг. **ХДХВ**-халдварын хожуу шатанд **CD4** лимфоцитын түвшин 350 эс/мкл-ээс бага үед **МАНТУ** ба **Диаскинтест** сүрьеэгийн халдварт хариу үзүүлэхгүй сөрөг гардаг.

**ХДХВ**-тэй хүмүүст флюорографын шинжилгээг уламжлал ёсоор жилд хоёр удаа хийдэг. Гэхдээ **ХДХВ** халдварын хожуу шатанд сүрьеэгээр өвчлөх магадлал ихэсдэг тул энэ хагас жилийн хооронд ч

өвчилж мэднэ. **ХДХВ** халдварын хожуу шатанд гардаг үндсэн шинж тэмдэг гэвэл: өндөр халуурч, турах, бие суларч, шөнө

хөлөрч, ханиалгана. Ийм шинж тэмдгүүд илэрвэл эмчид **яаралтай** хандаж шинжлүүлэх шаардлагатай. Хамгийн сайн оношлогооны арга бол тодотгогч бодистой компьютерын томографи. Учир нь энэ аргаар дотор эрхтэнүүдийн байдлыг тодорхой үнэлж сүрьеэтэй холбоотой өөрчлөлтүүдийг илрүүлдэг.

Дархлаа суларсан үеийн сүрьеэ нь юуны өмнө нэгэн зэрэг хэд хэдэн эрхтэнийг гэмтээдэг (**тархмал сүрьеэ** гэж нэрлэгддэг). Энэ өвчин үс, хумснаас бусад аль ч эрхтэнг гэмтээж магадгүй. Учир иймээс зөвхөн уушгины төдийгүй бас бусад эрхтэнүүдийн өөрчлөлтөнд анхаарах хэрэгтэй.

Сүрьеэг илрүүлэхийн үндэс нь - үүсгэгчийг илрүүлэх байдаг. Сүрьеэ нь нэгэн зэрэг янз бүрийн эрхтэнийг гэмтээдэг тул **сүрьеэгийн нянг** зөвхөн цэрэнд ч бус биеийн бусад шингэнд хайх хэрэгтэй. Хамгийн өндөр нарийвчлалтайгаар сүрьеэг илрүүлдэг үндсэн арга бол **ПГУ (сүрьеэгийн нянгийн ДНК илрүүлдэг)** бөгөөд үүнийг **ХДХВ** халдвартай сүрьеэгээр өвчилсөн байж болзошгүй өвчтөнүүдэд өргөн хэрэглэж байна.

Хэдий эрт илрүүлнэ эмчилгээ төдий чинээ амар хялбар болно. **ХДХВ**-тэй хүний **CD4**-эс буурахад сүрьеэгийн эмчилгээний зэрэгцээ **РВЭ эмчилгээ** хийдэг. Вирусыг устгаснаар дархлааны түвшин хэвийн хэмжээндээ хүрч, сүрьеэгийн эсрэг эмчилгээ нь **микобактерийг** устгаж өвчтөн эрүүлжинэ.

**ХДХВ**-халдвартай хүний **CD4** лимфоцитын түвшин 350-эсээс багасвал сүрьеэгийн эсрэг дархлаа нь устдаг. Ингэснээр сүрьеэгээр өвчлөх эсрдэл хавьгүй өснө. Ийм хүмүүст өвчин үүсэхээс сэргийлж **химийн сэргийлэх эмчилгээ** хийдэг.

**Вера Зимина** тайлбарлаж байна:

**ХДХВ/С** хавсарсан тохиолдол нь нилээд төвөгтэй хэдий ч гарцгүй байдал биш ээ. Өвчтөн ба сүрьеэгийн, халдвартын эмч болон сэтгэл зүйч, мансуурал судлалын эмч нар нэг баг болон хамтран ажиллах нь чухал юм. Өнөөгийн өгч буй бүх зөвлөгөөг цаг тухайд нь ягштал мөрдөж байвал сүрьеэг ихэнх тохиолдолд эдгэрүүлж чадна аа.

### **Сүрьеэ-ХДХВ-ийн тухай олиггүй муу яриаг тунгаахуй**

**ХДХВ** халдвар дээр сүрьеэ туссан хүмүүс бол ямар ч найдваргүй “амьд хүүрнүүд” гэж ярилцдаг нь үнэнд нийцэхгүй юм. Өнөө цагт **ХДХВ+** хүмүүсийн сүрьеэг эмчилж чадаж байна. Бэрхшээл нь **ХДХВ** эерэг бөгөөд сүрьеэтэй хүмүүсийн давхар адлалд байгаа юм.

II Тэд **ХДХВ** байдлаасаа, бас сүрьеэтэй гэдгээсээ болоод нийгмийн зүгээс дэмжлэг авч чаддаггүй. Эмнэлэг дотор ч тэднийг эхний өдрөөс нь л гадуурхдаг аж. Эмч нар ч өвчтөнүүдээ **ХДХВ**-тэй ба хэвийн гэж ялгаж үзнэ, бусад өвчтөнүүд нь тэднээс цэрвэнэ. Учир нь сүрьеэтэй хүмүүст **ХДХВ**-тэй хүмүүс “нийгмийн хог шаар” мэт үзэгдэнэ. Энэ нь эрүүл хүмүүст сүрьеэтэй хүн ямар санагддагтай ижил ажээ.

Иймээс л **ХДХВ+**, бас сүрьеэтэй хүмүүст сэтгэл зүйн дэмжлэг нэн чухал байдаг.

**Катя Емельянова**  
**“Амьсгал. Сүрьеэ ба**  
**ХДХВ” FACEBOOK**  
**сүлжээнд дэмжлэгийн**  
**бүлэг байгуулагч**

Чи **ХДХВ**-тэй, сүрьеэтэй гэсэн онош сонссон бол оноштойгоо гав ганцаар үлдэж, одоо бүх юм өнгөрлөө гэж бодох хэрэггүй. Бид өөрсдийн тулгараад байгаа энэ асуудлынхаа талаар дуугүй байцгааж, ичиж байх юм бол тэд биднийг хог шаарнууд гэж үзсэн хэвээр байна. Чамд эмчлэгдэж, эдгэрэх итгэл найдвар өгөх гэж л бид энд байна.





# СҮРЬЕЭГИЙН ДИСПАНСЕР, ЭМНЭЛЭГ БОЛОН ГЭР ОРОНДОО

III

## СҮРЬЕЭГИЙН АМБУЛАТОРИЙН ЭМЧИЛГЭЭНИЙ ЗАГВАР

Хэрэв чи нян ихээр ялгаруулж (орчин тойрныхоноо халдварлуулж болзошгүй) байгаа юмуу биеийн байдал чинь хүнд бол эмчийн байнгын хяналт шаардлагатай тул эмнэлэгт эмчлүүлэх нь найдвартай.

Өвчнийг цаг тухайд нь олж тогтоогоод, **сүрьеэ** нь мэдрэг бол эмчилгээ эхэлснээс хойш дундажаар хоёр долоо хоногийн дараа чи ойр дотныхондоо өвчин халдаахгүй болчихно. Ингээд эмнэлэгээс гарч гэртээ ирээд эмнэлгээс эмээ авч ууж болно. Эмчилгээний энэ төрлийг сүрьеэгийн амбулаторийн эмчилгээ гэдэг .

Өнөө үед ийм эмчилгээ Зүүн Европ, төв Азийн бүх оронд нэвтэрчээ. Энэ эмчилгээний давуу тал нь чи гэр бүлийнхнээсээ тусгаарлагдахгүй, мөн эмнэлэгт байгаа бусад өвчтөнүүдээс нэмж халдвар авахгүй.



ӨВЧТӨНӨӨС

СҮРЬЕЭГИЙН ДИСПАНСЕР, ЭМНЭЛЭГ БОЛОН ГЭР ОРОНДОО

**Эмнэлэгт хэвтэж эмчлүүлэхдээ халдвартай хэлбэрийн бусад сүрьеэтэй өвчтөнөөс халдвар авна гэж айх хэрэггүй. Антибиотик уух нь сүрьеэгийн бүх төрлийн нянгаас хамгаалах дархлаа тогтоодог.**

Энэ тийм биш ээ. Тодорхой нөхцөлд эмнэлэг дотор (солбих халдвар) өөр хэлбэрийн сүрьеэгийн халдвар авах боломжтой. **Нян** ялгаруулж байгаа өвчтөнүүд халдваргүй өвчтөнтэй ойртож харьцахгүй байх нь нэн чухал. Түүнчлэн **эмийн тэсвэртэй сүрьеэтэй** хүмүүс мэдрэг сүрьеэтэй хүмүүстэй мөн л ойртохгүй байх хэрэгтэй. Солбих халдвар авахгүйн тулд **нян** ялгаруулахгүй болсон өвчтөн эмнэлэгт байх өөр заалт байхгүй бол эмнэлэгээс гарч амбулаторийн эмчилгээнд хамрагдаж болно.

**Майкл Рич** эмч ярьж байна:

Үр дүнтэй эмчилгээ хийлгэж байгаа хүн халдвар тараахаа хурдан больдог. Тэр бүү хэл **БК(+)** үед ч эмчилгээ зөв хийхэд орчин тойрныхондоо аюул багатай болдог. Учир нь тэдний цэрэн дэх нянгууд нь эмчилгээнд ууж байгаа антибиотикоор устгагдах юмуу ихэд сулардаг.

Харин үр дүнгүй эмчилгээ хийлгэсэн өвчтөн халдварын эх уурхай хэвээр байна. Жишээ болгоход, **ОЭТ** сүрьеэтэй өвчтөнд I эгнээний бэлдмэл хэрэглэжээ. Нян ялгаруулж байгаа энэ өвчтөнд “үр дүнгүй эмчилгээ” хийснээр мэдрэг сүрьеэтэй, нян ялгаруулдаггүй, I эгнээний эмээр үр дүнтэй эмчилгээ хийлгэж байгаа өвчтөнг халдварлуулж болно.

Энэ өвчтөнг эмийн мэдрэг чанарын шинжилгээний хариу гарч, зөв эмчилгээ эхэлтэл бусдаас тусгаарлавал ийм байдлыг өөрчилж болно. Молекулын хурдан шинжилгээ ашиглан, **ОЭТС** болон эмэнд тэсвэртэй сүрьеэтэй хүмүүсийг илрүүлж эмэнд мэдрэг сүрьеэтэй өвчтөнүүдээс тусгаарлаж **ОЭТ** сүрьеэгийн эмчилгээ эхлэх боломжтой.

**Андрей Марьяндышев** тайлбарлаж байна:

**Андрей Марьяндышев –  
Оросын Умардын анагаах  
ухааны улсын их сургуулийн  
сүрьеэ уушгины судлалын  
тэнхимийн эрхлэгч, ОШУА-ын  
сурвалжлагч гишүүн, профессор**

Шинээр хэвтсэн, нян ялгаруулж байгаа өвчтөнөөс эмнэлэгт дахин халдвар авах эрсдэл байдаг. Иймээс рентген шинжилгээний (зургийн) үндсэн дээр онош тавьсан, нян судлалын (өсгөвөр, бичил харуур) шинжилгээгээр батлагдаагүй

өвчтөнүүд эмнэлэгт хэвтэлгүй амбулаторийн эмчилгээнд хамрагдах нь зөв юм. Эмнэлэгт хэвтэж эмчлүүлээд нян ялгаруулахаа больсон өвчтөн (**БК(-)** болсон) шууд л амбулаторийн эмчилгээнд шилжих ёстой. Дархлаа нь суларсан, жишээлэхэд, вирусын эсрэг эмчилгээ хийгдээгүй **ХДХВ**-ээрэг хүмүүс эмнэлэгт хэвтэх нь дахин халдвар авах онцгой аюултай.

Хэрэв эмнэлгийн тасагт **сүрьеэгийн** нянгийн мэдрэг чанар нь өөр өөр өвчтөнүүд эмчлүүлж байвал дахин халдварлах эрсдэл өндөр байна. Мэдрэг нянгуудыг эм бэлдмэлүүдээр устгангаа өвчтөн энэ эм бэлдмэлүүддээ тэсвэртэй нянгийн халдвар авч болзошгүй. Ийм нөхцөлд шинэ халдвараас үүдэлтэй сүрьеэ дахих эрсдэлтэй.

Гэрээр эмчлэх өвчтөний тоо ихсэх тутам эмчилгээ үр дүнтэй болж, өвчин дахих эрсдэл багасдаг.

### Амрыг эрье, Намайг Ксюша Щенина гэдэг.

Би Полинатай адилхан сүрьеэгээр өвчлөөд эдгэрсэн хүн л дээ. 14 сар эмнэлэгт хэвтэхдээ ичгүүр, айдсыг дотроо болон эргэн тойрондоо мэдэрч шаналж байлаа. Бидний өвчний тухай шивнэж ярих юм уу эсвэл огт ярьдаггүй нь надад таалагддаггүй. Тиймээс би энэ асуудалд бусдын анхаарлыг хандуулахад чадлынхаа хэрээр зүтгэнэ гэж шийдсэн юм. Найман жилийн дотор сүрьеэгээр өвчилсөн олон хүнтэй ярилцлаа. Энд чиний уншиж байгаа зүйлийг тэдэнтэй ярилцсан туршлагаасаа авсан билээ. Энэ бүхэн чамд тус болно гэж итгэж байна. Ярилцахыг хүсвэл надад бичээрэй. Манай хаяг товхимолын төгсгөлд бий.



ӨВЧТӨНӨӨС

СҮРЬЕЭГИЙН ДИСПАНСЕР, ЭМНЭЛЭГ БОЛОН ГЭР ОРОНДОО

## ГЭРЭЭР ЭМЧЛҮҮЛЭХ

Өнөөцагтхувьхүнийтаашаалшаардлагадилүүнийцсэнэмчилгээний шинэ боломж бий болжээ. Жишээ нь: гэртээ эмчлүүлэх. Хэрэв чи гэртээ тусдаа өрөөтэй, тэгээд бүрэн бүтэн тав тухтай эмчлүүлэх нөхцөлийг (чанартай сайн хоол унд, агааржуулалт, эмээ яг цагтаа ууж байх) хангаж чадах бол эмчтэйгээ ярилцан эмнэлэгт хэвтэж эмчлүүлэхийн оронд гэрээр эмчлүүлж болох нь ээ.



ӨВЧТӨНД

СУРЬЭГИЙН ДИСПАНСЕР, ЭМНЭЛЭГ БОЛОН ГЭР ОРОНДОО

## ЭМНЭЛЭГТ ХЭВТЭЖ ЭМЧЛҮҮЛЭХ

Амбулатороор эмчилгээ хийлгэх үед эмнэлэгт удаан биш ч гэсэн заавал хэвтэж эмчлүүлсэн нь дээр гэдэг. Гэтэл амьдрал дээр, ялангуяа эмэнд тэсвэртэй сүрьеэгийн үед энэ нь тодорхойгүй хугацаагаар сунгагддаг. Урт хугацаагаар эмнэлэгт хэвтэж эмчлүүлэх нь ихэнх хүмүүст хамгийн хүнд сорилт байдаг. Гэхдээ эмнэлэгт байх хоног хугацааг ухаалагаар зарцуулж болно.

Юун түрүүнд, өөрийн эмнэлэгт байх хугацаагаа “шинэ эхлэл” гэж үзэхийг хичээгээрэй. Энэ цаг хугацааг өөрийн дасал, зуршлаа дүгнэж, тэдгээрээс аль нь чиний бүрэн бүтэн амьдралаас үрж

байсныг тогтооход ашиглаж болно. Бид өөрсдийн биедээ анхаарал халамж тавьдаггүйгээс болж өвчлөх нь олонтаа байдаг ажээ. Олигтой сайн унтаж амрахгүй ч юмуу буруу хооллох гээд ер нь зөв амарч, алжаалаа тайлж чаддаггүй юм байна. Гэр бүл, хүүхдүүдийнхээ хэрэгцээг илүүд үздэг. Хэрэв чи байхгүй болчихвол яаж тэдэндээ түслэх билээ? Яг л онгоцонд байдаг шиг: “эхлээд өөрөө хүчил төрөгчийн маскаа зүүгээд дараа нь хүүхэддээ зүүх ёстой”.

Хоёрдугаарт, эмнэлэгт байх энэ хэдэн саруудыг хойш тавиад байсан зүйлсдээ зориулж болох юм. Олон хүмүүс эмнэлэгт байх хугацаандаа зураг зурж, гэрэл зураг авч, хэл сурч, нэхэж, сүлжиж, хойш тавид байсан ажлаа шинээр сурдаг юм байна. Тэгээд эмнэлгээс гарсан хойноо шинээр сурч мэдсэнээ бүр мэргэжил болгон хөгжүүлдэг ажээ.

Цагийг ингэж өнгөрөөх нь гэр орноосоо хол, эмнэлэгийн тав тухгүй нөхцөл дэх урт удаан хугацааг аль болох үр өгөөжтэй ашиглах боломжийг танд олгоно.



## ЭМЧ ТА ХОЁР

### ЭМЧТЭЙГЭЭ ХАРЬЦАХ

Бид өвчтэй болсноо янз бүрээр л мэдэцгээсэн. Гэхдээ нэг нийтлэг зүйл бий: биднийг энэ өвчнөөр мэргэшсэн **сүрьеэгийн эмч** эмчилдэг.

Сүрьеэгийн эмч нь сүрьеэг урьдчилан сэргийлэх, оношлох, эмчлэх ажил үүргийг гүйцэтгэдэг мэргэжилтнүүд юм. Сүрьеэгийн халдвар нь гуурсан хоолой, уушгийг өвчлүүлээд зогсохгүй бусад эрхтэнг ч өвчлүүлдэг тул сүрьеэгийн эмчид хүний бүхий л эд эрхтэнгүүд хамаатай байдаг. Түүнчлэн шинж тэмдэг ба рентген зурагт ижил төстэй байдаг бусад өвчнүүдээс **сүрьеэг** ялгаж таних чадвартай.



Эмчилгээний хувьд та эмчийнхээ санал зөвлөгөөг бүрэн дагах нь зөв шүү: сүрьеэг эмчлэх бол түүний мэргэжил бөгөөд тэд зохих ёсны туршлага хуримтлуулсан байдаг. Хэрэв ямар нэг эргэлзээ байвал өөр туршлагатай сүрьеэгийн эмчийг олж зөвлөгөө авах ёс зүй болон хууль ёсны бүрэн эрх танд бий. Сүрьеэгийн эрдэм шинжилгээний хүрээлэн, судалгааны төвүүдийг олж, тэнд хандан заавар зөвлөгөө авахыг бид мөн зөвлөж байна.

**ГОЛ ЗҮЙЛ:** сүрьеэгээр өвчилсөн бусад өвчтөнүүдийн зөвлөгөөг авахгүй байх нь чухал: өвчтөн бүрийн өвчлөлийн түүх, нөхцөл байдал нь өөр өөр.

Ямар нэг гаж нөлөөгүйгээр “сүрьеэг хурдан-найдвартай-бүрэн эмчлэх” гайхамшигт эм хэрэгсэл танд худалдах гэж буй ямар ч саналд бүү итгээрэй. Энэ өвчнөөс айх явдал үгүй. Энэ өвчний

тухай элдэв аймшигт цуу яриаг бүү тоо. Сэтгэл зүйн түгшүүрээс чамд ч, чиний эргэн тойрныхонд ч сайн зүйл болохгүй. Өвчлөлөөс айн, цухалдах нь тэртээ тэргүй сүрьеэгээр өвчилж шаналсан бие эрхтэнг чинь улам сулруулан доройтуулдгийг санаж байгаарай.

Эмч нартайгаа элэгсэг дотно ханд. Тэд бол биднийг эмчилж буй ганц хүн, харин өвчтөн бид олуулаа шүү дээ. Иймд эмч нараа хайрлаж хүндэтгэх учиртай. Энэ бол нөхцөл байдлыг бүү хүндрүүлж бай гэсэн үг юм. Жишээ нь: эмчилгээтэйгээ холбоотой асуултуудаа тов тодорхой бэлдээд хариултыг нь бичиж, тэмдэглэж ав, хожим хэрэг болж мэднэ.

Хааяа эмч нартайгаа хэл амаа олохгүй байж болно. Энд олон учир шалтгаан бий... Эмч нар ажил дээрээ тэвдэж, цухалдсан байж болно, харин өвчтөнүүд нь эмчлүүлэхээс татгалзах юмуу эмнэлгийн дотоод дэг журмыг зөрчиж архи ууж, тамхи татаж, элдэв үг яриа гаргаж хэрүүл өдөөсөн байж ч магад. Хэрэв эмч чинь танд таагүй хандаж байгаа мэт санагдаваас учир шалтгааныг нь олохыг хичээ. Гэхдээ хүнийг дорд үзэх ямар ч учир шалтгаан байх ёсгүйг санаж яв. Хэрэв эмч юмуу эмнэлгийн өөр ажилтан чиний эрхийг зөрчиж байвал та дуугүй өнгөрч болохгүй шүү. Эмнэлгийн нөхцөл байдал танд таалагдахгүй юмуу эмчилж буй эмчтэйгээ маргаан үүсвэл тус эмнэлгийн ерөнхий эмчид та хандаж болно. Ингээд нөхцөл байдал дээрдэхгүй, асуудал шийдвэрлэгдэхгүй бол та эрүүл мэндийн яам, түүний харъяа сүрьеэ өвчнийг хариуцсан удирдах газар болон эрүүл мэндийн үйлчилгээний чанар хариуцсан хяналт шалгалтын газруудад хандаж болно. Мөн энэ өвчнөөр шаналагсдад тусладаг байгууллагуудад ч хандаж болох юм.



**ЗХУ-ын үед сүрьеэг удаан (1,5 жил хүртэл), гэхдээ бүрэн эмчилдэг байсан. Өвчин дахих нь хамаагүй бага байлаа.**

**Наталья Боровок** эмч ярьж байна:

Өнөөгийн эмчилгээнд урьд хэрэглэж байснаас илүү олон тооны эм хэрэглэдэг. Ингэснээр эмчилгээний хугацаа богиноссон. Зөвлөлтийн үед олон эмэнд тэсвэртэй сүрьеэг эмчлэх горим нэвтрээгүй байлаа. Сүрьеэг

**Наталья Боровок –  
Украины Харьков мужийн  
сүрьеэгийн эсрэг №1  
диспансерийн тэргүүлэх  
зэрэглэлийн эмч.**

эмчлэх талаар бидний одоо баримталж байгаа бодлого баруун Европын олон оронд үр дүнтэй гэдэг нь батлагдсан. Эдгээр оронд дайны дараа ЗХУ-тай адил сүрьеэгийн өвчлөл өндөр байсан. Өнөөдөр тэд сүрьеэгийн өргөн тархалтыг тогтоож чаджээ. Одоо бид тэдний мөрөөр, үр өгөөжтэй нь батлагдсан арга барилаар явж байна.

**Анастасия Самойлова** ярьж байна:

**Анастасия Самойлова – ОХУ-ын И.М.Сеченовын нэрэмжит Москвагийн Анагаах ухааны улсын Их сургуулийн сүрьеэ, уушгины эрдэм шинжилгээний хүрээлэнгийн орлогч захирал, АУ-ны дэд эрдэмтэн.**

Ямар ч эмчилгээ он жилүүд өнгөрөх тутам сайжирч төгөлдөржиж байдаг: сүрьеэгийн хувьд ч гэсэн шинэ эм, бэлдмэлүүд бий болж, дээд зэргийн үр өгөөжтэй хослол боловсруулагдан эмчилгээнд нэвтэрсээр байна. Эмчилгээнд гарч байгаа ямар ч өөрчлөлтүүд өвчин дахих давтамж, эмчилгээний үргэлжлэх хугацааны судалгаанд үндэслэсэн байдаг.



**Баруун Европ болон Америкад илүү сайн эмчилдэг, өөр ч эм хэрэглэдэг, эмчилгээний хугацаа нь ч богино**

**Е.Жейн Картер** эмч тайлбарлаж байна:

**Е.Жейн Картер (E.JANE CARTER) – АНУ-ын Брауны Их сургуулийн анагаах ухааны сургуулийн доцент, 2016 он хүртэл Сүрьеэ болон уушгины өвчинтэй тэмцэх олон улсын холбоог тэргүүлж асан, АУ доктор.**

**Сүрьеэг** зургаан сараас богино хугацаанд эмчилдэг горим байхгүй ээ. Зургаан сар гэдэг бол эмэнд мэдрэг сүрьеэтэй өвчтөнүүдийн 99%-д хэрэглэдэг хамгийн бага хугацаа. Харин эмэнд тэсвэртэй **сүрьеэг** хавьгүй удаан хугацаагаар эмчилдэг. Хэдийгээр судалгааны үр дүн, эмчилгээний шинэ горим гарсан ч эмэнд тэсвэртэй сүрьеэг эмчлэх хамгийн бага хугацаа нь есөн сар байгаа юм. Өвчтөнүүдийн бие хэдэн долоо хоногийн

дараа сайжирдаг, үүнийгээ эрүүл боллоо гэж үзээд эмчийн тогтоосон хугацаанаас өмнө эмээ уухаа боливол өвчин дахин сэдэрч мэднэ.



**Татьяна Пьянзова** ярьж байна:

Гайхамшиг үзүүлэх ямар ч эм бэлдмэл байдаггүй юмаа. Сүрьеэг хагас жилээс доош хугацаанд эмчилж эдгэрүүлдэг газар энэ дэлхийн бөмбөрцөг дээр хаа ч байхгүй. Сүрьеэгийн эмчилгээ голдуу 8-10 сар үргэлжилдэг бөгөөд эмэнд тэсвэртэй

тохиолдолд 2 жил эмчилдэг. Энэ хугацаа дэлхий дахинд ижил бөгөөд манай оронд ч мөн адил. Сүрьеэг эмчлэх горим Орос, Европ, Израиль эсвэл Өмнөд Солонгост ч ялгаагүй. Учир нь бүгд ДЭМБ-ын зөвлөмж дээр суурилсан байдаг. Жишиг болсон энэ горимыг өөрчлөх жинтэй үндэслэл, жишээ нь өвчтөнд тухайн эм бэлдмэл таарахгүй байх г.м үед л өөрчилдөг. Ийм тохиолдол бүрийг эмч нарын зөвлөгөөнөөр хэлэлцэж хамтын шийдвэр гаргадаг.

Иймээс хурдан эмчилдэг гайхамшигт эмийн төлөө гадаад орныг зорих нь утгагүй хэрэг: тэнд энд л уудаг эмээр, энд л эмчилдэг хугацаанд, харин нилээд өндөр төлбөртэй л эмчлэх байх даа.

**Татьяна Пьянзова -**

**ОХУ-ын Кемеровын АУ-ны академийн Залуу эрдэмтдийн зөвлөлийн дарга, сүрьеэ судлалын тэнхимийн эрхлэгч, АУ-ны дэд эрдэмтэн.**

## **СЭТГЭЛ ЗҮЙЧ - ТАНЫ ХОЁР ДАХЬ ЭМЧ**

ЗХУ-д хүн амдаа сэтгэл зүйн тусламж үзүүлж байгаагүй юм. Иймээс манай иргэдийн ихэнхэд энэ төрлийн мэргэжилтэнд хандах дадал суугаагүй байна. Янз бүрийн дэмий яриа их бий. Жишээ нь, “хэрэв чи сэтгэл зүйчид хандах гэж буй бол чи ч нэг юмтай болж дээ” г.м.

Уг нь энэ тийм биш л дээ. Энэ мэргэжилтний үүрэг бол сэтгэл санааны **дэмжлэг** л үзүүлэх юм. Аливаа өвчнийг давж гарахад “сэтгэл санааны” асар их хүч нөөц хэрэгтэй байдаг - гэтэл тэр сэтгэлийн хүч хүрэлцэхгүй байж болно. Ойр дотныхон, найз нөхөд чинь мөн л санаа зовцгоож байгаа тул тэдэнд бас тусламж дэмжлэг хэрэгтэй байдаг. Эмнэлэгт нэг өрөөнд хэвтэж байгаа хөршид чинь бас л ижил асуудал тулгарч буй. Танд болсон нөхцөл байдлыг хөндлөнгөөс илүү анхааралтай, эрүүл саруулаар ажин зөвлөгөө өгөх хүн л хэрэгтэй байгаа.

Иймээс сэтгэл зүйчийн зөвлөгөөг өвчинг давж гарахад тус болох бас нэг хүч, нөөц боломж гэж үзэх хэрэгтэй. Энэ мэргэжлийн хүмүүс бусдын барахааргүй сэтгэл санааны асар их ачааллыг дааж чаддаг. Иймд тэднээс жийрхэлгүй, шүүмжлэх вий гэж эмээлгүйгээр тохиолдсон зовлонгоо илэн далангүй ярьж уудлах хэрэгтэй.

## Сэтгэл зүйчийг яаж олох билээ?



Чиний үйлчлүүлж буй эмнэлэгт чинь сэтгэл зүйн дэмжлэгийн кабинет байх ёстой\*. Энэ талаар эмчилж буй эмчээсээ асууж мэдэж ав. Эмнэлгийн дэргэд буй сэтгэл зүйчид эмчилгээний онцлогийг сайн мэдэх учир, сүрьеэгээс үүдэлтэй, үүний дотор эмийн гаж нөлөөнөөс болсон чиний сэтгэлийн зовлон түгшүүрийг ялган салгаж чадна.

\*Ийм тусламжийн эхлэл манай оронд тавигдаж байна.

Хэрэв чиний үйлчлүүлж буй эмнэлэгт сэтгэл зүйч байхгүй бол хүн амд сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлдэг төрийн байгууллагуудыг эрж ол. Жишээ нь: Орос оронд сэтгэл зүйн эмчилгээний төвүүд болон эмнэлэгүүд ч бий. Та иргэний

үнэмлэх, даатгалын дэвтрээ үзүүлээд л үнэгүй зөвлөгөө авч болно. Мөн ийм төрлийн олон байгууллага – нэрээ нууцлан хандаж болох итгэлийн утас ч гэж бий. Мөн: ОХУ-ын Онцгой байдлын яамны Сэтгэл зүйн шуурхай тусламжийн төв гэж бий. Тэнд мэргэжлийн зөвлөхүүд ажилладаг. Өндөр мэргэжлийн эдгээр зөвлөхүүд хамгийн онцгой, цөхөрч туйлдсан нөхцөлд ч тусламж үзүүлэх чадвартай. Тийшээ орос хэлтэй хэн бүхэн бичгээр хандаж болно. Үүний тулд сайтад бүртгүүлэх хэрэгтэй, тэгээд л асуултаа тавь. Дараа нь танд тусгайлан зөвлөгөө өгдөг: <http://psi.mchs.gov.ru/>

## Сайн сэтгэл зүйч гэдгийг яаж мэдэх вэ?

Бусад мэргэжилтнийг яаж сонгодогтой яг ижил шүү дээ. Түүнд энэ чиглэлийн боловсрол байх учиртай, сэтгэл зүйн зөвлөгөө өгч, тусламж үзүүлэх арга зүйн дадал эзэмшиж тодорхой хэмжээний туршлага хуримтлуулсан байх ёстой. Тухайн эмчийн талаар судлаад, зөвлөгөө авахаар эхлээд оч л доо. Тэгээд ямар хүн болохыг нь хар. Хамгийн гол баримжаа бол таны өөрийн мэдрэмж. Хэрэв та түүнд итгэж байвал өөрт тохиолдсон бүхнээ ярихад амар байх болно. Тэгвэл чи зөв хүнээ сонгожээ гэсэн хэрэг.

Өөрт тохирох сэтгэл зүйчээ шууд олж чадахгүй байж болно. Зүгээр, энэ бол байдаг л асуудал. **Гол нь бүү шантар.**

**ГОЛ ЗҮЙЛ:** сайн мэргэжилтэн өөрийн санаа, үзэл бодлоо танд тулгадаггүй. Харин асуулт тавингаа нөхцөл байдлынхаа учрыг ч өөрөө олоход чинь тусалдаг.



ӨВЧТӨНӨӨС

**Сэтгэл зүйчийн хувийн зөвлөгөө хэрхэн явагддаг вэ? –**

**Полинагийн түүх:**

Би сэтгэл зүйчдийг ер ойшоодоггүй байлаа. Дэмий ярианы төлөө л мөнгө авдаг улс гэж боддог байв. Бидний өвчин тэвчээр их шаарддаг юм байна, гэтэл тэр нь надад байдаггүй. Эмнэлэгт бараг долоон сар болохдоо би өдөр бүр л үйлж байлаа. Тэгээд би сэтгэл зүйн сэдвээр ном уншиж, энэ байдлаас өөрийгөө татаж гаргахаар шийдсэн юм. Уншсан номуудаасаа би багагүй юм ойлгож, нөхцөл байдлынхаа учрыг олсон гэж бодож байлаа... Эмнэлэгээс гарах хүртлээ. Эмнэлэгээс гарсаны дараа жам ёсоор сэтгэлийн хөөрөлд орлоо. Харин дараа нь амьд явахад бэрхтэй санагдах болов. Тохиолдсон бүхнээ эргэн санаж энэ бүхнийг хэрхэн яаж давж туулснаа санах бүр дотор бачимдана. Төрөл төрөгсөд минь

намайг сэтгэл зүйчид бараг л чирч аваачив. Энэ удаа надад аз таарч яаж туслахаа мэддэг сэтгэл зүйчтэй би учирчээ. Би түүнд сэтгэлээ нээж, өөрт тохиолдсон бүхнээ илэн далангүй ярьж чадлаа. Үнэндээ би өвчнийхөө тухай бага ярьж, голдуу сэтгэл санааныхаа хэлбэлзэлийн тухай л ярьсандаа. Ийнхүү сэтгэл зүйчид арван удаа очиж зөвлөгөө авсны дараа би өөрийгөө ойлгон ихийг ухамсарлаж, сэтгэлийн тулах хүчээ ч олсон. Миний бодол үндсээрээ өөрчлөгдөж, сэтгэл зүйч гэдэг мэргэжилтэн хүн бүхэнд хэрэгтэй юм гэдгийг ойлгосон доо.

### **Сэтгэл зүйчээс интернэтээр хэрхэн зөвлөгөө авах вэ?**

#### **Асуулт:**

“Ойр дотныхноос минь хэн нэгэн өвдөх юм бол шууд л сүрьеэ байх гэдэг аймшигт бодол намайг түгшээх боллоо. Зүгээр л энгийн ханиад хүрэхэд нь ч тэр. Өөрийгөө зовоож байгаага би өөрөө ойлгож байвч, яаж ч чадахаа больлоо. Миний хамгийн их айдаг юм бол өөр хүний өвчний шалтгаан нь болох. Өөр хүнд өвчин халдаачих вий гэж өөрийгөө зовоон би тайван амьдарч чадахаа байлаа. Одоо би яах билээ?”

#### **Ижил зиндааны зөвлөхийн хариу (сүрьеэгээр өвчилсөн өвчтөн):**

“Таны энэ айдас олон хүнд байдаг. Би ч шинжилгээ хийлгэлгүй удахаараа бас л айдаг. Харин шинжилгээ хийлгэчихээд л чадах бүхнээ хийлээ дээ гэж би тайвширч, өөрийгөө тэгтлээ их зовоодоггүй. Ойр дотныхондоо санаа зовох нь мэдээж хэрэг: ямар хүнд хэцүү билээ гэдгийг бид бүгд мэднэ, тэднийгээ ийм юм туулахыг хэн хүсэх вэ дээ. Гэхдээ тогтмол шинжилгээ хийлгээд байвал эрсдэл нь хавьгүй багасна. Үүнээс өөр өөрийгөө тайвшруулах арга одоохондоо би олоогүй л байна”.

#### **Сэтгэл зүйч эмчийн хариу:**

“Таны энэ айдас ердийн байдаг зүйл. Онгоцны бөмбөгдөлтөнд өртсөн хүн ойртож буй онгоцны дуу сонсмогцоо л толгойгоо даран гүйдэг шүү дээ. Та ч гэсэн адил: үүнийг нэрвэгдэлтийн дараах дарамт гэдэг. Гэхдээ ханиад хүрсэн ойр дотныхон чинь долоо хоноод эдгэчихийг та харна, тэгээд ханиалгах болгон сүрьеэ биш гэдгийг та мэдэх болно. Айдас үнэхээр байнга дагалдаж, хяналтаас гарч, тайван амьдарч чадахгүй байгаа бол мэргэжилтэнд (сэтгэл зүйч) хандаарай.

## ТА БОЛОН ОЙР ДОТНЫХОН ТАНЬ

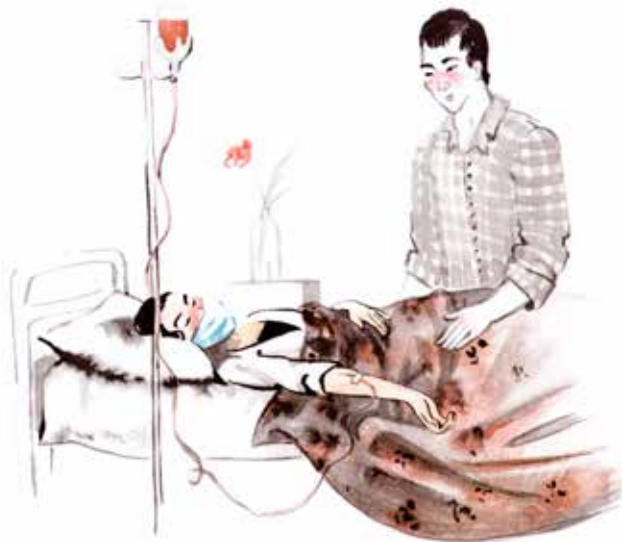
V

Энэ хэсэгт ойр дотныхонтойгоо хэрхэн ярилцаж, тэднийгээ сүрьеэгээс хэрхэн сэргийлэх тухай өгүүлэх болно.

### ГЭР БҮЛИЙНХЭН, НАЙЗ НӨХӨДТЭЙГЭЭ ХАРЬЦАХ НЬ

Төрөл төрөгсөд тань биднээс ч илүү айдастай байгааг санаарай. Бид эмчилгээ хийлгэж, өдөр бүр эм бэлдмэл ууж, ер нь бол цаашид яах талаар ямар нэг баримжаатай болсон. Харин гэр бүлийнхэн тань бидний байдал ямаршуу байгаа талаар мэдэхгүй байгаа. Тэдэнд ганц л бодит зүйл бий: “гай дайрчихлаа”. Хэн ч тэдэнд яаж ярилцах, хэрхэн яаж тус болох талаар ямар ч заавар зөвлөгөө өгөөгүй байгаа.

Ойр дотныхон чинь илүү их айдаст автаад чамаас дэмжлэг, тусламж хүсэх нь ч бий. Энэ бол хамгийн хэцүү нөхцөл байдал юм: одоохондоо бол өвчнийг яаж давж туулах вэ гэдэгт л бүх хүч чадал чиглэгдэж буй. Бид тэднийгээ хэрхэн тайвшруулахаа мэдэхгүй учир хий дэмий л цухалдах юм уу эсвэл тоглоом болгон өнгөрөөдөг. Энэ нь тэдэнд ч, бидэнд ч хор хөнөөлтэй.



ӨВЧТӨНӨӨС

Ойр дотныхоноосоо “намайг оролцуулахгүй айдасаа дарахыг хичээ” гэж хүсээрэй, одоогоор чиний хувьд хамгийн гол зүйл бол эмчлүүлэх. Жишээ нь, тэдэндээ энэ товхимолыг уншуулахаар өгч болно, эсвэл сайн сэтгэл зүйчийг олж уулзахыг зөвлө.

## Өвчилсөнөө ойр дотныхондоо заавал хэлэх хэрэгтэй

Хэрэв чи өвчилсэн бол найз нартаа хэлсэн нь дээр.

1. **Хэлэхгүй байх нь – түүний эрүүл мэндэд эрсдэл хийж буй хэрэг мөн.** Тэд өвчилж магадгүй. Хагас жил тутамд шинжилгээ хийлгүүлж байг.
2. **Хэлэхгүй байх нь – өөрийн эрүүл мэндээ эрсдэлд оруулна.** Таны найз нөхдөөс хэн нэг нь өвчлөөд түүнийгээ мэдээгүй байснаас та өвчилсэн байж болно. Та эрүүл болсон ч дахин халдвар авч, өвчилж мэднэ.
3. **Хэлэхгүй байх нь - нийгмийн эрүүл мэндэд эрсдэл учруулж байгаа хэрэг.** Сүрьеэ өнөө хир устаж үгүй болоогүй өвчин гэдгийг мэдэх хүн цөөн байна. Иймээс та өөрийн ойр дотныхонд хэлсэнээрээ тэдэнд түс болно.
4. **Жинхэнэ сайн нөхөд нүүр буруулдаггүй.** Тэд эхлээд ихэд балмагдаж мэднэ, бүх учрыг ойлготол тэдэнд хугацаа хэрэгтэй, гэхдээ тэд эргэж ирдэг. Хэрэв тэд чинь жижиг хүүхэдтэй бол, тэднийх нь эрүүл мэндийг бодож, нөхцөл байдлаа утсаар ярьж ойлгуул. Тэд таныг холоос ч гэсэн дэмжих болно.
5. **Бэлэн бай** - таны өвчнийг нөхөд чинь ойлгохгүй байж мэднэ - тэд ийм байдалд өмнө нь орж байгаагүй шүү дээ. Иймд тэднээс болохгүй юм бүү шаард. Чамд ямар дэмжлэг хэрэгтэй байгаагаа л шууд хэл.

## Буруутан болох мэдрэмж

Та яг одоо удаан хугацааны, хүнд эмчилгээтэй холбоотой амьдралын хүнд бэрх үеийг туулж байна. Та өвчилсөнөө мэдээгүй удаан явсан байж магад – иймээс орчин тойрныхноо зориуд аюулд учруулсан мэтээр өөрийгөө бүү буруутга.

Сүрьеэгээр өвчилсэн гэдгийг хүлээн авч чадахааргүй хүмүүс цөөн ч гэсэн байдаг. Тэр бүү хэл, таныг хүртэх ёстой юмаа хүртэж байна гэж буруутгаж ч мэднэ. Өвчлөхөөсөө өмнө та юу хийдэг байсан: архидаж, мансуурч, хонон өнжин тамхилдаг байсан ч энэ нь та эмчлүүлж байхад үед зэмлэх шалтгаан бишээ. Таны гол зорилго бол эрүүл болох билээ.

**TBPeople**-д хэцүү намтартай ч өвчнөөсөө салаад одоо бусдад туслаж байгаа олон хүн бий. Тэд зан чанарынхаа хүчээр эдгэрсэн. Бууж өгөөгүй юм.

## Сүрьеэгийн ген гэж байдаг, түүнээс л болж би өвчилсөн

Сүрьеэгээр өвчлөх урьдчилсан нөхцөл гэж байдаггүй. Энэ чинь өвчтэй хүнээс агаараар дамжин тархдаг халдварт өвчин шүү дээ. Халдвар дамжих хэлхээ гурван хэсэгтэй: халдварын эх уурхай, халдвар дамжих зам, халдварт өртөмтгий хүн.

**Жейн Картер** эмч бичсэн нь:

Сүрьеэгийн нян идэвхижэх боломж олгодог дархлааны тогтолцооны хямралын шалтгаан өнөө хэр тодорхойгүй байгаа юм. Халдвар авсан хүний 10% өвчлөх эрсдэлтэй гэдгийг бид мэддэг: тэдгээрийн тал хувь нь эхний хоёр жилд, үлдсэн нь хожуу өвчилдөг. Дархлааны тогтолцоог сулруулж, сүрьеэгийн нянг идэвхижэхэд нөлөөлдөг хүчин зүйлүүд гэвэл: **ХДХВ-ын хавсарсан халдвар, чихрийн шижин, бөөрний дутагдал, хоол хүнсний дутагдал** (биеийн жингийн 10%-иас илүү алдах), **тамхи татах** зэрэг болно. Зарим төрлийн эмчилгээ: **дархлаа болон хавдрын хими эмчилгээ, преднизон болон ФНО** (хавдрын үхжлийг өдөөгч) **альфа-блокаторууд** хэрэглэх зэрэгт сүрьеэгийн нян идэвхиждэг нь тогтоогджээ.

**Вера Зимина** бичсэн нь:

Сүрьеэ удамшдаг өвчин биш. Гэхдээ адил нөхцөлд байгаа хүмүүсийн зарим нь өвчилж, бусад нь эрүүл үлддэг нь тогтоогдсон. Сүрьеэтэй хүнтэй ахуйн хавьталтай үед эхнэр юмуу нөхөр нь өвчлөхөөс илүүтэйгээр цусан төрлийн ах дүүс нь илүү өвчилдөг. Одоогийн байдлаар тодорхой ген болон сүрьеэгээр өвчлөх боломжийн хоорондын холбоог илүү судалж байна. Би сүрьеэг олон хүчин зүйлт бүлэглэлд багтах генийн өвчнүүдийн нэг гэж үздэг мэргэжилтнүүдийн нэг л дээ. Эдгээр өвчин хүрээлэн байгаа орчны олон төрлийн таагүй үйлчлэл болон өвчинд өртөмтгий болгох удамшлын хүчин зүйлүүдийн холбоогоор үүсдэг. Өвчний энэ бүлэгт зүрх судас, амьсгалын зам, дотоод шүүрлийн ба бусад тогтолцоог гэмтээдэг ихэнх архаг өвчнүүд ордог. Түүнчлэн энэ бүлэгт өртөмтгий байдал нь зарим нөхцөлд удамшилтай холбоотой сүрьеэ зэрэг нилээд тооны халдварт өвчин багтдаг. Гэхдээ сүрьеэд өртөмтгий байна гэдэг нь заавал өвчлөх ёстой биш гэдгийг мэдэж байх хэрэгтэй. Сүрьеэ нь юуны өмнө халдварт өвчин, удамшлын өвчин биш юм. Өвчний үүсгэгчтэй таараагүй бол та сүрьеэгээр өвчлөхгүй.



## ЭМНЭЛЭГТ ТАНЫГ ЯАЖ ЭРГЭЖ ОЧИХ ВЭ?

Таныг эмнэлэгт байхад чинь эргэж очиж болох төдийгүй ингэх нь зайлшгүй хэрэгтэй. Эргэж очоод хэсэг хугацаанд ярьж суух нь, боодол жимс, хайрцаг тараг өгсөн ч бүгд тус болно. Бусад эмнэлэгт өвчтөнг эргэдэгтэй л яг адил. Мэдээж, сэргийлэх болон эрүүл ахуйн арга хэмжээ зайлшгүй авах хэрэгтэй, ойр дотныхон чинь халдвартын эмнэлэгт ирж байгаа шүү дээ.

Амны хаалт, гутлын улавч зэрэг ердийн зүйлсийг заавал хэрэглэх ёстой. Гол нь: нян ялгаруулдаг учир амны хаалтыг өвчтөн өөрөө зүүх хэрэгтэй. Амны хаалт нь нян тарахаас сэргийлдэг бөгөөд үүнийг 2 цаг тутамд солих шаардлагатай. Сүрьеэ нь сэтгэл санаанд нөлөөлөхөөс бус хувь хүнийг өөрчилдөггүй. Та одоохондоо өвчтэй байгаа болохоос биш яг л урьдын адил төрөл садан, анд нөхөр хэвээрээ байгаа.

## ОЙР ДОТНЫХОНОО ХЭРХЭН ХАМГААЛАХ ВЭ: СҮРЬЕЭГЭЭС УРЬДЧИЛАН СЭРГИЙЛЭХ.

Бид ойр дотныхныхоо төлөө айж эмээдэг. Энэ айдасаас болоод заримдаа нойроо алдах нь ч бий: өөр хүний өвчлөх шалтгаан болчихвол өөрийгөө уучлахад хэцүү.

Айх явдалгүй дээ. Кохын савханцар биед нэвтрэхэд дараах гурван хувилбарын аль нэг нь тохиолдож болно:

- 1. Бие махбодид орсон сүрьеэгийн нян** амьсгалын замын хамгаалах саадаар (салс, намилзуур хучуур эс, ханиах, нулимах) гадагшилдаг.
- 2. Өвчлөлийн шинж тэмдэггүй далд халдвар үүснэ** - энэ үед бие махбодь өвчний нянг таньж, түүнтэй тэмцэх өвөрмэц дархлаа үүсгэдэг.
- 3. Өвчин үүсэх** - бие махбодийн дархлааны хүч суларсан бол кохын савханцар идэвхижэн үржиж бие махбодиор бүхэлд нь тархана.



Сүрьеэгийн савханцарын халдвар авсан хүн бүр өвчилдөггүй. Хүний дархлааны тогтолцоо өвчний нянг нэг бол устгаж, эс бол тэдгээрийг “унтаа” байдалд оруулдаг.

## СҮРЬЕЭГИЙН ДАЛД ХАЛДВАР ГЭЖ ЮУ ВЭ?

Сүрьеэтэй хүнтэй хавьтахад нян эрүүл хүний бие махбодид орох эрсдэлтэй. Энэ хавьтал хэр удаан, ойр байна эрсдэл төдий чинээ ихэсдэг. Хэрэв халдвар авсан бол нянгууд эрүүл хүний бие махбодид “суурьшдаг”. Гэхдээ тэд тийм ч чөлөөтэй байгүй: дархлааны тогтолцоо ердийн бол нянд чөлөөтэй үржих боломж өгдөггүй тул төдийлэн хор хөнөөл учруулж чаддаггүй. Иймд халдвар ямар нэг шинж тэмдэггүй явагддаг. Түүнийг зөвхөн тусгай сорилоор илрүүлдэг. Эдгээрээс хамгийн өргөн хэрэглэдэг нь **Мантугийн** сорил юм. Халдвар авсан хүн яг л эрүүл хүн шиг байна. Ингэж ямар ч шинж тэмдэггүй, нам гүм явагддаг халдварыг далд халдвар гэдэг.



**Сүрьеэг ардын анагаах аргаар, тухайлбал: дорго, баавгайн тос, чонын мах, хүрэлзгэнэ, хөвд зэргээр эмчилдэг гэх яриа байх юм.**

Хүмүүс өвчнөөсөө салахын тулд эмчилгээний уламжлалт бус ямар ч хамаагүй аргыг сонгож зальт луйварчдын идэш болдог. Таны ойр дотныхонд “олон найрлагатай энэ эмийг уухгүй л бол эдгэрэх боломжоо алдана шүү”, “мөнгө эр нөхрөөс чинь илүү үнэтэй гэж үү?” гэх мэтээр дарамт үзүүлж ч магад.

Зальжин хүмүүс “энергийн түвшинд нөлөөлдөг”, “эд эсийг шинэчилдэг” гэх уртаас урт эрдэм шинжилгээний мэт тайлбар бичигтэй үнэтэй эмүүдийг санал болгоно. Эсвэл ардын эмнэлгийн гэж хатаасан хорхой шавьж, спиртэнд хандалсан авгалдайг шахна. Эднээс болгоомжил, тэд бол зөвхөн өөрсдийн ашиг хонжоо хайсан, таныг “мөнгөний хүүдий” мэт хардаг хүмүүс. Та зөвхөн өөрийн итгэсэн эмчдээ л хандагтун, эсвэл бидэнд бичээрэй. Хамгийн үр дүнтэй бүхнийг таны эмчилгээнд хэрэглэж буйг санагтун.

V

Сүрьеэгийн эмч **Наталья Боровок** тайлбарлаж байна:

Олон зуун жилийн турш хүмүүс сүрьеэг ардын эмнэлгийн аргаар эмчлэх гэж оролдсоор иржээ, иймээс толгойд нь тодорхой хэвшил хадгалагдан үлддэг. Гэхдээ зөвхөн антибиотик бий болсноор л өвчинг эдгээж чадсан юм. Эмчилгээний зөв горим хэрэглэж байгаа үед ардын арга хэрэгсэл хэрэггүй ээ. Өөх тос нь илүү хор учруулдаг: эмийг боловсруулж байгаа элгэнд нэмж ачаалал өгдөг. Зальт хүмүүсийн санал болгож буй тэр бүх арга хэрэгслүүд бол өвчтөнүүдийн итгэл дээр тоглож баяжих гэсэн оролдлого л юм шүү.

**Анастасия Самойлова:**

Сүрьеэг эмчлэх үндсэн арга бол эмийн эмчилгээ, зөвхөн энэ эмчилгээ л бие махбодь дахь сүрьеэгийн нянг дарангуйлах чадвартай юм. Өвчтөн бүх хүч чадлаа хими эмчилгээний заавар зөвлөмжийг ягштал дагаж мөрдөхөд л зориулах хэрэгтэй. Ингэж байж л өвчнийг ялж, эдгэрнэ. Эдгэрэх өөр арга зам эрэх нь цаг хугацаа, хүч боломжийг дэмий үрэхэд л хүргэдэг. Нэмэгдэл эмчилгээний талаар сүрьеэгийн эмчтэйгээ зөвлөөрэй, учир нь бид туслах эмчилгээ мөн ашигладаг. Энэ эмчилгээ нь эмийн эмчилгээний хүндрэлийг давж туулахад тус болж, үүсч бий болсон өөрчлөлтийн эдгэрэх хугацааг хурдасгадаг юм.

## СҮРЬЕЭГИЙН ШИНЖ ТЭМДЭГҮҮД

V

**Сүрьеэ** нь илэрхий анхаарагдах шинж тэмдэггүй байж болно, гэхдээ дараах шинжүүд илрэх нь олонтаа:

1. **Ханиалгах.** Хэвшсэн ойлголтоос эсрэгээрээ өвчилсөн бүхэн ханиалгаад байдаггүй.
2. **Хоол ундандаа дургүй болох /биеийн жин хасагдах/**
3. **Шөнөдөө хөлрөх.**
4. Удаан хугацаагаар **37-37,5 хэмтэй халуурах.** Ийм халууныг бараг мэдэрдэггүй тул анхаарал хандуулдаггүй, иймээс анзаарч байх хэрэгтэй.
5. **Бие суларч, ядрах.** Энэ шинж тэмдэгийг бараг анзаардаггүй - ажилтай юмуу сурч байгаа үед үүнийг хэвийн мэт үздэг. Энд гол нь их хурдан ядардагийг анхаарвал зохино.

Дээрх шинж тэмдэгүүдийн нэг нь л хоёр долоо хоногийн турш анзаарагдвал эмчид хандах шаардлагатай.



ӨВЧТӨНӨӨС

ТА БОЛОН ОЙР ДОТНЫХОН ТАНЬ

## ДАЛД ХАЛДВАРЫГ ОНОШЛОХ НЬ

**Манту** сорилыг сургууль дээрээ олонх нь хийлгэсэн байх, гэхдээ энэ нь юунд хэрэгтэйг мэдсэн хүн цөөн бизээ. Энэ бол арьсанд хийдэг сорил бөгөөд хэрэглэдэг бодисыг нь **туберкулин** гэдэг. Саяханаас “**Диаскинтест**” бий болсон, зарчим нь **Манту**-сорилтой төстэй. Бие махбодийн хариугаар тухайн хүн халдвар авсан эсэхийг тодорхойлдог.

Арьсны сорилын зэрэгцээ цус шинжилж сүрьеэг оношлодог, үүнийг хуруун шилний сорил **IGRA** (жишээ нь **T-SPOT-TB**) гэх бөгөөд энэ нь **Манту** сорилтой харьцуулбал хуурамч-ээрэг хариу өгөх нь ховор байдаг ч хавьгүй үнэтэй. Иймээс түүнийг хурдан агаад нарийн оношлогоо хэрэгтэй үед л хэрэглэдэг: жишээ нь, **ХДХВ** халдвартай үед юуу сүрьеэгийн ямар ч шинж тэмдэг илрээгүй үед уушгины бус сүрьеэг үгүйсгэхийн тулд хэрэглэдэг.



**Америк болон Европод БЦЖ тарилга хийдэггүй, тэгээд тэнд хэн ч өвчилдөггүй. Харин манайд болохоор БЦЖ тарилга, Манту сорилыг толгой дараалан хийдгээс ийм олон хүн өвчилж байгаа юм.**

Сүүлийн үед **БЦЖ тарилга, Манту** сорилоос хүмүүс цэрвэх болсон нь үнэн л дээ. Хүмүүс хүүхэддээ тарилга хийлгэхээс татгалздаг болсон – ингэснээрээ тэднийгээ гаж нөлөөнөөс аварлаа гэж үздэг. Үнэндээ тарилга хийлгэхээс татгалзсаны хор уршиг илүү байх болно.

### **Наталья Боровок:**

**БЦЖ** тарилга нь бага насны хүүхдийг үхэлд хүргэж болох түгмэл сүрьеэ ба сүрьеэгийн мэнэнгээс хамгаалдаг. Харамсалтай нь энэ тарилга хийлгэхээс олноороо татгалзах болсон, бас **БЦЖ** тарилга хангалттай бус нийлүүлэгдэж байгаагаас манай оронд сүүлийн бүтэн хагас жилд энэ эмгэгээр хүүхдийн амь нас үрэгдэх нь ажиглагдах боллоо. **БЦЖ** тарилга хийлгэсний дараа үүсдэг хүндрэл нь сүрьеэгээр нас барах эрсдэлийг бодвол хэд дахин бага юм. **БЦЖ** тарилгын болон **Манту** сорил бусад өвчлөлүүдтэй хэрхэн хамааралтайг хэн ч батлан тогтоогоогүй байна. Янз бүрийн бодис, нэгдэлүүд тухайн хүнд нийцгүй нөлөөлөх нь байдаг л зүйл, гэхдээ энэ нь урьдчилан сэргийлэх тарилгаас татгалзаж, сүрьеэгээр хүүхдүүд үй олноороо үхэж үрэгдэж байсан дундад зууны үедээ эргэн очих шалтгаан бишээ. **Манту** сорил хийдэг туберкулин нь нянгийн биет огт агуулдаггүй, иймээс энэ сорил хийлгэснээр сүрьеэгээр халдварлана гэдэг байж болохгүй юм

Сүрьеэгийн эмч **Вера Зиминагийн** тайлбар:

Сүрьеэгийн өвчлөл багатай орнуудад халдвар тараах эх уурхай (сүрьеэгийн **нян ялгаруулж** буй өвчтөн) үгүй болсон учраас хүүхдэд **БЦЖ** тарилга хийхээс татгалзах болжээ. Хүүхдүүд өвчин үүсгэх **сүрьеэгийн нянтай** хавьтах магадлал бараг үгүй гэж тооцдог байна. **БЦЖ** тарилга нь амьд вакцин учир маш бага ч гэсэн тарилгын дараах хүндрэл үүсэх эрсдэл байдаг. Иймээс тэдгээр орнууд энэ эрсдэл ба тарилгын ашиг тусыг харьцуулж үзээд бүх хүүхдүүдээ дархлаажуулахгүй байхаар шийджээ. Гэхдээ тэд эрсдэлтэй бүлгийн хүүхдүүдэд тарилга хийдэг. Энэ нь ЗХУ-д 1982 онд цэцэг өвчний урьдчилан сэргийлэх тариа хийхийг зогсоосонтой адил юм. Орос оронд сүүлийн хэдэн жил сүрьеэгийн өвчлөл мэдэгдэхүйц буурч байгаа ч өндөр хэвээр байгаа тул бид одоохондоо шинэ төрсөн хүүхдүүддээ урьдчилан сэргийлэх тарилга хийхгүй байж болохгүй байна.

## УРЬДЧИЛАН СЭРГИЙЛЭЛТ (СҮРЬЕЭГИЙН ДАЛД ХАЛДВАРЫГ ЭМЧЛЭХ)



Сүрьеэгийн халдварын эмчилгээг бид голдуу урьдчилан сэргийлэлт гэж нэрлэдэг - үүгээр бид халдварыг өвчин болж даамжирахад хориг тавьж байгаа юм.

Өвчтөний нас болон дагалдах өвчин байгаа эсэхээс хамааран урьдчилан сэргийлэх эмчилгээнд изониазид, рифампициныг дангаар нь юмүү энэ хоёрын хосолсон эмчилгээ хийдэг. Энэхүү сэргийлэх эмчилгээг ХДХВ-тэй болон сүрьеэгийн нян ялгаруулдаг хүмүүстэй байнга харьцдаг хүмүүст (ялангуяа хүүхдүүдэд) хийдэг.

### ӨРӨӨ ТАСАЛГААГ АРИУТГАХ:

Сүрьеэгийн эмчилгээний байгууллагуудын гадна төрх төдийлөн сайхан биш ч энд эрүүл ахуйн ариутгал-цэвэрлэгээг байнга бөгөөд сайтар хийдэг. Энэ байгууллагуудын бусдаас ялгарах онцлог нь энэ юм. Гэрийн нөхцөлд: **сүрьеэгийн нянг** устгах хамгийн үр дүнтэй арга нь өрөө тасалгааны агааржуулалт байдаг. Агааржуулалтыг аль болох олон удаа хийх хэрэгтэй.

Тавилга, эд юмсын гадаргууг ариутгах нь зөвхөн шууд хавьталаас үүсдэг бусад халдвараас л сэргийлдэг.

ӨВЧТӨНД



**Эмчилгээний явцад шивээс, гоо сайханы засал, пирсинг хийлгэвэл дархлаа сулардаг**

**Жейн Картер** эмч бичиж байна:

Дээрх засал, шивээсүүд нь өвчлөлийн явцыг даамжруулдаггүй. Гэхдээ сүрьеэгийн нян эерэг гарсан тохиолдолд эмчилгээ хийлгэж байхдаа олон нийтийн газар очиж болохгүй. Мөн түүнчлэн шивээс хийлгэх, чихээ цоолуулахдаа баталгаагүй хүнээр хийлгэвэл элэгний үрэвсэл болон бусад халдвар авч болох тул болгоомжлох нь зүйтэй.

ТА БОЛОН ОЙР ДОТНЫХОН ТАНЬ

## ЭРХЭЭ ХЭРХЭН ХАМГААЛАХ ВЭ?

VI

Хүн бүр амьдрах эрхтэй. Чамд юу ч гэж хэлж байсан ч нийгмийн хог шаар биш зүгээр л өвчилсөн хүн. Чиний эрүүл мэнд чиний гарт байдгийг санаж байгаарай.

Өвчлөөд эмчлүүлж байхад бидэнд арга тасрах үе байдаг. Ялангуяа эргэн тойрон чинь чиний эсрэг байгаа бол.

### ТАНЫ ЗААВАЛ САНАЖ ЯВАХ ЁСТОЙ ГУРВАН ГОЛ ЗҮЙЛ:

- 1. Илүү нэр хүндтэй, өөр эмчээс зөвлөгөө авах эрх танд бий.** Сүрьеэгийн ЭШХ (эрдэм шинжилгээний хүрээлэн) болон мэргэжлийн бусад төвд хандаж тэндээс зөвлөгөө ав.
- 2. Та хэвийн нөхцөл байдалтай эмнэлэгт хэвтэж эмчлүүлэх эрхтэй.** Хэвтэж эмчлүүлж буй эмнэлэг чинь ариун цэвэр, эрүүл ахуйн наад захын хэм хэмжээг баримтлан, таныг гутамшигт байдалд оруулах ёсгүй. Хэрэв тийм биш юмуу эмчилж буй эмчтэйгээ маргалдсан бол ерөнхий эмчид нь ханд. Тэгээд асуудал шийдвэрлэгдэхгүй байвал Эрүүл мэндийн яам, сүрьеэгийн эмчилгээ хариуцсан удирдах газар юмуу эмнэлгийн үйлчилгээ хянадаг газруудад ханд.
- 3. Ажил олгогч өвчилсөний чинь төлөө дарамт үзүүлэх эрхгүй.** Ажил дээр чинь асуудал гарвал: өвчилсөн үед ажлаас халах нь зөвхөн онцгой тохиолдолд л зөвшөөрөгддөгийг сана. Гэхдээ ажил олгогчид хүнийг “өөрийнх нь хүсэлтээр” гэж голдуу халахыг оролддог. Энэ бол шууд л таны эрхийг зөрчиж байгаа хэрэг. Ийм үед хөдөлмөрлөх эрхийн талаар хяналт тавьдаг байгууллагад ханд. Мөн түүнчлэн хөдөлмөрийн маргааныг шүүхээр шийдвэрлэдэг.

### ГОЛ ЗҮЙЛ: Улс оронд мөрдөж буй сүрьеэгийн талын хууль дүрэм журамыг судлаж танилцаарай.

- 1. Үндсэн хууль:** Хүний эрх, өвчтөний эрхийн талаарх бүлгүүд.
- 2. Эрүүл мэндийн яам болон удирдах газруудын сайтад: хүн амын эрүүл мэнд болон нийгмийн хамгааллын тухай хуулиуд.**
- 3. Сүрьеэгийн тухай хууль дүрэм, хэм хэмжээний талаар баримт бичгүүд.**

Бас танай орны ямар байгууллага эмнэлгийн тусламжийн чанарыг хариуцдагийг мэд.

ӨВЧТӨНӨӨС

ЭРХЭЭ ХЭРХЭН ХАМГААЛАХ ВЭ?

Эрхийнхээ төлөө ганцаар тэмцэх хэцүү. Ялангуяа эмчлүүлж байхдаа олон тооны хууль дүрэм судлах бүр төвөгтэй. Гэхдээ та орь ганцаар биш шүү дээ. Чамайг ойлгож туслах хүнийг чи олж чадна. **Сүрьеэ** болон нийгмийг хамарсан бусад өвчний (**ХДХВ**, элэгний үрэвсэл) талаар ажилладаг олон нийтийн байгууллагыг эрж хай. Ийм байгууллагуудад эмч, хуульчид үнэгүй зөвлөгөө өгдөг юм.

## СҮРЬЕЭГИЙН ТУХАЙ МЭДЭЭЛЛИЙГ ХЭРХЭН ХАЙЖ, ЯАЖ ӨӨРИЙГӨӨ ХОХИРООХГҮЙ БАЙЖ БОЛОХ ВЭ?

**Ксения Щенина:**

**“Сүрьеэ: дэмжлэг ба хариу”сайтад бүлэг үүсгэн байгуулагч**

Оношоо сонсмогцоо л бид мэдээлэл олж авах гэж ухасхийдэг. Голдуу интернэт ухах юмуу танил эмч нараасаа асууцгаана. Зарим няхуур нэг нь эрүүл мэндийн сэтгүүл шагайцгаадаг.

Алхам алхамаар учрыг нь олцгооё.

Шууд л “сүрьеэг эмчлэх” түлхүүр үгээр эрэх нь хортой. Учир нь интернэт аюулгүй, удирдаж болох орон зай биш, зүгээр л хогийн овоолго гэсэн үг. Иймээс өөрийгөө хэрхэн хамгаалах тухай цөөн зөвлөгөө өгье.

### Зөвлөмж 1. Нэр хүндтэй эх сурвалжид ханд.

Эрдэм шинжилгээ-судалгааны төвүүд болон **ДЭМБ**-ын сайтууд. **Сүрьеэгийн** асуудалтай орон бүрд энэ өвчний судалгааны хүрээлэн юмуу төвүүд бий. Тэдгээр байгууллагуудын сайтын “өвчтөнд” гэсэн хэсгээс сүрьеэгийн талаар мэдээллийг олж болно. **ЭШХ**-д эчнээ зөвлөгөө өгөх нь ч бий (баримт бичгээ хэрхэн өгөх талаар тэнд нь бичсэн байгаа). Энэ сайтуудыг олоход хялбар: шууд л улсынхаа нэрийг бичээд, **сүрьеэ ЭШХ** гээд л эр. Эсвэл эмчилж буй эмчээсээ манайд **сүрьеэ**, түүний эмчилгээг судалдаг ямар ЭШХ байдгийг асуу.

Өөр найдвартай олон мэдээллийг **ДЭМБ**-ын сайтын сүрьеэгийн хэсгээс олж болно.

**ГОЛ ЗҮЙЛ:** Анагаахын боловсролтой танилаасаа чамайг зөв эмчилж буй эсэхийг асуугаад хэрэггүй.

Зөвлөгөө авахдаа хамгийн чухал нь эмчийн мэргэшил гэдгийг санаарай. Нарийн мэргэшсэн, жишээ нь: ходоод гэдэсний эмгэг судлаач юмуу харшил судлалын эмч нар сүрьеэгийн эмчилгээний



нарийн ширийнийг төдийлөн сайн мэдэхгүй. Сүрьеэтэй холбоотой ажлын туршлагагүй бол анагаахын ерөнхий мэдлэг танд тус болохгүй.

Эмч нарын хурал, анагаахын сэтгүүлүүд. Уушгины өвчний эрдэм шинжилгээний сэтгүүл дэх өгүүлүүд нь мэргэжлийн хүнд зориулагдсан байдаг гэдгийг санаарай. Салбарын нэр томъёог мэдэхгүй бол бичигдсэнээс тэс өөр зүйл уншиж мэднэ. Танил эмч нар чинь тэр сэдвийг ойлгоход чинь тус болж магадгүй. Асуудлуудаа төлөвлөөд эмчилж буй эмчээсээ асуугаарай.

## **ГОЛ ЗҮЙЛ: Гүйцэд ойлгохгүй болон яарч сандрах нь үнэтэй тусч мэднэ.**

Хувийн жишээ: миний уушгин дахь хуучны өвчлөлөөс болж эм тийшээ “нэвтрэхгүй” байсан тул мэс засал шаардлагатай боллоо. Би үүнээс үхтлээ айж байв. Википедэд сүрьеэгийн хоёр эгнээний эмийн тухай уншсан болохоор эхнийх нь туслаагүй бол хоёр дахийг нь өгнө биз гэж бодоод, мэс ажилбараас татгалзаж, эмчээсээ: дахин эм ууя гэж шаардлаа. Гэтэл би хоёр дахь эгнээний эмийн эмчилгээ нь эмэнд тэсвэртэй сүрьеэд зориулагддагийг ойлгоогүй байж. Харин миний сүрьеэ мэдрэг байснаас эм уух хугацааг дахиад хоёр сараар сунгасан ч тус болсонгүй. Энэ бүх хугацаанд би ихэд цухалдаж, бараг л нойрноос гарлаа. Эцэст нь уушгины зурагт: уушгины задрал нь улам ихэссэн байлаа. Ингээд нэг ч биш бүр хоёр мэс ажилбар хийлгэх шаардлага гарсан юм даа.

## **Зөвлөмж 2. Луйварчид - ухаалаг агаад сэргэлэн нь дэндсэн үлс**

Сүрьеэгийн хамгийн үр дүнтэй эмчилгээ нь **эмийн эмчилгээ** гэдгийг санаж байгаарай. Товхимол дахь цуу яриануудаас бид айдасын тухай уншиж ойлгосон. Өөрсдөд нь чанар муутай эм өгч хэмнэлт гаргаж байна гэх юмуу эсвэл эмч нар өөр нэг чухал аргаа биднээс нуугаад байна, биднийг эмнэлэгт удаан хугацаагаар байлгах нь тэдэнд ашигтай гэх мэтээр олон өвчтөн ярьцгаадаг.

Луйварчингууд өвчтөнүүдийн айдас дээр хөөрхөн тоглочихдог. Тэд бидний сэтгэлгээг мэддэг: бид их хардамтгай. Биднийг хорлож байгаа юм шиг л байнга боддог.

**ГЭТЭЛ ҮНЭН ХЭРЭГТЭЭ: биднийг эмчлэх нь улсад ашигтай, сүрьеэгийн тархалт хэнд ч хэрэггүй. Энэ эмчилгээ хэмнэлттэй – тэгээд үр дүнтэй байх ёстой.**

VI

Зарсан хөрөнгө нь дээд зэргийн үр өгөөжтэй байх учиртай. Иймээс хэрэв ид шидтэй хатаасан хорхой шавьж үнэтэй антибиотикоос илүү үр дүнтэй байсан бол тэр хорхой шавьжийг нь л худалдан авах байсан. Хэрэв чи тэр гайхамшигт хэрэгслүүдийг худалдаж авахаар шийдсэн бол эмчдээ хэлээрэй. Зөгийн бал, хүн орхоодой ч хүчтэй харшил өгч болно. Харшлын хүчтэй урвал өгвөл амь насыг чинь чамайг эмчилж байгаа эмч хариуцах болно гэдгийг бодож үзээрэй.

Хохирох хүн нь интернэтээр шидэт зүйл худалдсан тэр хүн биш, чи л байх болно.

### **Луйварчдын сайт гэдгийг яаж мэдэх вэ:**

Хамгийн түрүүнд сэжиг төрүүлэх зүйл бол: “хамгийн үр дүнтэй эмчилгээ”, “эмгүйгээр хоёр дахин хурдан эрүүлжлээ” зэрэг нүдэнд гойд тусах зар. Гэхдээ луйварчид бүр ухаалаг болоод шууд ажиллахаа больжээ. Тэдний сайт нь эрдэм шинжилгээний мэт болж. Анагаах ухааны өгүүлэл ч бас тавьдаг болцгоож. Мөн эдгэрсэн хүмүүсийн талархал ч урсаж өгнө. Зөвлөгчид нь хэрэв тус болохгүй бол мөнгийг чинь эргүүлж өгөх тухай ч амлана. Эдгээр сайтуудын хамгийн муухай нь: тэдний хөлсөлсөн мэргэжилтэнүүд таны өвчний талаар зөвлөгөө өгөхийн зэрэгцээ уламжлалт бус эмчилгээний аргыг санал болгодог – энэ нь тус болохгүй гэж шууд хэлэхгүй, хэрэглээд үз л гэгцгээдэг ...

### **ЭНЭ БҮГД – ХУДАЛ. Энэ хүмүүс чамайг эрүүл болгохыг огт хүсэхгүй. Тэдэнд зөвхөн чиний мөнгө л хэрэгтэй.**

**\*Орос болон дэлхий дахинд эрүүл мэндийн хөтөлбөрийг хөгжүүлэх Лилли түншлэл** нь уг Түншлэл болон Эли Лилли энд Компани бүлгийн зүгээс хянах боломжгүй болон өөрийн өмч биш гадны эх сурвалжуудад тавьсан мэдээлэлд хариуцлага хүлээхгүй.

Иймээс “Сүрьеэ: Дэмжлэг ба хариу” бүлэг үүссэн юм. Бид энэ бүлгийг хүмүүст туслах, тэд мэдээлэл эрж, үй олон эх сурвалжийг шалгаж төөрөлдөхгүй байгаасай гэж байгуулсан. Бид өөрсдөө ийм байдалд орж байсан: нэг талаас мэдээллийн вакуум, нөгөө талаас үй олон луйварчидтай тулгараад яаруу сандруу шийдвэр гаргаж байлаа.

Бид ярьсан бүхэндээ хариуцлага хүлээж, бүлэг дотроо болж буй бүхнийг хянаж байна. 9 жил өнгөрөхөд удирдах бүрэлдэхүүнд бүгд сүрьеэгээр өвчлөөд эдгэрсэн хүмүүстэй, шалгагдсан туршлагатай эмч, сэтгэл зүйч, хуульчдаас бүрдсэн багтай болжээ.

Манай бүлэг бол Интернет дэх аюулгүй арал болой\*.

## Сүрьегийн курс эмчилгээ хийлгээд дууссаны дараа өвчнөө дахин сэдрээхгүйн тулд улирлын (намар, хавар) урьдчилан сэргийлэх эмчилгээ хийлгэх шаардлагатай

**Дахилт** – гэж өмнө сүрьеэгээр өвчлөөд эмчилгээний бүрэн курс дуусгаж, эдгэрсэн гэж тооцсон хүн дахин сүрьеэгээр өвчлөхийг хэлдэг.

**Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Байгууллагын** зөвлөмжинд сүрьеэ дахин сэдэрч өвчлөхөөс сэргийлэх эмчилгээний талаар юу ч дурьдаагүй байдаг. Хамгийн гол нь эмчилгээгээ дуустал нь зохих ёсоор хийлгэх юм. Өвчтөний сүрьеэ мэдрэг эсэхээс хамааран эмчилгээний хугацаа янз бүр байдаг. Эмчилгээг буруу тун, дутуу хугацаагаар хийвэл эмэнд тэсвэртэй **сүрьеэгийн** хэлбэрт шилжиж магадгүй.

**Светлана Долту** ярьж байна:

Молдов улсад олон улсын зөвлөмжийн дагуу сэдэрлэтээс сэргийлэх эмчилгээ хийдэггүй. Урьдчилан сэргийлэх эмчилгээг халдвартай сүрьеэтэй хүмүүстэй хавьтсан **ХДХВ**-ийн халдвартай болон 5 хүртэл насны хүүхдүүд зэрэг хүн амын тодорхой бүлэглэлд зөвхөн хийдэг.

Сүрьеэгийн дараах уушгины үлдэгдэл өөрчлөлттэй хүмүүсийг эрсдэлтэй бүлэгт хамааруулж, жил бүр урьдчилан сэргийлэх үзлэгт оруулж, асуулга аван цэрийг нь бичил харуураар шинжилж, рентген зураг авдаг. Сүрьеэ дахин сэдрээхээс сэргийлэх хамгийн гол арга бол бие махбодийн хамгаалах хүчийг бэхжүүлж, амьдралын эрүүл хэв маягийг мөрдөх: зөв хооллон, биеийн тамир спортоор хичээллэж биеэ чийрэгжүүлэн, тамхинаас татгалзаж, эрсдэлийн бүлэгт орсон бол тогтмол үзлэг хийлгэх байдаг. Түүнчлэн биеийн байдал дордож, дархлаа сулрахаас сэргийлж дагалдах өвчнүүдийг эмчилж байх нь чухал юм.

**Андрей Марьяндышев:**

Сүрьеэгээс эмчлэгдсэн хүмүүсийн 2-4%-д нь л сүрьеэ дахин сэдэрч өвчилдөг. Сүрьеэгийн нянгийн молекул-генетик судалгаагүйгээр үүний шалтгааныг тодорхойлох боломжгүй юм. Энэ нь идэвхитэй сүрьеэтэй хүнээс дахин халдвар авсан, эсвэл сүрьеэгийн эмийг тогтмол хэрэглээгүйгээс ч болсон байж мэднэ. Ямар ч тохиолдолд сүрьеэ дахин сэдэрх нь жилийн улиралтай хамаагүй, иймээс улирлын чанартай урьдчилан сэргийлэх сүрьеэгийн эмчилгээ хийх шаардлагагүй. Харин сүрьеэ нь эмчлэгдсэний дараа **ХДХВ** эерэг үзүүлэлттэй гарсан зарим хүмүүст жилийн улиралаас хамааралгүйгээр урьдчилан сэргийлэх эмчилгээ хийж болох талтай.

## ӨДӨР ТУТМЫН ХЭВИЙН АМЬДРАЛДАА БУЦАН ОРОХ

Өвчнөөсөө салсаны дараа сэтгэлийн хөөрөлд голдуу ордог. Эрүүл болсон олон хүн ингэж ярьцгаадаг. Чи өөрийнхөө төлөө тэмцээд ялж гарлаа. Чи эрүүл болсон. Бүжиглэмээр ч юм шиг, таарсан хүн болгонд цэцэг бэлэглэмээр ч юм шиг, амьдралд шунан дурлах болно. Ганц ч хоромыг дэмий өнгөрүүлмээргүй санагдаж, шинэ амьдралын нэг өдөр хуучны 10 өдөртэй тэнцмээр бодогдоно. Хамгийн түрүүнд: “Би урьдынх шигээ амьдрахгүй ээ” гэж боддог.

Сэтгэлийн энэ шинэ эрч хүч удаан хадгалагдвал сайн л хэрэг. Эдгэрсний дараа амьдралаа үнэнхүү огцом өөрчилсөн хүмүүсийг бид мэднэ. Сонирхолгүй ажлаа орхиж, мөрөөдөж байснаа суран эзэмшиж, эцсийн эцэст юу тэднийг аз жаргалтай болгож байгааг ойлгодог. Ийм зүйлийг давж гарсан юм чинь ахуйн жижиг зүйл, саадыг давчихна даа гэдэг мэдлэг нь тэдэнд тус болжээ.

Гэвч ийм байдал эдгэрсэн бүхэнд тохиолддоггүй. Сэтгэлийн хөөрөл буурна. Ядарч, амьдралаа “цэгцэлж” чадмааргүй санагдана. Орчин тойрны хүмүүсийн өдөр тутмын зовиур өчүүхэн мэт бодогдож, харин чиний туршлага, сургамжийг хэн ч үл ойлгоно.

Тэгээд энэ үедээ юу болсоныг мартахыг хичээнэ. “Надад тохиолдсон бүхэн хэнд ч сонирхолтой биш, цаашдын амьдралаа бодох минь” гэж бодовч ой ухаанд “харанхуй толбо” үлдэх мэт. Энэ нь сэтгэлийн дарамт болж гутралд орно.

Бидний сэтгэл зүйд нэг чанар байдаг нь: дайтаж байгаа үед, нөхцөл байдлаа аюултай орчин хэмээн мэдэрсэн бол биеэ сэтгэлээ сулладаггүй. Цаг ямагт сонор сэрэмжтэй болно. Иймээс өвчтэй байх үед өөрөө ч, эргэн тойрны хүмүүсээ ч гутаж гуниулахгүйн тулд байнга инээмсэглэхийг хичээнэ. Харин аюулгүй орчинд ормогц л бие махбодь өөрийн хэвд орно. Тохиолдсон бүх зүйл биднийг дарж, бид өөрсдөө ухамсарлаагүй байсан айдас түгшүүр нөмрөн авна.

Энэ бол хэвийн зүйл биш гэдгийг ойлгох хэрэгтэй. Туулсан туршлагаа ярьж, сайтар боловсруулах хэрэгтэй. Хэрэв айдас түгшүүр амьдралд саад болж, яльгүй юманд л гомдож, хүч тэнхээгүй болж, бүх юм бүтнэ гэдэгт итгэхгүй байвал чамайг ойлгох хүнд хандах хэрэгтэй. **TBPEOPLE**-ийн дунд тийм хүн заавал олдоно. Чиний туршлага, чам шиг байдалд орсон хүнд тус болбол сэтгэл хөнгөрдөг. Ерөнхий нөхцөл байдал дээрдээд ирмэгц итгэл орж хүч тэнхээ сэргэнэ.

Бидний “хөтөч” таны сэтгэлийг өөд нь татаж, эрүүл болох боломжтой гэдэгт итгэхэд чинь тус болсон гэж би итгэж байна. Одоо чи юутай учирсанаа тодорхой сайн мэдэх болсон тул чамд тийм ч аймшигтай биш болно. Мэдлэгтэй болсон бол айдас холддог. Бууж өгөлгүй эмчилгээгээ **үргэлжлүүлээрэй**. Өвчилсөндөө чи буруутай биш гэдгээ ямагт санаж яв. Иймээс энэ тухай ил тод ярихаас бүү эмээ.

**Сүрьеэ өвчин эдгэрдэг өвчин. Түүнийг бүрмөсөн устгахын тулд бид хамтдаа тэмцэх хэрэгтэй.**



**Орчуулсан:** Ю.Н.Кручкин / Аюур  
Профессор, Дорнод Азийн академи

**Хянан тохиолдуулсан:**

Г.Цогт, АХБ ба Глобаль Сангийн хамтарсан санхүүжилттэй “Вируст гепатит, сүрьеэгийн урьдчилан сэргийлэлт, илрүүлгийг сайжруулах” төслийн зөвлөх

Б.Амгалан, АХБ ба Глобаль Сангийн хамтарсан санхүүжилттэй “Вируст гепатит, сүрьеэгийн урьдчилан сэргийлэлт, илрүүлгийг сайжруулах” төслийн зохицуулагч

Энэхүү ном нь сүрьеэгээр өвчилсөн Оросын зураач эмэгтэй өвчнөө хэрхэн даван туулсан тухай түүх бөгөөд сүрьеэ өвчин, түүний шалтгаан, шинж тэмдэг, оношилгоо, эмчилгээ болон уг өвчний талаарх буруу ойлголтуудын талаар өгүүлдэг.

Эмч нарын хэрэглэдэг нэр томъёо, зарим ойлголтуудыг нэртэй мэргэжилтнүүд тайлбарласан нь таны мэдлэгт нэмэр болно гэж найдаж байна.

Уг номыг АХБ ба Глобаль Сангийн хамтарсан санхүүжилттэй “Вируст гепатит, сүрьеэгийн урьдчилан сэргийлэлт, илрүүлгийг сайжруулах” төслийн санхүүжилтээр хүн амын эрүүл мэндийн боловсролд зориулан хэвлэв.

Худалдан борлуулахыг хориглоно.

“Би Си Ай” ХХК-д хэвлэв.

Товхимолыг бэлтгэсэн:

Төслийн зохиогч: **Полина Синяткина**  
Сэдвийн зохиогч: **Ксения Щенина, Мария Целоватова, Полина Синяткина**  
Зургийг: **Полина Синяткина**  
Уран сайхны редактор: **Мария Кронгауз**  
Сэтгэл зүйч: **Ольга Шавеко**  
Анагаах ухааны редактор: **Вера Зимина**  
Дизайнер: **Ольга Чурюмова**

ТВPEOPLE-ийн оролцогч доорх хүмүүст талархая:

**Тимур Абдулаев, Цира Чахая, Виталий Осетинский, Ольга Литвинова, Светлана Просвирина, Катерина Емельянова, Павел Журавлев.**

**“Сүрьеэгийн тухай цуу ярианууд”**

төсөлд оролцсон эмч нар:

**Майкл Рич** (Michael Rich) **АНУ**  
**Светлана Долту, Молдов**  
**Жейн Картер** (Janee Carter) **АНУ**  
**Вера Зимина, Орос**  
**Ли Б. Реихман** (Lee B. Reichman) **АНУ**  
**Георгий Волченков, Орос**  
**Наталья Боровок, Украин**  
**Александра Соловьева, Орос**  
**Андрей Марьяндышев, Орос**  
**Анастасия Самойлова, Орос**  
**Александр Пантелеев, Орос**  
**Татьяна Пьянзова, Орос**  
**Роман Никитин, Орос**

Товхимолыг ОХУ-ын Эрүүл мэндийн яамны сүрьеэгийн ерөнхий мэргэжилтэн **Ирина Васильева** сайшаасан болой.

Та бидэнд хэзээ ч бичиж болно шүү:

**Полина Синяткина** [PAULINAFINEARTS@GMAIL.COM](mailto:PAULINAFINEARTS@GMAIL.COM)  
**Ксюша Щенина** [SHCHENINA@GMAIL.COM](mailto:SHCHENINA@GMAIL.COM)