

了解这些知识，科学防治结核病

易春梅

越西县疾病预防控制中心 四川越西 616650

[中图分类号] R54 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2023) 11-076-01

结核病是一种由结核杆菌引起的慢性传染病，严重危害着人类的健康。在全球范围内，结核病每年都在持续增长，尤其是在一些人口密集的地区，结核病的发病率居高不下。因此，了解结核病的基本知识、科学防治结核病是非常必要的。本文将向大家科普结核病的基本知识，帮助大家更好地预防和治理结核病。

一、结核病的基本知识

结核病的病原体是结核杆菌，这是一种细长、稍弯曲的杆菌，具有抗酸染色特性。结核杆菌可以在人体内生存并繁殖，尤其是在肺部组织中，但也可以影响其他器官。

二、结核病的传播途径

1. 呼吸道传播：如咳嗽、喷嚏、大笑等方式，将含有结核杆菌的飞沫排到空气中，健康人吸入后可能会被感染。
2. 消化道传播：如果和结核病患者共同进食食物，而且餐具没有分开，可能会因摄入被大量结核杆菌污染的食品而感染。此外，饮用了未经消毒的带有结核杆菌的牛乳也可能导致感染。
3. 皮肤伤口传播：结核杆菌可以通过皮肤伤口直接侵入人体。
4. 其他途径：包括眼、耳、鼻、喉和生殖器官等部位的结核感染机会极少，但仍然有可能通过直接接触病变部位或接触污染的物品（如共用毛巾、浴巾等）而感染。

如果出现结核病的症状，例如持续咳嗽、胸痛和呼吸困难等，应及时就医。医生会根据患者的病史、体检和相关检查，确定是否患有结核病并制定相应的治疗方案。

三、结核病的潜伏期与症状

结核病的潜伏期一般为 4-8 周，但也可能长达数月或数年。在潜伏期，患者可能没有任何症状，但也可能出现轻微的症状，如发热、盗汗、咳嗽、咳痰等。这些症状通常被认为是感冒或其他呼吸道疾病，因此很容易被忽视。

如果结核病得不到及时治疗，病情可能会逐渐加重，出现以下症状：1) 持续咳嗽超过三周，痰中可能带有血丝；2) 胸痛、呼吸困难；3) 发热、盗汗、体重下降；4) 疲劳、乏力、食欲不振；5) 在严重时，可能出现咳血、肺部空洞等症状。

四、科学治疗结核病

1. 药物治疗：结核病的药物治疗主要是通过使用抗结核药物来杀死结核杆菌并防止耐药性的产生。以下是常用的抗结核药物及使用方法：(1) 异烟肼 (INH)：成人每天 300mg，顿服；儿童根据体重调整剂量。异烟肼主要通过干扰结核杆菌的代谢而起杀菌作用，但长期使用可能会导致肝功能异常和周围神经炎等副作用。(2) 利福平 (RFP)：成人每天 600mg，空腹顿服；儿童根据体重调整剂量。利福平可以杀灭巨噬细胞内的结核杆菌，并防止耐药性的产生。但长期使用可能会导致肝功能异常和胃肠道不适等副作用。(3) 吡嗪酰胺 (PZA)：成人每天 1500—2000mg，分 3 次口服；儿童根据

体重调整剂量。吡嗪酰胺可以渗透到巨噬细胞外的结核杆菌，并破坏细菌细胞膜的完整性。但长期使用可能会导致高尿酸血症和胃肠不适等副作用。(4) 乙胺丁醇 (EMB)：成人每天 750mg，顿服；儿童根据体重调整剂量。乙胺丁醇可以干扰结核杆菌 RNA 合成，并抑制细菌生长。但长期使用可能会导致视神经炎等副作用。(5) 链霉素 (SM)：成人每天 750mg，肌肉注射；儿童根据体重调整剂量。链霉素可以破坏细菌细胞膜的完整性，并抑制细菌蛋白质合成。但长期使用可能会导致听力损失和眩晕等副作用。

除了以上药物，还可以根据患者的具体情况加用其他药物，如对氨基水杨酸、左氧氟沙星等。在药物治疗过程中，需要定期进行肝功能检查和血常规检查，以确保药物的安全性和有效性。

2. 免疫调节：也是治疗结核病的重要手段之一。通过调节患者的免疫系统，增强其抵抗力，可以促进病情的恢复和预防复发。常用的免疫调节药物有胸腺肽、转移因子等。

3. 营养支持：结核病患者常常会出现营养不良和消瘦等情况，因此营养支持也是治疗的重要方面之一。患者应该多吃高蛋白、高热量、富含维生素的食物，如肉类、蛋类、奶类、新鲜蔬菜和水果等。

4. 心理干预：结核病的治疗周期较长，患者容易出现焦虑、抑郁等心理问题。因此，心理干预也是治疗结核病的重要方面之一。医生可以通过心理疏导、认知行为疗法等方式来帮助患者缓解情绪问题，增强治疗信心。

五、结核病的预防

1. 养成良好的卫生习惯：打喷嚏时要用手帕捂住口鼻，避免面对他人，更不要随地吐痰。居住、工作和学习的场所要经常开窗通风，人群密集的地方更要注意。

2. 增强体质以提高免疫力：建议进行适当的体育锻炼，保持健康的生活方式，并注意饮食营养的均衡。

3. 接种疫苗预防：卡介苗是预防结核病的疫苗，但需要注意的是，接种卡介苗只能预防重症结核病的发生，不能完全预防结核病的感染。

4. 避免接触结核病患者：如果家人、同学或好朋友患有肺结核，建议进行结核潜伏感染筛查，以确定是否感染结核菌。如果发现感染结核菌，应尽早进行预防性抗结核治疗。

5. 保持良好的生活习惯：充足的睡眠、适当的运动和健康的饮食可以增强身体抵抗力，预防疾病的发生。

结核病严重危害着人类的健康。科学防治结核病需要从预防和治疗两个方面入手。预防措施包括加强健康教育、保持良好的卫生习惯、加强环境卫生等；治疗措施包括药物治疗、支持治疗和定期复查等。同时也要注意防治误区，如忽视预防措施、误诊漏诊、擅自停药、不规律治疗和过度治疗等。只有科学防治结核病才能有效地控制结核病的传播和危害。