

## Jak zarażamy się gruźlicą i w jaki sposób należy temu zapobiegać?

Zarazkiem wywołującym gruźlicę jest tak zwany lasecznik (prątek) gruźlicy; ma on kształt małej laseczki nieco łukowato zgiętej. Po raz pierwszy wykrył go uczony niemiecki profesor Robert Koch w 1882 r. Od tego czasu stało się oczywiste, że walka z gruźlicą, to przede wszystkim walka z prątkiem Kocha.

Gruźlica panuje nie tylko u ludzi, ulegają jej zarówno zwierzęta i ptaki, jak i ryby i płazy. Dla każdego rodzaju zwierząt zarazek jest nieco odmienny, lecz każda z tych odmian zarazka gruźlicy jest niebezpieczna również i dla człowieka. Dostawszy się do organizmu ludzkiego, zarazek ten zakaża go i w pewnych warunkach wywołuje schorzenie gruźlicze, *Zawsze w organizmie człowieka chorego na gruźlicę znajdują się zarazki tej choroby. Chory na gruźlicę płuc otwartą, kaszląc i plując, wydalą w płwocinie mnóstwo tych zarazków.* Dla stwierdzenia tego bada się płwocinę pod mikroskopem, gdyż zarazek ten jest bardzo drobnych wymiarów, dla gołego oka niedostrzegalny (grubość jego wynosi  $\frac{1}{1000}$  milimetra, a długość  $\frac{4}{1000}$ ).

Prątki Kocha wrażliwe są na działanie promieni słonecznych. Badania wykazały że w płwocinie cienko na szkiełku rozsmarowanej, wystawionej na bezpośrednie działanie słońca, zarazki ginęły po 6 godzinach; pozostawiony jednak w mieszkaniu taki sam preparat płwociny wykazywał po 8 miesiącach żywe prątki zdolne do zakażenia. Normalnie płwocina zasychając przedstawia dla prątków Kocha bardzo dogodne warunki życia, gdyż dosyć gruba warstwa śluzu chroni je skutecznie, zarówno od nadmiernej wysychania, jak i przed szkodliwym działaniem światła słonecznego. Dla tego w płwocinie wypłutej na podłogę, szczególnie na klepisko lub też znajdującej się w szparach między deskami, wreszcie w kątach i miejscach zacienionych, prątki i po roku mogą zachować zdolność do zakażenia. Z tego powodu wszelkie nieostrożne obchodzenie się z płwociną, nieniszczenie jej natychmiast po oddaniu, powoduje groźne niebezpieczeństwo zarażenia gruźlicą ludzi lub zwierząt. Na inne czynniki zarazek ten jest więcej wrażliwy. Ogrzewanie do 70 stopni Celsjusza zabija go po 20 minutach, a ogrzewanie do 95 stopni C. zabija je już w 5 minut. Dodanie do 100 części płwociny 5 części kwasu karbolowego lub 3 części formaliny zabija zarazki po 8 godzinach.

*Mleko krów często może zawierać zarazki gruźlicy bydłej (perlicy), również niebezpiecznej dla człowieka.* Gotowanie mleka 5 minut, chociaż zabija prątki Kocha, pozbawia je cennych odżywczych właściwości i czyni produktem bezwartościowym, szczególnie w odżywianiu dzieci; dlatego zabijanie prątków w mleku należy uskutecznić, ogrzewając je przez 30 minut do 70 stopni Celsjusza. Prątki zostaną zabite, a mleko zachowa swe cenne wartości odżywcze, niezbędne dla młodego organizmu ludzkiego.

*Głównem i najczęstszym źródłem zarazków jest człowiek chory na gruźlicę płuc.* Płwocina jego, padając na podłogę, meble, osiadając w drobniutkich, często okiem niedostrzegalnych cząsteczkach na ubraniu i bieliźnie, wysycha, a przy trzepaniu ubrania lub mebli, odkurzaniu i zamiataniu na sucho, zamienia się na drobny pył, który później ludzie wdychają, wprowadzając w ten sposób stale do swych płuc mnóstwo zarazków gruźlicy, by wcześniej, czy później ulec ich niszcycielskiej sile. Dlatego nie należy lekceważyć ostrzeżeń: „Płuć tylko do spluwaczki”, gdyż ma to ogromne znaczenie w walce z gruźlicą. Wszędzie tam, gdzie znajduje się chory na gruźlicę, wszelkie sprzątanie przeprowadzać należy w ten sposób, ażeby niewidoczne cząsteczki płwociny nie zostały rozproszone w powietrzu, t. zn:



*zamiatanie i odkurzanie należy dokonywać na wilgotno, a trzepanie rzeczy na otwartym powietrzu, w możliwie mało uczęszczanym miejscu. Rzeczy, które były w ciągłej styczności z chorym, np. ubrania jego, najlepiej poddać odkażeniu w zakładzie dezynfekcyjnym, lub chociażby dokładnemu zwilżeniu zapomocą szczotki 5 procentową wodą karbolową, a następnie wywietrzyć na słońcu przez kilkanaście godzin.*

*Bieliznę osobistą i pościelową chorego na gruźlicę należy zbierać do oddzielnych płóciennych woreczków, ściąganych na tasiemkę, i prać osobno. Pranie poprzedzić należy zagotowaniem całego woreczka wraz z jego zawartością w roztworze sody z mydłem, w którym woreczek ten powinien przez noc moknąć.*

*Chorego plującego należy zaopatrzyć w spluwaczkę stojącą koło łóżka oraz w spluwaczkę kieszonkową. Zawartość spluwaczek po dokładnym wymieszaniu z 10 procentową wodą karbolową, dodaną w ilości znajdującej się w spluwaczkę płwociny, najlepiej pozostawić przez noc, a rano wylać do ustępu lub wprost do ognia, a samą spluwaczkę dokładnie wygotować w roztworze sody z mydłem w naczyniu specjalnie na ten cel raz na zawsze przeznaczonym.*

*Kaszłąc, kichając, a nawet głośno mówiąc, chory jeżeli nie zasłania ust, wyrzuca przez nie ze swych dróg oddechowych liczne drobne niewidoczne gołym okiem banieczki płwociny, które zawierają zarazki gruźlicy, a unosząc się czas jakiś w powietrzu, trafiają do płuc ludzi zdrowych. Zakażenie to nazywamy kropelkowem.*

*Chory na gruźlicę, mówiąc głośno, nie powinien zbliżać się do swego współ rozmówcy, a kaszłąc lub kichając, winien odwracać twarz i zasłaniać usta chusteczką, a w najgorszym razie grzbietem lewej ręki, którą następnie powinien zaraz dokładnie zmyć mydłem w wodzie bieżącej.*

*W wyżej przytoczonych sposobach zakażenia wrotami wnikania zarazków do organizmu były drogi oddechowe.*

*Są jednak i inne sposoby zakażenia się, nie polegające na wdychaniu zarazków, np. całując się z chorym w usta, jedząc z nim ze wspólnego naczynia lub posługując się używanymi przez niego sprzętami stołowymi, przenosimy na usta i do jamy ustnej moc zarazków, które następnie przy połykaniu przedostają się do żołądka i kiszki i tą drogą mogą wywołać zakażenie. Ta droga pokarmowa będzie również wrotami zakażenia przy spożywaniu produktów zawierających zarazki, które dostały się do nich albo od chorego sprzedawcy, albo jak np. w mleku, maśle lub serze, z organizmu chorego bydłęcia. Dlatego też, kupując produkty mleczarskie, a szczególnie mleko do spożycia na surowo, należy mieć pewność, że obora skąd one pochodzą, znajduje się pod nadzorem weterynarza. W przeciwnym razie należy zaniechać spożywania tych produktów w stanie surowym.*

*Zakażenie gruźlicą może dojść do skutku również przez wcieranie zarazków w skórę, co najczęściej może się zdarzyć przy dotykaniu jej, tarciu i drapaniu zanieczyszczonymi palcami. Powstała w ten sposób gruźlica skóry często umiejscawia się na twarzy, na policzkach i nosie, prowadząc do dużych zniszczeń, a nawet skutecznie leczona pozostawia szpecące blizny.*

*Przytoczone tu sposoby zakażenia się gruźlicą nie wyczerpują wszystkich możliwości. Należy wspomnieć o noszeniu ubrania po chorym, spaniu w jednym łóżku, używaniu wspólnego ręcznika — wszystko to wcześniej czy później prowadzi do przeniesienia schorzenia z osoby chorej na gruźlicę na osoby zdrowe.*

*Opisane w tej ulotce sposoby zarażania się gruźlicą są najczęstsze i najważniejsze, należy więc ich bezwzględnie unikać i innych przed nimi ostrzegać.*

**Polski Związek Przeciwgruźliczy**

**Warszawa**