

«ТАСДИҚ МЕКУНАМ»
Муовини вазири тандурустӣ
ва ҳифзи иҷтимоии
Ҷумҳурии Тоҷикистон
_____ Ҷафаров Н.Ҷ.
« _____ » _____ 2015 сол

Омӯзиши кӯтоҳмуддат оид ба пешгирии бемории сил

ДАСТУР БАРОИ ОМӢЗГОР

«СПИД Фонд Шарқу Фарб – Тоҷикистон» (*AFEW – Tajikistan*) ташкилоти ҷамъиятии ҷумҳуриявӣ буда, дар самти беҳтар намудани саломатии гурӯҳҳои асосии аҳолие, ки хатари сирояти ВНМО доранд, фаъолият мекунад. Ташкилот ба беҳтар намудани саломатии инсон мусоидат намуда, ба васеъ намудани дастрасӣ ба хизматрасониҳои тандурустии ҷамъиятӣ оиди пешгирӣ, таъобат ва нигоҳубин нисбати ВНМО, бемории сил, гепатитҳо ва инчунин, таъмини саломатии шахвонӣ ва репродуктивӣ кӯшиш мекунад.

Барои ба ин ноил шудан Ташкилот:

- ҳуқуқҳои гурӯҳҳои асосии аҳолиро ба саломатӣ ҳимоя мекунад;
- хабардоршавии аҳолиро афзуда, муҳити мусоид ва дастгирикунандаро фароҳам меорад, ки имконият ба пастравии дараҷаи таъғазани гурӯҳҳои асосии аҳолие, ки хавфи зиёди сироятшавӣ нисбати ВНМО доранд, медиҳад;
- стратегияҳои пешрафтаи рушди тарзи ҳаёти солимро истифода мебарад.

Мавод барои кормандони ташкилотҳои ҷамъиятӣ, ки кори иттилоотнокиро дар байни гурӯҳҳои осебпазир ва дар байни аҳоли оид ба пешгирии сироятҳои аз лиҳози иҷтимоӣ муҳим, ба монанди ВНМО, сил, СТАҶГ ва вирусҳои гепатитӣ пеш мебаранд, пешбинӣ карда шудааст.

Муаллифон

- Бобохоҷаев О. директори Маркази ҷумҳуриявии ҳифзи аҳоли аз бемории сили Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии Ҷумҳурии Тоҷикистон
- Салимов Ф. сармутахассиси Раёсати беҳатарии санитарияю эпидемиологӣ ва ҳолатҳои фавқуллода ва расонидани ёри тиббии таъҷилии Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии Ҷумҳурии Тоҷикистон;
- Исмоилов А. мутахассиси пешбари шӯъбаи ҳуқуқи Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии Ҷумҳурии Тоҷикистон;
- Саидова Ф. мутахассиси силшинос, ҳамоҳангсози миллӣ оиди иттилооти Маркази ҷумҳуриявии ҳифзи аҳоли аз бемории сили Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии Ҷумҳурии Тоҷикистон;
- Туреханов Я. менечери лоиҳаи AFEW дар Ҷумҳурии Қазоқистон.

Мафҳумҳои кӯтоҳкардашуда

- | | |
|-------------|--|
| ВНМО (ВИЧ) | - Вируси норасоии масунияти одам |
| БПНМ (СПИД) | - Бемории пайдошудаи норасоии масуният |
| ТУТ | - Ташкилоти умумиҷаҳонии тандурустӣ |
| ШВЗ | - Шахсони бо ВНМО зиндагикунанда |
| СТАҶГ | - Сироятҳои тавассути алоқаи ҷинсӣ гузаранда |
| ТҶҲ | - Ташкилотҳои ғайриҳукуматӣ |
| ДОТС | - Дурнамои мубориза бар зидди СИЛ |
| БСЖ | - Эмдоруи зидди сил |

Муқаддима

Иттилоотнокӣ ва омӯзиш яке аз бахшҳои хеле муҳими тамоми барномаҳои пешгирӣ мебошанд. Инсоне, ки дар бораи пешгирии бемориҳои сироятӣ иттилоот дорад, имконияти бо назари дигар муносибат кардан ба саломатии худ ва ба таври воқеӣ тағйир додани рафтори хавфноки худро доро мебошад.

Шумо бояд омӯзиши кӯтоҳмуддати пешгирикунандаро анҷом диҳед. Дар навбати аввал оид ба чӣ бояд сухан ронд? Чӣ гуна муҳимияти маводи пешниҳодшавандаро бояд расонд? Инсон бояд кадом корхоро барои ҳифзи саломатии худ анҷом дода тавонад? Маводи мазкур ба посухҳо ба саволҳои дар боло зикршуда бахшида шудааст.

Мавод пеш аз ҳама барои кормандони ташкилотҳои ҷамъиятӣ, ки кори иттилоотнокиро дар байни гурӯҳҳои осебпазир ва дар байни аҳолии оид ба пешгирии сироятҳои аз ҷиҳати иҷтимоӣ муҳим, ба монанди ВНМО, сил, СТАҶГ ва вирусҳои гепатитӣ пеш мебаранд, пешбинӣ карда шудааст. Омӯзиши кӯтоҳмуддат пешниҳоди ҳадди ақали иттилооти зарурӣ ва омӯзиши малакаро дар мӯҳлатҳои маҳдуд (1,5-4 соат) дар назар дорад.

Дар қисми аввал асосҳои омӯзиши фаъол, ҳамчун усули самараноки анҷом додани машғулиятҳои кӯтоҳмуддат оварда шудаанд. Воситаҳои, ки ба омӯзгор барои ташкил намудани раванди таълими эҳсосотӣ ва шавқовар барои ҳуди таълимгирандагон кӯмак мерасонанд, муфассал баён шудаанд.

Дар қисми дувум иттилооти заминавӣ дар бораи роҳҳои гузариш, инкишоф, усулҳои муосири пешгирӣ ва табobati бемориҳои сироятӣ пешниҳод шудааст. Бо назардошти он, ки иштирокчиён метавонанд саволҳои душвор, дар баъзе ҳолатҳо саволҳои ғайриҷашмдошт диҳанд, маълумотро ҳангоми тайёри ба машғулиятҳо истифода бурдан мумкин аст. Ба ҳар мавзӯё як қатор истинодҳо ба сарчашмаҳои бозғамии иттилооти иловагӣ пешниҳод карда шудаанд.

Қисми сеюм аз намунаҳои барномаҳои омӯзишҳои кӯтоҳмуддат иборат аст. Барои навомӯзгорон онҳо метавонанд ба сифати намуна истифода бурда шаванд. Мутахассисони таҷрибаи ғайӣ дошта метавонанд онҳоро вобаста ба мақсад ва доираи нафарони бо омӯзиш фарогирифташуда мутобиқ ва мукамал намоянд. Инчунин, ба барномаҳо намунаҳои пурсишномаҳо барои баҳогузориҳои самаранокии машғулиятҳо замима гардидаанд.

Иттилооти пешниҳодшуда хусусияти тавсиявӣ дошта, пайравии «тақлидӣ» ба намунаҳои пешниҳодшударо дар назар надорад. Ҳангоми анҷом додани маърузаҳо, семинарҳо ва машғулиятҳои омӯзишӣ маводро ба шароитҳои маҳаллӣ ва урфу одатҳои иҷтимоиву фарҳангии ин ё он минтақаи мамлакат мутобиқ намудан зарур аст.

I. УСУЛҶОЕ, КИ ҲАНГОМИ ОМУҶИШИ ФАЪОЛ ИСТИФОДА МЕШАВАНД

Маърӯзаи фаъол

Маърӯза ин шакли пешниҳод намудани маводи назариявӣ мебошад. Фарқи маърӯзаи фаъол аз маърӯзаи анъанавӣ (классикӣ) дар робитаи пайваستاи лектор бо аудитория зухур меёбад. Пеш аз пешниҳод намудани ягон иттилоот омӯзгор оид ба ин масъала маълумот доштани иштирокчиёнро пурсон мешавад. Ё пас аз пешниҳод намудани ягон изҳорот, омӯзгор пешниҳод менамояд, ки муносибати иштирокчиён нисбати ин масъала баррасӣ карда шавад. Масалан:

- Шумо чӣ фикр доред?
- Шумо чӣ пешниҳод менамояд?
- Ба фикри Шумо ин ба чӣ оварда мерасонад?

Пеш аз маърӯзаҳо ҳуҷуми ақлӣ ё бозии нақширо вобаста ба мавзӯи баррасишаванда анҷом додан мумкин аст. Ин барои мубрамгардонии мавзӯъ ба иштирокчиён, муайян намудани иттилоотнокӣ ва муносибат ба он кӯмак мерасонад.

Дар рафти маърӯза мавод бо забони барои иштирокчиён фаҳмо баён карда мешавад. Мафҳуми ҳар як истилоҳро фаҳмонда додан лозим аст. Пеш аз гузаштан ба ҳар як саволи навбатии мавзӯъ гуфтаҷоро натиҷагирӣ намуда, боварӣ ҳосил намудан зарур аст, ки Шуморо дуруст фаҳмидаанд.

Ҳангоми пешниҳод намудани иттилоот ба сарчашмаҳои боэътимод истинод оварда, қайд намудан зарур аст, ки ҳамаи гуфтаҳо бофтаи тахайюли Шумо набуда, аз ҷониби мутахассисони соҳаи алоқаманд таҳлил ва баён гардидаанд. Баъди ба анҷом расидани суханронӣ ҳамаи саволҳои иштирокчиёнро муҳокима намудан зарур аст, пас бояд пурсон шуд, ки иттилооти ба даст омадаро чӣ гуна дар амалия истифода бурдан мумкин аст ва ин ба кадом натиҷаҳо оварда мерасонад.

Мубоҳисаи умумӣ

Мубоҳиса ин баррасии ягон мавзӯъ мебошад, ки ба таҷрибаи иштирокчиёни машғулиятҳои омӯзишӣ асос ёфтааст. Ҳангоми гузаронидани мубоҳисаҳо риоя намудан зарур аст, ки ҳар як иштирокчии машғулияти омӯзишӣ имконияти баён намудани фикрашро дошта бошад.

Омодагӣ ба гузаронидани мубоҳисаҳо:

1. Мавзӯи мубоҳиса ва натиҷаи дилхоҳ муайян карда мешаванд: кушодани мафҳумҳо, пайдо кардани фаҳмиши умумӣ нисбати ягон масъала ва ғ...
2. Омӯзгор лаҳзаҳои асосии мубоҳисаро, ки мубоҳиса бояд ҳатман тавассути онҳо сурат гирад, муайян менамояд.
3. Барои мубоҳиса саволҳо тартиб дода мешаванд. Ин аз ҳама лаҳзаҳои пурмасъул дар омода намудани мубоҳиса мебошад.

4. Баъд аз оне, ки рӯйхати саволҳо тайёр карда мешавад, омӯзгор пайдархамӣ ва мантиқи мубоҳисаро санҷида, «сангҳои зерин»-и эҳтимолӣ, яъне лаҳзаҳоеро, ки дар он вақт баррасӣ метавонад дар канор монда шавад, муайян менамояд.
5. Омӯзгор барои мубоҳиса «ангеза» эҷод мекунад. Ин метавонад қиссаи кӯтоҳ, саволи ғайриҷашмдошт, латифа ё маълумот оид ба мавзӯи мубоҳиса бошад. Дар мисоли охир саволе, ки аз он мубоҳиса оғоз мегардад, хубтар мешавад, ки ба таҷрибаи шахсии иштирокчиён равона шуда бошад, масалан, «Шумо чӣ кор мекунад, агар дар лаҳзаи ҳассос дар дастатон рифола надошта бошед?» ва ғайра «Ангеза» барои мароқ пайдо кардани иштирокчиён кӯмак намуда, онҳоро барои изҳори ақидаи шахсӣ водор менамояд.
6. Ба охир расонидани мубоҳиса низ қаблан ба нақша гирифта мешавад. Омӯзгор метавонад онро ҳамчун як навъ натиҷагирии умумӣ - дар заминаи гуфтаҳои иштирокчиён матраҳ намуда, намуди умумиро ташаккул диҳад, ҳамзамон иттилооти худро илова намояд. Анҷоми мубоҳисаҳо бомуваффақият аст, агар хулосаҳоро худи иштирокчиён пешниҳод намоянд.
7. Мувофиқ мақсад аст, агар дар рафти мубоҳисаҳо посухҳо, лоақал дар намуди қайдҳои хурд навишта шаванд, то ки тамоми рафти мубоҳисаҳо возеҳ пайгирӣ карда шаванд.

Ҳуҷуми зеҳнӣ

Ҳуҷуми зеҳнӣ барои ҷустуҷӯи тарзи ҳалли вазъияти мураккаб ё банақшагирии чорабиниҳо истифода бурда мешавад. Ин шакли корро ҳангоми ба миён омадани зарурати муайян намудани иттилоотнокӣ ва/ё муносибати иштирокчӣ ба ягон масъала истифода кардан мумкин аст. Дар ҳолати дуюм танҳо зинаи аввали раванд - ҷамъовариҳои ақидаҳо (идеяҳо) амалӣ карда мешавад.

Алгоритми анҷом додани ҳуҷуми зеҳнӣ:

Зинаи I – ҷамъовариҳои ақидаҳо

1. Ба иштирокчиён пешниҳод намудани мавзӯи муайян барои муҳокима ё додани савол;
2. Пешниҳод намудани баён кардани фикри худ оид ба ин масъала;
3. Навиштани ҳамаи изҳороти гуфташуда (бо қабули ҳамаашон, бе баҳс). Аниқ намудани изҳороти ҷозат дода мешавад, агар онҳо ба Шумо нофаҳмо бошанд.

Зинаи II – таҳлили ақидаҳо (дар ҳолатҳои банақшагири ё ҷустуҷӯи ҳалли масъала)

4. Пешниҳод намудани таҳлил кардани ақидаҳо, вобаста ба воқеият, арзиш, сарфи нерӯ ва вақт, қонунӣ будани онҳо ва ғ. Баранда ба ақидаи умумигурӯҳӣ итоат намуда, ақидаҳои қонунӣ, камхарҷ ва воқеиро қайд менамояд.
5. Интиҳоби тарзи (тарзҳои) мувофиқ. Гурӯҳ интиҳоб менамояд, ки кадом тарзи (тарзҳо ё омӯзиши тарзҳо) воситаи мувофиқ барои ҳалли масъалаи дар пеш гузошта мебошад.

Намунаи саволҳо барои ҳуҷуми зеҳнӣ:

- Муайян намудани иттилоотнокӣ – кадом СТАҶГ-ро Шумо медонед (Шумо дар бораи ҳепатитҳо чӣ медонед)?;
- Муайян намудани муносибат-Калимаи «БПНМ («СПИД»)» (ё калимаи «нашъа») дар Шумо кадом ҳиссиёт (ё тасаввурот)-ро ба вуҷуд меорад?;
- Ҷамъовариҳои робитаи ҷавобӣ – Дар машғулиятҳои имрӯза аз ҳама бештар чӣ дар хотири Шумо нақш баст? Чиро (кадом машқ, мавзӯ, бозӣ) дар оянда ба таври дигар гузаронидан лозим аст?;
- Банақшагирӣ - кадом чорабиниҳоро оид ба пешгирии ВНМО (ё бемории сил) дар байни ин ё он гурӯҳи аҳоли гузаронидан мумкин аст?;
- Ҳалли масъала – чӣ кор кардан мумкин аст (кадом чораҳоро андешидан лозим аст), ки ҳамаи намоёнҳои ин ё он гурӯҳи мақсаднок ба рифолаҳо дастрасии озод дошта бошанд?

Кор дар гурӯҳҳои хурд

Кор дар гурӯҳҳои хурд ҳангоми зарурати нишон додани монандӣ ё фарқи зухуроти муайян, таҳияи дурнамо ё тартиб додани нақшаи кории оянда, муайян намудани муносибати гурӯҳҳои гуногуни иштирокчиён нисбати як масъала (дар мавриди охирин гурӯҳҳо вобаста ба намуди фаъолият ё аз рӯи дигар талаботҳо - масалан, табибон бо табибон, кормандони иҷтимоӣ бо кормандони иҷтимоӣ таъсис дода мешаванд) сурат мегирад.

Алгоритми анҷом додани кор дар гурӯҳҳои хурд:

1. Тақсим намудани иштирокчиён ба гурӯҳҳои 4-7 нафара;
2. Таҳия ва ҳатман дар овезаҳо навиштани вазифа барои ҳар як гурӯҳ (ё як вазифа барои ҳамаи гурӯҳҳо)
3. Вақти аз ҷониби Шумо барои иҷрои кор ҷудошударо эълон кардан ва навиштан;
4. Дар вақти кор ба иштирокчиён кӯмак намудан ҷиҳати риоя кардани самти пешниҳодшуда. Ҳеҷ гоҳ ва дар ягон ҳолат масъалаҳои ҳалли худ ёфтаре ба иштирокчиён пешниҳод накунед ва ақидаҳои аз нигоҳи Шумо бемаъно, камаҳамият ва нодурустро сарфи назар накунед;
5. Агар гурӯҳҳо дар мӯҳлати муайяннамудаи Шумо омода набошанд, пурсон шудан лозим аст, ки боз ба онҳо чӣ қадар вақт зарур аст. Агар дар он вақт низ гурӯҳҳо омода нагарданд, равандро қатъ намуда, иброн намудан лозим аст, ки тарҳи омодашударо ба таври шифоҳӣ дар вақти баромад (суханронӣ) пурра кардан мумкин аст;
6. Ҳар як гурӯҳ муайян мекунад, ки натиҷаи корро кӣ пешниҳод менамояд. Пешниҳод намоед, ки баромадро на танҳо пешвоёни гурӯҳ, балки дигар иштирокчиён ба сомон расонанд, зеро машғулияти омӯзишӣ барои сайқал додани малакаҳои нав ташкил карда шудааст;
7. Дар вақти баромад омӯзгор бояд ҳамон тавре ҷойгир шавад, ки бо намуди худ диққати дигар иштирокчиёнро ҷалб накунад. Сухани баромадкунанда ро набуред;

8. Баъд аз анҷом ёфтани ҳар як баромад ҳатман пурсидан лозим аст, ки оё гурӯҳе, ки кори мазкурро омода кардааст, ба гуфтаҳо илова дорад;
9. Баъд ба дигар иштирокчиён пешниҳод намудан зарур аст, ки ба баромадкунанда ва гурӯҳи ӯ савол диҳанд;
10. Баъд аз баромади ҳамаи гурӯҳҳо иштирокчиёнро пурсидан мумкин аст, ки аз натиҷаҳои бадастомада чӣ гуна хулосабарорӣ кардан мумкин аст.

Одоби муоширати баранда дар ҳолатҳои гуногун

Дар рафти машғулиятҳо метавонанд вазъиятҳои мураккаб ба миён оянд (саволҳои мушкил, баҳсҳо ва амсоли инҳо). Баранда бояд вазифаи асосии худкӯмак расонидан ба одамон чиҳати омӯзиши мавзӯро фаромӯш накунад. Ором нигоҳ доштани худ ва назари воқеӣ ба вазъият бисёр муҳим аст. Дар ҳама ҳолат баранда бояд боодоб боқӣ монда, нисбат ба таълимгирандагон бо эҳтиром ва ҳусни тафоҳум муносибат намояд.

Посухҳо ба саволҳои иштирокчиён

Ҳамаи саволҳои ба барандаи машғулияти омӯзишӣ ирсолшударо шартан чунин тақсим намудан мумкин аст:

1. Дархости иттилоот
2. Саволҳо оид ба муносибат
3. Саволҳо оид ба рафтор

Дархости иттилоот бо калимаҳои чӣ, дар кучо, чӣ қадар ва монанди инҳо оғоз мешавад, агар Шумо ҷавоби дурустро донед, посух диҳед. Агар надонед ё боварӣ надошта бошед, саволро навишта, тахминан чунин гуфтан мумкин аст: «Саволи аҷоиб, лекин ҳоло ман омода нестам, ки ба он посух гардонам. Оид ба ин масъала дар машғулияти оянда сӯҳбат мекунем». То машғулияти оянда иттилооти бозътимодро оид ба саволи додашуда дарёфт намуда, онро бо гурӯҳ баррасӣ намудан лозим аст. Агар Шумо пешакӣ боварӣ надошта бошед, ки ҳамаашро дуруст шарҳ дода метавонед, ба машғулият мутахассис (эксперт), масалан табибро даъват намоед. Агар Шумо дарк кунед, ки баррасии савол берун аз доираи омӯзиш аст, ба саволдиҳанда манбаъҳои иттилоотро пешниҳод намоед. Масалан, иттилооти мазкурро аз Маркази СПИД, силшинос, табиби бемориҳои пӯсту зӯҳравӣ ва ғ. дастрас намудан мумкин аст.

Саволҳо оид ба муносибат. Ин саволҳо бо калимаҳои Шумо чӣ фикр доред..., Шумо чӣ гуна мепиндоред..., Шумо чӣ гуна муносибат доред..... ва ғайра оғоз мешаванд. Аввал ба савол ҷавоб диҳед, фақат бовиҷдонона. Ҳамзамон зикр намоед, ки ин ақидаи шахсии Шумо аст ва ҳар як нафар ҳуқуқ дорад, ки бо он розӣ шавад ё нашавад. Баъд пешниҳод намоед, ки саволро ҳамаи гурӯҳ муҳокима намояд. Барои ин саволи додашударо такрор намоед ва ба тамоми гурӯҳ мувоҷиҳат намуда, гӯед, ки биёед муҳокима мекунем, кӣ чӣ хел фикр дорад? Кӣ чӣ хел меҳисобад? Кӣ чӣ гуна ба ин муносибат дорад ва барои чӣ?

Саволҳо оид ба рафтор. Чунин саволҳо метавонанд бо калимаҳои дар чунин ҳолат чӣ гуна бояд рафтор намуд, дар ин ҳолат чӣ бояд кард ва ғайра оғоз шуда метавонанд. Одоби муоширати баранда ба пешинааш монанд аст. Пешниҳод

намоед, ки ин саволро ҳамаи гурӯҳ муҳокима намояд. Шояд касе аллакай бо чунин ҳолат дучор шудааст ва таҷрибаи муайян дорад, нафаре дар ин бора чизе шунидааст ва ғ. Пас аз он ки ҳамаи хоҳишмандон изҳори ақида мекунанд, гӯед, ки дар ин ҳолат Шумо чӣ гуна рафтор мекардед. Ҳамзамон қайд намоед, ки ин таҷрибаи шахсии Шумо аст ва ҳар як нафар ҳуқуқ дорад, ки бо он розӣ шавад ё нашавад.

Баҳсҳо

Иштирокчиён метавонанд байни худ ва бо баранда баҳс намоянд. Ин муқаррарӣ аст. Гуфтан мумкин аст, ки ин аломати муҳити боварибахш дар гурӯҳ буда, одамон аз баён кардани ақидаи худ наметарсанд. Вазифаи баранда буридани сухани кас, ҳимоя кардани касе ё исбот кардани чизе нест. Муҳимаш кӯмак расонидан ба одамон чиҳати дақиқ баррасӣ намудани мавзӯи баҳс, гӯш кардан ва фаҳмидани ҳар яке аз тарафҳо мебошад. Барои ин саволҳои дақиқкунандаро додан мумкин аст, масалан, фикри худро шарҳ диҳед, барои чӣ Шумо ин тавр меҳисобед, ин ҳама вақт ҳамин хел аст ё тарзҳои дигар мавҷуданд? ва амсоли инҳо. Пас аз он ки ҳамаи тарафҳо изҳори ақида намуданд, гуфтан мумкин аст, ки (масалан) ҳолатҳо дар зиндагӣ гуногун мешаванд ва имконияти ҳамаашро пешгӯӣ кардан мавҷуд нест. Вале мавқеи Вазорати тандурустӣ, ЮНЭЙДС ё ТУТ оид ба масъалаи мазкур чунин аст...

Баҳодиҳии самаранокии машғулиятҳо

Баҳодиҳӣ ба ташкилоте, ки омӯзиширо мегузаронад, имконият медиҳад, ки барномаҳои омӯзиширо вобаста ба шароитҳои тағйирёбанда такмил диҳад, ба омӯзгор бошад имконияти такмил додани малакаҳои бурдани омӯзиширо (тавасути таҳлили муваффақиятҳо ва норасоӣҳо) фароҳам меорад.

Барои муайян намудани он, ки оё дар иштирокчиёни омӯзиш тағйироти мунтазираи Шумо ба вуқӯъ омадааст ё не, бо онҳо пурсишҳои пешакӣ ва баъд аз омӯзиширо, бо истифода аз пурсишномаҳои дорои саволҳои барои ҳама якхела, анҷом додан мумкин аст (намунаҳои пурсишномаҳоро дар барномаҳои омӯзишҳои кӯтоҳмуддат дидан мумкин аст).

II. ИТТИЛООТ ДАР БОРАИ СИРОЯТИ БЕМОРИИ СИЛ

БЕМОРИИ СИЛ

Бемории сил чист?

Сил бемории хавфноки сироятӣ мебошад. Як замоне онро табобатнашаванда мепиндошанд.

Чанд аср пеш инсониятро аз ин бемории ваҳмангез ва аксаран марговар эҳсоси тарсу ҳарос фаро мегирифт. Воситаҳои мубориза бо он мавҷуд набуданд, зеро касе сабабҳои силро наметодонист. Моҳи март соли 1882 олими олмонӣ Роберт Кох оид ба ихтирои барангезандаи сил - **микобактерияҳои сил** хабар дод, ки ба шарафи ӯ онҳо чӯбчаҳои Кох номгузорӣ шудаанд. Аз ин лиҳоз, ҳамасола 24 март Рӯзи умимичаҳони мубориза бар зидди сил таҷлил карда мешавад.

Микобактерияи сил ба муҳити беруна хеле устувор мебошад: он хусусиятҳои худро дар замин, барф ва ях нигоҳ дошта, ба спирт, туршӣ, ишқор тобовар мебошад. Дар шароитҳои табиӣ ҳангоми мавҷуд набудани нури офтоб микобактерияҳо метавонанд қобилияти ҳаётии худро солиёни зиёд нигоҳ доранд. Ҳамзамон, онҳо зуд дар зери таъсири бевоситаи нурҳои офтоб дар тӯли 5 дақиқа, ҳарорати баланд (зиёда аз 100 дараҷа) ва моддаҳои хлордор маҳв мешаванд.

Сил метавонад узвҳо ва бофтаҳои гуногуни инсонро иллатнок намояд: чашмҳо, устухонҳо, пӯст, системаи чинсию пешоб, рӯдаҳо ва ғайра. Лекин аз ҳама бештар сили шуш вомехӯрад, зеро ин сироят асосан бо роҳи ҳавоӣ-қатрагӣ аз шахси бемор ба воситаи узвҳои нафаскашӣ ба бадани одами солим ворид мешавад.

Сироятёбӣ чӣ тавр анҷом меёбад

Манбаи сирояти сил бемори гирифтори сили шушҳо мебошад. Ҳангоме ки бемори сил сулфа мекунад ё балғамро туф мекунад, барангезандаи сил ба муҳити беруна роҳ меёбад (онро «шакли микробхориҷкунандаи» сил меноманд). Ҳангоми суханронии баланд, сулфакунӣ, атсазанӣ, қатраҳои хурдтарини балғам метавонанд дар ҳаво ба масофаи калон паҳн шаванд. Дар ҳавои утоқҳои пӯшидаи ивазшавии ҳавояшон маҳдуд қатраҳои балғами дорои барангезандаҳои сил метавонанд то 24 соат боқӣ монанд. Инсон солим метавонад ҳавои дорои ин қатраҳоро нафас кашада сироят ёбад.

Лекин на ҳамаи одамони бо микобактерияҳои сил сироятёфта бемор мешаванд. Одам метавонад ба барангезандаҳои сил сироят ёбад, вале ҳамзамон комилан солим бошад. Дар инкишоф ёфтани беморӣ се омил аҳамият дорад: шумораи барангезандагони сил, қобилияти бемориоварии онҳо ва нерӯҳои муҳофизатии (масунияти) организми сироятёфта. Шароитҳои номусоиди зиндагӣ (ғизогирии нокомил, сармозадагӣ, стресс, мавҷуд набудани ҳавои тоза, сарбориҳои ҷисмонӣ, истеъмоли машруботи спиртӣ, истеъмоли маводи нашъадор ва бемориҳои (диабети қанд, ВНМО ва ғ.), ки ҳангоми мавҷудияти онҳо масунияти бадан суст мегардад, нерӯҳои муҳофизатии организми инсонро заиф менамо-

янд ва микобактерия фаъолияти тахрибкоронаи худро оғоз менамояд - беморӣ пайдо мешавад. Бештар одамони масунияташон заифшуда бемор мешаванд. Ба беморшавии занҳо ҳомиладорӣ бефосила ва таваллудкунӣ мусоидат мекунад. Дар давоми умр тахминан аз 10 нафари сироятёфта 1 нафар бемор мешавад. Эҳтимолияти сироятёбӣ бо сил ҳангоми алоқаи зич ва тӯлонӣ бо манбаи беморӣ, инчунин ҳангоми хориҷкунии бошиддати микобактерияҳо афзоиш меёбад. Сирояти ВНМО даҳҳо маротиба имконияти пайдошавии силро дар организм зиёд менамояд. Агар танҳо 10%-и шумораи умумии аҳолии сироятёфта дар давоми ҳаёт бемори сил шаванд, пас дар байни одамони бо ВНМО зиндагӣ кунанда, 10% танҳо дар давоми як сол бемор мешаванд.

Ба паҳншавии беморӣ омилҳои зерин мусоидат мекунанд:

1. Муддати тӯлонӣ дар як утоқ бо бемори шакли микроб хориҷкунандаи сил (чӣ будани шакли хориҷкунандаи силро Шумо дар поён хонда метавонед) қарор доштан.
2. Муддати тӯлонӣ дар утоқи рутубатнок, торик ва ивазшавии ҳавояш маҳдуд қарор доштан.
3. Ғизогирии нокифоя ва норасо.
4. Таҳмилҳои тӯлонии эҳсосотӣ (ҳаёти мудом дар тарс ва маъюсӣ қарордошта).
5. Истеъмоли зиёди нӯшокиҳои спиртӣ ва истифодаи маводи нашъадор.
6. Сатҳи пасти риояи гигиена ва мавҷуд набудани «фарҳанги сулфакунӣ» (вақте ки даҳонро бо рӯймолча, кафи даст ё даст напӯшида сулфа мекунанд).

Аломатҳои сил

Аломати бештари хоси сили шушҳо сулфакунӣ дар давоми ду-се ҳафта, одатан бо хориҷ кардани балғам мебошад. Сулфа дар давоми ду-се ё бештар ҳафта одатан бо яке (ё якчанд) аз аломатҳои зерин ҳамроҳӣ карда мешавад:

- камшавии вазни бадан;
- хасташавӣ
- ҳарорати на он қадар баланди бадан, махсусан бегоҳирӯзӣ;
- арақкунии шабона;
- дарди қафаси сина;
- нафастангӣ;
- камшавии иштиҳо;
- хунпартой.

Агар дар одам аломатҳои барои сили шушҳо хос пайдо шуда бошанд, пас ӯ бояд фавран ба муассисаи тиббии наздиктарини ҷои истиқоматаш муроҷиат намуда, ҳарчи тезтар балғами худро барои тадқиқоти микроскопӣ супорад.

Сили барвақт дарёфтшуда хуб табобат ёфта, сили дер дарёфтшуда, домангустурда - аксаран метавонад табобатнашаванда бошад. Аз ин лиҳоз, ҳангоми мавҷуд будани аломатҳои беморӣ фавран ба табиб муроҷиат намудан лозим аст.

Танҳо табиб муайян карда метавонад, ки одам бемор аст ё не. Ташхис дар натиҷаи таҳлили балғам гузошта мешавад. Агар дар балғам микобактерияҳои сил дарёфт карда шаванд, пас дар одам шакли микробхориҷкунандаи (сирояткунандаи) сил мавҷуд аст. Яъне, дар наздикии ӯ қарор доштан барои атрофиён хатарнок аст. Чунин беморро ҷудо нигоҳ дошта, табобати махсуси шиддатнок таъин мекунад. Дар беморхонаҳои зиддисилӣ беморони шакли кушодаи сил бояд дар алоҳидагӣ аз дигар беморон нигоҳ дошта шаванд. Барои чунин беморон бояд шӯъбаҳои махсус ё ҳуҷраҳои алоҳида таъсис дода шаванд.

Ташхиси бемории сил

Микроскопияи балғам ин усули тез, оддӣ ва арзони ташхис мебошад, ки дар озмоишгоҳҳои муассисаҳои кӯмаки аввалияи тиббӣ анҷом дода мешавад.

Ҳангоми мавҷуд будани сулфаи балғамдор тадқиқоти микроскопии балғам ҷой доштани силро тасдиқ карда метавонад. Одатан барои тадқиқ се намунаи балғам кифоя аст. Агар дар зерини пурбин (микроскоп) дар олудаи балғам микобактерияҳо дида шаванд, ин маънои онро дорад, ки ин шахс хориҷкунандаи микобактерияҳои сил (БК+) буда, метавонад атрофиёнро сироят кунад. Бемори натиҷаи манфии таҳлили балғам дошта (БК-) сироят намекунад. Агар барангезандаи сил дар балғам дарёфт карда нашавад, табиб беморро ба муоинаи рентгенологӣ раво мекунад. Дар чунин ҳолатҳо тадқиқоти рентгенологӣ дар ташхиси сил кӯмак расонида метавонад. Агар ташхис тасдиқ карда нашавад, пас 2-3 ҳафта муоинаи таҷрибавӣ (санҷишӣ) бо антибиотикҳо истифода бурда мешавад. Барои тасдиқи ниҳони ташхис бемори ба гирифтории сил гумонбар аз муассисаи шабакаи умумии тиббӣ ба марказҳои зиддисилӣ раво карда мешавад.

Усулҳои ташхиси рентгенологӣ (флюорография ва рентгенография) на ҳамеша имконияти ташхиси аниқии силро медиҳанд. Ба ҳамаи эҳтиёҷмандони ба сил гумонбар (ҳатто ҳангоми набудани тағйиротҳои рентгенӣ дар шуш) таҳлили микроскопии балғам ва дигар маводҳои патологӣ аз дигар узвҳои хориҷшударо гузаронидан зарур аст.

Усули фаврии замонавии дарёфти бемории сил ба воситаи таҳлили балғам. Имрӯз дар Ҷумҳурии Тоҷикистон усули фаврии замонавии дарёфти бемории сил ба воситаи таҳлили балғам бо мошини GeneXpert барои аҳоли ба таври ройгон дастрас мебошад. Бо воситаи ин усул табибон дар муддати 2 соат бемории силро муайян намуда, инчунин, шакли мутобиқаштаи онро мушаххас карда метавонанд.

Кӯтоҳ гардидани мӯҳлати ташхиси мутобиқати доругӣ ба рифампитсин имкон медиҳад, ки беморони шахси мутобиқаштаи сил сари вақт дарёфт гардида, ба қайд гирифта шуда, табобати дурусти саривақтиро оғоз намоянд. Ин боиси паст кардани паҳншавии сирояти атрофиёнашон мегардад.

Таботати зарурӣ чӣ маъно дорад? Дар кучо ва чӣ тавр онро гирифтани мумкин аст?

Айни замон дар ҷумҳурии мо дурнамои ДОТС - дурнамои мубориза бар зидди СИЛ, ки аз тарафи ТУТ тавсия гардидааст, ворид шудааст. Муассисаҳои зиддисилӣ бо миқдори зарурии дорувории самараноки зиддисилӣ таъмин карда шудаанд. Пас аз 2-3 моҳи табобат бо ин доруҳо аломатҳои сил қариб ба пур-

рағи аз байн мераванд, бемороне, ки микобактерияҳои силро хориҷ мекарданд, барои атрофиён безарар мешаванд. Лекин барои табобати пурраи сил давраи пурраи табобатро боз 4-5 моҳ давом додан лозим аст. Беш аз 90%-и бемороне, ки қаблан табобат нагарифта буданд, метавонанд бо дорувории мазкур дар тӯли 6-8 моҳ шифо ёбанд, агар речаи таъиншударо риоя намоянд. Агар дар бемор бемории такрории сили мавзеъҳои гуногун пайдо шуда бошад, ё ӯ табобати такрориро пас аз танаффуси табобати пешина гирифта бошад, ӯ метавонад дар давоми 8-9 моҳи табобат шифо ёбад.

Иродатмандӣ ба табобат

Тахминан пас аз 2-4 ҳафтаи оғози табобат, ҳангоми риояи истеъмоли мунтазами доруҳо, шахси бемор микробхориҷкуниро дар балғам қатъ мекунад. Ва ӯ фикр карда метавонад, ки аллакай ба беморӣ ғалаба кардааст, зеро дар ин вақт аломатҳои (нишонаҳои) бемории сил аз байн мераванд: табларзиш нест, хастагӣ, араққунии шабона ҷой надоранд, сулфа дигар нороҳат намекунад. Лекин, ҳолати мазкур фиребанда аст, зеро микобактерияҳо дар ин вақт дар ҳолати хуфта қарор доранд ва ҳангоме ки таъсири доруҳо қатъ мегардад, боз фаъол мегарданд. Аз ин лиҳоз, дар ягон ҳолат табобатро қатъ намудан мумкин нест. Вояҳои дорувории зиддисилӣ ва давомнокии табобат бо назардошти нобуд кардани ҳамаи микобактерияҳои сил, аз ҷумла микобактерияҳои «ба ғанаб рафта» пешбинӣ шудаанд.

Дар он ҳолате, ки шахси бемор истеъмоли доруҳоро мустақилона қатъ менамояд, бактерияҳои сил ба доруҳои зиддисилӣ мутобиқ мешаванд. Яъне доруҳои мазкур ба микобактерияҳо таъсир намерасонанд ва **бемории сили шакли мутобиқгашта** ба вучуд меояд. Сабаби асосии пайдо шудани шаклҳои мутобиқгаштаи сил ин истеъмоли бенизом, беназорат ва номунтазами доруҳои зиддисилӣ мебошад (баъзан истеъмоли як ё ду доруворӣ ба ҷои 4-5 дорувории таъинкардаи табиб). Ба ғайр аз ин, шахси хориҷкунандаи микобактерияҳои сили ба доруҳои мутобиқшуда шахсони дигарро низ бо микобактерияҳои мутобиқшуда сироят мекунад. Доруҳои оддӣ зиддисилӣ аз ибтидо ба ин нафарон кӯмак намекунанд. Табобати ҷунин беморон бо истифода аз доруҳои қатори дуюм (эҳтиётӣ) дар давоми мӯҳлати дароз анҷом дода мешавад. Ин доруҳо нисбат ба доруҳои қатори якум қимматтар ва таъсироти номатлубашон зиёдтар мебошад. Мӯҳлати ҳадди ақали табобати беморони шакли мутобиқгаштаи сил на кам аз 18 то 24 моҳро ташкил медиҳад. Дар Ҷумҳурии Тоҷикистон Барномаи табобати беморони шакли мутобиқгаштаи сил аз моҳи майи соли 2009 дар сатҳи ноҳияҳои таҷрибавӣ оғоз гардида, айни замон аз рӯи ин барнома тамоми ҷумҳурӣ фаро гирифтааст.

Сабабҳои вайрон шудани речаи табобат:

- Маълумоти номукамал оиди бемории сил, қоидаҳои табобати он ва оқибатҳои вайронкунии речаи қабули доруҳои зиддисилӣ;
- Ақидаҳои шахсӣ (табибон дурӯғ мегӯянд, ман худамро хубтар ҳис мекунам ва метавонам табобатро анҷом диҳам ва ғ.);
- Тамғагузории беморон ва наздикони онҳо (эҳсоси тарс, ки ҳамсояҳо дар бораи бемориашон мефаҳманд, ноумедӣ/маъюсӣ);

- Мавҷуд набудани масъулият ва қобилияти мустақилона худро парасторӣ кардан;
- Таваҷҷӯҳи нокифоя аз тарафи кормандони тиб;
- Ҳавасмандии нокифоя. Барои бемор аз табобати сил дида, мушкилоти муҳимтар ҷой доранд (ба монанди сӯистеъмоли машруботи спиртӣ, маводи нашъадор, мавҷуд набудани манзили истиқоматӣ, дигар бемориҳо, масалан сирояти ВНМО);
- Муҳочирати меҳнатӣ.

Пурра табобат накардан ё вайрокунии речаи табобат ба чунин оқибатҳо оварда мерасонад:

- Авҷ гирифтани бемории сил;
- Такроран пайдо шудани бемории сил;
- Бемори метавонад ба шакли мутобиқгашта табдил ёбад.

Пайдоиши мушкилоти иродавию рӯҳӣ ва иҷтимоии барои бемор ҳалнашаванда дар оқибат метавонад беморро ба вайронкунии речаи табобат маҷбур намояд. Барои нигоҳ доштани бемор дар табобат маҷмӯи чораҳо зарур аст

Тадбирҳо оид ба баланд бардоштани риояи речаи табобат

Табобат таҳти назорати бевосита

Барои ноил гардидан ба шифоёбии бемор боварӣ ҳосил намудан зарур аст, ки ӯ дар воқеъ дорувориро истеъмол мекунад. Табобати дуруст онро дар назар дорад, ки бемор ҳар як вояи дорувориро, бо риояи қатъии ҷадвали нисбати ӯ таъингардида, истеъмол менамояд. Ба худӣ беморон душвор аст, ки дар давоми ҳамаи 6-8 моҳи табобат ба танаффус роҳ надиханд. Инчунин, пешбинӣ кардан душвор аст, ки кадоме аз беморон он қадар боинтизом аст, ки метавонад мустақилона ҷадвали табобатро бо иродат риоя намояд. Роҳи ягонаи ноил шудан ба табобати бефосила ин анҷом додани табобат таҳти назорати бевосита мебошад. Ин маънои онро дорад, ки корманди тиб ҳар дафъа назорат мекунад, ки бемор ҳабаҳо чӣ гуна истеъмол мекунад.

Корҳои баландбардории маърифати санитарӣ, машварат ва дастгирии беморон

Беморон речаи табобатро беҳтар риоя мекунанд, агар асосҳои он-хатари табобати нодуруст ва нопурраро дарк кунанд ва вақте ки кормандон бо меҳрубонӣ онҳоро дастгирӣ менамоянд. Сатҳи пасти иттилоотнокии беморон оид ба сил, сирояти ВНМО, роҳҳои гузариши онҳо, надоштани тасаввурот оид ба мутобиқшавӣ ба доруҳо ва сабабҳои пайдоиши он, нафаҳмидани муҳимияти назорати бевоситаи истеъмоли доруворӣ ва дарк накардани рафтори хатарноки худ ба мавҷуд набудани иродатмандӣ ба табобат оварда мерасонанд.

Корҳои баланд бардоштани маърифати санитарӣ таввасути чораҳои зерин амалӣ карда мешаванд:

- Сӯҳбатҳои инфиродӣ;

- Машғулиятҳо дар гурӯҳҳо;
- Шиносой бо маводи иттилоотӣ: буклетҳо, овезаҳо, китобчаҳо ва амсоли инҳо.

Ба шахсияти бемор, инчунин айни замон ба кадом иттилоот ниёз доштани ӯ аҳамият додан лозим аст. Иттилоотро ба бемор бо забони фаҳмо дастрас намудан зарур аст. Ҳамаи тавсияҳо бояд воқеан иҷрошаванда бошанд.

Пешгирии бемории сил

Чораи муҳими пешгирии паҳншавии сил ин ташхиси барвақтии сили шуши бемороне, ки ба муҳити атроф микобактерияҳои силро хориҷ мекунад ва то шифоёбии комил таъбиат намудани онҳо мебошад. Чораи бисёр хуби пешгирии паҳншавии сил ин шамолдиҳӣ ва шустушӯӣ намноки утоқҳое мебошад, ки дар он муддати муайян бемори сили шуш зиндагӣ мекард ва ё айни замон қарор дорад. Ҳангоми шамолдиҳӣ утоқҳо бо ҳавои тоза пур мешаванд ва ҳавои бо микобактерияҳои сил ифлосгардида ба берун хориҷ мешавад, ки ин ба камшавии миқдори микобактерияҳои сил дар утоқҳо мусоидат мекунад. Ғайр аз ин микобактерияҳои силро бо нурҳои офтоб нобуд карда мумкин аст, аз ин лиҳоз, ба ҳуҷраи бемори сил қарордошта бояд ҳарчи бештар нури офтоб дохил шавад.

Агар дар оила бемори сил бошад, зарур аст, ки то вақти басшавии микроб-хориҷкунӣ, ӯ ниқоби чарроҳиро истифода барад. Балғамро дар ҳама ҷо туф накарда, ба зарфи махсуси шишагин ҷаъм оварда, баъд аз он аз болояш маводи безараркунанда андохта, дар давоми нимсоат нигоҳдошта, ба ҳоҷатхона партояд. Таъкид кардан зарур аст, ки ҳангоми таъбиати дуруст таъин кардан, аллакай баъд аз 2-3 ҳафтаи таъбиат шахси бемор барои атрофиёнаш хатари сироят надорад.

Чораҳои асосии пешгирии сил дар миёни калонсолони ба сил сироятёфта ин: пешбурди тарзи ҳаёти солим, даст кашидан аз одатҳои зарарнок, машғул шудан ба варзиш, истеъмоли дурусти ғизо мебошанд. Аз сироятёбӣ ба микобактерияҳои сил ва беморшавӣ эмин нигоҳ доштани кӯдакон, ки нисбати ин сироят бисёр ҳассос мебошанд, хеле муҳим аст. Махсусан кӯдакони синни томақтабӣ бештар сироятпазир мебошанд. Нисбат ба кӯдакони то 6 сола аз оилаҳои дорои аъзои бемори сил, дар давоми 6 моҳ пешгирии кимиёвӣ бо доруворӣ зиддисилии изониазид анҷом дода мешавад.

Тифли навзод ҳимояи табиӣ аз силро надорад. Пас аз хориҷ шудан аз таваллудхона хатари ба сил сироят ёфтани аз эҳтимол дур нест. Дар робита ба ин, аввалин эмгирӣ дар ҳаёти кӯдак ин гузаронидани эмдоруи зидди сил - эмдоруи Калмет-Жерен (БСЖ) мебошад. Эмгузаронии БСЖ дар таваллудхона то 3-4 рӯзгӣ ҳаёти навзоди солим анҷом дода мешавад. Эмгузаронии БСЖ ба пешгирии пайдо шудани шаклҳои вазнини сил дар кӯдакон равона карда шудааст: сили мағзи сар ва сили пошхӯрдаи тамоми узвҳои бадан. Ин шаклҳои вазнини сил метавонанд дар навзодҳо зуҳур карда, аксаран ба марги онҳо оварда расонанд.

Сил ва ВНМО

Чи тавре ки Шумо аллакай медонед, вируси норасоии масунияти одам (ВНМО) системаи худмуофизкуниро вайрон мекунад. Системаи масунияти заифшуда худ

омили асосӣ мебошад, ки ба пайдошавии беморӣ ҳангоми дар организм мавҷуд будани микобактерияҳои сил таъсир мерасонад. Агар шахси бо микобактерияи сил сироятёфта боз бо ВНМО сироят ёбад, хатари пайдо шудани бемории сил дар ӯ 50%-ро ташкил медиҳад. (Бе сирояти ВНМО бошад 5-10%)

Бар замми ин, агар паҳншавии васеи сил дар мамлакатҳои Осиёи Миёна ба инобат гирифта шавад, чунин бармеояд, ки аксарияти нафарони ВНМО–мусбӣ дар навбати аввал гирифтори бемории сил мешаванд.

Сирояти ВНМО пайдошавии силро суръат мебахшад, зеро ВНМО системаи масуниятро заиф мекунад. Сирояти ВНМО ва сил омезише мебошанд, ки ду ҷараёни бемориовар пайдошавии ҳамдигариро суръат мебахшанд.

ШВЗ, ки гирифтори бемории сил шудаанд, ҳангоми дарёфти саривақтӣ ва саривақт ба таботати дурусти зиддисилӣ фаро гирифтани аз бемории сил шифо меёбанд.

Аз ҳамин сабаб, ҳамаи беморони сил аз санҷиши тести ВНМО ва ШВЗ дар як сол 2 маротиба аз ташҳиси бемории сил бояд гузаранд.

Таботати қолибии ҳозиразамони беморони бо Сил/ ВНМО чун шахсони сироятнаёфта бобарор мебошад. Чўбчамикроби сил базуди нест мешаванд. Такрорёбии беморӣ кам дида мешавад.

Фавт аз сил. Фавт дар байни беморони Сил/ВНМО зиёдтар аст. Ва бемории яққоягии Сил/ВНМО метавонад сабаби ҳамроҳ шудани оризаҳои беморӣ шавад.

Таъсири манфии доруҳо. Таъсири манфии доруҳо дар байни бемори Сил/ВНМО зиёдтар дида мешавад. Барои пешгирии пайдошавии бемории сил дар ШВЗ, пас аз ба пуррагӣ инкор кардани сили фаъол, пешгирии кимиёвӣ бо изониазид дар давоми 9 моҳ, новобаста аз синну сол анҷом дода мешавад.

Сил сабаби авҷгирии БПНМ шуда метавонад.

Иттилооти иловагӣ оид ба сил:

<http://ncc.tj/>

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs104/ru/index.html>

<http://www.who.int/topics/tuberculosis/ru/>

<http://www.who.int/tb/dots/ru/index.html>

<http://tuberculosis-stop.ru/index.php>

<http://www.afew.tj>

III. БАРНОМАИ НАМУНАВИИ ОМУЗИШИ КЎТОҲМУДДАТ

Омузиши кӯтоҳ Бемории сил

Давомнокӣ -1 соату 40 дақиқа

Нақшаи машғулиятҳо:

10 дақ.	Санчиши пешакӣ аз рӯи саволнома.
20 дақ.	Маърӯзаи кӯтоҳ (қисми 1).
30 дақ.	Кор дар гурӯҳҳои хурд «Хатар ва чораҳои пешгирӣ».
20 дақ.	Маърӯзаи кӯтоҳ (қисми 2).
10 дақ.	Мубоҳисаи умумӣ.
10 дақ.	Санчиши ниҳой аз рӯи саволнома.

I. Маърӯзаи кӯтоҳ (қисми 1)

Сил бемории хавфноки сирояткунанда мебошад, ки аз одами бемор ба одами солим **бо роҳи қатрагӣ-ҳавой мегузарад**. Силро микобактерияи сил ба вуҷуд меорад.

Микобактерияи сил ба муҳити беруна хеле устувор мебошад: он хусусиятҳои худро дар замин, барф ва ях нигоҳ дошта, ба спирт, туршӣ, ишқор тобовар мебошад. Дар шароитҳои табиӣ ҳангоми мавҷуд набудани рӯшноии офтоб микобактерияҳо метавонанд қобилияти ҳаётии худро солиёни зиёд нигоҳ доранд. Ҳамзамон, онҳо зуд дар зери таъсири бевоситаи нурҳои офтоб, ҳарорат ва моддаҳои хлордор нобуд мешаванд.

Аз ҳама бештар силии шушҳо воমেҳӯрад. Сироятёбӣ асосан бо роҳи ҳавой - қатрагӣ анҷом меёбад: вақте ки одами бемор сулфа ва ё атса мезанад, сӯхбат мекунад, ӯ дар атрофи худ қатрачаҳои балғамро, ки дар онҳо микробактерияҳои сил мавҷуданд, паҳн мекунад. Одами солим онҳоро нафас кашада, сироят меёбад.

Ба паҳншавӣ ва инкишофи беморӣ омилҳои зерин мусоидат мекунад:

1. Муддати тӯлонӣ дар як утоқ бо бемори шакли кушодаи сил (оид ба чӣ будани шакли кушодаи сил бо Шумо дар поён сӯхбат хоҳем кард) қарор доштан;
2. Муддати тӯлонӣ дар утоқи рутубатнок, торик ва ивазшавии ҳавояш маҳдуд қарор доштан.
3. Физогии нокифоя ва норасо: истеъмоли машруботи спиртӣ ва маводи нашъадор;

4. Таҳмилҳои тӯлони эҳсосоти (ҳаёти мудом дар тарсу ноумедӣ ва маъюси қарордошта).

II. Кор дар гурӯҳҳои хурд

Иштрокчиён ба 4 гурӯҳ тақсим мешаванд. Ба ҳар як гурӯҳ яке аз омилҳои номусоид (ниг. ба рӯйхати боло) пешниҳод мегардад. Вазифа - баён кардани ҳолатҳои воқеӣ, ки дар онҳо иштирокчиён метавонанд бо ин омилҳо дучор шаванд ва номбар кардани чораҳо оид ба бартараф кардани онҳо.

III. Маърузаи кӯтоҳ (қисми 2)

Аломати бештар хоси сили шушҳо сулфакунӣ дар давоми ду-се ҳафта, одатан бо хориҷ кардани балғам мебошад. Ҳамаи нафароне, ки ин аломатҳоро доранд, бояд ҳарчи зудтар балғами худро барои тадқиқ супоранд. Сулфа дар давоми ду-се ё бештар ҳафта одатан бо яке (ё якчанд) аз аломатҳои зерин ҳамроҳӣ карда мешавад:

- баланд шудани ҳарорати бадан дар бегоҳӣ;
- араққунии шабона;
- заифӣ/хасташавӣ;
- набудани иштиҳо;
- камшавии вазни бадан;
- лахтаҳои хун дар балғам;
- дард дар қафаси сина.

Ташхис дар натиҷаи таҳлили балғам гузошта мешавад. Агар дар балғам микобактерияҳои сил дарёфт карда шаванд, пас дар одам шакли микробхориҷкунандаи сил мавҷуд аст. Яъне, дар наздикии ӯ қарор доштан барои атрофиён хатарнок аст. Чунин беморро ҷудо нигоҳ дошта, табобати махсуси шиддатнок таъин мекунанд.

Сил табобатшаванда аст. Айни замон доруҳои мавҷуданд (дорувории зиддисилӣ), ки ҳангоми истифодаи дуруст силро ба пуррагӣ табобат мекунанд. Лекин барои табобати самаранок ҳар чӣ пештар бемориро дарёфт намуда, дар давоми муддати тӯлонӣ тамоми вояҳои дорувории аз ҷониби табиб таъингардидаро истеъмол намудан зарур аст.

Муолиҷаи қисман ё нопурра имконияти беморонро барои табобат кам намуда, ба пайдошавии шаклҳои ба доруворӣ мутобиқгаштаи сил мусоидат мекунад. Дар ин сурат дорувориҳои асосии зиддисилӣ аллакай барои шифоёбии беморон кӯмак карда наметавонанд.

Яъне, агар давраи табобати сил қатъ карда шавад - шакли мутобиқгаштаи сил пайдо мешавад, ки табобати он хеле душвор ва дар баъзе ҳолатҳо табобатнашаванда мебошад.

Сил ва ВНМО

Чӣ тавре ки Шумо аллакай медонед, ВНМО системаи масуниятро вайрон мекунад. Системаи масунияти заифшуда худ омилҳои асосӣ мебошад, ки ба пайдошавии беморӣ ҳангоми дар организм мавҷуд будани микробактерияҳои

сил таъсир мерасонад. Дар нафароне, ки дар як вақт ҳам бо ВНМО ва ҳам бо микробактерияҳои сил сироят ёфтаанд, хатари дар давоми умр пайдо шудани бемории сил 50%-ро ташкил медиҳад. Аксарияти нафарони ВНМО–мусбӣ дар навбати аввал гирифтори бемории сил мешаванд.

IV. Мубоҳисаи умумӣ:

Дар гурӯҳ саволҳои зеринро баррасӣ намудан лозим аст:

- Оё нафароне ҳастанд, ки намехоҳанд бемории силашон табобат шавад ва чаро?
- Чӣ метавонад ба инсон барои аз муоина барои дарёфти сил гузаштан халал расонад?
- Чӣ метавонад ба инсон барои гирифтани давраи пурраи табобат, бидуни танаффус, халал расонад?

Инчунин дар рафти мубоҳиса саволҳои аз тарафи иштирокчиёни омӯзиш пайдошуда баррасӣ карда мешаванд. Пеш аз он ки посухи худро диҳад, баранда бояд ақидаи иштирокчиёноро оид ба ин саволҳо шунида, танҳо пас аз ин натиҷагирӣ намояд. Агар баранда посухи дурустро оид ба ин ё он савол надонад, ба иштирокчиён маълум намудан зарур аст, ки иттилооти бештар ва пурраро аз мутахассисони Марказҳои маҳаллии мубориза бар зидди сил (аз табиби қисми тиббӣ, агар омӯзиш дар ҷойҳои маҳрум кардан аз озодӣ гузаронида шавад) дастрас намудан мумкин аст.

Пурсишнома барои баҳодиҳӣ ба омӯзишҳои кӯтоҳ оид ба бемории сил

посухи худро тавассути гузоштани ишора дар хоначаи посухи интихобшуда қайд намоед

1	<p>Кадам нишонаҳои бемории силро Шумо медонед? (ЛОАҚАЛ СЕ АЛОМАТРО НОМБАР КУНЕД)</p>	<p><input type="checkbox"/> Сулфа дар давоми ду-се ё бештар ҳафта <input type="checkbox"/> Баланд шудани ҳарорати бадан дар бе-гоҳӣ <input type="checkbox"/> Араққунии шабона <input type="checkbox"/> Заифӣ/ хасташавӣ <input type="checkbox"/> Набудани иштиҳо <input type="checkbox"/> Камшавии вазни бадан <input type="checkbox"/> Лахтаҳои хун дар балғам <input type="checkbox"/> Дард дар қафаси сина <input type="checkbox"/> Нишонаҳои бемории силро намедонам</p>
2	<p>Бемории сил бо роҳи қатра-гӣ-ҳавоӣ мегузарад</p>	<p><input type="checkbox"/> Розӣ ҳастам <input type="checkbox"/> Розӣ нестам <input type="checkbox"/> Намедонам</p>
3	<p>Бемории сил бо роҳи алоқаи ҷинсӣ мегузарад</p>	<p><input type="checkbox"/> Розӣ ҳастам <input type="checkbox"/> Розӣ нестам <input type="checkbox"/> Намедонам</p>
4	<p>Бемории сил тавассути хун мегузарад</p>	<p><input type="checkbox"/> Розӣ ҳастам <input type="checkbox"/> Розӣ нестам <input type="checkbox"/> Намедонам</p>
5	<p>Бемории сил табобатшаванда мебошад</p>	<p><input type="checkbox"/> Розӣ ҳастам <input type="checkbox"/> Розӣ нестам <input type="checkbox"/> Намедонам</p>
6	<p>Дар он ҳолате, ки инсон истеъмоли доруҳои зидди-силиро қатъ менамояд, чӣ ҳодиса рух медиҳад?</p>	<p><input type="checkbox"/> Ҳеҷ чиз рух намедиҳад, табобатро мумкин қатъ намудан, агар бемор худро хуб ҳис намояд. <input type="checkbox"/> Қатъ намудани табобат мумкин нест, чунки бемории сили шакли мутобиқашта ба вучуд меояд ва таботати он мушкилтар мебошад. <input type="checkbox"/> Ҳеҷ чиз рух намедиҳад, табобатро мумкин қатъ намудан ва баъди як чанд вақт боз давом додан мумкин аст.</p>

Маводи мазкур бо Маркази ҷумҳуриявии ҳимояи аҳоли аз бемориҳои сили Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон мувофиқа гардидааст.

Маводи мазкур бо кӯмаки мардуми Амрико эҷод шудааст, ки он аз тариқи Агенсии ИМА оид ба рушди байналхалқӣ расонида мешавад. Мазмун ва мундариҷаи ин эҷод маҳсули Лоихаи ХОУП буда, метавонад бо нуқтаи назари USAID ва Ҳукумати ИМА мувофиқат накунад.



Ҳамаи ҳуқуқҳо ҳифз карда шудаанд.

Интишор, интиқол, паҳн намудан ё нусхабардорӣ намудани ҳар кадом қисми китобча иҷозат дода мешавад ба шарте, ки он бо мақсади ғайритиҷоратӣ дар оянда истифода бурда шавад. Албатта ба Ташкилоти ҷамъиятии ҷумҳуриявии «СПИД Фонд Шарқу Ғарб – Тоҷикистон» ишора намоед.

Ройгон паҳн карда мешавад

© «СПИД Фонд Шарқу Ғарб – Тоҷикистон» (AIDS Foundation East-West — Tajikistan), соли 2015

e-mail: tajikistan@afew.tj

<http://www.afew.tj>