

# 结核病是常见呼吸道传染病， 不可怕，规范治疗能治好！

## 什么是结核病？

结核病是由结核分枝杆菌引起的传染病，**肺结核最常见**，占结核病的 80% 以上，大家常说的“肺癆”就是它。病菌主要攻击肺部，也可能侵犯淋巴、骨骼、肠胃等部位，是危害人体健康的常见传染病。



## 结核病怎么传?主要靠飞沫, 近距离接触要注意

肺结核患者咳嗽、打喷嚏、说话、唱歌时, 会喷出带有结核菌的飞沫, 健康人吸入后就可能被感染。



### ❌ 传播关键:

与排菌的肺结核患者长期近距离密切接触(如家人、同事、同学)风险最高;

### ✅ 放心场景:

一起吃饭、握手、拥抱, 共用办公用品 / 马桶, 接触患者用过的衣物, 都不会传染。

# 身体出现这些信号,赶紧就医!

肺结核常见症状多在肺部,持续2周以上要高度警惕,这是就诊重要信号:

- ① 咳嗽、咳痰,痰中带血丝或咯血。
- ② 低烧、夜间盗汗、浑身乏力。
- ③ 没胃口、体重莫名下降。
- ④ 胸痛、胸闷,呼吸不畅。



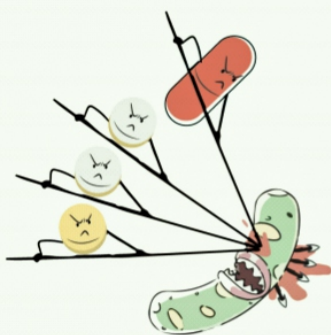
提示:部分患者早期症状不明显,容易当成感冒,拖久了会加重病情,还可能传染他人!



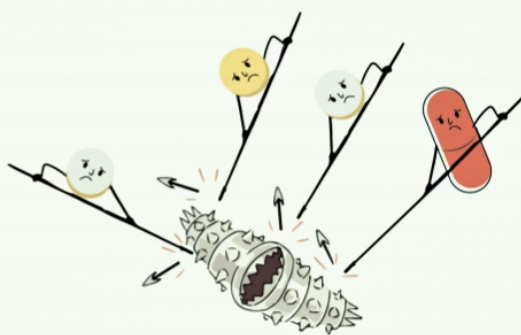
# 什么是耐多药结核病？

简单说，耐多药结核病是肺结核患者体内的结核菌，对两种及以上最关键的一线抗结核药物产生了耐药性，普通抗结核药对它“没用了”，属于难治性肺结核。

它和普通肺结核的症状基本一样，还是会咳嗽咳痰、低烧盗汗、乏力消瘦、痰中带血，传染性和普通肺结核一样强，传播途径也都是呼吸道飞沫传播（咳嗽、打喷嚏、说话喷出的飞沫被他人吸入）。



普通结核分枝杆菌



耐多药结核分枝杆菌

## 耐多药结核是怎么来的？

很多人以为耐多药结核是“别人传染的”，其实大部分是自己“养出来的”：

### 吃药不规律

想起来就吃，忘了就停，结核杆菌没被彻底杀死，反而在药物刺激下慢慢产生耐药性。

### 自行减药停药

症状一缓解就觉得“好了”，私自停药，导致残留的病菌卷土重来，而且变得更“顽固”。

### 治疗不规范

没去正规医院接受专业治疗，用了不合适的药物或剂量，不仅没治好病，反而培养了耐药菌。当然，也有少数人是直接被耐多药患者传染的，比如和耐多药患者长期密切接触，吸入了带有耐药菌的飞沫。

## 哪些人容易被感染？（重点防护这些人群）

1、与肺结核患者密切接触的人（家人、室友、同事）。

2、免疫力低下人群（老人、儿童、孕妇，糖尿病、艾滋患者，长期吃激素 / 化疗药的人）。

3、长期在人群密集场所生活 / 工作的人（学校、工厂、养老院等）。

4、吸烟、酗酒、熬夜，长期过度劳累的人（自身抵抗力弱，易被感染）。



# 确诊结核病, 别慌! 规范治疗能根治

## 治疗原则

一旦确诊, 需到正规结核病防治机构 / 医院接受早期、联合、适量、规律、全程的规范治疗, 这是治好结核病的关键。

## 治疗周期

肺结核普通患者疗程约 6-9 个月, 耐药患者疗程会更长, 必须按医嘱吃完所有药, 不能随便停药 / 减药。

## 治疗效果

目前有高效的抗结核药物, 90% 以上的新发肺结核患者, 规范治疗后能完全治愈, 治愈后就不再具有传染性。

## 免费政策

我国对活动性肺结核患者, 提供免费的痰涂片、胸片检查和免费的一线抗结核药物, 减轻治疗负担。

# 结核病怎么防?做好这几点, 远离感染

**1、接种疫苗:**新生儿及时接种卡介苗,能有效预防儿童重症结核病,是基础防护手段。

**2、远离传染源:**避免与咳嗽、咳痰的肺结核患者近距离密切接触,若接触需佩戴口罩。

**3、做好个人防护:**咳嗽、打喷嚏时用纸巾/手肘捂住口鼻,不随地吐痰,养成良好卫生习惯。

**4、保持环境通风:**家里、办公室、教室等场所,每天开窗通风2-3次,每次30分钟以上,结核菌在通风环境中很难存活。

**5、增强自身抵抗力:**不吸烟、少喝酒,规律作息不熬夜,均衡饮食 + 适量运动,让身体更有力量抵抗病菌。

**6、主动筛查:**密切接触过肺结核患者的人,以及高危人群,主动到医院做结核病筛查,早发现、早干预。