

帮你战胜肺结核

科普读本



中国疾病预防控制中心结核病预防控制中心 编印
中国全球基金结核病项目办公室

主 编：王黎霞、成诗明、陈明亭

执行主编：钮文异、吕 青

编 委：于 兰、王仕昌、王晓林、王黎霞、吕书红、
吕 青、刘北斗、刘雯君、成诗明、朱春蕾、
孙 颖、陈明亭、陈秋兰、周 林、周贵常、
钮文异、姜世闻、高铁杰、徐晓敏、黄智忠
(按姓氏笔画排列)

❑ 消除顾虑

❑ 增强信心

❑ 坚持治疗

❑ 可以治愈



前 言

预防控制肺结核的主要环节是控制传染源，即及时发现和治愈传染性肺结核患者。肺结核治疗一般需要6—8个月，确保患者掌握肺结核的相关知识，并遵从医嘱全程规律服药是治愈的关键。

我国80%的肺结核患者是农村居民，为帮助他们更好地配合治疗，我们组织有关专家精心编写了这本通俗易懂、内容丰富、图文并茂的读本。本书亦可作为广大群众防治肺结核的科普读物。

本读物在设计之初和创作成形之后均征求了患者的意见，并进行了适当的修改。来自中国疾病预防控制中心结核病预防控制中心、第一轮中国全球基金结核病项目办、北京大学医学部社会医学与健康教育系、北京全心合动漫科技有限公司等单位的相关专家和工作人员参与了本书的策划与编写。山东、福建、宁夏、浙江、安徽和北京市昌平区结核病防治所的相关人员参与了本读物的预试验。在此一并表示衷心感谢。

编 者

二〇〇九年十二月

目 录

第一部分	关于肺结核	1
一、	什么是结核病?	2
二、	肺结核有哪些常见症状?	2
三、	肺结核有哪些危害?	3
四、	肺结核是如何传播的?	3
五、	诊断肺结核主要做哪些检查?	4
六、	肺结核如何治疗?	4
七、	肺结核治疗常用药物有哪些?	5
八、	肺结核可以治愈吗?	5
九、	肺结核患者的密切接触者应该怎么办?	5
第二部分	国家主要免费政策	6
一、	哪些检查和治疗项目可以免费?	7
二、	在什么机构检查和治疗可以享受免费政策?	8
第三部分	治疗期间注意事项	9
一、	如何实现坚持服药?	10
二、	外出期间如何坚持服药?	12
三、	不规律服药有哪些危害?	13
四、	治疗期间什么时候需要复查?	14
五、	如何正确留取复查所需的痰液标本?	15
六、	服药后会出现哪些不良反应? 如何处理?	16
七、	如何存放药品?	17
八、	生活起居应注意哪些问题?	17
九、	如何进行自我心态调整?	21
第四部分	其他常见问题	23
一、	肺结核治好后还会传染给别人吗?	24
二、	肺结核会遗传吗?	24
三、	肺结核患者怎样对待恋爱与婚姻?	25
四、	肺结核患者能够生育吗?	26
五、	学生肺结核患者应该注意哪些问题?	26
六、	儿童肺结核患者治疗时应注意哪些问题?	27

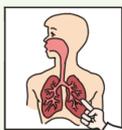
第一部分

关于肺结核

肺结核有传染性，病在肺部症典型，
咳嗽咳痰超两周，快去就医检查清。
如果治疗不及时，影响健康危生命，
身体乏力难干活，传染亲朋与他人。

一、什么是结核病？

结核病是一种由结核菌引起的常见慢性传染病，可以发生在身体的任何部位，最常见发生在肺部，称为肺结核。



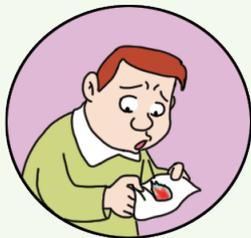
结核病…最常发生在肺部，称为肺结核。

二、肺结核有哪些常见症状？

肺结核的主要症状为咳嗽、咳痰两周以上，痰中带血，有的人会低烧、盗汗、胸痛、食欲差、疲乏和消瘦。



咳嗽



痰中带血



咳痰

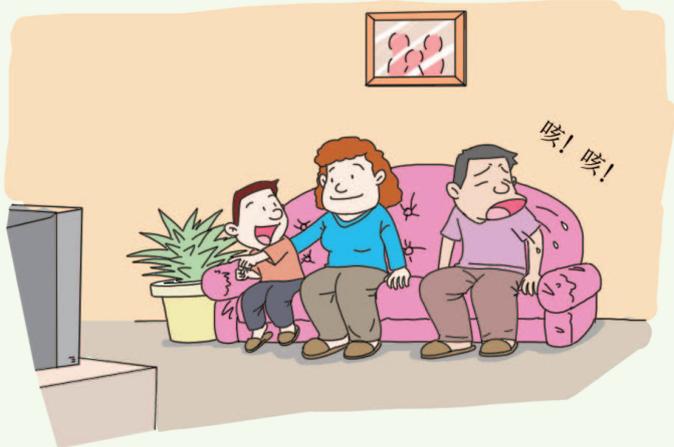
三、肺结核有哪些危害？

肺结核如果不及时治疗，会使你的肺部病变不断扩大，从而影响您的健康、工作、生活，严重时甚至会危及生命；同时还有可能传染家人和朋友。



四、肺结核是如何传播的？

肺结核患者咳嗽、咳痰、打喷嚏、大声说话时，会把带有结核菌的飞沫播散到空气中，被周围人群吸入而产生感染。



五、诊断肺结核主要做哪些检查？

肺结核的主要检查项目有痰涂片和 X 光胸片检查，必要时可进行痰培养检查。



六、肺结核如何治疗？

早期治疗损伤少，多药联用才有效，
规范适量别多少，全程遵医要记牢。

诊断为肺结核后应立即服药、多药联用、不能中断、坚持治疗（至少 **6 ~ 8 个月**）。任何治疗的改变应通过医生决定。



七、肺结核治疗常用药物有哪些？

目前最有效的抗结核药物包括利福平、异烟肼、乙胺丁醇、吡嗪酰胺及链霉素等。



八、肺结核可以治愈吗？



坚持正规治疗，绝大多数肺结核患者可以治愈。

5

第一部分

九、肺结核患者的密切接触者应该怎么办？

凡是与肺结核患者经常接触的人，如出现咳嗽、咳痰超过两周，应怀疑得了肺结核，请及时就诊。





第二部分

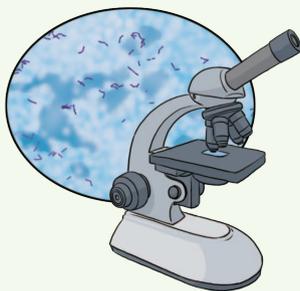
国家主要免费政策

免费政策政府行，优惠哪些了解清，
结防机构定点医，享受免费少操心。

一、哪些检查和治疗项目可以免费？

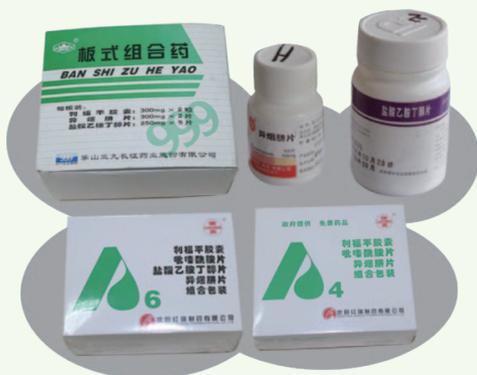
为第一次检查的肺结核可疑症状者免费提供痰涂片和 X 光胸片检查。

拍胸片
检查。



查痰

为活动性肺结核患者免费提供国家统一方案的抗结核药物、治疗期间的痰涂片检查及治疗结束时的 X 光胸片检查。



药品

二、在什么机构检查和治疗 可以享受免费政策？

我国县级以上均设立了结核病防治机构（包括疾病预防控制中心 / 防疫站、结核病防治所）和定点医院，到这些机构就诊可以享受政府的免费政策。

到这些机构可以享受政府的免费政策。

疾病预防控制中心

结核病防治所

定点医院

备注：全国各结核病防治机构联系方式可以从以下网址 www.chinatb.org 的“结防网络”栏目查询。

第三部分

治疗期间注意事项



9

第三部分

一、如何实现坚持服药？

1、为了避免漏服药，我们提倡每次吃药都在医生的直接面视下进行，即由医生看着服药。



2、如果因路途遥远或其他原因，不能由医生看着服药，可以请亲属或朋友提醒。

3、您可以把药放在容易看到的明显的地方，例如水杯旁边，也可以定闹钟以提醒自己。

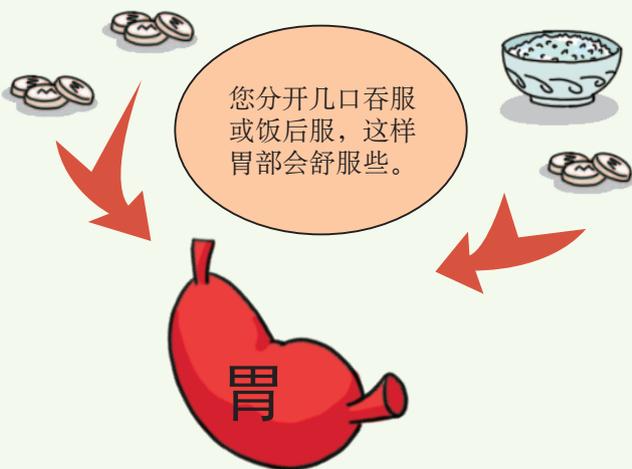


4、应记住取药的时间，避免出现断药。

宁舍一顿饭，
不舍抗痨片。



5、如果您觉得一口吞服这些药物很困难，您可以分开几口吞服；或饭后服药，这样胃部舒服些。



二、外出期间如何坚持服药？

1、如果需要短时间的外出，应告知医生，并带够足量的药品。



2、如果改变居住地，应告知医生，并由医生帮助联系您所去地方的结防机构，以便能够延续治疗。

三、不规律服药有哪些危害？

服药间断不按时，容易耐药很难治，
花费翻倍超过十，传染亲友后悔迟。



忘吃药了！



漏服药、间断服药可能会产生耐药或导致死亡；耐药肺结核的治疗周期长，难以治愈，治疗花费也比一般肺结核高 10 倍以上；还可能传染给家人或其它人，被传染者一旦发病也是耐药肺结核。

不听医生话，后果很严重哦！



四、治疗期间什么时候需要复查？

1、治疗期间的复查对治疗效果的判定，以及是否需要调整治疗方案具有很重要的意义。



2、医生会根据治疗情况把你区分为初治或复治患者，两者复查时间不同：

初治患者应在服药满 2、5、6 个月时送痰进行复查。

2、5、6

复治患者在服药满 2、5、8 个月时送痰进行复查。

2、5、8

五、如何正确留取复查所需的痰液标本？

正确的留痰方法是：漱口，深呼吸两次，用力从肺部深处咳出痰液。

正确方法：



复查的肺结核患者每次应收集二个痰标本（夜间痰、清晨痰）。

- ◆夜间痰：送痰前一日，患者晚间咳出的痰液；
- ◆清晨痰：患者晨起立即用清水漱口后，咳出的第2口、第3口痰液。



六、服药后会出现哪些不良反应？

如何处理？

服药后可能出现的现象包括：胃肠道不适、恶心、皮肤瘙痒、关节疼痛、手足麻木等，严重者可能会呕吐、视物不清、皮疹、听力下降等。



出现上述任何情况，均应及时和医生联系，以便妥善处理，请不要自行停药或任意更改治疗方案，这会直接影响到您的治疗效果。

注：服用利福平后尿液变红为正常现象。

医生我吃药后感觉不大舒服…

哦！你怎么不舒服啦……那你赶紧来看看吧！



七、如何存放药品？

所有的抗结核药都应放在通风干燥、孩子接触不到的地方。



八、生活起居应注意哪些问题？

三大纪律：

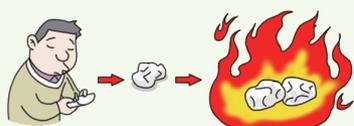
- 第一：一切行动听指挥，步调一致得胜利；
- 第二：发现病情早检查，早诊早治早就医；
- 第三：防治结核讲科学，不必恐慌吓自己。

八项注意：

- 经常开窗多通气；阳光充足利身体；
- 咳嗽喷嚏掩口鼻；痰吐纸中不随地；
- 鲜吃菜果戒烟酒；衣食三分寒与饥；
- 公共场所要少去；病情变化早就医。



1、养成良好的卫生习惯，避免传染他人
肺结核患者有痰时，一定要吐出来，不要下咽。不要随地吐痰，应把痰吐于纸中包好后焚烧，或吐在有消毒液的痰盂中。



大声说话、
咳嗽或打喷嚏时
要掩住口鼻，不
要对着他人。



传染期内尽量少去公共场所，去时应佩戴口罩。



最好有单独的卧室，光线要充足，应经常开窗通风。



要保护儿童!

大部分儿童肺结核是由家庭成员传染的，因此要特别注意保护儿童。



2、戒烟禁酒

肺结核患者应戒烟。吸烟会加重咳嗽、咳痰、咯血等状况，大量咯血可危及生命。





肺结核患者应禁酒。因为抗结核药物大部分经肝脏代谢，并且对肝脏有不同程度的损害，饮酒会加重肝脏的负担。酒还能扩张血管，有引起咯血的可能。



3、注意休息，加强营养，适当锻炼，避免重体力劳动。

不用忌口，少吃过于辛辣的食物就行。

应加强营养，多吃高蛋白食物，以及绿叶蔬菜、水果和杂粮等富含维生素和无机盐的食品。



九、如何进行自我心态调整？

是病就有心创伤，需要时间来疗养，
担忧情绪自然有，积极应对有希望。
得了结核不恐慌，依靠医生把你帮，
配合治疗药按时，可以治愈心坦荡。
周围旁人有看法，不必介意放心上，
家里重活无法干，治好还能当栋梁。



你被诊断为肺结核后可能会很震惊，出现害怕、担忧等情绪，这些是正常的反应。但肺结核绝大部分都能治愈，因此应树立信心，积极配合医生进行治疗。

被诊断为肺结核并不可怕……



患病后生活和工作会受到影响，但不要使自己长期沉浸在担忧与痛苦里，应做些力所能及、有意义的活动来分散你的注意力。



种 花

学会自娱自乐。



钓 鱼



读 书

患病后可能家人或朋友会与你保持距离，但他们疏远的是结核病，而不是疏远你，所以应该学会正确理解他人的这种行为。

你不能疏远她，你越关心她，她好的越快。经过正规治疗，2~3周后传染性会逐渐下降，待痰涂片结果转阴后就沒有传染性了。



第四部分

其他常见问题



一、肺结核治好还会传染给别人吗？

肺结核患者按照规定的治疗方案和疗程治疗，医生判断为治愈后就不会有传染性。



二、肺结核会遗传吗？

肺结核不是遗传性疾病，不会传给下一代。但它通过空气飞沫传播，在家庭环境中，容易传染给其他家庭成员，可能导致一个家庭多个成员患病。

肺结核不会传给下一代。



三、肺结核患者怎样对待恋爱与婚姻？

患了肺结核的年青人，应首先集中精力把病治好。



如果尚未有恋爱对象，在未完全康复以前应该把恋爱之事暂时搁一下。

如果已有恋爱对象，则应该把病情如实向对方讲清楚，在传染期内尽量减少接触；未婚者应尽可能推迟婚期，待肺结核治愈后再考虑结婚，以免婚后的夫妻生活、生儿育女、优生优育、家务等等一系列问题，给治疗带来不利影响。



四、肺结核患者能够生育吗？

育龄妇女如果患了肺结核应采取避孕措施，以避免由于妊娠导致患者肺结核病情加重，胎儿可能会出现发育不良或死胎。

如果肺结核患者已经怀孕，最好终止妊娠；通常肺结核治愈半年后，可以正常妊娠。想要孩子请咨询医生。



五、学生肺结核患者应该注意哪些问题？

学生得了传染性肺结核，应该休学，在家疗养。待传染性消失后，凭结核病防治机构的诊断证明可以复学。非传染性病人在治疗期间可以继续上学，由当地结核病防治机构或校医负责督导服药。



六、儿童肺结核患者治疗时 应注意哪些问题？

儿童不易坚持服药，应想各种方法鼓励及督促他们服药。

小敢，你要像你喜欢的动画片里的‘果果’一样勇敢的把药吃了哦！



儿童肺结核患者治疗期间应在家休息，不要入托、入学，以避免传染其它人。



结束语

你知道了吗?

其他常见问题

28

肺结核治愈的关键就是：

- 遵从医嘱
- 坚持服药 6-8 个月
- 保持良好的心态



祝您早日康复!

如果您需要更多有关结核病的信息，可以登陆 www.chinatb.org 的“知识天地”栏目进行查询。

联系卡



患者姓名：

行政区划代码+登记号：

登记单位（结防机构）：

登记单位地址：

 联系人：

 电 话：

户籍所在地结防机构地址：

 电话：





就诊日期	预约查痰日期	预约取药日期

患者须知

- 只要坚持正规治疗，结核病是可以治好的。如果不坚持服药不但难治好，而且容易形成难治耐药结核病。
- 在治疗期间的第 2、5、6 或 8 月进行查痰，定期取药。
- 治疗过程中，尽量不要离开居住地。如必须离开，提前通知负责您治疗的医生，以便帮助您联系继续治疗事宜。到达目的地后请尽快与您前往地区的结防机构联系，以便及时安排治疗。
- 不要对着别人咳嗽、打喷嚏或大声谈笑，不要随地吐痰等，避免传播给他人。

策 划：钮文异

责任编辑：吕 青、周贵常

责任校对：陈秋兰、刘雯君

图书设计： 北京全心合
动漫科技有限公司

