

Aflați mai mult despre tuberculoză pe
www.tuberculoza.info



un nou **POS** spre sănătate

SĂNĂTATEA TA DEPINDE DE TINE



calendar 2013

Probabil nu există om care să nu fi auzit de tuberculoză.

Dar nu toți știu cum se manifestă această maladie, cum poate fi depistată, ce urmări poate avea, dacă nu este tratată corect, și ce trebuie să întreprindă, ca să nu se îmbolnăvească de tuberculoză.

Află mai multe despre tuberculoză, protejează-te pe tine și pe cei dragi!

www.tuberculoza.info

2013

IANUARIE							FEBRUARIE							MARTIE						
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5	6					1	2	3		1	2	3				
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31				25	26	27	28				25	26	27	28	29	30	31

APRILIE							MAI							IUNIE						
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5		1	2						
8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
29	30						27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30

IULIE							AUGUST							SEPTEMBRIE						
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4							1
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
29	30	31					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29

OCTOMBRIE							NOIEMBRIE							DECEMBRIE						
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5	6					1	2	3								1
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29

2014

IANUARIE							FEBRUARIE							MARTIE							
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	
1	2	3	4	5								1	2							1	2
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	3	4	5	6	7	8	9	
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	10	11	12	13	14	15	16	
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	17	18	19	20	21	22	23	
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28			24	25	26	27	28	29	30	

APRILIE							MAI							IUNIE						
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5	6					1	2	3	4							1
7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
28	29	30					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29

IULIE							AUGUST							SEPTEMBRIE						
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5	6					1	2	3	4							1
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	31	29	30					

OCTOMBRIE							NOIEMBRIE							DECEMBRIE						
<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>	<i>l</i>	<i>m</i>	<i>m</i>	<i>j</i>	<i>v</i>	<i>s</i>	<i>d</i>
1	2	3	4	5						1	2	3								1
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	29	30	31				



IANUARIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Tuberculoza este o maladie infecțioasă periculoasă,

care, dacă nu este depistată la timp și nu este tratată adecvat, poate duce la pierderea capacității de muncă, la invaliditate și la deces. Tuberculoza este cunoscută încă din antichitate.

Cel mai frecvent tuberculoza afectează plămânii (tuberculoza pulmonară), însă poate afecta și alte organe (tuberculoza oaselor și a articulațiilor, tuberculoza renală, tuberculoza ganglionilor limfatici, tuberculoza aparatului urogenital, tuberculoza pielii, a ochilor etc.). Anual în toată lumea se îmbolnăvesc de tuberculoză peste 8 milioane de oameni.

DECEMBRIE 2012

l	m	m	j	v	s	d
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

FEBRUARIE

l	m	m	j	v	s	d
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			



FEBRUARIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	1	2	3

Tuberculoza este provocată de micobacteria tuberculozei

(*Mycobacterium tuberculosis*) numită și bacilul Koch în numele medicului Robert Koch, care a descoperit agentul patogen al maladiei.

Este un microorganism neobișnuit de viabil, care își păstrează proprietățile la uscare, congelare, după prelucrarea cu alcool, acid și baze. Lumina directă a soarelui, temperaturile ridicate și substanțele care conțin clor distrug rapid bacteriile.

IANUARIE							MARTIE						
l	m	j	v	s	d		l	m	j	v	s	d	
	1	2	3	4	5	6				1	2	3	
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	31



MARTIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
25	26	27	28	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

24 martie este Ziua Mondială de Luptă împotriva Tuberculozei

În această zi, în anul 1882 Robert Koch, medic și microbiolog german, la ședința Societății de fiziologie din Berlin a declarat că a reușit să identifice bacilul care provoacă tuberculoza. În 1905, pentru această descoperire i s-a conferit premiul Nobel pentru Medicină. La inițiativa Organizației Mondiale a Sănătății, în anul 1993, când tuberculoza a fost declarată problemă globală, această zi a fost inclusă în calendarul datelor memorabile al Organizației Națiunilor Unite.

FEBRUARIE

l	m	j	v	s	d
		1	2	3	
4	5	6	7	8	9 10
11	12	13	14	15	16 17
18	19	20	21	22	23 24
25	26	27	28		

APRILIE

l	m	j	v	s	d
1	2	3	4	5	6 7
8	9	10	11	12	13 14
15	16	17	18	19	20 21
22	23	24	25	26	27 28
29	30				



APRILIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

Tuberculoza poate fi transmisă numai prin aer

de la bolnavul de tuberculoză pulmonară contagioasă, care nu primește tratament. Un astfel de bolnav elimină în aer micobacterii de tuberculoză prin tuse, strănut, scuipat sau când vorbește. Acestea se găsesc în aer timp îndelungat, mai ales, în încăperi strâmte, întunecoase și neaerisite. Astfel, micobacteriile ajung în plămânii persoanelor care inspiră aerul contaminat. În cazul altor forme de tuberculoză bacteriile nu se elimină și infectarea este exclusă.

MARTIE

l	m	m	j	v	s	d
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

MAI

l	m	m	j	v	s	d
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



MAI

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

A fi infectat nu înseamnă a fi bolnav. Aproximativ o treime din populația lumii este infectată cu tuberculoză. Majoritatea persoanelor infectate nu se îmbolnăvesc de tuberculoză, deoarece sistemul lor imun distruge infecția. Se îmbolnăvesc doar 5-10% din persoanele infectate. De obicei, alți factori conduc la slăbirea sistemului imun și contribuie la procesul de îmbolnăvire, printre aceștia enumerându-se bolile cronice, traiul în locuințe strâmte, umede și reci, subnutriția, condițiile nefavorabile de muncă, stresul, infecția HIV.

APRILIE

l	m	m	j	v	s	d
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

IUNIE

l	m	m	j	v	s	d
						1 2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



IUNIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Principalele simptome ale tuberculozei pulmonare sunt:

- tuse cu spută mai mult de 3 săptămâni;
- subfebrilitate timp de o săptămână fără o cauză evidentă, frisoane;
- astenie permanentă, oboseală;
- transpirații excesive, mai ales noaptea.
- pierderea poftei de mâncare; scădere bruscă în greutate;
- hemoptizie (spută cu sânge, eliminată prin tuse).

Dacă observați la dumneavoastră sau la rudele dumneavoastră simptome caracteristice tuberculozei, adresați-vă urgent la medicul de familie.

MAI							IULIE						
l	m	j	v	s	d		l	m	j	v	s	d	
	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12	8	9	10	11	12	13	14
13	14	15	16	17	18	19	15	16	17	18	19	20	21
20	21	22	23	24	25	26	22	23	24	25	26	27	28
27	28	29	30	31			29	30	31				



IULIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Investigațiile medicale pentru diagnosticarea tuberculozei sunt inofensive și nedureroase.

Aceasta presupune:

- examenul medical;
- analiza microscopică a sputei;
- radiografia cutiei toracice.

Medicul stabilește volumul investigațiilor. În Moldova diagnosticarea tuberculozei se efectuează gratis. Nu trebuie să vă sperie diagnosticul „tuberculoză”. Cu cât mai repede este depistată maladia și inițiat tratamentul, cu atât mai mari sunt șansele de vindecare.

IUNIE							AUGUST						
l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d
					1	2				1	2	3	4
3	4	5	6	7	8	9	5	6	7	8	9	10	11
10	11	12	13	14	15	16	12	13	14	15	16	17	18
17	18	19	20	21	22	23	19	20	21	22	23	24	25
24	25	26	27	28	29	30	26	27	28	29	30	31	



AUGUST

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

Tratamentul tuberculozei obișnuite (sensibile) durează 6-8 luni.

Doar medicul ftiziopneumolog poate indica un tratament corect. Pentru tratament se utilizează concomitent câteva preparate speciale, care se administrează sub supravegherea lucrătorului medical. La 2-3 săptămâni de la inițierea tratamentului, bolnavul încetează să mai elimine micobacterii de tuberculoză și nu mai prezintă pericol de contaminare. Dar, chiar simțind o ameliorare, este contraindicată întreruperea tratamentului sau modificarea schemei de tratament. În Moldova tratamentul tuberculozei este gratuit.

IULIE							SEPTEMBRIE						
l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d
1	2	3	4	5	6	7							1
8	9	10	11	12	13	14	2	3	4	5	6	7	8
15	16	17	18	19	20	21	9	10	11	12	13	14	15
22	23	24	25	26	27	28	16	17	18	19	20	21	22
29	30	31					23	24	25	26	27	28	29
							30						

SEPTEMBRIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Dacă bolnavul întrerupe tratamentul

sau dacă modifică dozele și combinațiile preparatelor, el poate dezvolta tuberculoză multidrogrezistentă. Tratamentul acestei forme de tuberculoză poate dura până la doi ani, preparatele prescrise sunt cu mult mai toxice și nu sunt întotdeauna disponibile, iar șansele de vindecare se reduc simțitor.

Dacă bolnavul renunță la tratament,

maladia poate trece în forma cronică sau poate duce la deces. Bolnavul slăbește repede, își pierde capacitatea de muncă. El mai poate trăi câțiva ani, continuând astfel să-i molipsească pe cei din jur.

AUGUST

l	m	j	v	s	d
	1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28
29	30	31			

OCTOMBRIE

l	m	j	v	s	d
	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29
30	31				



OCTOMBRIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
30	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

Tuberculoza la copii se manifestă altfel decât la adulți.

Părinții ar trebui să se alerteze și imediat să se adreseze la medic, atunci când:

- copiii mici nu mai cresc ponderal sau slăbesc, devin indolenți, capricioși;
- copiii de vârstă școlară obosesc repede, devin somnolenți după efort fizic, acuză dureri de cap și nu reușesc să se concentreze la lecții, devin irascibili;
- copiii de diferite vârste sunt deseori afectați de maladii acute ale căilor respiratorii, după acestea se restabilesc cu greu, continuând să aibă febră.

SEPTEMBRIE

l	m	j	v	s	d
					1
2	3	4	5	6	7 8
9	10	11	12	13	14 15
16	17	18	19	20	21 22
23	24	25	26	27	28 29
30					

NOIEMBRIE

l	m	j	v	s	d
					1 2 3
4	5	6	7	8	9 10
11	12	13	14	15	16 17
18	19	20	21	22	23 24
25	26	27	28	29	30



NOIEMBRIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

Pentru a preveni infectarea și îmbolnăvirea de tuberculoză:

- aveți grijă să vă întăriți imunitatea – străduiți-vă să vă alimentați corect și la timp, odihniți-vă după eforturi fizice și intelectuale, plimbați-vă mai mult la aer curat; debarasați-vă de obiceiuri vicioase.
- nu ieșiți flămând din casă;
- aerisiți cât mai des încăperea unde lucrați, faceți cât mai des curățenie umedă;
- străduiți-vă să vă mențineți la o distanță mai mare de un metru de persoana care tușește, întoarceți-vă într-o parte sau acoperiți-vă nasul și gura cu basmăluța.

OCTOMBRIE							DECEMBRIE						
l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d
	1	2	3	4	5	6							1
7	8	9	10	11	12	13	2	3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	9	10	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	16	17	18	19	20	21	22
28	29	30	31				23	24	25	26	27	28	29
							30	31					



DECEMBRIE

2013

luni	marți	miercuri	joi	vineri	sâmbătă	duminică
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Țineți minte!

- Tuberculoza este o maladie infecțioasă periculoasă, care, dacă nu este tratată corect, poate duce la invaliditate și la deces.
- De tuberculoză se poate molipsi oricine.
- Tuberculoza la copii se manifestă altfel decât la adulți.
- Tuberculoza se transmite de la omul bolnav la cel sănătos pe cale aerogenă.
- Tuberculoza poate fi vindecată. Există programe de luptă împotriva tuberculozei și medicamente eficiente.
- Nu trebuie să vă sperie diagnosticul „tuberculoză”. Cu cât mai repede este depistată maladia și inițiat tratamentul, cu atât mai mari sunt șansele de vindecare.
- La apariția a cel puțin unuia dintre simptomele specifice tuberculozei, solicitați de urgență asistența medicului de familie.
- În Moldova diagnosticul și tratamentul tuberculozei sunt gratuite.

NOIEMBRIE

l	m	m	j	v	s	d
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

IANUARIE 2014

l	m	m	j	v	s	d
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Foto:
Mihai VENGHER
Mircea ZATUȘEVȘCHI

Design: Imprint