



Điều trị dự phòng Lao là gì?



Mục lục

Điều trị dự phòng Lao là gì?	3
Mang vi trùng Lao trong người nhưng không mắc bệnh nghĩa là gì?	3
Tại sao những người không mắc bệnh Lao lại phải uống thuốc điều trị Lao?	3
Tất cả những người nhiễm vi trùng Lao có nên được điều trị dự phòng không?	4
Tôi có thể bị Lao về sau ngay cả khi tôi hoàn tất quá trình điều trị dự phòng Lao không?	5
Bạn có thể bị nhiễm vi trùng Lao bằng cách nào?	5
Những ai có thể nhiễm vi trùng Lao?	6
Tại sao nhiều người sợ bệnh Lao?	6
Tôi có thể nhận điều trị dự phòng Lao bằng cách nào?	6
Tác dụng phụ có thể gặp của thuốc	8

Điều trị dự phòng Lao là gì?

Điều trị dự phòng Lao là điều trị nội khoa cho những người khỏe mạnh, nhưng có mang vi trùng Lao trong cơ thể. Điều trị bằng thuốc nhằm mục đích giảm nguy cơ mắc bệnh Lao về sau.

Những người được điều trị dự phòng Lao không có bệnh Lao. Họ không lây bệnh Lao cho mọi người xung quanh.

Mang vi trùng Lao trong người nhưng không mắc bệnh nghĩa là gì?

Phần lớn những người nhiễm vi trùng Lao không có bệnh. Vi trùng Lao “ngủ yên” trong cơ thể người đó. Hệ thống miễn dịch của cơ thể làm cho vi trùng ngủ yên. Bạn có thể mang vi trùng Lao trong người cả đời nhưng chưa hề bị bệnh bởi vi trùng Lao.

Nhiều người có vi trùng Lao ở trạng thái bất hoạt (đang ngủ) trong cơ thể. Tổ chức Y tế Thế giới ước lượng trên toàn cầu khoảng cứ bốn người thì có một người mang mầm vi trùng này. Chỉ có một người trong mười người mang vi trùng Lao bị phát bệnh Lao.

Tình trạng mang vi trùng Lao mà không có bệnh còn được gọi là Lao tiềm ẩn hay nhiễm Lao tiềm ẩn (latent tuberkuloseinfeksjon – LTBI).

Một người có Lao tiềm ẩn:

- Không có bệnh Lao, và không thể lây cho người khác
- Xét nghiệm phản ứng trên da (Mantoux) hoặc xét nghiệm máu cho thấy người đó mang vi trùng Lao
- Nhưng xét nghiệm đàm và dịch tiết âm tính (không có dấu hiệu bất thường)

Tại sao những người không mắc bệnh Lao lại phải uống thuốc điều trị Lao?

Điều trị dự phòng Lao với thuốc nhằm để diệt vi trùng Lao bất hoạt (đang ngủ) trong cơ thể, với mục tiêu để giảm nguy cơ bị bệnh sau này.

Điều trị dự phòng Lao giúp giảm khả năng phát triển thành bệnh Lao về sau. Dự phòng có nghĩa là ngăn cản. Đó là lý do vì sao phương thức điều trị này được gọi là điều trị dự phòng.

Tất cả những người nhiễm vi trùng Lao có nên được điều trị dự phòng không?

Không, chỉ những người có nguy cơ cao bị bệnh về sau: Những người nên được điều trị dự phòng được xếp theo thứ tự ưu tiên như sau:

- Trẻ em và người nhỏ tuổi
- Người có hệ miễn dịch hoạt động kém
- Người đang dùng thuốc gây giảm hoạt động miễn dịch
- Người mắc một số bệnh khác (như tiểu đường và suy thận)
- Người có HIV dương tính
- Người vừa mới bị nhiễm Lao: người bị nhiễm Lao trong vòng 2 năm

Nếu bạn nằm trong những nhóm này, hệ miễn dịch của bạn có thể quá yếu nên không đủ sức giữ cho vi trùng ở trạng thái “ngủ”, và nguy cơ vi trùng “thức dậy” và gây bệnh Lao cho bạn tăng lên. Vì thế, bác sĩ thường khuyên những người thuộc một (hoặc nhiều hơn) trong những nhóm nguy cơ này được điều trị dự phòng Lao. Đặc biệt nếu bạn bị nhiễm vi trùng trong vòng hai năm trở lại, vì nguy cơ phát bệnh cao hơn trong vòng hai năm đầu sau khi bị nhiễm trùng.

Tuy nhiên, đôi khi một số người nên dùng thuốc điều trị dự phòng dù họ không thuộc những nhóm nguy cơ trên và một số người không nên dùng thuốc điều trị dự phòng mặc dù họ thuộc những nhóm nguy cơ trên. Bác sĩ sẽ quyết định việc một người có nên được điều trị dự phòng hay không tùy từng trường hợp. Bác sĩ đưa ra khuyến cáo dựa trên việc thăm khám tình trạng sức khỏe tổng quát của từng người.

Một vài người mang vi trùng Lao được khuyên đi khám sức khỏe thường xuyên trong một thời gian mà không cần uống thuốc dự phòng. Thông qua việc khám sức khỏe thường xuyên, bác sĩ có thể theo dõi tình trạng sức khỏe của người đó. Nếu xuất hiện dấu hiệu “vi trùng Lao đang ngủ” chuyển thành vi trùng Lao hoạt động, bác sĩ sẽ phát hiện được và việc điều trị được bắt đầu ngay lập tức.

Nếu bạn bắt đầu có triệu chứng của bệnh Lao, bạn cần đi khám bệnh ngay lập tức. Không nên chờ đến lần tái khám tiếp theo! Các triệu chứng của bệnh Lao như sau:

- ho kéo dài 2–3 tuần hoặc hơn
- ăn không thấy ngon
- sụt cân (bạn bị gầy đi)
- cảm giác yếu và mệt mỏi
- bị sốt trong một khoảng thời gian
- đổ mồ hôi về đêm
- sưng hoặc nổi hạch ở họng, nách hoặc bẹn/háng

Thể Lao thường gặp nhất là Lao phổi, nhưng Lao cũng có thể gây bệnh ở các bộ phận khác của cơ thể. Chỉ có Lao phổi mới có thể lây cho người khác.

Điều trị dự phòng Lao là tự nguyện. Nếu bạn chọn điều trị dự phòng, việc theo đuổi đến giai đoạn hoàn tất điều trị có ý nghĩa rất quan trọng.

Tôi có thể bị Lao về sau ngay cả khi tôi hoàn tất quá trình điều trị dự phòng Lao không?

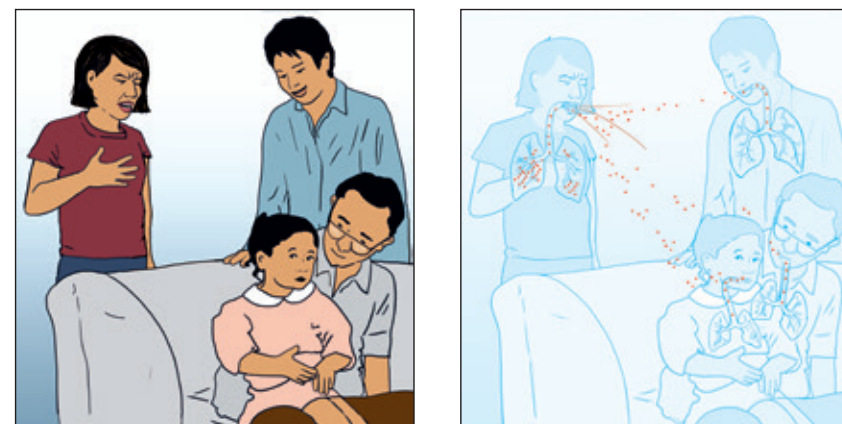
Điều trị dự phòng Lao giúp giảm khả năng phát triển bệnh Lao. Điều trị được dự đoán sẽ giảm phân nửa nguy cơ bị bệnh Lao về sau. Nhưng ngay cả khi bạn được điều trị dự phòng, không có gì đảm bảo hoàn toàn rằng bạn sẽ khỏe mạnh.

Một số ít vi trùng Lao vẫn còn có thể ở lại trong cơ thể sau khi bạn hoàn tất quá trình điều trị. Trong vài trường hợp hiếm, những vi trùng này có thể “thức dậy” và gây bệnh sau này.

Việc tái nhiễm Lao cũng có thể xảy ra. Điều trị dự phòng chỉ có tác dụng trên những vi trùng đã có trong cơ thể của bạn vào thời gian điều trị. Việc dự phòng không thể bảo vệ bạn khỏi tái nhiễm và có khả năng bị bệnh bởi những vi trùng “mới” nhiễm sau này. Điều trị dự phòng không giúp bạn miễn nhiễm đối với bệnh Lao.

Bạn có thể bị nhiễm vi trùng Lao bằng cách nào?

Vi trùng Lao lan truyền trong không khí thông qua những hạt vi thể rất nhỏ mà mắt thường không thể nhìn thấy được. Khi chúng ta ho, hắt hơi hoặc nói, những hạt vi thể đi từ phổi qua mũi và miệng ra không khí. Những hạt vi thể từ phổi của người có Lao phổi thể lây nhiễm có chứa vi trùng Lao. Nếu bạn hít chung bầu không khí, những hạt vi thể chứa vi trùng Lao có thể đi vào phổi của bạn.



Vi trùng Lao có thể vào cơ thể của bạn nếu bạn hít thở chung bầu không khí với người đang mắc bệnh.

Những ai có thể nhiễm vi trùng Lao?

Những người **có tiếp xúc gần trong một khoảng thời gian** với người đang có Lao phổi thể lây nhiễm có nguy cơ bị nhiễm vi trùng Lao. Vi trùng Lao không truyền nhiễm dễ dàng. Vì thế, sự lây nhiễm thường gặp ở người sống cùng hoặc có tiếp xúc gần trong một khoảng thời gian. **Nhưng người đang dùng thuốc điều trị Lao hiệu quả qua 2 tuần không thể lây bệnh cho bạn.**

Người bị Lao có mặt ở tất cả các quốc gia trên thế giới. Lao thường gặp nhất ở các nước châu Á, châu Phi, châu Mỹ Latinh và Đông Âu; vì vậy người đến từ những vùng này thường hay bị nhiễm Lao hơn.

Ngay cả khi bạn được chủng ngừa với BCG, bạn vẫn có thể bị nhiễm và mắc bệnh Lao. Thuốc ngừa BCG bảo vệ trẻ em khỏi các thể Lao nặng, nhưng nó không bảo vệ một cách hiệu quả trong việc chống nhiễm vi trùng Lao.

Tại sao nhiều người sợ bệnh Lao?

Việc thiếu kiến thức dẫn đến nỗi sợ bị nhiễm Lao và bệnh Lao. Nhiều người không có đủ kiến thức về nhiễm và bệnh cũng như sự khác biệt giữa bị nhiễm Lao (bị Lao tiềm ẩn) và bị bệnh Lao.

Việc thiếu kiến thức dẫn đến nỗi sợ và thành kiến. Đôi khi, người ta sợ ăn cùng với một người bị cho rằng mắc bệnh Lao. Họ cũng không dám nói chuyện với những người này vì sợ bị lây bệnh. Có thể khó thuyết phục mọi người hiểu rằng bạn không bị bệnh, và không thể lây bệnh cho họ, ngay cả khi bạn đang được điều trị dự phòng Lao. Khi mọi người hiểu thêm về Lao và cơ chế vi trùng Lao truyền từ người này sang người khác, họ trở nên ít sợ hơn.

Bạn không buộc phải nói với mọi người rằng bạn đang được điều trị dự phòng Lao.

Người đang được điều trị dự phòng Lao không có bệnh Lao. Vì thế, họ không lây bệnh cho người khác.

Tôi có thể nhận điều trị dự phòng Lao bằng cách nào?

Nếu quý vị chọn thực hiện phương pháp điều trị phòng bệnh, một kế hoạch điều trị sẽ được chuẩn bị cho quý vị. Kế hoạch này sẽ được chuẩn bị với sự hợp tác của quý vị, thường nhất là trong một cuộc họp có sự tham gia của quý vị và điều phối viên Lao của quý vị. Đôi khi bác sĩ bệnh viện và một người ở sở y tế thành phố cũng tham gia. Cuộc họp sẽ được tổ chức trước khi quý vị bắt đầu điều trị. Quý vị sẽ được thông tin về việc cần liên hệ với ai hoặc đặt câu hỏi trong điều trị.



Gặp gỡ nhằm đưa ra kế hoạch điều trị.

Bạn có thể đi cùng một người nhà hoặc người bạn đến cuộc gặp mặt. Bạn cũng có quyền lợi được yêu cầu thông dịch nếu cần. Trong trường hợp này, nhân viên y tế sẽ sắp xếp người thông dịch.

Thời lượng điều trị phòng bệnh thường là khoảng 3 tháng, nhưng đôi khi quý vị phải sử dụng thuốc trong thời gian dài hơn. Thường gặp nhất là sử dụng thuốc một lần mỗi ngày hoặc một lần mỗi tuần. Các phương án điều trị này là tương đương nhau và tốt như nhau. Bác sĩ/điều phối viên Lao sẽ thảo luận với quý vị về phương pháp điều trị phù hợp nhất với quý vị. Quý vị sẽ được cho biết nên sử dụng thuốc kèm hay không kèm thức ăn. Thông thường, quý vị sẽ được yêu cầu xét nghiệm máu sau khoảng 2 tuần, và một lần nữa sau 6 tuần.

Vài bệnh nhân được nhận tất cả các thuốc và tự uống mà không cần việc theo dõi mỗi ngày. Một vài người nhận thuốc phát mỗi ngày từ nhân viên y tế. Kế hoạch điều trị này gọi là liệu pháp quan sát trực tiếp hoặc DOT (direkte observert terapi). Vài bệnh nhân theo kế hoạch DOT trong vài tuần đầu điều trị, nhưng sau đó nhận thuốc và uống tại nhà trong quá trình điều trị sau.

Điều trị không theo DOT

Bệnh nhân tự bảo quản thuốc thường nhận thuốc đủ dùng trong một tuần mỗi lần. Vài người không gặp khó khăn trong việc nhớ uống thuốc thường xuyên, nhưng vài người có thể gặp khó khăn. Nếu bạn không luôn nhớ, việc đặt đồng hồ báo hoặc viết ghi nhớ có thể sẽ có ích. Nếu bạn không chắc chắn về thời gian hoặc cách uống thuốc, hoặc có các thắc mắc khác, bạn có thể liên lạc với điều phối viên chương trình Lao hay bác sĩ của bạn.

Điều trị theo DOT

DOT (liệu pháp quan sát trực tiếp) hỗ trợ bệnh nhân trong suốt quá trình điều trị, và bảo đảm quá trình điều trị được hoàn tất. Bạn có thể không thích uống thuốc mỗi ngày, nhất là khi bị tác dụng phụ. Hoặc bạn có thể quên. Thuốc phải được uống mỗi ngày và quá trình điều trị phải được hoàn tất nhằm đạt được hiệu quả điều trị. Kế hoạch DOT bảo đảm điều này. DOT còn đảm bảo nhân viên y tế có thể phát hiện hiệu quả và các tác dụng phụ của thuốc đối với cơ thể bạn, và đưa ra lời khuyên về các tác dụng phụ cũng như điều trị tổng quát.

Sự sắp xếp điều trị sẽ được điều chỉnh theo cuộc sống hàng ngày của quý vị. Nhân viên y tế có thể đến nhà quý vị giao thuốc, hoặc có thể sắp xếp DOT theo cách khác. Đôi khi, thuốc có thể được sử dụng trong một buổi nói chuyện video với nhân viên y tế. Thảo luận với điều phối viên Lao của quý vị về sự sắp xếp điều trị phù hợp với quý vị.



Nếu bạn có bất kỳ thay đổi gì về tình trạng hoặc nhu cầu trong quá trình điều trị, bạn có thể yêu cầu thay đổi kế hoạch điều trị.

Thuốc điều trị dự phòng Lao và các thuốc khác

Thuốc điều trị Lao có thể làm giảm hiệu quả của các thuốc khác. Vì thế, bạn cần phải hỏi ý kiến bác sĩ về bất kỳ loại thuốc nào bạn đang dùng.

Thuốc ngừa thai không bảo vệ khỏi việc có thai trong thời gian bạn dùng rifampicin

Vì thế, bạn cần dùng phương pháp ngừa thai khác, như bao cao su hoặc dụng cụ đặt trong tử cung (“vòng” hoặc “xoắn”).

Tác dụng phụ có thể gặp của thuốc

Thuốc điều trị dự phòng Lao đôi khi gây ra các tác dụng phụ: trong lúc diệt vi trùng Lao, thuốc có thể gây ra tác dụng không mong muốn ảnh hưởng đến các bộ phận khác của cơ thể. Phần này cung cấp cho bạn các thông tin về tác dụng phụ và những việc bạn có thể làm khi gặp tác dụng phụ.

Bệnh nhân có đáp ứng khác nhau với thuốc. **Phần lớn bệnh nhân được điều trị dự phòng Lao không gặp vấn đề với tác dụng phụ**, nhưng vài người có vấn đề nghiêm trọng hơn. Các tác dụng phụ thường giảm (ít gây ra vấn đề) khi cơ thể quen dần với thuốc. Quá trình này thường cần hai đến bốn tuần. Đôi khi các tác dụng phụ biến mất cùng một lúc.

Các tác dụng phụ nghiêm trọng rất hiếm gặp, nhưng vẫn có thể xảy ra. Vì vậy, việc báo cho bác sĩ, điều phối viên chương trình Lao của bạn, hoặc y tá địa phương biết nếu bạn có bất kỳ đau hoặc các tác dụng phụ khác có ý nghĩa rất quan trọng.

Trong trường hợp hiếm, thuốc điều trị Lao có thể gây ra viêm gan. Nhằm giúp bác sĩ kiểm tra tình trạng gan của bạn có thể đáp ứng với các thuốc, bạn cần thực hiện vài lần xét nghiệm máu trong suốt quá trình điều trị. Trong trường hợp hiếm, việc điều trị có thể cần phải ngưng một thời gian.

Đi khám ngay lập tức nếu tròng (lòng) trắng của mắt bạn trở nên vàng, nếu bạn bị đau bao tử, nếu bạn cảm thấy buồn nôn nhiều (uể oải), nếu bạn nôn ói, nếu bạn bị mệt mỏi (bạn trở nên hoàn toàn không có sức lực), hoặc nếu một vết mẩn đỏ lớn dần lên lan khắp cơ thể.

Rượu: Rượu và thuốc điều trị dự phòng Lao đều được chuyển hóa (“biến đổi”) ở gan. Nếu bạn uống rượu trong thời gian điều trị dự phòng Lao, bạn làm tăng nguy cơ tổn thương gan. Nếu bạn muốn uống rượu, trước tiên bạn nên thảo luận với bác sĩ.

Thuốc giảm đau: Vài loại thuốc giảm đau (các thuốc có chứa paracetamol) cũng được chuyển hóa ở gan. Nếu bạn cần dùng thuốc giảm đau, nên thảo luận với bác sĩ về loại thuốc nào bạn nên dùng và liều an toàn.

Việc tiếp tục dùng thuốc ngay cả khi bạn bị các tác dụng phụ làm bạn mệt là điều đặc biệt quan trọng.

Các tác dụng phụ thường gặp

Các tác dụng phụ được mô tả trong phần này là tác dụng gây khó chịu, nhưng không nguy hiểm. Chúng tôi cũng đưa ra lời khuyên từ bệnh nhân và nhân viên y tế về cách điều trị tác dụng phụ mà không cần phải tốn nhiều tiền. Các gợi ý này rất an toàn và không làm giảm hiệu quả của thuốc điều trị Lao. Nếu các gợi ý dưới đây không hiệu quả, bạn nên tham khảo ý kiến của điều phối viên chương trình Lao của bạn, bác sĩ, hoặc y tá địa phương.

Các tác dụng phụ thường gặp nhất của thuốc điều trị Lao là:

- Buồn nôn (cảm giác khó chịu)
- Nước tiểu màu đỏ
- Vấn đề về tiêu hóa (đau bao tử, phân cứng hoặc lỏng)
- Ngứa và nổi ban
- Sốt
- Đau và sưng khớp và các phần khác của cơ thể
- Tê bì; cảm giác kim châm ở bàn tay và bàn chân
- Cảm giác yếu và mệt mỏi
- Nhức đầu

Buồn nôn

Thuốc có thể làm cho bạn buồn nôn (muốn bệnh). Đôi khi, nó có thể làm cho bạn nôn. Ăn uống điều độ có thể giải quyết vấn đề này. Cố ăn những bữa ăn nhỏ gần nhau. Ăn chút gì đó khi uống thuốc có thể có tác dụng (Mặc dù bạn thường được khuyên dùng thuốc khi bụng trống, việc dùng thuốc với một ít thức ăn cũng được, nếu điều này giúp bạn dễ chịu hơn với cảm giác buồn nôn). Nếu bạn bị buồn nôn dữ dội, bạn cũng có thể dùng thuốc để giúp giải quyết tình trạng này.

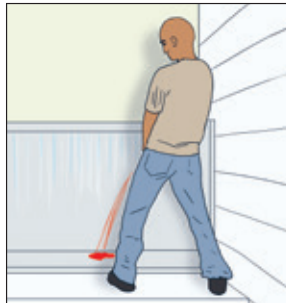


Bệnh nhân thường được khuyên những điều sau khi bị buồn nôn:

- Ngậm một miếng gừng, hoặc bỏ gừng vào trà hoặc thức ăn
- Uống trà đen trước khi bạn uống thuốc
- Uống một ít nước trái cây khi bị buồn nôn và sau đó
- Ngậm một miếng chanh
- Ngậm một chút đường trong miệng

Nước tiểu đỏ

Tất cả các dịch trong cơ thể có thể biến thành màu đỏ, hồng hoặc cam khi bạn uống thuốc điều trị dự phòng Lao. Triệu chứng này không nguy hiểm. Lý do là thuốc rifampicin chứa phẩm màu đỏ.



Đau bao tử, phân cứng hay lỏng

Thuốc dự phòng Lao có thể ảnh hưởng đến vi trùng có tác động đến hệ tiêu hóa. Điều này gây ra đau bao tử, và có thể khiến phân cứng hay lỏng.

Lời khuyên từ bệnh nhân và nhân viên y tế về cách tránh bị phân cứng:

- Ăn trái cây khô, đặc biệt là mận
- Ăn hạt lanh ngâm
- Uống nhiều nước
- Nếu cần, dùng thuốc nhuận trường (thuốc chống táo bón) mua từ dược sĩ/tiệm thuốc tây
- Cố gắng hoạt động nhiều



Nếu bạn bị phân lỏng, bạn có thể áp dụng các lời khuyên:

- Tránh uống sữa
- Tránh uống các thức uống có nhiều đường
- Ăn thực phẩm có chứa vi khuẩn sống sinh lactic acid
- Uống viên (thuốc bổ) có chứa vi khuẩn sinh lactic acid

Ngứa và nổi ban

Vài bệnh nhân trong quá trình điều trị dự phòng Lao bị ngứa nhiều. Ngứa là do phản ứng dị ứng với thuốc. Thông báo cho điều phối viên chương trình Lao, bác sĩ hoặc y tá địa phương nếu bạn bị phản ứng này. Bác sĩ có thể kê toa thuốc chống dị ứng (thuốc kháng histamine) giúp giảm ngứa.



Nếu triệu chứng không quá khó chịu, bạn có thể theo lời khuyên sau:

- Dùng xà bông không mùi và nhẹ, và kem thoa da không mùi
- Dùng kem giảm ngứa mua không cần toa thuốc
- Thoa lô hội/nha đam (trực tiếp từ cây hoặc kem thoa da chứa lô hội/nha đam) lên vùng da ngứa
- Nếu ngứa ở phần dưới của cơ thể, thử dùng đồ lót mỏng, rộng rãi, tốt nhất làm từ sợi cotton

Đau và phù nề ở các khớp và các phần khác của cơ thể

Vài bệnh nhân ghi nhận thuốc dự phòng Lao gây ra đau ở các khớp và các phần khác của cơ thể. Nếu bạn bị tình trạng này và cảm thấy khó chịu, bạn nên hỏi ý kiến bác sĩ. Bác sĩ cũng có thể cho lời khuyên về việc dùng thuốc giảm đau. Nhiều bệnh nhân ghi nhận rằng mát xa/xoa bóp có thể giảm đau.

Tê bì; “châm chích” ở bàn tay và bàn chân

Vài bệnh nhân bị tê bì, hoặc cảm giác châm chích, ở bàn tay và bàn chân. Vài bệnh nhân cũng có cảm giác có gì đó cộm dưới bàn chân làm cho khó bước vững vàng. Tình trạng này gọi là bệnh lý đa thần kinh. Tình trạng này có thể được phòng ngừa bằng cách uống vitamin B6 (pyridoxin) cùng với thuốc điều trị Lao.



Nhức đầu

Vài bệnh nhân bị nhức đầu khi dùng thuốc dự phòng Lao. Nếu bạn bị nhức đầu, thay đổi thời gian dùng thuốc có thể làm giảm nhức đầu. Nếu bạn muốn uống thuốc giảm nhức đầu, bạn nên hỏi ý kiến bác sĩ trước.

Cảm giác yếu và mệt mỏi

Thuốc Lao cũng có thể làm cho bạn có cảm giác yếu và mệt. Nếu điều này xảy ra, thử uống thuốc trước khi đi ngủ ban đêm thay vì buổi sáng. Điều này có thể giúp giảm tình trạng khó chịu.



LHL Internasjonal



LHLs internasjonale tuberkulosestiftelse

Tel.: +47 22 79 92 22

post@lhl-internasjonal.no

www.lhl-internasjonal.no

Folkehelseinstituttet

Tel.: + 47 21 07 70 00

folkehelseinstituttet@fhi.no

www.fhi.no

Điều trị dự phòng Lao là tự nguyện và miễn phí tại Na-uy.

Một người đang được điều trị dự phòng Lao có vi trùng Lao trong cơ thể, nhưng không có bệnh Lao. Anh ta hoặc cô ta không thể lây nhiễm bệnh Lao cho người khác.

Brosjyren er utgitt av LHL Internasjonal og FHI med støtte fra Helbings legat og Blakstad og Maarschalk tuberkulosefond.
Redaksjonskomite: Ingunn Nordstoga og Mona Drage.
Illustrasjoner og lay out: Horisontdesign og Designverket.