

Памятка по профилактике туберкулеза
Всемирный день борьбы с туберкулезом отмечается 24 марта
по решению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)
в память того дня, когда в 1882 году немецкий микробиолог
Роберт Кох объявил о сделанном им открытии возбудителя
туберкулёза.

Туберкулез (чахотка) - это инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза, которые часто называют палочками Коха. Заболевание развивается только в ответ на размножение в организме человека этих микробов.

Основным источником заражения туберкулезом является человек, который болеет туберкулезом легких. Так же туберкулезом могут болеть и животные. Из дыхательных путей, особенно во время кашля, отделяется мокрота, содержащая микобактерии туберкулеза. Мелкие капли мокроты могут попадать в дыхательные пути здорового человека, находящегося рядом. Мокрота может оседать на поверхности пола или земли, на предметах и вещах. Инфекция может попасть в организм человека вследствие нарушения правил гигиены или употребления в пищу невымытых овощей и фруктов, плохо обработанного мяса и некипяченого молока.

Если в дыхательные пути попадет слишком большое количество туберкулезных палочек, организм может не справиться с таким натиском. Если Вы длительное время общаетесь с больным туберкулёзом, ваш организм подвергается постоянным атакам, и может настать момент, когда он больше не сможет эффективно сопротивляться инфекции. Известны также другие факторы, содействующие развитию микобактерий в организме:

- стресс - душевное или физическое перенапряжение;
- умеренное потребление алкоголя;
- курение;
- недостаточное или неполноценное питание;
- другие болезни, ослабляющие организм.

Дети, подростки, беременные женщины и пожилые люди более подвержены инфекции.

Чтобы не заболеть туберкулезом, необходимо вести здоровый образ жизни. Для крепкого здоровья нужна здоровая нервная система, поэтому важно избегать стрессов. Пища должна быть полноценной, обязательно должна содержать достаточное количество белков. Важным условием для поддержки здоровья должна быть ежедневная нормальная физическая нагрузка. Пыльные непроветриваемые помещения благоприятствуют распространению туберкулезных бактерий. Для профилактики заболевания необходимо проветривать помещения.

Флюорографическое обследование грудной клетки можно сделать в поликлинике по месту жительства. При подозрении на туберкулез участковый врач или врач-специалист после клинического обследования направит на консультацию к фтизиатру в противотуберкулезный диспансер.

Основные симптомы, характерные для туберкулеза:

- кашель на протяжении 2-3 недель и более;
- боль в груди;
- потеря веса;
- наличие крови в мокроте;

- потливость по ночам;
- периодическое повышение температуры;
- общее недомогание и слабость;
- увеличение периферических лимфатических узлов.

Если Вы обнаружили у себя эти симптомы, немедленно обращайтесь к врачу!

В настоящее время имеется много противотуберкулезных препаратов, прием которых позволяет полностью излечить болезнь. Главными условиями лечения туберкулеза являются своевременное выявление путем профилактических осмотров и раннее обращение больных за специализированной медицинской помощью к врачу-фтизиатру. Больной туберкулезом должен своевременно принимать лечение в полном объеме, предписанном ему врачом. Перерывы в лечении приводят к развитию устойчивой к лекарствам формы туберкулеза, вылечить которую намного сложнее.

Туберкулез – инфекционное заболевание.

Источником заражения чаще всего является больной человек, реже больные животные.

Основной путь передачи – воздушно – капельный, т.е. при кашле или дыхании с частицами отхаркиваемой мокроты, с пылью и т.д.

Способствуют развитию туберкулеза:

- Злоупотребление алкоголем
- Курение
- Употребление наркотиков
- Нерациональное питание
- Частые переутомления и переохлаждения
- Хронические заболевания (сахарный диабет, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки), СПИД
- Психические травмы
- Перенесенные тяжелые оперативные вмешательства

На ранних стадиях заболевания симптомов болезни может и не быть. Единственным способом выявить заболевание, которое чаще всего поражает легкие, является рентгенофлюорографическое исследование. Своевременное выявление туберкулеза дает возможность локализовать инфекцию, не позволяет ей распространяться, предотвращает заражение окружающих. Туберкулез излечим при своевременном выявлении (процесс лечения при этом занимает 6 – 12 месяцев).

Как уберечься от туберкулеза?

- Необходимо соблюдать правила личной гигиены
- Вести здоровый образ жизни (отказаться от курения, употребление алкоголя, наркотиков)
- Рационально питаться
- Заниматься спортом
- Своевременно проходить рентгенофлюорографическое обследование

- Специфическая профилактика туберкулеза проводится вакциной БЦЖ. Первая прививка выполняется новорожденному на 3 – 4 день жизни, вторая – в 6-7 лет. Не следует уклоняться от проведения прививок и постановки пробы Манту.

24 марта – Всемирный День борьбы с туберкулезом

Туберкулез - это инфекционное заболевание протекающее годами. Возбудитель туберкулеза – бактерия Коха или микобактерии туберкулеза. Этим заболеванием можно заразиться при разговоре, кашле, чихании больного человека; при пользовании посудой и предметами туалета больного туберкулезом; при употреблении в пищу не кипяченого и не пастеризованного молока, молочных и мясных продуктов от больных туберкулезом животных.

Основные признаки туберкулеза:

- длительный кашель, более трех недель;
- боли в грудной клетке;
- потеря аппетита и потеря массы тела;
- повышенно потоотделение;
- общее недомогание и слабость;
- периодическое повышение температуры тела;
- появление крови в мокроте;

Методы диагностики:

- ◆ рентгенофлюорографическое обследование в 15 и 17 лет, далее 1 раз в год;
- ◆ микробиологическая диагностика (посев мокроты и микроскопия мазка мокроты);
- ◆ туберкулинодиагностика (проба Манту для детей до 17 лет один раз в год);

Туберкулез угрожает:

1. Прежде всего, тем, кто не соблюдает элементарные правила гигиены при нахождении с больным туберкулезом дома, на работе, в больничной палате, в казарме, тюремной камере.
2. Неполноценно и некачественно питается.
3. Страдают вредными привычками (курит, употребляет наркотики, злоупотребляет алкоголем).
4. Люди, имеющие хронические заболевания.

Противостоять туберкулезу Вам помогут здоровый образ жизни и соблюдение правил личной гигиены.

ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЕЗА

Чтобы страшной болезни не дать себя в лапы,

Запомните наши уроки, мамы и папы:

1. Прививку ребенку сделайте в срок – это наш первый урок.

БЦЖ (прививка) в роддоме;
БЦЖ в 6-7 лет;
туберкулиновая проба Манту ставится ежегодно

2. Урок номер два тоже очень простой: мойте руки после прогулки и перед едой.

На дверных ручках,
На лестничных перилах,
На поручнях в транспорте,
На деньгах живут миллионы
Бактерий, в том числе и
Туберкулезная палочка.

3. Третий урок очень важный, да-да! С пылью боритесь везде и всегда.

При высыхании мокроты
Больного туберкулезная
Палочка остается жизнедеятельной.
В пыли может жить около года.
Попадая с пылью в дыхательные пути,
Вызывает заболевание.

4. Четвертый урок: молоко кипятить, сырое мясо не есть, молоко сырое не пить.

Туберкулезная палочка с продуктами питания
От больного животного может попасть к человеку
В желудок и вызвать заболевание туберкулезом.

5. Пятый урок наш будет такой: берегите детей, если рядом больной!

Туберкулезная палочка при чихании и кашле
Разносится в радиусе 2-х метров.

6. Следует дальше урок шестой. Ты прошел обследование? А те, кто рядом с тобой?

Ежегодное флюорографическое обследование
Позволяет выявить заболевание на ранней стадии,
Когда оно еще не опасно для окружающих.

7. *И последний урок, урок номер семь: закаляться всем.*

Закаливание детей с раннего возраста

Позволяет укрепить защитные силы организма

И активно противостоять туберкулезной инфекции.