

# К Всемирному дню борьбы с туберкулезом

## «Что такое туберкулез?»



24 марта во всем мире проводится Всемирный день борьбы с туберкулезом, призванный привлечь внимание общества к этому опасному легочному заболеванию.

**Всемирный день борьбы с туберкулезом** был учрежден Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) и Международным союзом борьбы с туберкулезом и легочными заболеваниями (International Union Against Tuberculosis and Lung Disease - IUATLD) в 1982 году. Выбор даты был приурочен к 100-летию со дня открытия возбудителя туберкулеза — палочки Коха. С 1998 года Всемирный день борьбы с туберкулезом получил официальную поддержку ООН.

Всемирный день борьбы с туберкулезом 2023 г. пройдет под лозунгом «**Да! Мы можем ликвидировать туберкулез!**»,

Туберкулез по-прежнему является ведущей причиной смертности от инфекционных болезней в мире.

**Символ Дня борьбы с туберкулезом — белая ромашка, как символ здорового дыхания.**

### **Что такое туберкулёз?**

Туберкулёз – это инфекционное заболевание, которое передается от больного человека здоровому, чаще через воздух. Возбудитель туберкулёза – бактерия Коха относится к группе микобактерий и родственна низшим растительным организмам – лучистым грибам.

Микробы попадают в воздух, когда больной туберкулёзом легких кашляет, чихает, смеётся, поёт, говорит. Туберкулёз обычно поражает лёгкие (в 75%), но может быть поражение и других органов: мозга, глаз, суставов, позвоночника, мочеполовой системы.

### **Туберкулёз заразен и очень опасен!**

Заражение человека может происходить несколькими путями:

**1. Воздушно-капельный путь** – при разговоре, сопровождающемся кашлем, чиханием больного человека.

**2. Воздушно-пылевой путь** – при попадании в организм здорового человека частиц мокроты больного вместе с пылью.

**3. Алиментарный путь** – проникновение инфекции в организм через продукты питания от больного туберкулёзом скота (молоко, сыр, сметана, творог, масло, мясо).

**4. Контактный путь** – проникновение инфекции через повреждённую кожу, слизистые оболочки.

**5. Внутриутробное заражение** – встречается крайне редко, при поражении туберкулёзом плаценты матери.

Возбудитель туберкулёза очень устойчив: попав во внешнюю среду, он сохраняет жизнеспособность несколько месяцев, с пылью разносится на большие расстояния.

Особенно опасна эта инфекция для детей. Каждый ребёнок, родившийся здоровым, в роддоме получает прививку против туберкулёза, но иммунитет против туберкулёза формируется 4-6 месяцев. Поэтому в этот период жизни для ребёнка опасна даже случайная, единичная встреча с возбудителем туберкулёза.

### **Первые признаки заболевания:**

- слабость,
- снижение аппетита,
- потеря в весе,
- повышение потливости, особенно под утро,
- незначительное повышение температуры,
- покашливание или кашель с выделением мокроты (возможно, с кровью),
- боль в грудной клетке,
- специфический (лихорадочный) блеск в глазах.

### **Кто может заболеть туберкулёзом?**

Заболеть туберкулёзом может каждый, но некоторые люди имеют более высокий риск заболевания. К ним относятся:

- люди, находящиеся рядом с больным туберкулёзом (члены семьи, друзья, сослуживцы);
- люди с низким уровнем материального обеспечения;
- бездомные;

- заключённые;
- лица курящие, злоупотребляющие алкоголем и употребляющие наркотики;
- больные сахарным диабетом, различными заболеваниями лёгких, язвенной болезнью желудка;
- ВИЧ-инфицированные и больные СПИДом;
- люди со сниженным иммунитетом.

### **Как установить инфицирование туберкулёзными микобактериями?**

Определить инфицирован ребенок или нет можно с помощью ежегодной иммунологической пробы: пробы Манту, которая проводится вакцинированным против туберкулеза детям с 12-месячного возраста до 7 лет включительно, и пробой «Диаскинтест» для детей с 8 до 17 лет включительно.

Отрицательный результат пробы Манту указывает, что человек не инфицирован.

Положительный результат пробы Манту обычно указывает на то, что человек инфицирован туберкулёзными микобактериями. Но это не значит, что человек болен туберкулёзом. О наличии туберкулёза можно говорить только после полного обследования.

### **Как своевременно выявить туберкулёз лёгких?**

Методами раннего выявления туберкулеза у подростков и взрослых служит рентген и флюорографическое обследование. У подростков в 15 и 17 лет, в последующем не реже 1 раза в год для всего населения, которое можно сделать на флюоростанции ГБУЗ АО «Зейская больница им. Б.Е. Смирнова».

**ПОМНИТЕ!**

**Основной вид профилактики туберкулёза – здоровый образ жизни!**

# Памятка населению.

## Профилактика туберкулеза



### ВНИМАНИЕ!

**Соблюдение самых элементарных правил личной гигиены, гигиены общения, здоровый образ жизни и повышение защитных сил вашего организма (иммунитета) поможет снизить риск заражения туберкулёзом.**

- Избегать мест с большим количеством людей.
- Следить за чистотой в помещении.
- Не пользоваться чужими предметами личной гигиены.
- При общении с кашляющими людьми пользоваться маской для защиты органов дыхания
- Чаще мыть руки, особенно после контакта с больными, деньгами, поездок в общественном транспорте.
- Отказаться от курения.
- Избегать душных, запылённых и прокуренных помещений.
- Чаще бывать на свежем воздухе, заниматься спортом, закаляться.
- Рационально сочетать отдых и труд.
- Детям младшего возраста исключить контакты с лицами, не прошедшими флюорографическое обследование.
- Не давайте детям молоко от коров, которым не проводилось исследование на туберкулёз, так как кратковременное кипячение не гарантирует гибель возбудителя.
- Правильно питаться: принимать пищу надо 3-4 раза в день, причём горячее не реже двух раз. Пища должна быть разнообразной, включать 400-450 г углеводов, 100-120 г жиров, 100-120 г белка.
- Регулярно проходить медицинские осмотры с флюорографией органов грудной клетки.