



ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»

«Туберкулез и его профилактика»





Каждый год на Земле миллионы людей погибают от туберкулеза, несмотря на то, что для лечения больных уже в течение нескольких десятилетий существуют эффективные лекарства. Чтобы привлечь внимание к тому, что на большей части нашей планеты туберкулез продолжает оставаться «убийцей № 1» среди всех инфекционных заболеваний.

**Ежегодно 24 марта проводится
Всемирный день борьбы с туберкулезом.**

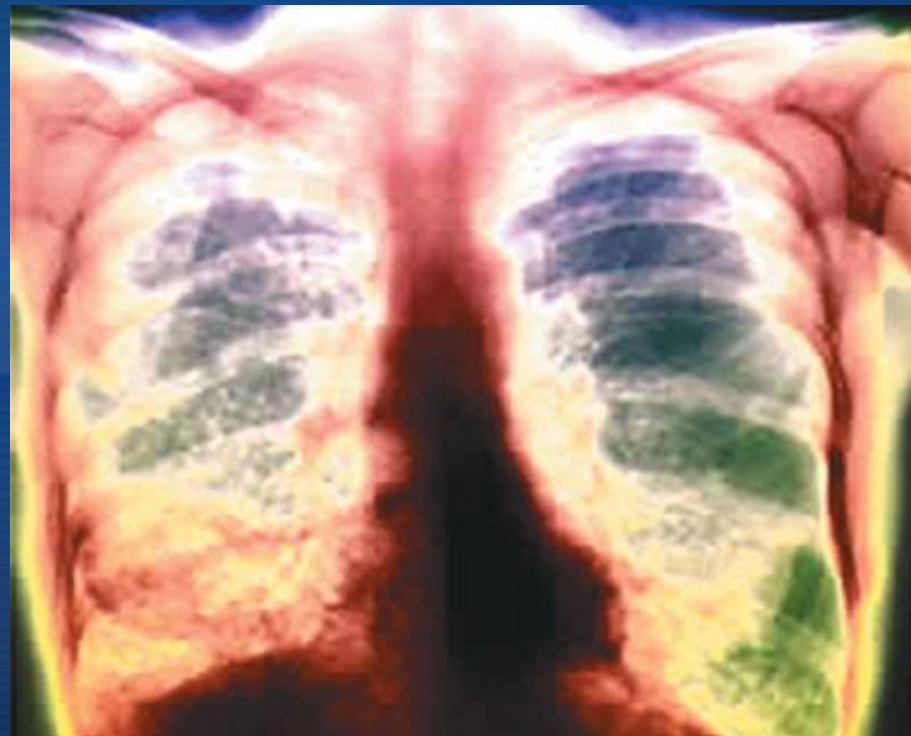


Туберкулез (от лат. Tuberculum—бугорок)

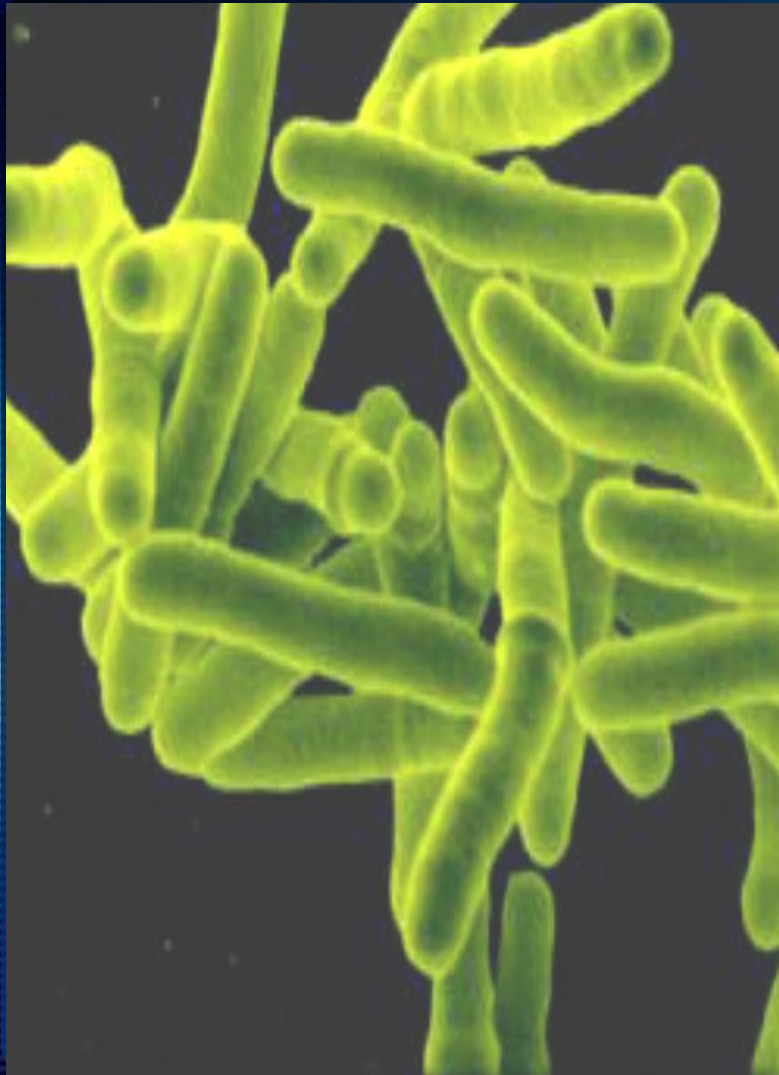
волнообразно протекающая хроническая инфекционная болезнь, характеризующаяся различной, но преимущественно легочной локализацией, полиморфизмом клинических проявлений, интоксикацией и аллергизацией организма. Наряду с легочным туберкулезом возможно развитие и внелегочных форм, поскольку туберкулез способен поражать все органы и ткани человеческого организма, исключая только ногти и волосы.

Туберкулёз – это инфекционное заболевание. Возбудителем его является микобактерия туберкулёза, которую называют палочкой Коха по имени ученого, открывшего этот возбудитель. Именно он открыл микобактерию, вызывающую болезнь и скромно назвал ее «палочкой Коха».

В отличие от других микробов, микобактерия туберкулеза чрезвычайно живуча: отлично себя чувствует и в земле, и в снегу, устойчива к воздействию спирта, кислоты и щелочи. Погибнуть она может лишь под длительным воздействием прямых солнечных лучей, высоких температур и хлорсодержащих веществ. Кроме легких, туберкулез может поражать различные органы и ткани человека: глаза, кости, кожу, мочеполовую систему, кишечник и т.д.



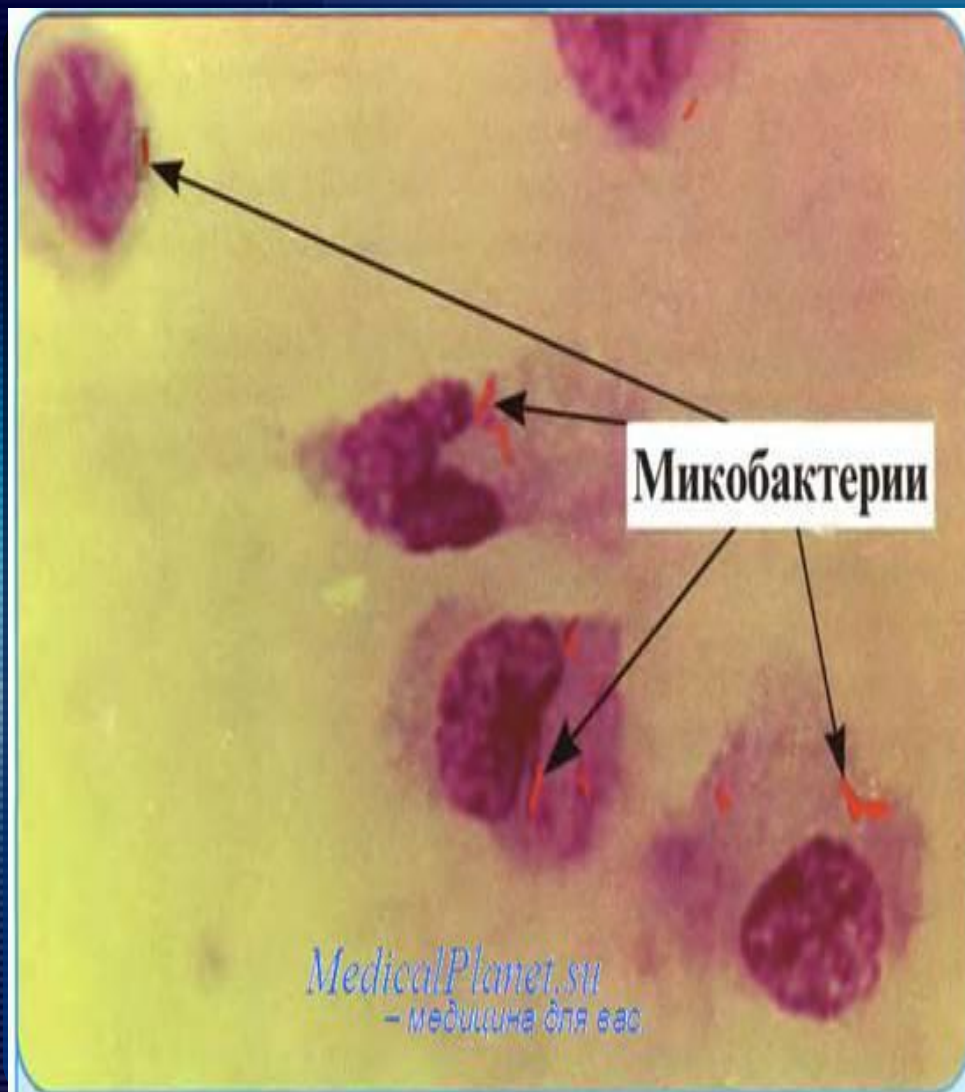
Источники туберкулезной инфекции:



Основным источником является человек, больной активной формой туберкулеза с бактериовыделением, а также крупный рогатый скот больной туберкулезом (слюна, молоко, испражнения).



Пути проникновения туберкулезной бактерии в организм:



- – воздушно-капельный (пылевые частицы высохшей мокроты из окружающей среды, мельчайшие частицы мокроты, капли слюны, выделяемые при кашле при разговоре);
- – алиментарный (зараженное молоко и молочные продукты);
- – трансплацентарный – внутриутробное заражение от больной матери к ребенку.

Основными факторами развития болезни являются:

Состояние защитных сил организма (ослабление иммунитета).



Контакт с больным активной формой туберкулеза, выделяющим микобактерии туберкулеза (большое значение имеет длительность и периодичность контактов);



Факторы, способствующие ослаблению иммунной системы:

•неблагоприятные социальные и экологические условия жизни;

•неполноценное питание;

алкоголизм, курение, наркомания;

•применение гормональных препаратов;

•стрессы;

•наличие сопутствующих заболеваний
• (сахарного диабета, язвенной болезни
•желудка или 12-перстной кишки, хронических
• заболеваний легких и др.);

•ВИЧ - инфекция.

Туберкулез



Каковы признаки туберкулёза?



КАК ОГРАДИТЬ СЕБЯ ОТ ЗАБОЛЕВАНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ

- **1.** Делайте все возможное для того, чтобы повысить защитные силы организма: хорошо питайтесь, регулярно занимайтесь спортом, больше бывайте на свежем воздухе, не курите, не злоупотребляйте алкоголем.
- **2.** Если вам приходится часто находиться в душных и непроветриваемых помещениях, постарайтесь, как можно чаще делать там влажную уборку и, по возможности, проветривать.
- **3.** Обязательно кипятите купленное на рынке молоко, не ешьте сырые яйца и хорошо прожаривайте и проваривайте мясо.
- **4.** С 15–летнего возраста не реже одного раза в год проходите флюорографическое обследование. Особенно это касается лиц пожилого возраста и людей, часто болеющих простудами. Флюорография безвредна, а смертность от запущенных форм туберкулёза довольно высока.



Меры профилактики туберкулеза



1. Здоровый образ жизни:

- правильное питание (достаточное употребление в пищу мяса, молочных продуктов, овощей и фруктов);
- регулярная физическая активность;
- полноценный отдых;
- отказ от курения, алкоголя, наркотиков.

2. Соблюдение правил личной гигиены

(мытьё рук, посуды с использованием моющих средств и проточной воды), влажная уборка и проветривание жилых помещений.

Обязательная термическая обработка мяса и молока.

Пользование индивидуальными гигиеническими средствами и посуды.

3. Обязательная вакцинация БЦЖ при рождении и ревакцинация в 6-7 лет.

4. Своевременная диагностика туберкулеза и завершение полного курса лечения