

Памятка по профилактике туберкулеза

В Кемеровской области заболеваемость впервые выявленными активными формами туберкулеза за последние 10 лет снизилась на 34,7 %, но остается на высоком уровне: в 2018 году показатель заболеваемости составил 84,86 на 100 тыс. населения (2017 г. – 84,69). Уровень заболеваемости туберкулезом в Кемеровской области в 2018 году в 2 раза выше, чем по Российской Федерации.

Что такое туберкулез?

Туберкулез – это тяжелое, длительно протекающее инфекционное заболевание, поражающее любые внутренние органы. Основным органом, который поражается болезнью – легкие, но возможно поражение и других органов (кости, суставы, почки, глаза, мозговые оболочки, лимфатические узлы и др.).

Возбудитель заболевания – микобактерия туберкулеза. Основным источником туберкулезной инфекции является больной человек, страдающий открытой формой туберкулеза. Микобактерии туберкулеза переносятся по воздуху мельчайшими невидимыми капельками, которые выделяет больной человек при кашле, чихании, разговоре. При вдыхании зараженного воздуха микобактерии попадают в организм здорового человека. Заражение возможно и через предметы обихода, которыми пользовался больной.

Современные социально-экономические условия, а также высокая устойчивость возбудителя к противотуберкулезным препаратам позволяют инфекции в условиях пренебрежения мерами профилактики поражать все слои населения.

Среди заболевших с каждым годом все больше становится больных с тяжелыми, остро прогрессирующими формами туберкулеза. Увеличивается число больных с лекарственной устойчивостью микобактерии к противотуберкулезным препаратам, что приводит к хронизации процесса.

В целях раннего выявления туберкулеза подростки и взрослые должны регулярно **не реже 1 раза в год** проходить флюорографию органов грудной клетки. Для распознавания туберкулеза у детей ставят реакцию Манту.

Прививки вакциной БЦЖ или БЦЖ-м являются хорошей защитой от тяжелых форм туберкулеза и летальных случаев от него. Однако в последние годы увеличивается количество безосновательных отказов от вакцинации против туберкулеза, что ведет к значительному росту случаев туберкулеза среди детей и подростков.

К факторам, способствующим заболеванию туберкулезом, следует прежде всего отнести:

- неполноценное питание;
- алкоголизм;
- табакокурение;
- наркоманию;
- плохие бытовые условия;
- резкую перемену климата;
- инфекционные и простудные болезни;

- ВИЧ-инфицированность;
- наличие сопутствующих заболеваний (диабет, язвенная болезнь желудка и 12-типерстной кишки, хронические неспецифические болезни легких);
- негативные социальные факторы: моральное истощение, низкая материальная обеспеченность, отсутствие постоянного места жительства, работа, не соответствующая физическим возможностям.

Группы риска

Заразиться туберкулезом может каждый человек, но чаще всего им заражаются люди, находящиеся в тесном контакте с больным активной формой туберкулеза.

Источником инфекции может оказаться член семьи, сослуживец или кто-то из друзей.

При кашле, чихании или разговоре больные туберкулезом выделяют в воздух большое количество бактерий, которые переносятся по воздуху мельчайшими невидимыми капельками мокроты. Бактерии задерживаются в воздухе и могут подолгу оставаться в переполненном плохо проветриваемом помещении. При вдыхании зараженного воздуха микробактерии попадают в организм здорового человека.

Вероятность заразиться туберкулезом в общественном транспорте или в магазине существует, но не слишком велика. Обычно при однократном попадании возбудителя в организм иммунная система справляется с инфекцией и человек остается здоровым.

Разные люди в разной степени восприимчивы к инфекциям, но чаще всего заболевают с ослабленной иммунной системой, бездомные или проживающие в перенаселенных домах.

Признаки инфекции и заболевания туберкулезом

Сама по себе инфекция никак не проявляется. Бактерии находятся в пассивном, «спящем» состоянии. При ослаблении иммунной системы, возникновении каких-либо проблем со здоровьем инфекция переходит в активную форму болезни. При этом у больного появляются следующие симптомы: слабость, повышенная утомляемость, небольшое периодическое повышение температуры, похудание, кашель, потом – кровохарканье, боли в груди, стойкое повышение температуры тела, потливость (особенно ночью), ознобы, одышка. Если у Вас есть один или несколько из указанных симптомов, немедленно обращайтесь к врачу.

ПОМНИТЕ! Только при своевременном выявлении и правильном лечении туберкулез можно полностью вылечить! Туберкулез - излечимое заболевание!

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.

Профилактика заболевания

- **Ежегодно** проходите флюорографические исследования.
- Избегайте всего, что может ослабить защитные силы организма, берегите свое здоровье (хорошо питайтесь, регулярно занимайтесь спортом, больше бывайте на свежем воздухе, не курите, не злоупотребляйте алкоголем).
- Пыльные и непроветриваемые помещения благоприятствуют распространению туберкулезных бактерий, поэтому, если по роду своей деятельности вы вынуждены бывать в таких помещениях, постарайтесь содержать их в чистоте и как можно чаще проветривать.
- Кашляющий человек вполне может оказаться больным туберкулезом, поэтому, если в вашем окружении – среди родных, друзей или сослуживцев кто-либо долго кашляет, посоветуйте ему обратиться к врачу.
- При появлении симптомов легочного заболевания незамедлительно обратитесь к врачу в поликлинику по месту жительства для своевременного обследования и лечения, в противном случае процесс в легких приобретает угрожающий жизни характер.

В случае, если диагноз туберкулеза подтвердился, не отчаивайтесь. Настройтесь на длительное, но эффективное (при соблюдении всех предписаний врача) лечение.