

 **О профилактике туберкулеза**

Туберкулез – инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза. При туберкулезе чаще всего поражаются легкие (около 95% случаев), остальные 5 % случаев приходятся на туберкулез лимфатических узлов, головного мозга, глаз, пищеварительной, мочеполовой системы, кожи, костей и суставов.

Раньше это чрезвычайно опасное заболевание считалось неизлечимым и ежегодно уносило жизни миллионов людей. В настоящее время в связи с введением обязательной вакцинопрофилактики и наличием ряда эффективных противотуберкулезных химиопрепаратов существует возможность контролировать это заболевание. Однако и сейчас от осложнений туберкулеза в России умирает более 20 тысяч человек в год.

Наиболее подвержены заболеванию:

- лица, находящиеся в контакте с больным активной формой туберкулеза, выделяющим в окружающую среду микобактерии туберкулеза;

- лица, прошедшие лечение препаратами, снижающими активность иммунной системы;

- лица с хроническими заболеваниями (хронические болезни легких, ВИЧ-инфекция, сахарный диабет);

- лица, проживающие в холодном, сыром, редко проветриваемом помещении;

- лица, страдающие алкоголизмом, наркоманией, курильщики;

- лица, отбывающие наказание в местах лишения свободы;

- лица без определенного места жительства;

- беженцы.

Риск заражения туберкулезом существует у любого человека, независимо от его возраста, пола, социального положения и места проживания. Туберкулез опасен для каждого!

Источником туберкулезной инфекции является больной человек, животные или птицы, выделяющие микобактерии туберкулеза в окружающую среду. Микобактерии туберкулеза очень устойчивы во внешней среде. Они оседают на поверхностях и сохраняются в течение нескольких недель.

Заражение туберкулезом может произойти при кашле, чихании больного человека, а также при обычном разговоре (больные туберкулезом легких рассеивают при кашле, чихании и разговоре инфицированную мокроту). В организм здорового человека частицы инфицированной мокроты попадают вместе с пылью или через предметы обихода при общем их использовании. От больной туберкулезом матери может заразиться плод при заглатывании околоплодной жидкости. Заражение может произойти при употреблении в пищу зараженных микобактериями продуктов (молока, мяса) полученных от больных туберкулезом животных. Один больной человек активной формой туберкулеза за год может заразить 10-15 человек!

Факт попадания микобактерии в организм еще не означает, что человек обязательно заболеет туберкулезом. Но при снижении защитных сил организма, ослаблении иммунной системы (неполноценное питание, стрессы, чрезмерные нагрузки) микобактерии, находящиеся в организме, начинают активно размножаться, и развивается туберкулез.

На ранних стадиях заболевания у человека могут отсутствовать жалобы и симптомы туберкулеза. При дальнейшем развитии процесса появляется слабость, потливость, особенно по ночам, повышение температуры тела выше 37 С, боли в грудной клетке, потеря веса, кашель.

Методы профилактики и защиты от туберкулеза: санитарно-гигиенические мероприятия, особенно в очагах туберкулезной инфекции, регулярная влажная уборка, индивидуальная посуда, повышение иммунитета, здоровый образ жизни, правильное полноценное питание, прогулки на свежем воздухе, отказ от курения, исключение контактов с больными кашляющими людьми, вакцинация и ревакцинация против туберкулеза.

Профилактика туберкулеза у детей направлена на предотвращение инфицирования и предупреждение развития заболевания. Основные методы профилактики заболевания туберкулезом у детей - вакцинация БЦЖ и химиопрофилактика. В соответствии с Национальным календарем профилактических прививок вакцинацию проводят в роддоме в первые 3-7 дней жизни ребенка при отсутствии противопоказаний. Для поддержания приобретенного иммунитета ревакцинация проводится в 7 лет. Привитый ребенок с хорошим поствакцинальным иммунитетом при встрече с микобактерией туберкулеза либо не инфицируется вовсе, либо перенесет инфекцию в легкой форме. Для контроля состояния противотуберкулезного иммунитета и выявления момента первичного инфицирования детям ежегодно проводят пробу Манту или «Диаскинтест». Для взрослых самая эффективная профилактика и ранняя диагностика туберкулеза - ежегодное прохождение флюорографического обследования.

Если вы заметили у себя или у своих близких такие симптомы, как кашель более 2-3 недель, боль в грудной клетке, физическое недомогание, повышенную утомляемость, слабость, повышение температуры, потливость по ночам, потерю аппетита и снижение массы тела – срочно обратитесь за медицинской помощью к участковому врачу! Своевременно выявленный на ранних стадиях туберкулез дает возможность полного излечения! Будьте здоровы! Берегите себя и своих близких!

*Материал подготовлен на основе информации открытых источников*

ОГБУЗ «Центр общественного здоровья

и медицинской профилактики города Старого Оскола»

Отдел организации медицинской профилактики

Врач методист

Крушинова Инна Михайловна