Чтобы не заболеть туберкулезом

****

Всемирный день борьбы с туберкулёзом отмечается ежегодно 24 марта.

Целью Всемирного дня борьбы против туберкулёза является привлечение внимания общественности к масштабам этой болезни, способам её профилактики и лечения.

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
* Соблюдение правил личной гигиены снижает риск заболевания туберкулезом
* Внимательно относиться к своему здоровью - регулярно проходить медицинские осмотры и диспансеризацию