

## ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТУБЕРКУЛЕЗА

### Как происходит заражение туберкулезом?

Туберкулез передается от уже болеющего человека воздушно-капельным, воздушно-пылевым, а также контактно-бытовым путями. Наибольшему риску подвергаются лица, находящиеся в продолжительном близком контакте с больным туберкулезом. Заболеванию способствуют ВИЧ/СПИД, постоянные стрессы, недоедание, плохие бытовые условия, алкоголизм и наркомания, курение, хронические заболевания легких, сахарный диабет, язвенная болезнь. Заразиться - еще не значит заболеть. Вероятность заболеть активным туберкулезом у здорового человека, получившего палочку Коха, составляет около 5-10 %. При этом заболевание, чаще всего, наступает не сразу, а в первые 1-2 года после заражения.

### Как распознать туберкулез?

Человек, заболевший туберкулезом, может жаловаться на:

- кашель с выделением мокроты;
- кровохарканье
- одышку (при далеко зашедшем туберкулезе, обширном поражении легочной ткани);
- боли в грудной клетке (при напряжении мышц вследствие кашля или при поражении плевры);
- отсутствие аппетита, похудание на 5 - 10 и более кг;
- слабость, разбитость, потливость, повышенную утомляемость, снижение работоспособности;
- лихорадку (повышение температуры тела в вечерние часы, при физической и эмоциональной нагрузке).

Все указанные симптомы могут быть и при других заболеваниях, но при сохранении любого из них в течение трех недель и более необходимо обратиться к участковому врачу и провести специальные исследования для подтверждения или исключения диагноза туберкулез.

### Как выявить туберкулез?

Основные методы - рентгенологическое обследование, у детей – туберкулинодиагностика (проба Манту). Бактериологическое обследование - самое надежное подтверждение диагноза туберкулеза, потому что непосредственно в мокроте больного обнаруживается возбудитель заболевания. Для массового обследования взрослого населения на туберкулез проводится флюорография, детей – проба Манту.

### Способы профилактики туберкулеза?

- мероприятия, повышающие защитные силы организма (рациональный режим труда и отдыха, правильное полноценное питание, отказ от курения и употребления алкоголя, закаливание, занятия физкультурой и др.);
- мероприятия, оздоравливающие жилищную и производственную среду (снижение скученности и запыленности помещений, улучшение вентиляции);
- проведение противотуберкулезных прививок (вакцинацию всем здоровым новорожденным на 3 - 4 день жизни и ревакцинацию БЦЖ - детям 7 лет, неинфицированным туберкулезом, т.е. с отрицательными пробами Манту);
- химиопрофилактика (в основном, лицам из контакта с больными заразной формой туберкулеза, лицам после излечения туберкулеза)

Главное, помнить – туберкулез легче предупредить, чем лечить!!