

Как защитить себя от заражения туберкулезом:

Избегайте всего, что может ослабить защитные силы Вашего организма:

соблюдайте режим труда и отдыха;

питание должно быть сбалансированным по содержанию белков, жиров и углеводов, богато витаминами

и микроэлементами;

регулярно занимайтесь спортом;

больше бывайте на свежем воздухе;

не курите, не позволяйте курить другим в вашем окружении;

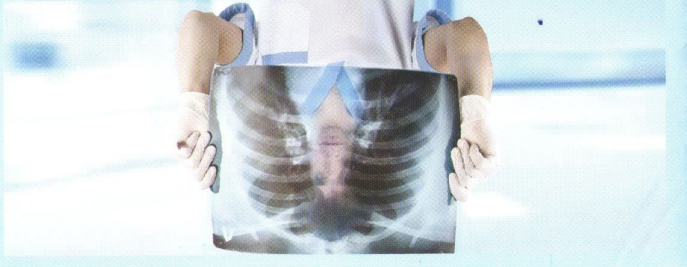
не употребляйте алкоголь и наркотики;

чаще проветривайте помещения, где находитесь (класс, квартира и др.);

систематически проводите влажную уборку помещений;

пользуйтесь индивидуальной посудой и средствами гигиены;

обязательно соблюдайте личную гигиену (мытьё рук после возвращения с улицы, из транспорта, из туалета и перед едой); держитесь подальше от кашляющих людей.



Что делать при появлении признаков заболевания?

При появлении первых признаков заболевания следует обратиться к врачу за медицинской помощью, **самолечением заниматься нельзя.**

В Нижнем Тагиле наблюдение и лечение

тубинфицированных и больных туберкулезом

осуществляется в БУЗ СО «Противотуберкулезный

диспансер № 3»

(г. Нижний Тагил, ул. Победы, 41,

тел. (3435) 43-56-37, 33-04-37).

Изготовлено по заказу управления социальных программ и семейной политики Администрации города Нижний Тагил.

24
ВСЕМИРНЫЙ
ДЕНЬ БОРЬБЫ
С ТУБЕРКУЛЕЗОМ!
МАРТА

МЫ СМЕРНЕЕ
ТУБЕРКУЛЕЗА

Туберкулез - древнейшее инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза, которые часто называют палочками Коха, в честь первооткрывателя возбудителя туберкулеза Роберта Коха (1882 г.), с преимущественным поражением легких, хотя возможно поражение и других органов и тканей.

Пути заражения туберкулезом

Воздушно-капельный: заражение происходит от больного активной формой туберкулеза человека, который, разговаривая, чихая или кашляя, распространяет вокруг себя большое количество палочек Коха.

Контактный: через бытовые предметы.

Пищевой: при употреблении в пищу молочных продуктов от больных туберкулезом животных.

Основные симптомы (признаки) туберкулеза

Туберкулез может начинаться достаточно быстро, а может протекать, совершенно не влияя на самочувствие больного. Однако в большинстве случаев он развивается постепенно и для него характерны следующие проявления:

- быстрая утомляемость и появление общей слабости, особенно в вечернее время;
- снижение или отсутствие аппетита;
- повышенная потливость, особенно в ночное время;
- потеря веса;
- незначительное повышение температуры тела (от 37°C, редко до 38°C); появление одышки при небольшой физической нагрузке;
- кашель или покашливание без мокроты, или с выделением слизистой мокроты.

Диагностика туберкулеза

1. Для выявления инфицирования микобактериями туберкулеза у детей до 8 лет используется внутрикожная диагностическая проба Манту с туберкулином, а с 8 до 14 лет Диаскин-тест. Пробы проводятся всем детям 1 раз в год, а детям с повышенным риском заболеть туберкулезом (из контакта с больными туберкулезом, часто болеющими) – 2 раза в год.

2. У подростков (15–18 лет) и взрослых для выявления заболевания проводят флюорографическое обследование органов дыхания, которое позволяет выявить начальные признаки туберкулеза легких. Этот метод обследования проводится однократно в год и совершенно безвреден, доза рентгеновского облучения очень мала.



Вакцинация и иммунитет при туберкулезе:

Для профилактики туберкулеза применяют 5ЦЖ-вакцину, содержащую живые, но ослабленные микобактерии туберкулеза. Прививку делают в роддоме при отсутствии противопоказаний в первые 3–7 дней жизни ребенка. В 7 и 14 лет при отрицательной реакции Манту и отсутствии противопоказаний проводят ревакцинацию. Длительность действия вакцины составляет 7–10 лет.

Противотуберкулезная вакцина БЦЖ неэффективна, если она вводится уже инфицированному лицу.

После того, как человек переболевает туберкулезом, у него формируется нестерильный иммунитет, то есть вроде бы невосприимчивость к инфекции, но в то же время в самом организме часть туберкулезных палочек может находиться в “дремлющем” состоянии, при снижении защитных сил организма они могут активироваться вновь. Поэтому все выздоровевшие в течение длительного времени должны наблюдаться у фтизиатра.