**ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТУБЕРКУЛЁЗА**

***ТУБЕРКУЛЁЗ*** – инфекционное заболевание, которое может поражать любой орган, но чаще поражает лёгкие, вызывая лёгочный туберкулёз.

Источником туберкулёза являются только больные люди и животные.

 Распространяется туберкулёз от больного человека к здоровому воздушно-капельным путём при тесном контакте: разговоре, кашле, чихании.

  Лечение туберкулёза – долгий процесс. Начатое лечение нельзя самостоятельно прерывать, иначе это может привести к развитию устойчивой к антибиотикам форме заболевания, которую очень сложно, а порою даже невозможно, излечить.

***ПОМОГИ СЕБЕ ОСТАТЬСЯ ЗДОРОВЫМ:***

 • Веди здоровый образ жизни

 • Откажись от вредных привычек: курения, алкоголя и наркотиков.

 • Вовремя обращайся к врачу в случае симптомов заболевания (длительный кашель, небольшое длительное повышение температуры тела, постоянная беспричинная слабость, потливость по ночам, плохое самочувствие, потеря веса, боли в груди и одышка).

 • Ежегодно проходи флюорографическое обследование.

**Родителям о туберкулезе**

  Туберкулёз относится к инфекционным заболеваниям, вызывается микобактерией туберкулеза. Туберкулёз чаще поражает органы дыхания, но встречаются и внелегочные формы туберкулёза. Могут поражаться: кожа, лимфатические узлы, кости, почки, глаза, органы брюшной полости, центральная нервная система и т. д.

  С начала 90-х годов констатируется неблагоприятная обстановка по туберкулезу как в России, так и в мире в целом. В 1993 году Всемирная Организация Здравоохранения  (ВОЗ) объявила туберкулез проблемой глобальной опасности. На Земном шаре более 3млн. людей ежегодно умирают от туберкулеза, 1/3 населения Земли инфицирована туберкулезной палочкой, т. е.  являются её носителями.

  Заразиться туберкулезом можно от больного воздушно-капельным путем (при разговоре, чихании, кашле); при соприкосновении с вещами или предметами, загрязненными мокротой, слюной, содержащими возбудителя  туберкулеза, т. к. этот микроб длительно сохраняет свою активность во внешней среде.

 Туберкулез - это зооантропоноз, поэтому в распространении инфекции могут представлять опасность животные, больные туберкулезом (крупный рогатый скот). Заражение может происходить при приеме в пищу молока, не подвергшегося достаточной термической обработке.

Основное профилактическое средство от туберкулеза - прививка [вакциной](http://pandia.ru/text/category/vaktcina/) БЦЖ. Дети, привитые от туберкулеза, болеют в 15 раз реже и значительно легче, чем непривитые. Прививка проводится на 3-6 день жизни ребенка в роддоме. На месте введения вакцины постепенно возникают воспалительные изменения, может образоваться небольшая язвочка. Это нормальное течение процесс.

Иммунитет сохраняется в течение 5-7 лет, поэтому  в возрасте 7 и 14 лет детям с отрицательной реакцией Манту (т. е. неинфицированным) проводят прививку вакциной БЦЖ повторно.

  Противопоказаниями для прививки являются  вес ребенка при рождении  менее 2 кг, врожденный первичный иммунодефицит, острые и обострения хронических заболеваний, злокачественные новообразования.

  Дети с хроническими заболеваниями нуждаются в вакцинации больше, чем здоровые, т. к. течение любых инфекций, в том числе туберкулеза у таких детей чаще всего тяжелое, с осложнениями.  При впервые выявленной положительной пробе Манту необходима консультация [фтизиатра](http://pandia.ru/text/category/ftiziatriya/).

**Осторожно, туберкулез!**

Туберкулез, как и всякая инфекция, заразен. Входными воротами инфекции в большинстве случаев являются дыхательные пути человека. Микробактерии попадают в них с частицами мокроты или капельками слизи при кашле, чихании, разговоре. Микробактерия туберкулеза (палочка Коха) чрезвычайно устойчива к внешней среде. В жидкой среде она сохраняется до полугода, в высохшем состоянии - на белье, предметах обихода - возбудитель может оставаться опасным в течение нескольких месяцев. Туберкулезная палочка, попав в организм человека, может длительное время оставаться в блокированном состоянии, благодаря защитной иммунной системе. Но если организм ослаблен, и для бактерий созданы «благоприятные» условия - плохое питание, сырое жилище, стрессы, алкоголизм и курение, то палочка Коха вызывает заболевание.

Коварство туберкулеза заключается в том, что в начальных стадиях большинство больных отмечают незначительные жалобы: потливость, сухой кашель, беспричинное повышение температуры до 37,5 °С. Спустя несколько месяцев, состояние резко ухудшается - присоединяется кашель с большим количеством мокроты, одышка, повышение температуры, снижение массы тела. На этом этапе большинство больных туберкулезом становятся опасными для окружающих людей, так как в огромном количестве выделяют [болезнетворные](http://pandia.ru/text/category/boleznennostmz/) микробы. Медицинская статистика свидетельствует о том, что в среднем каждый больной туберкулезом до момента госпитализации способен заразить 7-8 человек.

Поэтому важно выявить заболевание туберкулезом на ранних этапах, чтобы своевременно изолировать больного от окружающих и начать лечение. Одним из наиболее информативных методов раннего выявления больных является ежегодная флюорография.

Уберечь ребенка от острых генерализованных форм туберкулеза позволяет вакцинопрофилактика. Существует только одна вакцина - БЦЖ, впервые была применена в 1921 г. Эту прививку делают только неинфицированным людям. Ежегодно, осенью всем детям проводится туберкулиновая диагностика - с помощью туберкулиновой кожной пробы (Реакция Манту) можно определить, имеются ли в организме туберкулезные бациллы.

Большую роль в профилактике туберкулеза играет и соблюдение каждым больным правил личной и общественной гигиены. Проявляя аккуратность в быту, на улице, он этим сберегает здоровье своих близких и окружающих.

Чтобы избежать этого коварного заболевания, следует повысить сопротивляемость организма, вести здоровый образ жизни, который включает рациональное питание, отказ от вредных привычек, занятие физкультурой, спортом, закаливание своего организма.