

Профилактика туберкулёза

Туберкулез – это широко распространенное инфекционное заболевание, представляющее серьезную глобальную проблему. По данным Всемирной организации здравоохранения, в мире ежегодно регистрируется до 9 миллионов новых случаев заболевания туберкулезом. В нашей области наблюдается снижение заболеваемости и смертности от туберкулеза, но до полной победы над этим заболеванием еще предстоит много работы.

Возбудителем является туберкулезная палочка (бацилла Коха). Источник заболевания – больной заразной (открытой) формой туберкулеза. Во время разговора, чихания, кашля он выделяет в окружающую среду с капельками мокроты огромное количество возбудителя, который после высыхания мокроты долго остается жизнеспособными, особенно в слабоосвещенных местах. В высохшей мокроте и на различных предметах он выживает до 6-8 месяцев. Возможна передача возбудителя через посуду, белье, книги. Без своевременной изоляции и лечения каждый человек с активной формой туберкулеза может заразить до 10-15 человек в год. Болезнь может поразить любого человека, независимо от его социального положения и материального достатка.

Чаще всего туберкулез распространяется воздушно-капельным путем и поражает в первую очередь легкие. Заражение происходит при вдыхании пыли, содержащей туберкулезную палочку. Риск заражения увеличивается в плохо проветриваемом помещении, при тесном контакте с больным, при большой скученности людей. Очень редко заразиться туберкулёзом можно в случае употребления в пищу продуктов от больных животных – молока, творога и т. п. Туберкулез может также поражать лимфоузлы, костную ткань, органы пищеварения, почки и мочеиспускательный канал. Иногда туберкулез вызывает воспаление головного или спинного мозга.

Попадание возбудителя не всегда заканчивается заболеванием. Иммуитет здорового человека подавляет размножение возбудителя туберкулёза и держит этот процесс в течение длительного времени под контролем. По статистике, из 100 здоровых человек, в организм которых попал возбудитель туберкулёза, лишь 5 заболеют.

Факторы, способствующие заболеванию туберкулёзом:

- неблагоприятные экологические и социальные условия жизни;
- неправильное и неполноценное питание;
- стрессы, отрицательные эмоции;
- наркомания, курение, алкоголизм;
- наличие сопутствующих заболеваний, снижающих иммунитет (болезни лёгких, желудка или двенадцатиперстной кишки, диабет, ВИЧ-инфекция и др.);
- недавно перенесенные тяжелые заболевания, в том числе туберкулёз.

Признаки туберкулеза

- продолжительный (более 2-3 недель) кашель, в запущенных случаях – кровохарканье;
- затрудненное дыхание, боль в груди;
- быстрая утомляемость, слабость;
- снижение аппетита, резкая потеря веса;
- повышенная температура к исходу дня и лихорадочное состояние;
- повышенная ночная потливость.

Некоторые из вышеперечисленных признаков присущи и другим заболеваниям, но при их наличии обезопасьте себя и своих близких – обратитесь в поликлинику. Раннее обращение в лечебное учреждение и своевременно начатое лечение – гарантия полного выздоровления.

Профилактика туберкулеза включает:

- прививки от туберкулеза,
- рациональное, полноценное питание,
- физическую активность,
- отказ от курения, наркотиков, ограничение приема алкоголя,
- соблюдение режима труда и отдыха,
- закаливание, занятия физкультурой и спортом,
- содержание жилища и рабочих мест в чистоте,
- борьбу со стрессом, негативными эмоциями,
- регулярное прохождение медицинских осмотров с флюорографией органов грудной клетки.

При наличии заболевания проводить непрерывное лечение, выполнять все советы и требования врача, не уклоняться от приема лекарств! Соблюдая необходимые меры предосторожности, можно оградить себя от заражения. Борьба с туберкулезом будет успешной при условии соблюдения правил борьбы с коварной болезнью.

Источник: <https://www.infomed39.ru/for-citizens/helpful-info/prevention-of-tuberculosis/>