



Туберкулез - это инфекционное заболевание, возбудителем которого являются микобактерии туберкулеза или палочки Коха.

Ежегодно на планете этой инфекцией заболевают 8 млн. человек и более 3 млн. умирают от нее. Причем чаще всего умирают люди трудоспособного возраста. В России за последние 5 лет заболеваемость туберкулезом возросла на 70%, а смертность от него повысилась на 90%.

Как происходит заражение?

Основным источником инфекции являются:

- больные легочной формой туберкулеза, выделяющие возбудителя болезни с мокротой;
- больные туберкулезом других органов и систем, выделяющие возбудителя с мочой, фекалиями, гноем;
- больные туберкулезом животные и птицы.

Возбудитель туберкулеза устойчив во внешней среде, годами может сохраняться в почве, воде, пыли. Чтобы произошло заражение, необходимо, чтобы в организм попало достаточное количество возбудителя.

Пути передачи инфекции

1. Основной путь – воздушно-капельный. Большинство людей заражаются от больных туберкулезом при кашле, чихании, разговоре. Капельки мокроты разбрызгиваются на расстояние до 2-6 метров. Они могут находиться в воздухе до 1 часа.
2. Воздушно-пылевой – при вдыхании пыли, содержащей микобактерии при чистке одежды, встряхивании белья больного.
3. Контактный – при тесном проживании в одной квартире с больным туберкулезом, пользовании общей посудой, личными вещами, бельем, полотенцами больного.
4. Пищевой – при употреблении в пищу некипяченого молока, сырых яиц, плохо проваренного мяса больного животного.

Факторы риска развития заболевания

Развитию туберкулеза способствуют факторы, приводящие к снижению защитных сил организма. Это различные хронические заболевания - сахарный диабет, болезни органов дыхания, язвенная болезнь, ВИЧ-инфекция и др. К ним также относятся хронический стресс, депрессия, курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков, длительный бесконтрольный прием гормонов и антибиотиков, неблагоприятные жилищно-бытовые условия и неполноценное питание.

Группы риска

- Новорожденные, так как защитное действие вакцины БЦЖ появляется лишь через 1,5-2 месяца после вакцинации в роддоме.
- Подростки – во время гормональной перестройки организма.
- Пожилые люди старше 70-75 лет.

- Больные хроническими заболеваниями, приводящими к иммунодефицитным состояниям: ВИЧ-инфицированные, больные сахарным диабетом, язвенной болезнью желудка и 12 п.к., хроническими заболеваниями органов дыхания.

В современных социально-экономических условиях, когда у значительной части населения защитные силы организма серьезно ослаблены, а возбудитель приобрел высокую устойчивость ко многим противотуберкулезным препаратам, в условиях пренебрежения мерами профилактики, туберкулез способен поражать все слои населения!

Основные симптомы туберкулёза

- Быстрая утомляемость и общая слабость.
- Снижение или отсутствие аппетита.
- Потеря веса.
- Обильная потливость по ночам.
- Длительное повышение температуры тела до 37,2-37,4 во второй половине дня.
- Длительный кашель или покашливание с выделением мокроты, возможно с кровью.
- Специфический блеск в глазах (лихорадочный).
- Беспокойство, плохой сон.
- Увеличение лимфоузлов.

Иногда все эти симптомы бывают слабо выражены.

При появлении этих признаков у вас или у ваших знакомых, необходимо немедленно обратиться к врачу!

Меры профилактики

1. Специфическая профилактика – вакцинация всех новорожденных детей вакциной БЦЖ в роддоме.
2. Ежегодное проведение туберкулиновой пробы – реакции Манту в детских садах, школах, ВУЗах.
3. Ежегодное прохождение флюорографического обследования. Сделать это можно в ближайшей поликлинике по месту жительства. **Для того, чтобы быть уверенным в своем здоровье необходимо проходить ежегодное флюорографическое обследование с 15-летнего возраста.**
4. Соблюдение здорового образа жизни для повышения сопротивляемости организма. Большое значение имеет рациональное питание, богатое полноценными белками и витаминами, отказ от алкоголя и курения, двигательная активность, закаливание, психоэмоциональное равновесие, правильное чередование режима труда и отдыха, полноценный сон не менее 8 часов в сутки.
5. Соблюдение правил личной гигиены – никогда не пользоваться чужими вещами (полотенце, одежда, носовой платок и др.)
6. Употребление в пищу только пастеризованного или кипяченого молока, хорошо проваренного мяса.
7. Создание благоприятных жилищно-бытовых условий, учитывая, что микобактерия туберкулёза боится солнца, свежего воздуха и чистоты.

Будьте внимательны к своему здоровью!

