

## КАК СВОЕВРЕМЕННО ВЫЯВИТЬ ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЕГКИХ?

- Для этого нужно каждый год проходить флюорографическое обследование в поликлинике по месту жительства или на флюоростанции.
- Сдать мокроту (если она есть) на наличие туберкулезных бактерий.



## ЧТО НЕОБХОДИМО ДЕЛАТЬ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ ТУБЕРКУЛЁЗОМ?

Следовать рекомендациям врача, пройти лабораторное исследование, регулярно принимать назначенные препараты. Сегодня, при своевременном обращении, туберкулез поддается лечению и контролируется медикаментами. Противотуберкулезные препараты - единственный путь остановить эту инфекцию! Необходимо принимать лекарства столько, сколько скажет врач, даже если вы уже хорошо себя чувствуете. Неоконченный курс лечения приведет к образованию в вашем организме устойчивых к лекарствам форм туберкулезных бактерий. Лечение затянется, вы можете никогда не поправиться.

Следует запомнить, что уклонение от обследования и лечения приводит к заражению окружающих, формированию уже тяжелых форм заболевания, которые лечатся годами и заканчиваются инвалидностью и даже смертью.

## ВНИМАНИЕ!

*Соблюдение самых элементарных правил личной гигиены, гигиены общения, здоровый образ жизни и повышение защитных сил вашего организма (иммунитета) поможет снизить риск заражения туберкулезом.*

- Избегать мест с большим количеством людей.
- Следить за чистотой в помещении.
- Не пользоваться чужими предметами личной гигиены.
- При общении с кашляющими людьми пользоваться маской для защиты органов дыхания (смена маски каждые 2 часа).
- Чаше мыть руки (особенно после контакта с больными, деньгами, поездок в общественном транспорте).
- Отказаться от курения.
- Избегать душных, запыленных и прокуренных помещений.
- Чаше бывать на свежем воздухе, заниматься спортом, закаляться.
- Рационально сочетать отдых и труд.
- Не допускать близко к детям (в комнату к ребенку) лиц, не прошедших флюорографическое обследование в сроки не раньше 6 месяцев до его рождения.
- Не давать детям молоко от коров, которым не проводилось исследование на туберкулез, так как кратковременное кипячение не гарантирует гибель возбудителя.
- Правильно питаться: принимать пищу надо 3-4 раза в день, причем горячее - не реже двух раз. Пища должна быть разнообразной, включающей 400-450 г углеводов, 100-120 г жиров, 100-120 г белка. Из белков предпочтительней молоко, творог; из углеводов – виноград; из жиров – сливочное масло.

## Своевременно проходите диспансеризацию и профилактические осмотры



www.aosstr.ru



Присоединяйтесь к нам в социальных сетях!



Тиражировано ГБУЗ АО «Амурский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики», г. Благовещенск, ул. Шимановского, 45.



Министерство здравоохранения Амурской области  
ГБУЗ АО «Амурский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

# Туберкулёз



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



*Ежегодно в мире туберкулезом заболевают более 20 млн людей и около 4 млн – умирают. Одна треть жителей планеты инфицирована туберкулезными микробами, которые при неблагоприятных условиях могут вызвать заболевание.*

Благовещенск, 2024

## ЧТО ТАКОЕ ТУБЕРКУЛЁЗ

Туберкулез – это инфекционное заболевание, которое передается от больного человека здоровому, чаще через воздух. Возбудитель туберкулеза – бактерия Коха, относится к группе микобактерий и родственна низшим растительным организмам – лучистым грибам.

Микробы попадают в воздух, когда больной туберкулезом легких кашляет, чихает, смеется, поет, говорит. Туберкулез обычно поражает легкие (в 75 %), но может быть поражение и других органов: мозга, глаз, суставов, позвоночника, мочеполовой системы.

*Туберкулез заразен и очень опасен!!!*

### КАК ОН ПЕРЕДАЕТСЯ?



Сегодня известны более 50 видов млекопитающих и не менее 60 видов птиц, подверженных этому заболеванию. Главным источником инфекции среди населения является больной туберкулезом человек (наиболее заразен больной активной формой туберкулёза, который не лечится и (или) не соблюдает правила гигиены), гораздо реже крупный рогатый скот. Заражение человека может происходить несколькими путями:

**1. Воздушно-капельный путь** – при разговоре, сопровождающемся кашлем, чихании больного человека.

**2. Воздушно-пылевой путь** – при попадании в организм здорового человека частиц мокроты больного вместе с пылью.

**3. Алиментарный путь** – проникновение инфекции в организм через продукты питания от больного туберкулезом скота (молоко, сыр, сметана, творог, масло, мясо).

**4. Контактный путь** – проникновение инфекции через поврежденную кожу, слизистые оболочки.

**5. Внутриутробное заражение** – встречается крайне редко, при поражении туберкулезом плаценты матери.

Возбудитель туберкулеза очень устойчив. Попав во внешнюю среду, он сохраняет жизнеспособность несколько месяцев, с пылью разносится на большие расстояния.

Особенно опасна эта инфекция для детей. Каждый ребенок, родившийся здоровым, в роддоме получает прививку против туберкулеза, но иммунитет против туберкулеза формируется 4–6 месяцев. Поэтому в этот период жизни для ребенка опасна даже случайная, единичная встреча с возбудителем туберкулеза.

### ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- слабость;
- снижение аппетита;
- потеря в весе;
- повышение потливости, особенно под утро;
- незначительное повышение температуры;
- покашливание или кашель с выделением мокроты (возможно с кровью);
- боль в грудной клетке;
- специфический (лихорадочный) блеск в глазах.

Заболеть туберкулезом может каждый, но некоторые люди имеют более высокий риск заболевания. К ним относятся:

- люди, находящиеся рядом с больным туберкулезом (члены семьи, друзья, сослуживцы);
- люди с низким уровнем материального обеспечения;
- бездомные;
- заключенные;
- лица курящие, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками;

- больные сахарным диабетом, различными заболеваниями легких, язвенной болезнью желудка;
- ВИЧ-инфицированные и больные СПИДом;
- люди со сниженным иммунитетом.

## КАКАЯ РАЗНИЦА МЕЖДУ ТУБЕРКУЛЁЗНЫМ ИНФИЦИРОВАНИЕМ И ЗАБОЛЕВАНИЕМ «ТУБЕРКУЛЁЗ»?

Люди, больные туберкулезом, страдают от интоксикации, вызываемой микробами, активно размножающимися в организме. У них, как правило, один или несколько симптомов заболевания. Такие больные являются источником инфекции и нуждаются в специальном лечении.

Туберкулезные микробы могут жить в вашем организме, не вызывая никакого заболевания. В этом случае вы являетесь носителем микробов (без заболевания), так как инфекция находится в неактивной форме. Такие люди не заражают других, но в будущем они могут заболеть туберкулезом, если попадут в одну из групп риска.

### КАК УСТАНОВИТЬ ИНФИЦИРОВАНИЕ ТУБЕРКУЛЁЗНЫМИ МИКРОБАМИ?

В настоящее время широко используется внутрикожная проба (проба Манту) с туберкулином, который маленькой иглой вводят под кожу на внутренней стороне предплечья. Реакция проверяется через 72 часа.

