



# СКАЖИ ТУБЕРКУЛЕЗУ НЕТ!

**П**о данным Всемирной организации здравоохранения от туберкулеза умирает больше людей, чем от СПИДа, малярии и тропических заболеваний, вместе взятых. Не зря туберкулез называют «главным инфекционным убийцей человечества». Сейчас в мире каждые 10 секунд умирает от туберкулеза 1 человек, каждые 4 секунды заболевает 1 человек. Ежегодно в мире заболевает туберкулезом 10 миллионов человек, 3 миллиона умирают в течение года.

**Туберкулез — это инфекционное заболевание с воздушно-капельным путем передачи.** Основным источником возбудителя является человек, больной бациллярной (легочной) формой туберкулеза и выделяющий микобактерии из дыхательных путей при кашле, чихании, разговоре.

Заболеть туберкулезом может каждый человек и в любом возрасте. Туберкулезом могут быть поражены почти все органы: легкие, мозг, почки, лимфатические узлы, кости, глаза, кожа.

Большое значение имеет состояние иммунной системы организма. На состояние иммунной системы отрицательно влияют стрессовые ситуации и депрессия, которые

могут способствовать развитию заболевания. Снижают устойчивость организма к туберкулезной инфекции курение и употребление алкоголя.

**Основным методом профилактики** туберкулеза является вакцинация препаратами БЦЖ

## **ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ, ПРИ ПОЯВЛЕНИИ КОТОРЫХ НЕОБХОДИМО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ОБСЛЕДОВАНИЯ:**

- кашель в течение 3 недель и более;
- снижение массы тела, общая слабость и утомляемость;
- незначительное повышение температуры тела длительное время;
- сильная потливость (особенно по ночам);
- боль в грудной клетке;
- одышка при небольшой физической нагрузке;
- ухудшение аппетита.

и БЦЖ-М. Эти вакцины содержат ослабленные микобактерии туберкулеза, введение которых в организм способствуют выработке иммунитета против этого заболевания.

Вакцинация против туберкулеза проводится детям на 3–5 сутки после рождения. Повторную прививку (ревакцинацию) проводят детям в возрасте 7–14 лет при наличии отрицательной пробы Манту. Ревакцинация позволяет поддерживать защиту против туберкулеза тем детям, у которых иммунитет после первой прививки «угас».

В широкой практике используются три основных метода массового обследования населения на туберкулез с целью раннего его выявления:

- туберкулиновые пробы (Манту);
- флюорография органов грудной полости;
- исследование мокроты на наличие микобактерии туберкулеза.

**При появлении перечисленных симптомов рекомендуется немедленно обратиться к врачу. В случае необходимости дополнительное медицинское исследование может быть организовано по программе ДМС.**

## Среди причин распространенности заболевания в нашей стране — предрассудки и мифы.

### Миф №1. Туберкулезом болеют только неблагополучные.

Это миф. Известно немало случаев заболевания туберкулезом в элитных столичных кругах, среди знаменитостей, обеспеченных людей.

Жизнь в условиях стресса, нерегулярное и несбалансированное питание — это приводит к снижению защитных сил организма и способствует развитию заболевания.

### Миф №2. Туберкулезом можно заразиться только при контакте с больным человеком, выделяющим палочку туберкулеза.

Действительно, здоровый человек, как правило, заражается от больного и чаще воздушно-капельным путем. Но заразиться можно и от больного животного (при уходе за животным или при потреблении от больных животных мяса, молока, сметаны, масла, творога, кисломолочных продуктов).

Заразиться можно где угодно — в магазине, в общественном транспорте, в гостях. Заражение возможно при поцелуе, докуривании чужой сигареты или через книгу. Микобактерии туберкулеза крайне устойчивы к холоду, теплу, влаге и свету. В пыли при отсутствии прямого солнечного освещения возбудитель туберкулеза может сохраняться много лет.

### Миф №3. Если в организм попала туберкулезная палочка, то человек обязательно заболеет туберкулезом.

Не каждый человек, имеющий палочку Коха в организме, заболевает. Из сотни людей, зараженных туберкулезной палочкой, заболевают только пятеро, иммунная система остальных в течение длительного времени держит туберкулезную палочку под контролем. Медики называют таких людей инфицированными туберкулезом. Однако, в случае ослабления защитных сил организма, дремлющая палочка Коха может начать размножаться и вызвать болезнь. Это как мина замедленного действия.

### Миф №4. Времена, когда туберкулез был неизлечим давно миновали, сегодня болезнь хорошо лечится.

К сожалению, туберкулез не побежден до сих пор. В настоящее время он вернулся к людям в новой, устойчивой к большинству лекарств форме.

### Миф №5. Туберкулезом поражаются только легкие.

Туберкулез поражает все органы и ткани человека: глаза, кости, кожу, мочеполовую систему, кишечник, головной мозг и т.д. Но в 90–95% случаев встречается туберкулез легких.

### Миф №6. Мне стыдно даже подумать, что у меня туберкулез.

Не стыдно. Часто людям просто некогда обращать внимания и задумываться о причинах усталости или просто недомогания, и когда обнаруживается болезнь, то, как правило, это уже далеко зашедшая форма туберкулеза. Чем раньше вы у себя обнаружите причины недомогания, тем больше шансов вновь обрести здоровье.



### ЗАБОЛЕВАНИЮ ТУБЕРКУЛЕЗОМ СПОСОБСТВУЮТ:

- Качество питания. Голодание или недостаточность питания, несбалансированное питание, снижают сопротивляемость организма.
- Курение табака и употребление большого количества алкоголя, употребление в пищу продуктов, содержащих консерванты, пищевые красители, стабилизаторы значительно снижают защитные силы организма.
- Другие заболевания. Туберкулезу также подвержены люди с иммунодефицитом, больные сахарным диабетом, язвой желудка, хроническим бронхитом, лейкозами.
- Стресс. Доказано, что стресс и депрессия отрицательно влияют на состояние иммунной системы.