

ТУБЕРКУЛЁЗ – ШИРОКО РАСПРОСТРАНЁННОЕ ИНФЕКЦИОННОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ



Туберкулез является чрезвычайно опасным заболеванием, которое раньше считалось неизлечимым и ежегодно уносило жизни миллионов людей. В настоящее время в связи с введением обязательной вакцинопрофилактики и наличием ряда эффективных противотуберкулезных химиопрепаратов люди способны контролировать это заболевание. Разовьется ли у человека активное заболевание или нет, определяют факторы риска, которые способствуют ослаблению защитных сил организма: переутомление, продолжительные чрезмерные стрессы, неполноценное питание, а также хронические болезни: заболевания легких, сахарный диабет, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, длительное курение и злоупотребление алкоголем. На многие из этих факторов можно повлиять с помощью профилактики.

ПРОТИВОТУБЕРКУЛЕЗНУЮ ПРОФИЛАКТИКУ ПОДРАЗДЕЛЯЮТ НА:

- **социальную** профилактику – нацелена на улучшение экологии, повышение уровня жизни и благосостояния населения. В её задачи входит призыв к ведению здорового образа жизни, занятию спортом и правильному питанию и т.п.
- **санитарную** профилактику, которая даёт возможность оградить от инфицирования палочкой Коха здоровых людей и обезопасить их контакт с пациентом, больным туберкулезом, в быту и на работе.
- **специфическую** профилактику, создающую «базу здоровья» для будущих поколений путём выработки иммунитета у населения.

ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЕЗА У ДЕТЕЙ

Профилактика туберкулёза у детей направлена на предотвращение инфицирования и предупреждение развития заболевания. Основные методы профилактики заболевания туберкулёзом у детей – **вакцинация БЦЖ**. В силу возрастных особенностей дети в гораздо большей степени подвержены заболеванию туберкулезом при первичном инфицировании, чем взрослые. Прививки способствуют снижению инфицированности и заболеваемости детей, предупреждают развитие острых форм туберкулёза. Это означает, что привитой ребенок с хорошим поствакцинальным иммунитетом при встрече с микобактериями либо не инфицируется вовсе, либо перенесет инфекцию в легкой форме.

ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЕЗА У ВЗРОСЛЫХ

Важно знать, что, в связи с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией в стране и в мире, с туберкулезом может встретиться любой человек. Более подвержены туберкулезу пожилые люди, с комплексом хронических заболеваний. Профилактикой туберкулеза во взрослом возрасте является ежегодное диспансерное наблюдение и выявление заболевания на ранних стадиях. С целью выявления туберкулёза на ранних стадиях взрослым необходимо проводить флюорографическое обследование в поликлинике при прохождении диспансеризации.

К сожалению, большинство симптомов туберкулеза неспецифичны: кашель, температура, общее недомогание, потеря массы тела и др. При наличии данных симптомов и сохранении хотя бы одного из них в течение трёх недель необходимо срочно обратиться к врачу-терапевту или врачу общей практики. В случае подозрения на течение туберкулеза пациенту рекомендуют сделать флюорографию, рентген грудной клетки и сдать анализ мокроты. Во всех подозрительных случаях пациента направляют в противотуберкулезный Центр для дополнительной диагностики и лечения.



В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ

Пациенту необходимо соблюдать особые меры профилактики. Пациент, больной туберкулёзом, должен заботиться как о собственном здоровье, так и о здоровье своего близкого и общего окружения. Ему необходимо:

- постоянно находиться под контролем врача, выполнять в полном объёме все его рекомендации и назначения;
- содержать свою посуду, средства гигиены, постельное бельё и полотенца отдельно, не забывая проводить их постоянное обеззараживание;
- осуществлять ежедневную влажную уборку помещения.



Важно соблюдать все рекомендации врачей, касающиеся профилактики туберкулеза как в детском, так и во взрослом возрасте.

Правильная и полноценная профилактика туберкулёза в совокупности со своевременностью выявления инфекции и ответственным отношением каждого из нас – позволят не только справиться с болезнью в сжатые сроки и с минимальными потерями, но и значительно ослабить потенциал туберкулёзной инфекции.

- ### ОБЩИМИ ПРАВИЛАМИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТУБЕРКУЛЕЗА ЯВЛЯЮТСЯ:
- Ежегодное диспансерное наблюдение населения.
 - Соблюдение здорового образа жизни, отказ от вредных привычек.
 - Правильный распорядок дня, нормированный режим труда.
 - Сбалансированность умственных и физических нагрузок в сочетании с отдыхом.
 - Регулярное, своевременное, здоровое питание с присутствием необходимого количества жиров, углеводов, белков.
 - Соблюдение личной гигиены, своевременная и тщательная уборка помещений.

УЗ «Минский клинический центр фтизиопульмонологии»
ГУ «Минский городской центр гигиены и эпидемиологии»
Городской Центр здоровья



ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЕЗА



Автор: Базенкова А.П. — врач-фтизиатр УЗ «Минский клинический центр фтизиопульмонологии»
Редактор: Д.О. Кравченко
Оформление: А.С. Кишкин
Ответственный за выпуск: С.В. Кавриго
Иллюстрации: freepik.com

Минск 2023