

Туберкулез – древнейшее инфекционное заболевание, известное со времен Египетских пирамид. Возбудитель заболевания – микобактерия туберкулеза, или обладает значительной устойчивостью к низким и высоким температурам, повышенной влажности.

Общепризнано, что микобактерии туберкулеза попадают в организм человека четырьмя различными путями: аэрогенным (через дыхательные пути); алиментарным (через органы пищеварения); кожным (через поврежденные кожные покровы) и смешанным. Чаще всего им поражаются легкие, но эта инфекция способна поразить и любой другой орган. Источником заражения являются больные люди или домашние животные. Основным источником заражения – больной человек. Наиболее часто туберкулез распространяется воздушно-капельным путем. При кашле, чихании, разговоре больного туберкулезом в воздух, на пол и стены комнаты, предметы обихода, попадают мельчайшие капельки мокроты и слюны. Микробы после высыхания мокроты долго остаются жизнеспособными, особенно в слабоосвещенных местах, даже в высохшей мокроте и на различных предметах они выживают до шести-восьми месяцев. Это обуславливает возможность контактно-бытовой передачи через посуду, белье, книги.

Туберкулезом болеют не только люди, но и животные. Поэтому возможно заражение при употреблении некипяченого молока, непроваренного мяса, яиц, при уходе за больными домашними животными. Поэтому туберкулезом можно заразиться где угодно и необязательно в результате прямого контакта с больным. Туберкулезом болеют люди разного возраста и пола. К сожалению, фтизиатры все чаще встречаются туберкулез и у вполне благополучных граждан. Болеют врачи, педагоги, рабочие и служащие. Заболевают туберкулезом люди с ослабленным иммунитетом, злоупотребляющие алкоголем, курением, страдающие другими сопутствующими заболеваниями или перенесшие тяжелую и длительную болезнь. Палочка Коха не различает социального статуса, и с одинаковой эффективностью заражает бедных и богатых.

Без соответствующего лечения каждый больной активной формой туберкулеза, ежегодно заражает, в среднем, 10-15 человек. Впервые проникшие в организм микобактерии туберкулеза распространяются в организме человека, но не обязательно вызывают заболевание. Многие из них погибают. Но некоторые могут сохранить жизнеспособность и годами находиться в организме, до поры до времени, не причиняя ему вреда. Неблагоприятные факторы – плохие жилищные условия, неполноценное питание, недостаток хорошей питьевой воды, стрессы, недосыпания, снижение сопротивляемости организма вследствие перенесенных других болезней, низкая санитарная культура населения увеличивают вероятность заражения. Очень подвержены заболеванию туберкулезом те, кто злоупотребляет алкоголем и курением. Риск заболевания туберкулезом возрастает у лиц с неполноценным питанием, страдающих алкоголизмом, табакокурением, наркоманией, ВИЧ-инфицированных, лиц с наличием сопутствующих заболеваний (диабет, язвенная болезнь желудка и 12-ти перстной кишки, хронические болезни легких).

Каждый человек должен знать основные признаки туберкулеза и меры его профилактики.

Основные признаки туберкулеза:

- кашель более 3-х недель;
- незначительное повышение температуры тела;

- общая слабость, быстрая утомляемость;
- снижение или отсутствие аппетита, потеря веса тела;
- повышенная потливость, особенно под утро;

Чтобы уберечь себя от заражения туберкулезом, необходимо:

- отказаться от вредных привычек, которые снижают сопротивляемость организма;
- следить за чистотой и порядком в помещении и за его пределами;
- не допускать захламления и скопления пыли;
- ежедневно производить уборку квартиры и мебели влажным способом;
- как можно чаще проветривать помещение;
- не чистить в комнате одежду и обувь;
- всегда мыть руки перед едой;
- соблюдать режим питания;
- не покупать мясо, молоко на стихийных рынках;
- в пищу употреблять только кипяченое молоко;
- соблюдать режим труда и отдыха;
- закаливать свой организм;
- заниматься физкультурой и спортом;
- чаще бывать на свежем воздухе;
- бороться со стрессом;
- быть непримиримым к санитарным недостаткам. Не стесняться делать замечание невеждам;
- регулярно проходить флюорографическое обследование;

Раньше обнаружить туберкулёз и начать лечение (а значит, увеличить шансы на выздоровление) позволяет ФЛЮОРОГРАФИЯ.

Для своевременного выявления туберкулеза взрослые должны не реже одного раза в два года обследоваться на **флюорографе**. А детям и подросткам необходимо делать туберкулиновые пробы (проба Манту) 1 раз в год начиная с 12 месяцев. В соответствии с национальным календарем прививок профилактическая *вакцинация против туберкулёза* проводится новорожденным детям в родильных домах на 3-5 день жизни, повторно дети вакцинируются в 7 и 14 лет, имеющие отрицательную пробу Манту.