

Как защитить себя от туберкулеза?



Общие сведения

Путь передачи туберкулеза воздушно-капельный. Причины развития Инфицирование бактерией *Mycobacterium tuberculosis*. К туберкулезу восприимчивы люди с ослабленными защитными силами организма (дети раннего возраста, пожилые люди или ВИЧ-инфицированные). При отсутствии лечения туберкулез может привести к серьезным последствиям. При правильном, полностью проведенном лечении человек может полностью выздороветь от инфекции. Однако возможен и рецидив заболевания спустя несколько лет, особенно если за это время ухудшилось общее состояние здоровья и иммунитета.

Симптомы туберкулеза

Сильный кашель продолжительностью более двух недель, боль в грудной клетке, кашель с кровью или с отхождением мокроты, потеря веса, повышенная температура тела, ночная потливость, снижение аппетита, слабость или усталость, коричневато-красные болезненные подкожные узелки, преимущественно в области голеней.

Что можете сделать вы?

Обратитесь к врачу, если подозреваете у себя туберкулез. Поскольку возможность заболевания этой болезнью напрямую зависит от общего состояния здоровья и соблюдаемой гигиены, есть ряд правил, которых необходимо придерживаться в повседневной жизни всем:

- соблюдать правила личной гигиены дома и в общественных местах;
- регулярно проводить влажную уборку и проветривание помещений дома, на работе и в других общественных местах;
- питаться полноценно, обогатить свою пищу витаминами, избегать фастфуда и другой нездоровой пищи;
- оберегать себя от стрессов;
- заниматься спортом и физической культурой;
- закаляться;
- чаще пребывать на свежем воздухе;
- ограничивать общение с кашляющими и даже просто простуженными людьми;

- отказаться от таких вредных привычек, как алкоголь и курение;
- регулярно проходить процедуры специфической профилактики – флюорографические осмотры для взрослых и противотуберкулезные прививки для детей.



Профилактические меры

Вакцинация БЦЖ (BCG) сразу после рождения. Дополнительная доза вакцины может введена в возрасте 12 или 16 лет. Иммунизация взрослых, находящихся в тесном контакте с больным активной формой туберкулеза.

Пройти флюорографическое обследование можно в поликлинике по месту жительства!!!

24 марта Всемирный день борьбы с туберкулезом

