



памятка для населения

## **ТУБЕРКУЛЕЗ И ЕГО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ**



**Туберкулез** – заразное заболевание, которое вызывается особым микробом – туберкулезной палочкой. Основным источником заражения туберкулезом является мокрота, выделяемая туберкулезным больным. Заражение может произойти при непосредственном общении здорового человека с больным туберкулезом: рукопожатии, поцелуе, через общую посуду, постель, полотенце и т.д. Вне человеческого организма туберкулезная палочка отлично выживает. В сырых, темных, пыльных, плохо проветриваемых помещениях, она хорошо развивается и размножается. Мокроты, содержащая туберкулезные палочки, которую неопытный больной отхаркивает прямо на пол, высыхает и смешивается с пылью; пыль долго носится в воздухе, а затем оседает на полу, стенах, вещах. Здоровый человек, который вместе с воздухом вдыхает пыль, содержащую туберкулезные палочки, может заразиться туберкулезом. Заражать пищу различными микробами, в том числе и туберкулезными, могут и мухи.

Вот почему для предупреждения туберкулеза не следует допускать образования пыли в жилищах и на производстве. Необходимо производить влажную уборку и проветривание помещения, бороться со скверной привычкой плевать куда попало. При кашле и чихании надо закрывать нос и рот рукой: лучше всего тыльной стороной левой руки, так как левой рукой не здороваются, а тыльной стороной не прикасаются к дверным ручкам и предметам обихода. Нельзя употреблять в пищу невымытые овощи и фрукты. Необходимо принимать все меры против размножения муз (очистка дворов, мусорных ящиков, не оставлять пищу открытой и т.д.).

Больные туберкулезом животные могут также быть источником заболевания. Туберкулез наиболее часто встречается среди крупного рогатого скота. Заражение человека от туберкулезной коровы обычно происходит через молоко или молочные продукты (сыр, творог и др.). Поэтому опасно пить сырое молоко; его можно обеззараживать не только кипячением, но также путем пастеризации, т.е. нагреванием до 60 градусов в течение 30 минут.

Туберкулезом чаще поражаются легкие, но могут поражаться и кости, суставы, слизистые оболочки и другие органы. Люди всех возрастов восприимчивы к туберкулезу. Но очень легко заболевают им дети, особенно грудные младенцы и дети до 3-4 лет. Больной не должен иметь общения с детьми, играть с ними, брать на руки и пить из общей посуды. Нельзя допускать, чтобы дети играли на полу, откуда туберкулезные палочки могут попасть с пылью в организм ребенка.

У детей первые признаки туберкулеза проявляются в виде общего недомогания, исхудания, отсутствия аппетита, плохого настроения, отказа от игр; может быть и повышенная температура, потливость при удовлетворительном общем самочувствии. У взрослых такое сочетание признаков, как повышенная температура, особенно по вечерам, поты, боли в груди, быстрая утомляемость, потеря в весе, одышка, кашель или кровохарканье, подозрительно на начинающийся туберкулез. Туберкулез может протекать под видом затянувшегося «гриппа» и других простудных заболеваний. Но часто туберкулез развивается, ничем не проявляясь, т.е. человек себя чувствует здоровым в то время, когда в легких произошли глубокие болезненные изменения.

Развитие туберкулеза зависит от состояния организма, в который попадает туберкулезная палочка. В теле крепкого, здорового человека не создается благоприятных условий для развития туберкулеза. Наоборот, организм, ослабленный неправильным образом жизни или болезнью,

оказывает плохое сопротивление болезни. Основами предупреждения туберкулеза является правильный образ жизни, реже и соблюдение всех правил гигиены. Правильное сочетание труда и отдыха, занятие физкультурой и спортом укрепляет организм и повышает его сопротивляемость туберкулезу. Большое значение в деле предупреждения туберкулеза в детском возрасте имеют противотуберкулезные прививки (вакцинация), которые делаются всем новорожденным и детям более старших возрастов. Туберкулез хорошо излечивается, если лечение начато в начальные сроки заболевания.

Своевременно выявить туберкулез может только рентгеновское обследование. Поэтому каждый человек должен обязательно обследоваться рентгено-флюорографическим методом хотя бы один раз в год. Рентгено-флюорографическое обследование совершенно безвредно для здоровья и помогает точно установить туберкулез на самых ранних стадиях развития.

**СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМ ЗДОРОВЬЕМ!**

**Материал подготовлен**  
отделом подготовки и тиражирования  
медицинских информационных материалов  
ГБУЗ АО «ЦМП» - 2020г.