

**Туберкулез** – это инфекционное заболевание. При этом, главным образом, поражаются легкие, реже другие органы. Туберкулез является опасным инфекционным заболеванием, которое раньше считалось неизлечимым и ежегодно уносило жизни миллионов людей. В настоящее время в связи с введением обязательной вакцинации против туберкулеза, наличием эффективных противотуберкулезных химиопрепаратов люди способны контролировать это заболевание.

Возбудителем туберкулеза является микобактерия туберкулеза (бацилла Коха).

**Источник заболевания** – больной заразной (открытой) формой туберкулеза. Во время разговора, чихания, кашля он выделяет в окружающую среду с капельками мокроты огромное количество возбудителей, которые могут находиться в воздухе во взвешенном состоянии несколько часов. При вдыхании зараженного воздуха окружающими людьми бактерии попадают в легкие. Это называется заражением (инфицированием) туберкулезом. После высыхания мокроты долго остаются жизнеспособными, особенно в слабоосвещенных местах.

Без своевременной изоляции и лечения один больной заразной формой туберкулеза может заразить до 10-12 человек в год. Болезнь может поразить любого человека, независимо от его социального положения и материального достатка.

### **Пути передачи**

Наиболее часто туберкулез распространяется воздушно-капельным путем и поражает в первую очередь легкие. Заражение происходит при вдыхании пыли, содержащей туберкулезную палочку. Риск заражения увеличивается в плохо проветриваемом помещении, при тесном контакте с больным, при большой скученности людей. Очень редко заразиться туберкулезом можно в случае употребления в пищу продуктов от больных животных – молока, творога и т. д.

### **Причины туберкулеза**

Попадание возбудителя не всегда заканчивается заболеванием. Иммуитет здорового человека подавляет размножение возбудителя туберкулёза и держит этот процесс в течение длительного времени под контролем и заболевание может не развиваться. По статистике, из 100 здоровых человек, в организм которых попала микробактерия туберкулёза, лишь у 5-10% инфицированных людей в течение всей своей жизни может развиваться туберкулез.

### **Как развивается туберкулез**

Легочная ткань является благоприятной средой для роста и размножения туберкулезных бактерий. При ослабленном иммунитете защитные механизмы организма не справляются, и продолжается размножение туберкулезных бактерий, вовлекаются в воспаление новые участки, происходит их

нагноение и в последующем опорожнение в дыхательные пути-бронхи.

Так образуется мокрота.

Факторы, способствующие заболеванию туберкулёзом:

- неблагоприятные экологические и социальные условия жизни;
  - переохлаждение;
  - неправильное и неполноценное питание;
  - стрессы, отрицательные эмоции;
  - наркомания, курение, алкоголизм;
  - наличие сопутствующих заболеваний (болезни лёгких, язвенная болезнь желудка или двенадцатиперстной кишки, сахарный диабет, зоб, ВИЧ-инфекция и др.).
  - злоупотребляющие алкоголем, курящие, потребители наркотиков;
- Наиболее частой локализацией туберкулеза являются органы дыхания.

Туберкулез может также поражать лимфатические узлы, костную ткань, в том числе позвоночник, ткани, окружающие сердце (перикард), органы пищеварения, почки и мочеиспускательный канал. Иногда туберкулез вызывает воспаление головного или спинного мозга.

### **Признаки туберкулеза**

В раннем периоде заболевания могут появляться усталость, недомогание, потливость. Обычно их связывают с переутомлением, простудой. При прогрессировании заболевания появляются следующие признаки:

Главным симптомом легочной формы активного туберкулеза является хронический кашель. Также к симптомам туберкулеза относятся: Кашель более 2-х недель Затрудненное дыхание, боль в груди. Резкая потеря веса. Повышенная температура к исходу дня и лихорадочное состояние. Повышенная ночная потливость. Сильная хроническая усталость.

В запущенных случаях – кровохарканье. Некоторые из вышеперечисленных признаков присущи и другим заболеваниям, но при их наличии обезопасьте себя и своих близких – обратитесь сами или направьте своих близких в поликлинику.

### **Вы знаете, что туберкулез излечим?**

Туберкулез является излечимым заболеванием. Если человек заболел туберкулезом, он должен начать лечение незамедлительно согласно назначению врача. Туберкулез лечится в две фазы. Первая эта интенсивная фаза, лечение проводится 2-3 месяца с приемом четырех противотуберкулезных препаратов. Вторая –поддерживающая фаза

проводится двумя лекарственными препаратами еще в течении 4 месяцев в амбулаторных условиях. При лечении туберкулеза признаки болезни исчезают через 1-2 месяца, и больные чувствуют себя здоровым. В этом заключается опасность туберкулеза.

Туберкулезные бактерии, оставшиеся внутри клеток, могут сохранять жизнеспособность, поэтому необходимо получить полный курс непрерывного лечения.

### **Как уберечь детей от туберкулеза?**

Наиболее незащищенным от туберкулеза членами общества являются дети, особенно из социально неблагополучных семей, а также имеющие контакты с взрослыми больными с заразной формой туберкулеза. У ослабленных детей, при заражении могут развиваться наиболее опасные смертельные формы туберкулеза – туберкулез мозга и его оболочек (менингит), милиарный (генерализованный) туберкулез с поражением нескольких органов.

### **Каким санитарным правилам должен придерживаться больной туберкулезом?**

Важным является непрерывное лечение, так как при этом уничтожается наибольшее количество туберкулезных бактерий.

При кашле и чихании следует прикрывать рот салфеткой, которая в последующем дезинфицируется или уничтожается.

Комната (палата), где находятся больные туберкулезом, должна часто проветриваться.

Больные туберкулезом должны ограничить общение с другими людьми, особенно с детьми, до стойкого прекращения бактериовыделения (анализы мокроты должны стать отрицательными).

Эти мероприятия эффективно защитят от инфицирования и заболевания туберкулезом их семей, особенно детей, а также родственников, друзей, коллег, и других членов общества.

Для этого необходимо:

- при появлении первых признаков заболевания обратиться к врачу в поликлинику по месту жительства или в противотуберкулезный диспансер;
- при наличии заболевания проводить непрерывное лечение, выполнять все советы и требования врача, не уклоняться от приема лекарств!

Профилактика туберкулеза включает:

- вакцинацию и ревакцинацию БЦЖ,
- здоровый образ жизни,
- рациональное питание,
- физическую активность,
- отказ от курения, наркотиков, ограничение приема алкоголя,

- соблюдение режима труда и отдыха,
- закаливание, занятия физкультурой и спортом,
- частое пребывание на свежем воздухе,
- содержание жилища и рабочих мест в чистоте (уборка, проветривание),
  
- борьбу со стрессом,
- регулярное прохождение медицинских осмотров с флюорографией органов грудной клетки.

**Соблюдая необходимые меры предосторожности, можно оградить себя от заражения. Борьба с туберкулезом будет успешной только тогда, когда мы все вместе станем соблюдать правила борьбы с болезнью и требовать выполнения их от окружающих.**