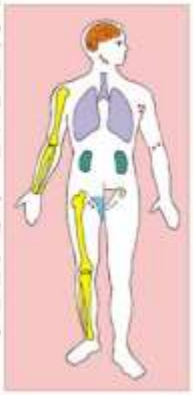
ВНИМАНИЕ! По инициативе Всемирной организации здравоохранения с 20.03.2018 по 20.04.2018 г. проводится акция «День чистых лёгких».

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ТУБЕРКУЛЕЗЕ

Туберкулез – это инфекционное заболевание, вызываемое микобактерией туберкулеза (палочкой Коха). Возбудитель открыт в 1882 г. бактериологом Робертом Кохом, лауреатом Нобелевской премии (1904 г.). Туберкулез чаще всего поражает легкие, но может развиваться и в других органах (кости, суставы, мочеполовые органы, глаза, мозговые оболочки, лимфатические узлы, кожа).

Заразиться туберкулезной инфекцией может каждый. Но чаще всего заражаются те, кто находится в тесном контакте с больным "открытой" формой туберкулеза.

Кашляя, чихая, разговаривая, больные туберкулезом легких выделяют мельчайшие **частицы мокроты, содержащие микобактерии**. Они образуют аэрозольную взвесь, которая длительное время сохраняется в окружающей среде (в уличной пыли, на страницах книг – 3 месяца, в воде – 5 месяцев). **Инфицирование происходит при вдыхании зараженного воздуха.**



Кроме больных людей источниками инфекции могут быть **домашние и дикие животные**. Наиболее опасным для человека является крупный рогатый скот, когда заражение происходит как воздушно-капельным путем, так и через продукты животноводства (молоко и молочные продукты, мясо). Эпидемическую опасность могут представлять домашние кошки и собаки.

Группы риска по туберкулезу:

- Дети, пожилые люди.
- Курильщики.
- Люди, принимающие гормональные препараты и лекарства, ослабляющие иммунную систему.
- Носители вируса иммунодефицита (ВИЧ) и больные СПИДом.
- Больные с хроническими заболеваниями легких, диабетом, язвенной болезнью.
- Злоупотребляющие алкоголем и наркозависимые.
- Лица БОМЖ и лица, находящиеся в местах лишения свободы.
- Люди, живущие в неблагоприятных условиях (скопление людей в квартире, антисанитария).

Следите за своим здоровьем!

Обратитесь к врачу при появлении следующих симптомов:

- Кашель в течение 3 недель и более с выделением мокроты (возможно с кровью).
- Снижение или отсутствие аппетита, потеря веса.
- Незначительное повышение температуры тела.
- Быстрая утомляемость, общая слабость.
- Повышенная потливость, особенно ночью.
- Боли в грудной клетке.
- Появление одышки при небольших физических нагрузках.
- Специфический румянец и блеск в глазах.

Профилактика туберкулеза

Своевременно проводите противотуберкулезные прививки, не уклоняйтесь от них:

- Вакцинация новорожденных на 3-7 день жизни.
- Ревакцинация – детям в 7 и 14 лет (при наличии отрицательной реакции Манту).

Не отказывайтесь от профилактических медицинских осмотров.

Ведите здоровый образ жизни:

- Отказ от вредных привычек (курение, употребление алкогольных напитков и наркотических веществ).
- Рациональное питание.
- Оптимальный двигательный режим.
- Закаливание, прогулки на свежем воздухе.
- Личная гигиена.
- Чередование режима труда и отдыха.
- Положительные эмоции.

Чаще проводите влажную уборку, смену постельного белья и проветривайте помещения.

Туберкулез заразен и очень опасен!

12 +

СПб ГКУЗ «Городской центр медицинской профилактики», Санкт-Петербург, ул. Итальянская, д. 25, www.gcmp.ru

Изготовлено в ООО «Третий глаз». Тираж 450 экз. Заказ № 009/09 от 1.07.2013 г. Согласовано 26.07.2013 г. в соответствии с Планом мероприятий по предупреждению распространения туберкулеза в Санкт-Петербурге. Распространяется бесплатно.

Плакат № 2.