



Иркутское
областное
отделение

ТУБЕРКУЛЕЗ



Туберкулез — инфекционное заболевание, вызываемое специфическими микроорганизмами — микобактериями, которые еще называют палочками Коха. Туберкулезом могут болеть как люди, так и некоторые животные — крупный рогатый скот, свиньи, куры.



СВОЙСТВА ВОЗБУДИТЕЛЯ ТУБЕРКУЛЕЗА

Микобактерии туберкулеза отличаются очень высокой устойчивостью к воздействию факторов внешней среды: они способны довольно длительное время сохранять свои болезнетворные свойства в земле, в бытовой пыли, в снегу, во льду. На страницах книг палочки Коха могут сохраняться в жизнеспособном состоянии 3-4 месяца, в уличной пыли — 10 дней, в воде — до года. Микобактерии туберкулеза устойчивы также к воздействию спирта, кислот и щелочей, однако, погибают в течение нескольких минут от ультрафиолетового облучения специальными бактерицидными лампами и при кипячении. Воздействие прямых солнечных лучей, проветривание помещений и обработка поверхностей, одежды и т.д. хлорсодержащими дезинфицирующими средствами также губительно действуют на палочку Коха.



КАК ПЕРЕДАЕТСЯ ТУБЕРКУЛЕЗ

Источниками инфекции являются больные туберкулезом люди и/или животные. Возбудители туберкулеза попадают во внешнюю среду с капельками откашливаемой мокроты. Зараженными палочками Коха могут оказаться также мясо и молоко больных туберкулезом животных.

Туберкулез передается человеку через:

- вдыхаемый воздух (воздушно-капельный путь передачи)
- пищу (алиментарный путь передачи)

В некоторых случаях возможна передача инфекции во время беременности от больной туберкулезом матери будущему ребенку (трансплацентарный путь).

Наиболее опасным в плане распространения туберкулеза является воздушно-капельный путь передачи.



ЧТО СПОСОБСТВУЕТ РАСПРОСТРАНЕНИЮ ТУБЕРКУЛЕЗА СРЕДИ ЛЮДЕЙ

Существует ряд неблагоприятных факторов, которые могут способствовать активному распространению туберкулеза:

- плохие социально-бытовые условия проживания и/или длительного пребывания людей: темные, тесные, с повышенной влажностью помещения
- большая скученность людей в закрытом помещении
- неудовлетворительная или неправильная (например, исключительно сухая) уборка, приводящая к скоплению пыли в помещениях
- невозможность регулярного проветривания и инсолирования (обеспечения доступа прямых солнечных лучей) жилых помещений или помещений длительного пребывания людей
- длительный и/или тесный контакт с больным активной формой туберкулеза
- голодание, недостаток животных белков и витаминов в рационе питания человека
- курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков
- заболевания, снижающие сопротивляемость организма (например, ВИЧ-инфекция, стресс, депрессия и др.)

ТРЕВОЖНЫЕ СИТУАЦИИ И СОСТОЯНИЯ, КОТОРЫЕ ЯВЛЯЮТСЯ ПОВОДОМ ДЛЯ ОБРАЩЕНИЯ К ВРАЧУ

Поводом обратиться к врачу и обследоваться на туберкулез может стать любая из приведенных ниже ситуаций:

- непроходящее, постоянное чувство усталости
- повышенная утомляемость
- потливость по ночам и в утренние часы
- повышенная (до 37 - 37,5°C) в течение довольно длительного времени температура тела
- отсутствие без видимых причин аппетита и потеря веса
- продолжающийся в течение трех недель и более навязчивый кашель (сухой или с отделением мокроты)



ЗАЧЕМ НАДО ЕЖЕГОДНО ПРОХОДИТЬ ОБСЛЕДОВАНИЕ НА ТУБЕРКУЛЕЗ

В настоящее время распространенность туберкулеза среди населения России и Иркутской области, в частности, очень высока. Надо также помнить, что бывают случаи и бессимптомного течения заболевания.

Своевременно выявить туберкулез помогает регулярное ежегодное флюорографическое обследование легких. Пожалуйста, не пренебрегайте им! Если человек болен ВИЧ-инфекцией, то он должен дважды в год проходить такое обследование, т.к. при снижении иммунитета диагностика туберкулеза затрудняется, но развитие самого заболевания происходит более быстро, бурно, с поражением, как правило, нескольких органов и систем.

Своевременное выявление туберкулеза реально может спасти жизнь!



ПОЧЕМУ ТУБЕРКУЛЕЗ ТАК ОПАСЕН И МОЖНО ЛИ ИЗЛЕЧИТЬСЯ ОТ ТУБЕРКУЛЕЗА

Туберкулез может поражать различные органы и системы организма человека (кости, кожу, суставы, глаза, некоторые внутренние органы и др.), но чаще всего поражаются легкие. Попав в организм человека, туберкулезная палочка начинает активно размножаться, разрушая при этом органы и ткани человека. При отсутствии лечения половина заболевших активным туберкулезом людей погибает в течение первых двух лет от начала заболевания, у остальных туберкулез переходит в хроническую форму. Больной хроническим туберкулезом может в течение ряда лет выделять микробактерии туберкулеза во внешнюю среду и заражать окружающих. Однако своевременно назначенное лечение может привести к полному излечению от туберкулеза!

Итак, туберкулез излечим, если:

- *заболевание вовремя выявлено* – а это значит, что человек регулярно, не реже одного раза в год проходит профилактическое обследование на туберкулез и при первых же тревожных признаках неблагополучия (см. выше) обращается за врачебной помощью
- *заболевший человек строго выполняет все предписания врача* по назначенному курсу лечения или профилактики туберкулеза, диспансерному наблюдению, включающему своевременное посещения врача, сдачи анализов и т.п.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ТУБЕРКУЛЕЗА?

Неспецифическая профилактика туберкулеза во многом схожа с профилактикой других инфекционных заболеваний:

- содержите в чистоте свое жилище: регулярно делайте влажную уборку (можно с использованием дезинфицирующих хлорсодержащих средств) и проветривайте помещения
- регулярно просушивайте на солнце одеяла, подушки, различные шерстяные и хлопчатобумажные вещи и одежду
- откажитесь от сухой уборки, регулярно тщательно убирайте пыль влажным методом, не допускайте скопления пыли в местах проживания или длительного пребывания взрослых и, особенно, детей
- не пользуйтесь чужими полотенцами и носовыми платками
- чаще мойте руки с мылом
- полноценно и правильно питайтесь, занимайтесь спортом, физическими упражнениями, больше гуляйте
- откажитесь от вредных привычек - курения, употребления алкоголя, наркотиков
- не реже одного раза в год проходите флюорографическое обследование легких
- при недомогании своевременно обращайтесь к врачу, не занимайтесь самолечением

Основным специфическим методом профилактики туберкулёза на сегодняшний день является прививка вакциной БЦЖ. В соответствии с Национальным календарём профилактических прививок её ставят в роддоме новорожденному ребенку на 3-7 день его жизни при отсутствии противопоказаний. В 7 и 14 лет при отрицательной реакции Манту и отсутствии противопоказаний проводят повторную вакцинацию БЦЖ.

** Реакция Манту – это не прививка от туберкулеза, а диагностическая проба на выявление инфицированности туберкулезом*



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ЗАРАЗИЛСЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ?

Не паниковать! Если у Вас возникло подозрение, что Вы могли заболеть туберкулезом - **немедленно обратитесь к врачу!** При правильном лечении впервые выявленный туберкулез излечим практически во всех случаях. Главное - строго соблюдать предписания врача и график приема лекарств.

Необходимо подумать и о соблюдении всех мер предосторожности, чтобы инфекция не передалась окружающим людям: проветривать помещение, проводить влажную уборку, сразу сжигать использованные бумажные носовые платки и салфетки, пользоваться отдельной посудой, полотенцем и не позволять пользоваться ими другим людям и т.д. Лечащий врач даст подробную консультацию о мерах профилактики туберкулеза в семье.

И еще раз напомним: **туберкулез излечим**, но эффективность лечения туберкулеза во многом зависит от самого пациента, от его дисциплинированности и желания выздороветь.

Издано Иркутским областным отделением
Российского Красного Креста в рамках проекта
«Расширение услуг по уходу и поддержке людей,
затронутых эпидемией ВИЧ в Иркутске»,
реализуемого при финансовой поддержке
Американского Красного Креста.

Телефон «Горячей линии» 200-602
Информационно-консультационный
Центр Красного Креста «Ступени»,
г. Иркутск, ул. К. Маркса, 39, 3-ий этаж,
тел.: 200-393

Все консультации предоставляются
анонимно, бесплатно, конфиденциально.



Иркутское областное отделение



Заказ № 858, тираж 1000 экз.

ООО «ПЦ «РИЭЛ», г. Иркутск, ул. Марата, 34 В, тел.: 546-100, 241-125
лиц. МПТР России ИД №01352 от 28.03.00 г.

Дизайн: Дормидонтова М.И.