|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение 2  к письму управления по делам ГО и ЧС  Администрации города  от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Профилактика туберкулеза**

**Туберкулез** – это опасное инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями.

**Источником заражения** является больной активным туберкулёзом лёгких. Бактерии туберкулёза могут попасть в организм при вдыхании заражённого воздуха. Это вызывает инфекцию, но инфекция – ещё не болезнь. Человек, инфицированный туберкулёзом, не может никого заразить. При ослаблении защитных сил организма бактерии туберкулёза начинают быстро размножаться, поражая различные органы и ткани, чаще всего – лёгкие. В результате чего инфекция может перейти в активный туберкулёз.

К ослаблению защитных сил организма приводят:

- алкоголизм;

- употребление наркотиков;

- заражение ВИЧ-инфекцией;

- различные хронические заболевания.

**Кто может заразиться туберкулёзом**

Заразиться туберкулёзом может каждый, но чаще всего им заражаются люди, находящиеся в тесном контакте с больным активной формой туберкулёза. Источником инфекции может оказаться член Вашей семьи, сослуживец или кто-то из друзей.

При кашле, чихании или разговоре больные туберкулёзом выделяют в воздух большое количество бактерий. Бактерии задерживаются в воздухе в виде взвеси и могут подолгу оставаться в переполненном, плохо проветриваемом помещении.

Вероятность заразиться туберкулёзом в общественном транспорте или в магазине существует, но не слишком велика.

Разные люди в разной степени восприимчивы к инфекции, но чаще всего заболевают люди с ослабленной иммунной системой.

**Признаки инфекции и заболевания туберкулёзом**

Сама по себе инфекция никак не проявляется. Бактерии находятся в пассивном, «спящем» состоянии. Когда инфекция переходит в активную форму болезни, бактерии «просыпаются» и начинают усиленно размножаться. При этом у больного появляются следующие симптомы:

• длительный кашель,

• кровохарканье,

• боли в груди,

• общее недомогание,

• слабость,

• повышение температуры тела,

• ночная потливость,

• снижение веса

Помните! Больной человек становится переносчиком болезни и представляет опасность для окружающих.

**Как следует лечиться от туберкулёза**

Туберкулёз излечим, но только при прохождении полного курса лечения специальными противотуберкулёзными препаратами.

Курс лечения длится не менее 6 месяцев, при тяжёлой форме – до 9 месяцев. Как только больной начинает лечиться, вероятность того, что он заразит окружающих, значительно уменьшается.

• При лечении следует неукоснительно выполнять все предписания врача.

• Нельзя самостоятельно прерывать начатое лечение!

Бактерии туберкулёза очень живучи и могут длительное время сохраняться в организме, поэтому, даже если их перестали обнаруживать в отделяемой мокроте, а самочувствие больного значительно улучшилось, болезнь ещё не излечена.

Если больной прерывает лечение, туберкулёз вспыхивает вновь, но с большей силой. При этом бактерии могут приобрести устойчивость к противотуберкулёзным препаратам, развивается лекарственно-устойчивый туберкулёз, полностью излечить который трудно, а иногда – невозможно**.**

Всемирный день борьбы с туберкулезом отмечается 24 марта по решению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в память того дня, когда в 1882 году немецкий микробиолог Роберт Кох объявил о сделанном им открытии возбудителя туберкулеза.

**ПОМОГИ СЕБЕ ОСТАТЬСЯ ЗДОРОВЫМ:**• Веди здоровый образ жизни.  
• Откажись от вредных туберкулезпривычек: курения, алкоголя и наркотиков.  
• Вовремя обращайся к врачу в случае симптомов заболевания (длительный кашель, небольшое длительное повышение температуры тела, постоянная беспричинная слабость, потливость по ночам, плохое самочувствие, потеря веса, боли в груди и одышка).  
• Ежегодно проходи флюорографическое обследование.  
  
**ПОДУМАЙ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ.**  
Излечение каждого больного – единственный способ остановить туберкулёз на земле.  
Мы дышим одним воздухом, ездим в общественном транспорте, никто ни от чего не может быть застрахован в наше время.

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Pamyat.gif  **ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ БОЛЬНОЙ ТУБЕРКУЛЕЗОМ!**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifТуберкулез излечим! Современная медицина обладает новейшими средствами предупреждения и лечения туберкулеза.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifЧтобы избежать обострения и осложнения болезни и ускорить ее излечение, нужно строго выполнять на производстве и дома все советы лечащих врачей.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifРаботайте ритмично, без спешки. Полностью используйте для отдыха предоставленные перерывы во время работы. Перерывы проводите на свежем воздухе. Это поможет вам избежать переутомления и ослабления организма.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifСледите за чистотой и порядком рабочего места. Не допускайте их захламливания и скопления пыли. Систематически проветривайте производственные помещения.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifНе плюйте на пол! Мокроту выплевывайте только в карманную плевательницу. При кашле закрывайте рот тыльной стороной левой руки.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifВажным средством предупреждения вспышки туберкулеза является строгое соблюдение режима питания. Не выходите утром на работу натощак. Не питайтесь в сухомятку. Используйте обеденный перерыв полностью.** |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifДома после работы проведите час или полтора в покое. .Свободное от работы время и выходные дни используйте широко для длительного пребывания на свежем воздухе.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifСодержите в чистоте и порядке свою комнату. Не производите в ней никаких работ связанных с дымом, пылью, гарью и т. п. Почаще проветривайте ее. Не допускайте скопления пыли в комнате. Ежедневно производите уборку комнаты и мебели влажным способом.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifПосещайте тубдиспансер в установленные лечащим врачом сроки, а при ухудшении самочувствия, независимо от назначенного срока.**  **http://www.novoch.net/monetova/IMAGES/Medical.gifПринимайте аккуратно, длительно и непрерывно антибактериальные препараты , согласно указанию врача. Самовольное прекращение лечения ухудшает течение болезни и вредно отражается на течении легочного туберкулеза. Не верьте разговорам, что спирт излечивает туберкулез. Не пейте спиртных напитков и не курите.**  **Правильно организованный режим труда и отдыха - важнейшее условие предупреждения и лечения туберкулеза!** |



Информация подготовлена

КУ ХМАО-Югры «Сургутский клинический

противотуберкулезный диспансер»

14.04.2015