



## ТУБЕРКУЛЕЗ КАК ОТ НЕГО ЗАЩИТИТЬСЯ

## ТУБЕРКУЛЕЗ КАК ОТ НЕГО ЗАЩИТИТЬСЯ

### ЧТО ТАКОЕ ТУБЕРКУЛЕЗ?

Это заразное заболевание, которое вызывается крошечными организмами, которых можно увидеть только с помощью микроскопа туберкулезные палочки или микобактерии. Их еще называют «палочками Коха» по имени ученого, который открыл эти вредные микроорганизмы.

«Палочки Коха» распространяются воздушно-капельным путем, вылетая в воздух вместе с мельчайшими капельками слюны больного человека, когда он кашляет, чихает, говорит и вздыхает и попадая на одежду здорового человека, на его руки, лицо и другие части тела, постепенно находят путь, откуда можно попасть в организм. Туберкулез может нанести вред любому органу, но в большинстве случаев от туберкулезных палочек страдают легкие. Достаточно вдохнуть 10 бактерий и уже можно стать носителем инфекции. А если больной туберкулезом человек один раз чихнет, на расстояние 1,5-2 метра разлетается более миллиона бактерий, которые заражают окружающий воздух и предметы. Каждый больной с открытой формой туберкулеза может заразить в течение года 10-15 человек.

### КТО МОЖЕТ ЗАРАЗИТЬСЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ?

Заразиться туберкулезом может любой из нас, но чаще всего им заражаются люди, находящиеся в тесном контакте с больным активной формой туберкулеза. Кроме того, большему риску подвергаются дети, подростки, пожилые люди, беременные женщины и люди с ослабленными защитными силами организма. А к ослаблению защитных сил организма приводят употребление алкогольных напитков и наркотиков. Кроме того, организм может ослабнуть в результате какой-либо болезни (особенно СПИДа, который ослабляет иммунитет человека), недостаточного питания или стресса.

### ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

«Палочка Коха» попав в организм, может долгое время не давать о себе знать, выжидая удобное для себя время когда организм ослабевает. В нужное время бактерии «просыпаются» и начинают быстро размножаться, и в результате болезнь может перейти в активную форму, когда больной становится заразным для окружающих людей, источником туберкулезных палочек.

### ЧТО ТАКОЕ ТУБЕРКУЛЕЗ?

Это заразное заболевание, которое вызывается крошечными организмами, которых можно увидеть только с помощью микроскопа туберкулезные палочки или микобактерии. Их еще называют «палочками Коха» по имени ученого, который открыл эти вредные микроорганизмы.

«Палочки Коха» распространяются воздушно-капельным путем, вылетая в воздух вместе с мельчайшими капельками слюны больного человека, когда он кашляет, чихает, говорит и вздыхает и попадая на одежду здорового человека, на его руки, лицо и другие части тела, постепенно находят путь, откуда можно попасть в организм. Туберкулез может нанести вред любому органу, но в большинстве случаев от туберкулезных палочек страдают легкие. Достаточно вдохнуть 10 бактерий и уже можно стать носителем инфекции. А если больной туберкулезом человек один раз чихнет, на расстояние 1,5-2 метра разлетается более миллиона бактерий, которые заражают окружающий воздух и предметы. Каждый больной с открытой формой туберкулеза может заразить в течение года 10-15 человек.

### КТО МОЖЕТ ЗАРАЗИТЬСЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ?

Заразиться туберкулезом может любой из нас, но чаще всего им заражаются люди, находящиеся в тесном контакте с больным активной формой туберкулеза. Кроме того, большему риску подвергаются дети, подростки, пожилые люди, беременные женщины и люди с ослабленными защитными силами организма. А к ослаблению защитных сил организма приводят употребление алкогольных напитков и наркотиков. Кроме того, организм может ослабнуть в результате какой-либо болезни (особенно СПИДа, который ослабляет иммунитет человека), недостаточного питания или стресса.

### ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

«Палочка Коха» попав в организм, может долгое время не давать о себе знать, выжидая удобное для себя время когда организм ослабевает. В нужное время бактерии «просыпаются» и начинают быстро размножаться, и в результате болезнь может перейти в активную форму, когда больной становится заразным для окружающих людей, источником туберкулезных палочек.

Следует обратить внимание на следующие явления, которые могут быть первыми признаками начавшегося туберкулеза: длительный кашель, который продолжается более трех недель; боли в груди; общее недомогание и слабость; потеря аппетита и снижение массы тела; периодическое повышение температуры тела; обильное потоотделение (в особенности ночью) кровохарканье.

Узнать о том, болен ты или нет очень просто — сделать пробу Манту или пройти флюорографию.

### **КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ТУБЕРКУЛЕЗА?**

Избегать всего, что может ослабить защитные силы организма, беречь свое здоровье, в частности:

- Хорошо и правильно питаться;
- Больше времени проводить на свежем воздухе;
- Соблюдать личную гигиену, тщательно мыть руки, поддерживать чистоту в помещениях, где живете, учитесь или работаете.
- Не увлекаться вредными привычками— курением, алкоголем, наркотиками;
- Вести здоровый образ жизни.

Не забывайте — “Палочка Коха ” легко побеждает слабых здоровьем людей, людей с вредными привычками и грязнуль.

Также от туберкулеза нас защищает прививки вакциной БЦЖ, которые ставятся в первую неделю после рождения ребенка, а затем повторяется через 7 лет.

Самое главное—ежегодно нужно проверяться на случай заражения туберкулезными палочками. Для этого детям ставятся пробы Манту, а взрослые и ежегодно проходят флюорографию. Этими способами можно выявить заболевание на ранних сроках и вылечить человека.

Следует обратить внимание на следующие явления, которые могут быть первыми признаками начавшегося туберкулеза: длительный кашель, который продолжается более трех недель; боли в груди; общее недомогание и слабость; потеря аппетита и снижение массы тела; периодическое повышение температуры тела; обильное потоотделение (в особенности ночью) кровохарканье.

Узнать о том, болен ты или нет очень просто — сделать пробу Манту или пройти флюорографию.

### **КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ТУБЕРКУЛЕЗА?**

Избегать всего, что может ослабить защитные силы организма, беречь свое здоровье, в частности:

- Хорошо и правильно питаться;
- Больше времени проводить на свежем воздухе;
- Соблюдать личную гигиену, тщательно мыть руки, поддерживать чистоту в помещениях, где живете, учитесь или работаете.
- Не увлекаться вредными привычками— курением, алкоголем, наркотиками;
- Вести здоровый образ жизни.

Не забывайте — “Палочка Коха ” легко побеждает слабых здоровьем людей, людей с вредными привычками и грязнуль.

Также от туберкулеза нас защищает прививки вакциной БЦЖ, которые ставятся в первую неделю после рождения ребенка, а затем повторяется через 7 лет.

Самое главное—ежегодно нужно проверяться на случай заражения туберкулезными палочками. Для этого детям ставятся пробы Манту, а взрослые и ежегодно проходят флюорографию. Этими способами можно выявить заболевание на ранних сроках и вылечить человека.