

# ТУБЕРКУЛЕЗ

## ЗАРАЗНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ



### ЧТОБЫ НЕ ЗАБОЛЕТЬ ТУБЕРКУЛЕЗОМ:

#### ТУБЕРКУЛЕЗ

Вызывает микроб, называемый туберкулезной палочкой.



Она очень устойчива во внешней среде.

Болеют туберкулезом люди, животные, птицы.

Попадает возбудитель в организм при вдыхании пыли, с капельками слюны при разговоре, кашле, чихании.

Можно заразиться через продукты, полученные от больных животных.



#### ЗАНИМАЙСЯ СПОРТОМ!

**ПЛАВАЙ, БЕГАЙ, ПРЫГАЙ!**

ПОДРУЖИСЬ СО СВЕЖИМ ВОЗДУХОМ И ВОДОЙ!

ЧАЩЕ ОТПРАВЛЯЙСЯ ВПОХОДЫ!



**ПУСТЬ ПРИРОДА СТАНЕТ ТВОИМ ЛУЧШИМ ДРУГОМ!**

#### ПРАВИЛЬНО И ПОЛНОЦЕННО ПИТАЙСЯ!

**ПОМНИ**, что «Сила сохраняется в труде, здоровье - в режиме»  
Для твоего здоровья **полезны**: свежие фрукты, овощи, мясо и яйца, молочные продукты.

**Обязательно пей** молоко, кефир, простоквашу. **Ешь** творог, сыр, сметану. В них содержатся необходимые для тебя витамины: А, В, С, Е, РР.



#### ИЗБЕГАЙ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК!

**НЕ КУРИ**  
**НЕ ПРИНИМАЙ** АЛКОГОЛЬНЫЕ НАПИТКИ И НАРКОТИКИ  
**НЕ САДИСЬ ЗА СТОЛ** С ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ  
**НЕ ПОЛЬЗУЙСЯ** ЧУЖИМИ: ГУБНОЙ ПОМАДОЙ, СИГАРЕТАМИ, ЛОЖКАМИ, ТАРЕЛКАМИ, ПОЛОТЕНЦЕМ, НОСОВЫМ ПЛАТКОМ,



#### НЕ ОТКАЗЫВАЙСЯ ОТ ПРОБЫ МАНТУ!

Она поможет врачу узнать, болен ли ты и чем тебе помочь.

**В 1-ом классе НЕ ЗАБУДЬ СДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ** по назначению врача



#### ПОМНИ!

**ЧТОБЫ СВОЕВРЕМЕННО ВЫЯВИТЬ ТУБЕРКУЛЕЗ:**

Ежегодно с 15 лет ПРОХОДИ

**ФЛЮОРОГРАФИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ**



# ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА

Чтобы страшной болезни не дать себя в лапы,

Запомните наши уроки, мамы и папы:

1

**ПРИВИВКУ РЕБЁНКУ  
И ТЕСТ НА ТУБЕРКУЛЕЗ  
СДЕЛАЙ В СРОК  
ЭТО НАШ ПЕРВЫЙ УРОК**

1 БЦЖ (прививка)  
в роддоме

2 БЦЖ в 7 лет

3 Детям с 1 года до 7 лет  
сделай - пробу Манту

4 Детям с 8 лет до 17 лет  
сделай диаскинтест



**УРОК НОМЕР ДВА ТОЖЕ  
ОЧЕНЬ ПРОСТОЙ:  
МОЙТЕ РУКИ ПОСЛЕ  
ПРОГУЛКИ И ПЕРЕД ЕДОЙ**

2

На дверных ручках,  
на лестничных перилах,  
на поручнях в транспорте,  
на деньгах живут миллионы  
бактерий, в том числе и  
туберкулезная палочка



**ТРЕТИЙ УРОК ОЧЕНЬ ВАЖНЫЙ!  
с ПЫЛЬЮ БОРИТЕСЬ  
ВЕЗДЕ И ВСЕГДА!!!**

3

При высыхании мокроты  
больного туберкулезная  
палочка остаётся  
жизнеспособной.  
В пыли может жить  
около года.  
Попадая с пылью в  
дыхательные пути,  
вызывает заболевание.



**ЧЕТВЕРТЫЙ УРОК:  
МОЛОКО КИПЯТИТЬ,  
СЫРОЕ МЯСО НЕ ЕСТЬ,  
МОЛОКО СЫРОЕ НЕ ПИТЬ!**

Туберкулезная палочка  
с продуктами питания от  
больного животного может  
попасть к человеку  
в желудок и вызвать  
заболевание туберкулезом.



**ПЯТЫЙ УРОК НАШ  
БУДЕТ ТАКОЙ!  
БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ,  
ЕСЛИ РЯДОМ БОЛЬНОЙ!**

5

Туберкулезная палочка  
при чихании и кашле  
разносится в радиусе  
2-х метров.



**СЛЕДУЕТ ДАЛЬШЕ  
УРОК ШЕСТОЙ!  
ТЫ ПРОШЕЛ  
ОБСЛЕДОВАНИЕ?  
А ТЕ КТО РЯДОМ  
С ТОБОЙ?**

Ежегодное флюорографическое  
обследование позволяет выявить  
заболевание на ранней стадии,  
когда оно еще не опасно для  
окружающих, особенно детей..



**И ПОСЛЕДНИЙ УРОК.  
УРОК НОМЕР СЕМЬ!  
ЗАКАЛЯТЬСЯ ВСЕМ!**

Закаливание детей с раннего  
возраста позволяет укрепить  
защитные силы организма и  
активно противостоять  
туберкулезной инфекции.



7

**ЧТО МЫ ЗНАЕМ О ТУБЕРКУЛЕЗЕ?  
КАК МОЖНО ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И СВОИХ  
БЛИЗКИХ? СУЩЕСТВУЕТ МНОГО МИФОВ  
ОБ ЭТОМ ЗАБОЛЕВАНИИ.  
ПРОАНАЛИЗИРУЕМ НЕКОТОРЫЕ ИЗ НИХ.**

**МИФ:** Туберкулез—это болезнь прошлого.

**ФАКТ:** Каждую секунду один человек в мире инфицируется микобактериями туберкулеза. В настоящее время инфицирована одна треть населения мира (около 2-х миллиардов человек). Ежегодно 9 миллионов людей заболевают туберкулезом, почти 2 миллиона умирает от этого заболевания.

**МИФ:** Туберкулезом можно инфицироваться в транспорте, взявшись за поручень после больного человека.

**ФАКТ:** Возбудитель туберкулеза передается от больного активной формой туберкулеза легких человека другому человеку воздушно-капельным путем, когда больной человек кашляет, чихает, кричит или поет, выделяя в воздух капельки с микобактериями туберкулеза, а другой человек их вдыхает. Это происходит с большей вероятностью при продолжительном контакте с больным, и в странах с высокой распространенностью туберкулеза, к которым относится и Россия.

**МИФ:** Болеют только бедные и социально неблагополучные.

**ФАКТ:** Туберкулез поражает людей независимо от их социального статуса. Для развития активной формы туберкулеза решающее значение имеет состояние иммунитета человека, который может снижаться при воздействии различных факторов, к которым относятся: курение, чрезмерное употребление алкоголя, употребление наркотиков, постоянные стрессы или чрезмерный стресс, несбалансированное питание, малоподвижный образ жизни, проживание или работа в старых непрветриваемых помещениях, скученность проживания или на работе. Повышают риск также хронические заболевания, такие как диабет, язвенная болезнь желудка, ВИЧ-инфекция и другие.

**МИФ:** Туберкулез неизлечим.

**ФАКТ:** Практически все пациенты с впервые выявленным туберкулезом, своевременно начавшие и полностью закончившие назначенный курс лечения, могут быть излечены. Главное—при первых признаках заболевания, к которым относится длительный кашель (более 2-3-х недель), общее недомогание и слабость, периодическое повышение температуры тела, повышенная потливость (особенно ночью), потеря аппетита, снижение массы тела при обычном питании, появление крови в мокроте, боли в грудной клетке, обращаться к врачу—участковому терапевту и фтизиатру.

**МИФ:** Микобактерия туберкулеза поражает только легкие.

**ФАКТ:** Наиболее часто микобактерия туберкулеза, действительно, поражает легкие и бронхи (более 90% случаев активного туберкулеза). Однако существует туберкулез почек, кожи, костей, желудочно-кишечного тракта, центральной нервной системы и даже половых органов. Известная из литературных произведений «золотуха» - туберкулез лимфатических узлов. Эти формы туберкулеза встречаются относительно редко и в плане инфицирования окружающих не опасны.

**МИФ:** Туберкулезом болеют только люди.

**ФАКТ:** Животные и птицы тоже болеют туберкулезом. Для человека представляет опасность только возбудитель туберкулеза коров (*M. Bovis*). Инфицирование человека может произойти при употреблении некипяченого или непастеризованного молока. Коровам, как и людям, проводят туберкулинодиагностику (пробу Манту) для контроля инфекции.

**МИФ:** Достаточно инфицироваться туберкулезными микобактериями, чтобы заболеть.

**ФАКТ:** Заболевает активным туберкулезом только один из десяти человек, инфицированных микобактериями туберкулеза. Здоровая иммунная система человека успешно контролирует эту инфекцию. Однако при ослаблении иммунитета контроль снижается и развивается заболевание—активная форма туберкулеза.