

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Что мы должны знать о туберкулезе?»

Ежегодно в мире около 1 миллиарда людей инфицируются микобактериями туберкулеза. 8 – 10 миллионов человек заболевают, и около 3 миллионов человек умирают от этой инфекции.

Всемирная организация здравоохранения настойчиво предупреждает о возможности пандемии туберкулеза.

В Республике Карелия ситуация по туберкулезу остается напряженной. Продолжается рост заболеваемости туберкулезом среди взрослого населения, детей и подростков. Причинами позднего выявления туберкулеза у детей и подростков является отказ родителей от постановки реакции Манту, а также непрохождение подростками и взрослыми своевременного флюорографического исследования.

Что такое туберкулез?

Это инфекционное заболевание, вызываемое бактерией туберкулеза и чаще всего поражающее легкие.

Как можно заразиться туберкулезом?

В большинстве случаев заражения туберкулезом происходит воздушно-капельным путем при общении с человеком, который болен туберкулезом легких и выделяет в воздух бактерии при кашле, чихании, разговоре.

Что может способствовать развитию туберкулеза?

Любая ситуация, ослабившая иммунитет человека. Это может быть стресс, недостаточное питание, плохие условия жизни, курение, алкоголизм, наркомания, токсикомания, тяжелые сопутствующие заболевания (сахарный диабет, язвенная болезнь, ВИЧ-инфекции и другие).

Основные признаки туберкулеза?

- длительный кашель
- общее недомогание и слабость
- потеря аппетита и снижение веса тела
- потливость по ночам
- повышенная температура
- появление крови в мокроте, которая появляется при кашле

Как себя вести, чтобы не заболеть туберкулезом?

- Вести здоровый образ жизни – не пить алкоголь, не курить, заниматься спортом, чаще гулять, правильно питаться, включая в рацион достаточное количество мяса, рыбы, молочных продуктов.
- Соблюдать гигиену – пользоваться только своей посудой, полотенцем, постельным бельем, мыть руки с мылом перед едой, пить кипяченую воду и молоко, есть мытые овощи и фрукты. Регулярно проводить влажную уборку и проветривать помещение, в котором живете.
- Избегать общения или свести к минимуму контакты с больными туберкулезом – убедить друзей и близких, кашляющих более двух недель (если у Вас такие есть), в необходимости обследования на туберкулез.

Как можно определить, болен человек туберкулезом или нет?

- Можно с помощью специального исследования органов грудной клетки (так называемое рентгенологическое или флюорографическое исследование)
- Лабораторное исследование мокроты
- Постановка кожной пробы (туберкулиновая проба Манту)
- Другие исследования, о которых при необходимости расскажет врач

Выявление туберкулеза на ранних стадиях является залогом успешного лечения.

Будьте здоровы!

Тема: Профилактика туберкулеза

Сохрани свое здоровье и здоровье окружающих тебя людей!

Туберкулез — инфекционное заболевание. Передается, преимущественно воздушно-капельным путем, поэтому заразиться им можно где угодно.

Пути проникновения инфекции чаще всего – дыхательные пути, куда бактерии в огромном количестве попадают с капельками слизи, вылетающими из легких больного при дыхании, разговоре, а особенно при кашле и чихании.

Шансов заболеть туберкулезом больше у людей, которые длительное время находятся рядом с больными: медицинского персонала во фтизиатрических больницах, людей, чьи родственники больны туберкулезом (особенно, если они живут с ними в одной квартире). К лицам, имеющим высокий риск заболевания туберкулезом, относятся дети и подростки, а также лица, непосредственно находящиеся в контакте с туберкулезными больными, выделяющими возбудителей данного заболевания.

Лица, переболевшие туберкулезом и имеющие в легких остаточные явления после перенесенных заболеваний, больные сахарным диабетом, лица, страдающие язвенной болезнью. Лица больные хроническими заболеваниями, постоянно принимающие гормональные препараты, имеющие профессиональные заболевания легких, при которых угроза заболеть туберкулезом значительно возрастает.

Существует специфическая профилактика туберкулеза. Вакцинация БЦЖ — общепризнанный метод активной специфической профилактики туберкулеза, прежде всего у детей и подростков. Вакцинация снижает заболеваемость и смертность, предупреждает развитие тяжелых форм (менингита, милиарного туберкулеза, казеозной пневмонии). Проводится внутрикожно препаратами живой вакцины БЦЖ новорожденным в возрасте 1-4 дня после рождения родильном отделении. Ревакцинации подлежат здоровые школьники первых классов общеобразовательных школ, имеющие отрицательную реакцию Манту (туберкулиновую пробу).

Как обезопасить себя?

- Мойте руки как можно чаще, особенно если в ближайшем окружении есть кашляющие и чихающие люди.
- Также имеет смысл носить защитную маску из плотного материала и стоять подальше от зараженных людей.
- Регулярно проходите флюорографию, она поможет выявить болезнь на ранних стадиях.
- Как можно больше дышите свежим воздухом, чаще выходите на солнце.
- Питание должно быть здоровым, полноценным.

Кроме этого, следующие факторы оказывают влияние на способность организма противостоять развитию активного туберкулеза в случае заражения и увеличивают вероятность развития заболевания у инфицированных людей:

- Качество питания. Существуют веские доказательства того, что голодание или недостаточность питания снижают сопротивляемость организма.
- Потребление токсичных продуктов. Курение табака и употребление большого количества алкоголя значительно снижают защитные силы организма.
- Другие заболевания. Туберкулезу также подвержены ВИЧ инфицированные, больные диабетом, лейкозами или лепрой.
- Стресс. Доказано, что стресс и депрессия отрицательно влияют на состояние иммунной системы.

Чтобы уменьшить вероятность первичного заражения в домашних условиях в целях дезинфекции можно пользоваться хлорсодержащими растворами. Хорошим и простым методом обеззараживания является проветривание, влажная уборка с применением моющих и дезинфицирующих средств. Вывешивание на солнце одеял, постельных и носильных вещей та как солнечный свет убивает бактерии туберкулеза в течение 5 минут (наибольшее распространение инфекции происходит в помещениях редко и не длительно освещаемых солнцем).

Берегите свое здоровье и здоровье окружающих вас людей, занимайтесь профилактикой туберкулеза.

Лекторий для родителей

Тема: Туберкулез

В мире ежегодно умирает от туберкулеза 3 миллиона человек, а еще 8 миллионов заболевают. За последние годы отмечается повсеместный рост заболеваемости, в том числе и в нашей области. Все чаще стали выявлять болезнь в запущенной форме, что нередко приводит к смерти несмотря на начатое лечение. Мы часто говорим, что болезнь легче предупредить, чем ее лечить. Это положение в большой мере относится и к туберкулезу. До сих пор туберкулез остается распространенным заболеванием, причем одной из причин является недостаточная санитарная грамотность населения.

Туберкулез – заразное заболевание, вызываемое микробом, который можно рассмотреть только под микроскопом. Называется этот микроб туберкулезной палочкой или микобактерией туберкулеза.

Микобактерии туберкулеза обладают очень высокой устойчивостью к воздействию внешней среды: не боятся низких температур и высушивания, успешно противостоят высоким концентрациям щелочей, кислот и спирту.

Основным источником заражения является человек, больной туберкулезом, который выделяет туберкулезные палочки с мокротой и слюной. Люди, больные открытой формой туберкулеза, т.е. выделяющие микобактерии туберкулеза во внешнюю среду, представляют очень большую опасность для окружающих, особенно детей. Определенную роль в заражении туберкулезом детей играют больные или домашние животные (коровы, козы, свиньи) и птицы (куры, утки, гуси).

Существуют КАПЕЛЬНЫЙ, ПЫЛЕВОЙ, ПИЩЕВОЙ и КОНАКТНЫЙ пути распространения туберкулезной инфекции. Когда больной открытой формой туберкулеза легких кашляет, чихает или разговаривает, мелкие капельки мокроты и слюны, содержащие туберкулезные палочки, разбрызгиваются вокруг него на 1,5-2 метра и могут попадать на слизистую оболочку рта, носоглотки здоровых людей, а затем в легкие или кишечник. Это и есть КАПЕЛЬНЫЙ путь заражения. Такой путь является наиболее распространенным. Если больной туберкулезом не соблюдает необходимых мер предосторожности (плюет на землю или на пол), мокрота высыхает и смешивается с пылью. Вдыхание такой пыли приводит к заражению человека – ПЫЛЕВОЙ путь. При ПИЩЕВОМ пути заражения туберкулезные палочки попадают в организм человека через пищевые продукты, загрязненные выделениями больного. Заражение может произойти при употреблении в пищу сырого молока, яиц, плохо проваренного мяса от больных туберкулезом домашних животных и птиц. Кроме этого можно заразиться туберкулезом при непосредственном КОНТАКТЕ с предметами и вещами больного (полотенце, носовые платки, постельное и нательное белье, посуда, книги).

Попавшая в организм туберкулезная инфекция не всегда вызывает заболевание. Под влиянием ряда неблагоприятных факторов может произойти снижение защитных механизмов организма, и тогда развивается туберкулезное воспаление в различных органах. К этим факторам относятся переохлаждение, нервное и физическое перенапряжение, особенно в сочетании с вредными привычками. Снижают сопротивляемость: язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, сахарный диабет, хронические неспецифические заболевания легких, хронический алкоголизм, наркомания, психические заболевания, некоторые лекарственные препараты.

Еще несколько лет назад эта болезнь проявлялась яркими клиническими симптомами: лихорадкой, сильным кашлем, кровохарканьем, утомляемостью, потерей веса, отсутствием аппетита.

Сегодня туберкулез развивается медленно, часто без кашля и других характерных признаков. Анализ случаев туберкулеза показывает, что запущенные формы, как правило, выявляются у лиц, не проходивших флюорографию много лет. У таких больных нередко смертельные исходы вскоре после выявления заболевания. Не зная о своей болезни, они становятся источниками заражения окружающих. Ежегодно от туберкулеза умирают не только взрослые, но и дети, причем нередко диагноз туберкулеза им устанавливается уже посмертно.

ВСЕ НАСЕЛЕНИЕ С 15-ТИ ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА ДОЛЖНО ПРОХОДИТЬ ЕЖЕГОДНО ФЛЮОРОГРАФИЧЕСКИЙ ОСМОТР. ДЛЯ ДЕТЕЙ ДО 15-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА ОСНОВНЫМ МЕТОДОМ РАННЕГО ВЫЯВЛЕНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗА ЯВЛЯЕТСЯ ПРОВЕДЕНИЕ ТУБЕРКУЛИНОВЫХ ПРОБ – РЕАКЦИЙ МАНТУ. ПРОБУ МАНТУ НЕОБХОДИМО ПРОВОДИТЬ ВСЕМ ДЕТЯМ И ПОДРОСТКАМ ЕЖЕГОДНО.

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!

ПЛЕЧОМ, СЕРДЦЕМ И ВОДОМ!

Подружись со свежим воздухом и водой!

Чаще отправляйся в поход!



Пусть природа станет твоим лучшим другом!

ПРАВИЛЬНО И ПОЛНОЦЕННО ПИТАЙСЯ!

Помни, что «Сила сохраняется в труде, здоровье - в режиме»
Принимай пищу не реже 3-х раз в день.
Для того чтобы избежать авитаминоза, ешь фрукты, овощи, мясо и яйца, молочные продукты.
Обязательно пей молоко, кефир, простоквашу. Ешь творог, сыр, сметану. В них содержится необходимое 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 ГУБИНОЙ 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



1

ПРИВИВКУ РЕБЕНКУ 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



ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЕЗА

Чтобы страшной болезни не дать себя в лапы,

Запомните наши уроки, мамы и папы!



2

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

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



4

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.



6

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.



3

ТРЕТИЙ УРОК ОЧЕНЬ ВАЖНЫЙ! С ПЫЛЬЮ БОРИТЕСЬ ВЕЗДЕ И ВСЕГДА!!!

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



5

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

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



7

И ПОСЛЕДНИЙ УРОК. УРОК НОМЕР СЕМЬ! ЗАКАЛЯТЬСЯ ВСЕМ!

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



1. Что такое Туберкулез?

Туберкулез – это инфекционное заболевание, возбудитель которого относится к широко распространенным в природе микроорганизмам. Иное название – Бактерия Коха (БК).

Отличительной особенностью БК является их высокая устойчивость к кислотам, щелочам, спиртам, солнечным лучам, к воздействию химических и физических факторов. Они длительное время могут сохранять патогенность в мокроте, пыли, на предметах. Одной из форм изменчивости БК является возможность развития лекарственной устойчивости к противотуберкулезным препаратам.



2. Диагностика

Обычно диагностика проводится с исследованием мокроты для установки бактериовыделения. При этом используют обыкновенный микроскоп.



Кроме этого, обследование на туберкулез проводится посредством флюорограмм.

3. Пути передачи БК



Чаще всего заражение происходит через дыхательные пути (воздушно-капельный путь заражения).

При этом может иметь место как воздушно-капельная, так и воздушно-пылевая инфекция. Источником заражения, как правило, является больной человек, выделяющий БК с мокротой и слюной при кашле, чихании, разговоре.



Кроме этого всевозможный контактный путь (через кожу, слизистые оболочки). Также решающую роль играют состояние организма больного, его сопротивляемость, которая может снижаться при различных неблагоприятных условиях труда, быта и т.д. Для предупреждения возникновения заболевания надо знать элементарные меры профилактики.

4. Симптомы туберкулеза



Симптомы туберкулеза следующие:

- а) кашель более 3-х недель,
- б) кровохарканье,
- в) температура,
- г) боли в грудной клетке,
- д) потеря веса, снижение аппетита,
- е) одышка, слабость, быстрая утомляемость.

При появлении подобных симптомов необходимо срочно обратиться к участковому врачу-терапевту, пройти флюорографию.

Если диагноз подтвердился, то нужно обратиться к участковому врачу-фтизиатру, в противотуберкулезный диспансер и пройти полный курс лечения.

