|  |  |
| --- | --- |
| **Управление здравоохранения Тамбовской области****Центр медицинской профилактики Тамбовской области**http://www.nevworker.ru/img/foto/13896/13896_41_02.jpg**(памятка)****Туберкулез** (чахотка) - это инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза, которые часто называют палочками Коха. Заболевание развивается только в ответ наразмножение в организме человека этих микробов.**Основным источником заражения туберкулезом** является человек, который болеет туберкулезом легких. Из дыхательных путей, особенно во время кашля, отделяется мокрота, содержащая микобактерии туберкулеза. Мелкие капли мокроты могут попадать в дыхательные пути здорового человека, находящегося рядом. Мокрота может оседать на поверхности пола или земли, на предметах и вещах. При нарушении правил гигиены инфекция может попадать в организм человека при употреблении в пищу немытых овощей и фруктов.Другим источником заражения могут являться больные животные. Человек заражается при употреблении плохо обработанных мяса и молока.**Факторы риска:*** стресс - душевное или физическое перенапряжение;
* неумеренное потребление алкоголя;
* курение;
* недостаточное или неполноценное питание;
* другие болезни, ослабляющие организм.

**Основные симптомы, характерные для туберкулеза:*** кашель на протяжении 2-3 недель и более;
* боль в груди;
* потеря веса;
* наличие крови в мокроте;
* потливость по ночам;
* периодическое повышение температуры;
* общее недомогание и слабость;
* увеличение периферических лимфатических узлов.

**Если Вы обнаружили у себя эти симптомы, немедленно обращайтесь к врачу!**Чтобы не заболеть туберкулезом, необходимо вести здоровый образ жизни, важно избегать стрессов. Пища должна быть полноценной, содержать достаточное количество белков. Важным условием для поддержки здоровья – ежедневная физическая нагрузка. Необходимо регулярно проводить влажную уборку и проветривать помещения. | **С целью раннего выявления больных туберкулезом** проводятся профилактические осмотры. При раннем выявлении заболевания больной может быть быстро и эффективно излечен от туберкулеза, а также предотвращается распространение заболевания среди окружающих людей.Существует два основных метода раннего выявления туберкулеза: у детей и подростков – это ежегодная массовая туберкулинодиагностика, а у подростков и взрослых – флюорография.**C:\Users\Проф\Desktop\569872_549x210.jpgТуберкулинодиагностика** проводится детям и подросткам ежегодно, в организованных коллективах по месту учебы или в детских садах, неорганизованному детскому населению в детской поликлинике по месту жительства. Этот метод позволяет выявить факт инфицирования ребенка туберкулезом, провести углубленное обследование и профилактическое или превентивное лечение с целью предотвращения перехода заражения в заболевание.**http://nyaganngp1.ru/DSC06568.jpgФлюорография** проводится всем лицам старше 15 лет не реже одного раза в два года, однако существуют так называемые декретированные группы населения, в которых флюорография должна проводиться чаще – раз в год или даже раз в шесть месяцев. Определение сроков зависит от той опасности, которую представляет туберкулез для тех или иных категорий людей.Один раз в год флюорография проводится работникам детских и подростковых учреждений, людям, работающим в пищевой промышленности, а так же больным с заболеваниями, снижающими противотуберкулезную защиту.Два раза в год флюорография выполняется военнослужащим срочной службы, сотрудникам родильных домов, лицам, находящимся в местах лишения свободы, инфицированным вирусом иммунодефицита, а так же находящимся в контакте с больными туберкулезом.Кроме этих методов выявления туберкулез обнаруживается у пациентов при обращении за медицинской помощью по поводу жалоб, подозрительных на туберкулез, поэтому всем необходимо знать первые проявления туберкулеза, чтобы обнаружив их у себя или близких, вовремя пройти дообследование и своевременно начать лечение.**ТОГБУЗ «Городская поликлиника №5 г. Тамбова»** |