

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## «Осторожно, туберкулез»

### 1. Основные симптомы туберкулеза:

- Быстрая утомляемость и общая слабость, потеря веса, обильная потливость по ночам.
- Длительное повышение температуры тела до 37,2-37,4 градусов во второй половине дня.
- Длительный кашель или покашливание с выделением мокроты, возможно с кровью.
- Специфический блеск в глазах (лихорадочный).
- Беспокойство, плохой сон.
- Увеличение лимфоузлов.

**При появлении этих признаков у вас или у ваших знакомых, необходимо немедленно обратиться к врачу.**

### 2. Меры профилактики:

- Специфическая профилактика – вакцинация всех новорожденных детей вакциной БЦЖ в роддоме.
- Ежегодное проведение туберкулиновой пробы – реакция Манту – в детских садах, школах, ВУЗах.
- Ежегодное прохождение флюорографического обследования. Сделать это можно в ближайшей поликлинике по месту жительства. **Для того, чтобы быть уверенным в своем здоровье, необходимо проходить ежегодное флюорографическое обследование с 15-летнего возраста.**
- Соблюдение здорового образа жизни для повышения сопротивляемости организма. Большое значение имеет рациональное питание, богатое полноценными белками и витаминами, отказ от алкоголя и курения, двигательная активность, закаливание, психоэмоциональное равновесие, правильное чередование режима труда и отдыха, полноценный сон не менее 8 часов в сутки.
- Соблюдение правил личной гигиены – никогда не пользоваться чужими вещами (полотенце, одежда, носовой платок и др.).
- Употребление в пищу только пастеризованного или кипяченого молока, хорошо проваренного мяса.
- Создание благоприятных жилищно-бытовых условий, учитывая, что микобактерия туберкулеза боится солнца, свежего воздуха и чистоты.

Туберкулез – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является микобактерия туберкулеза или палочки Коха.

Ежегодно на планете этой инфекцией заболевают 8 млн. человек и более 3 млн. умирают от нее.

Причем чаще всего умирают люди трудоспособного возраста. В России за последние 5 лет заболеваемость туберкулезом возросла на 70%, а смертность от нее повысилась на 90%

### 2. Как происходит заражение?

Основным источником инфекции являются:

- Больные легочной формой туберкулеза, выделяющие возбудителя болезни с мокротой;
- Больные туберкулезом других органов и систем, выделяющие возбудителя с мочой, фекалиями, гноем. Больные туберкулезом животные и птицы.

### 3. Пути передачи инфекции:

- Основной путь – воздушно-капельный. Большинство людей заражаются туберкулезом при кашле, чихании, разговоре. Капельки мокроты разбрызгиваются на расстояние 2-6 метров. Они могут находиться в воздухе до 1 часа.
- Воздушно-пылевой – при вдыхании пыли, содержащей микобактерии, при чистке одежды, встряхивании белья больного.
- Контактный – при тесном проживании в одной квартире с больным туберкулезом, пользовании общей посудой, личными вещами, бельем, полотенцем больного .
- Пищевой – при употреблении в пищу молока, сырых яиц, плохо проваренного мяса больного животного.

### 4. Группы риска:

- Новорожденные, так как защитное действие вакцины БЦЖ появляются лишь через 1,2-месяца после вакцинации в роддоме.
- Подростки – во время гормональной перестройки организма.
- Пожилые люди старше 70-75 лет.
- Больные хроническими заболеваниями, приводящими к иммунодефицитным состояниям: ВИЧ-инфицированные, больные сахарным диабетом, язвенной болезнью желудка и 12-перстной кишки, хроническими заболеваниями дыхания.