

## **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

### **«Туберкулез и его профилактика»**

#### **Что такое туберкулёз?**

Туберкулёз (чахотка)- это инфекционное заболевание, вызываемое бактериями туберкулёза, которое до открытия антибиотиков было мало излечимым. А. Чехов, Р.Ролан, Н. Паганини, Ф. Шиллер, М. Горький и многие другие гениальные люди погибли от туберкулёза.

#### **Как можно заразиться туберкулёзом?**

Основным источником заражения туберкулёзом является человек, который болеет туберкулёзом лёгких. Из дыхательных путей, особенно во время кашля, отделяется мокрота, содержащая бактерии туберкулёза. Мелкие капли её могут попадать в дыхательные пути здорового человека или оседать на поверхности пола, предметов. Высохшие капли мокроты с пылью поднимаются в воздух и заражают ничего не подозревающих людей.

#### **Что же происходит при вдыхании туберкулёзных палочек?**

В большинстве случаев, если человек находится в добром здравии, вдыхание туберкулёзных палочек не вызывает активную болезнь. К попавшим в дыхательные пути бактериям устремляется целое войско клеток-защитников, которые поглощают и переваривают большинство болезнетворных микроорганизмов. Часть туберкулёзных палочек могут долгое время оставаться неактивными в плену специальных клеток. Однако, спустя месяцы или годы, при ослаблении организма бактерии туберкулёза вырываются из плена.

#### **Что может снизить защитные силы вашего организма?**

Известны факторы, помогающие бактериям взять штурмом ваш организм: душевное или физическое перенапряжение, потребление алкоголя, курение, недостаточное питание, другие болезни. Пыльные непроветриваемые помещения благоприятствуют распространению туберкулёзных бактерий.

#### **Где можно пройти обследование?**

Обследование грудной клетки подростки старше 15 лет могут сделать в поликлинике методом флюорографии. Для своевременного выявления туберкулёзной инфекции всем детям ежегодно проводится внутрикожная проба Манту.

### **Как уберечь ребёнка?**

Вакцинация детей против туберкулёза является обязательной и проводится бесплатно всем детям в роддоме с 3-х суток жизни, в дальнейшем- в возрасте семи и четырнадцати лет.

### **Как определить, что у тебя нет заболевания?**

Основные симптомы, характерные для туберкулёза: кашель на протяжении 2-3 недель, боль в груди, потеря веса, потливость по ночам, периодическое повышение температуры, общее недомогание и слабость, увеличение лимфатических узлов.

### **Излечим ли туберкулёз?**

В настоящее время имеется много препаратов, лечение которыми позволяет полностью излечить туберкулёз. Главными условиями являются своевременное выявление заболевания при профилактических обследованиях.

### **Как уберечься от заболевания туберкулёзом?**

Чтобы не заболеть туберкулёзом, необходимо вести здоровый образ жизни. Для крепкого здоровья нужна здоровая нервная система, поэтому важно избегать стрессов. Пища должна быть полноценной и обязательно должна содержать достаточное количество белков. Важное условие – ежедневная нормальная физическая нагрузка, полноценный сон и отдых.

## Профилактика туберкулеза у детей

Туберкулез – болезнь коварная и тяжелая, и развиваться может исподволь и незаметно. Учитывая, что для распространения туберкулеза достаточно всего-то одноразового контакта с больным человеком, а лечится он не в пример долго и многоэтапно, профилактике этого заболевания уделяется огромное внимание во всех странах мира. И на первый план в этом случае выходит профилактика туберкулеза у детей, причем, начиная с самого раннего возраста.

Первым шагом к стимулированию выработки иммунитета у малышей к туберкулезу становится вакцинация уже в родильном доме. Так, уже практически на третьи сутки после появления на свет, если никаких на, то противопоказаний нет, ребенку может быть введена так называемая вакцина БЦЖ. К сожалению, вакцина БЦЖ, введенная одноразово, уберечь ребенка от туберкулеза навсегда не в силах.

Прививка от туберкулеза, конечно же, относится к необходимым мерам по предотвращению риска заболевания туберкулезом. Но много чего зависит собственно и от здоровья малыша, укреплять которое родители должны посредством закаливания, регулярных водных процедур, соблюдения правил гигиены. Подбор одежды по сезону и достаточное пребывание на свежем воздухе, обязательное проветривание помещения также играют определенную роль в профилактике туберкулеза у детей. А еще – подвижные игры и спорт, хождение босиком, правильное питание.

И все же одним из главнейших условий профилактики туберкулеза у детей является своевременное обнаружение взрослых из окружения ребенка с этой болезнью. В некоторой мере помогает определить угрозу заражения проба Манту, проводимая ежегодно. Проба Манту – метод исследования напряженности иммунитета к возбудителю туберкулеза с помощью оценки реакции на специальный препарат микобактерий, туберкулин. Взрослым же рекомендуется в качестве профилактики один раз в год делать флюорографический снимок, который позволит исключить наличие туберкулеза и связанную с этим опасность инфицирования ребенка.