



«Уважаемые сотрудники, сегодня, в преддверии Всемирного дня борьбы с туберкулезом, мы хотим поговорить с вами о том, что это за болезнь, как она передается и как себя уберечь.

24 марта – Всемирный день борьбы с туберкулезом. Туберкулёз часто считают «заболеванием прошлого», но, к сожалению, на сегодняшний день в мире треть населения заражена туберкулезом в латентной форме. В современном мире от туберкулеза погибает больше людей, чем от других основных инфекционных заболеваний вместе взятых, включая чуму, холеру, малярию, СПИД и другие. Каждые 4 секунды жители нашей планеты заражаются туберкулезом, а каждые 10 секунд в мире от ТБ умирает один человек. В мире сейчас инфицированы 2 миллиарда человек.

Что такое туберкулёз? Туберкулёз – это распространенное, инфекционное заболевание, возбудителем которого является микобактерия туберкулеза. Название болезни происходит от латинского слова *tuberculum* - бугорок. Старые названия этого заболевания — бугорчатка и чахотка, а в древней Руси называлась сухотная болезнь, сухотка.

От термина чахотка произошло и название науки о туберкулёзе — фтизиатрии, (если чахотка образована от русского глагола чахнуть, то фтизиатрия от греческого *phthisis* — истощение).

Кроме легких, туберкулёз может поражать и другие органы: кости и суставы, почки, половые органы, оболочки головного мозга, селезенку, глаза, кожу...

Туберкулёз известен человечеству с незапамятных времен. Еще в каменном веке в останках костного скелета наших предшественников находили специфические изменения, подобные туберкулезным. Описания легочного туберкулеза были сделаны древними учеными, медиками Гиппократом, Авиценной.

Появившись на заре человечества, туберкулёз достиг своего пика в конце 19 начале 20 века, когда он стал «белой чумой». Каждый седьмой житель Европы умирал тогда от чахотки. Диагноз туберкулёза в то время считался почти смертельным приговором. Средняя продолжительность жизни больного туберкулёзом составляла тогда 3-5 лет.

Тема "чахотки" была отражена в произведениях Достоевского, Диккенса, Дюма, в полотнах художников Клодта, Максимова, Поленова, в операх Верди и Пуччини. Туберкулёзом болели и умерли от него выдающиеся личности того времени: Ф. Шопен, О.Бальзак, Д. Байрон, А.П. Чехов, В.Г. Белинский, Н.А. Добролюбов и многие другие.

Символом борьбы с туберкулезом с давних пор стала белая ромашка как символ чистого дыхания. Идея Дня Белого цветка родилась в Швейцарии. Около 1900 года в Женеве на улице впервые появились молодые люди и девушки со щитами, усыпанными цветами белой ромашки. Они продавали жетоны, и в кружки для жертвований каждый опускал посылную, иногда даже очень крупную сумму.

В дореволюционной России Всероссийская лига борьбы с туберкулезом в 1911 году впервые провела День «белой ромашки». Студенты, гимназисты, «благородные дамы» продавали искусственные ромашки. Белые цветы украшали шляпки молодых девушек и шляпы юношей, цветами украшались автомобили, экипажи и даже коляски извозчиков... И плата за каждый цветок была посильной – кто сколько сможет. Собранные в ходе акций деньги идут на закупку лекарств для больных туберкулезом. Этот день отмечали весной каждый год.

Самая высокая заболеваемость отмечается в странах Южной Африки. По оценке Всемирной организации здравоохранения в России за 2013 год:

- было выявлено 105 000 новых случаев заболевания туберкулезом
- 240 000 больных туберкулезом, состоят на учете
- 20 300 человек умерло от туберкулеза

Это означает, что ежедневно в России

- 383 человека узнают о том, что больны туберкулезом

Каждый час

- 16 человек слышат диагноз “туберкулез”
- 2-3 человека в России умирают от него .

Если туберкулез не лечить, то один больной с активной формой заболевания заражает, в среднем, 10-15 человек в год.

Основной источник заражения - человек, который болеет туберкулезом легких. Возбудитель туберкулеза передается воздушно-капельным путем, когда больной человек:

- кашляет
- чихает
- кричит
- поет

В воздух выделяются капельки с микобактериями туберкулеза, которые вдыхает другой человек.

Заразиться можно не только при прямом контакте, но и в замкнутом пространстве, например, в транспорте, где побывал больной туберкулезом легких.

Заболевает активным туберкулезом в среднем 1 из 10 человек, инфицированных микобактериями туберкулеза.

Здоровая иммунная система человека успешно контролирует эту инфекцию.

Однако при ослаблении иммунитета развивается заболевание – активная форма туберкулеза.

Основные симптомы, характерные для туберкулеза

- кашель на протяжении 2–3 недель
- боль в груди

- значительное похудение, потеря веса
- наличие крови в мокроте
- потливость по ночам
- периодическое повышение температуры
- общее недомогание и слабость

Необходимо помнить, что первичные симптомы туберкулеза похожи и на ряд других заболеваний.

Туберкулез может долгое время приниматься за другую болезнь. Поэтому необходимо регулярно проходить обследование на туберкулез.

Чаще всего для выявления туберкулеза легких применяется флюорография. Флюорографическое обследование грудной клетки можно сделать в поликлинике по месту жительства.

Рекомендуется ежегодно проходить это обследование.

Для своевременного выявления инфицирования туберкулезом всем детям и подросткам в России ежегодно проводится туберкулиновая проба Манту.

Диагноз туберкулеза могут подтвердить исследования мокроты как самый прямой и быстрый способ диагностики туберкулеза, а также анализы мочи, кала на туберкулезные палочки.

Помни - При первых симптомах заболевания необходимо обратиться к врачам — участковому терапевту и специалисту-фтизиатру.

Практически все пациенты с впервые выявленным туберкулезом, своевременно начавшие и полностью закончившие назначенный курс лечения, могут быть излечены.

Больной туберкулезом легких человек является источником инфекции, пока не начнет интенсивное лечение.

Через 2-3 месяца после начала лечения опасность инфицирования окружающих снижается при условии, что человек принимает назначенные лекарства и выполняет предписания врача. При этом важно продолжать курс лечения непрерывно и довести его до конца.

Для качественного излечения одних противотуберкулезных лекарств недостаточно. Больным также прописывают физиотерапию, дыхательную гимнастику и препараты, поднимающие иммунитет.

Снизить риск заболевания туберкулезом ребенка можно проведением вакцинации БЦЖ, которая проводится бесплатно всем детям в роддоме с 3-х суток жизни (при отсутствии медицинских противопоказаний).

Повторные прививки – ревакцинация БЦЖ – проводится в 7 лет и 14 лет.

Чтобы не заболеть туберкулезом, человеку необходим крепкий иммунитет.

Иммунитет может снижаться при воздействии различных факторов:

- курение, алкоголизм, употребление наркотиков, постоянные или чрезмерные стрессы, несбалансированное питание, малоподвижный образ жизни.
- повышают риск также хронические заболевания, такие как диабет, язвенная болезнь желудка, ВИЧ-инфекция.

Необходимо помнить

- Чтобы не заболеть туберкулезом, необходимо вести здоровый образ жизни.
- Для крепкого здоровья нужна здоровая нервная система, поэтому важно избегать стрессов.
- Пища должна быть полноценной, обязательно должна содержать достаточное количество белков.
- Важным условием для поддержки здоровья должна быть ежедневная нормальная физическая нагрузка.
- Пыльные непроветриваемые помещения благоприятствуют распространению туберкулезных бактерий, поэтому для профилактики заболевания необходимо проветривать комнаты, где вы работаете и отдыхаете.

В заключении хочется напомнить, что наше здоровье зависит от нас самих. Относиться к нему нужно бережно и внимательно. При появлении первых симптомов недомогания не стоит заниматься самолечением, а следует довериться специалистам. Любое лечение эффективно тогда, когда оно начато вовремя.