

# Профилактика туберкулеза. Памятка для населения.

Туберкулёз - одно из самых тяжелых инфекционных заболеваний, относящихся к социально опасным заболеваниям.

Туберкулез – это хроническое инфекционное заболевание, при котором поражаются разные органы (кожа, почки, кишечник, глаза, костно-суставная система и др.), но чаще всего легкие.

Туберкулёзом болеют люди всех возрастных групп - от новорождённых до лиц старческого возраста. Источники инфекции: больной человек, мясо-молочные продукты от животных, больных туберкулёзом.

Пути передачи: чаще - воздушно-капельный, реже - алиментарный; также возможен трансплацентарный путь инфицирования (от беременной к плоду).

Основной фактор развития туберкулёза — ослабленный иммунитет. Заболевание возникает при достаточно длительном контакте с больным активной формой туберкулеза и на фоне ослабления защитных сил организма. К ослаблению иммунной системы приводят: недостаточное или неполноценное питание, потребление токсических продуктов (курение, алкоголь, наркотики), сопутствующие заболевания (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, сахарный диабет, длительное употребление гормональных препаратов), стресс и депрессия. Но есть как минимум одно состояние, когда иммунная система падает гарантированно, — это ВИЧ. По данным ВОЗ, вероятность развития туберкулёза у людей с ВИЧ в 20–30 раз превышает аналогичный показатель среди неинфицированных людей.

Каждый больной-бацилловыделитель способен заразить 10-15 человек. Следует помнить, что заразиться туберкулёзом - не значит заболеть. Манифестная форма туберкулёза развивается в 5-15% случаев, у остальных заражённых формируется нестерильный иммунитет.

Ведущий метод раннего выявления туберкулёза у детей – туберкулинодиагностика.

Для массовой туберкулинодиагностики применяют внутрикожную пробу Манту. Реакцию Манту проводят ежегодно всем детям в возрасте от 1 года до 18 лет, желательно в один и тот же сезон, независимо от предыдущих результатов. Резко положительную реакцию, в том числе и гиперергическую, всегда следует расценивать как инфицирование. При выявлении положительной реакции Манту ребёнка следует направить на обследование к фтизиатру

Единственным способом выявить болезнь у лиц старше 12 лет на ранних стадиях развития заболевания является флюорографическое (или рентгенологическое), которое проводят не реже 1 раза в 1—2 года. Такому обследованию подлежат все жители городов и сельских местностей. В регулярных профилактических осмотрах особенно нуждаются лица, состоящие в контакте с бациллярными больными, работники лечебно-профилактических учреждений, детских домов и садов, учащиеся и работники школ, работники общественного транспорта, пищевой промышленности, бытового обслуживания, рабочий вредных производств и т. д. Не реже 1 раза в год обследуют излечившихся от туберкулеза, а также тех, у кого в легких обнаружены следы незаметно перенесенного в прошлом туберкулезного процесса.

В нашей стране проводится специфическая профилактика туберкулеза - вакцинация новорожденных и ревакцинация БЦЖ вакциной - неинфицированных туберкулезом детей в возрасте 7 лет и в 14 лет среди групп детей с повышенным риском заболевания. Отрицательно реагирующих на туберкулин лиц до 30 лет ревакцинируют через каждые 7 лет.

Химиопрофилактика показана в первую очередь детям, подросткам и взрослым, имеющим тесный контакт с больными, выделяющими МТ, а также детям и подросткам с резко выраженной реакцией Манту и другим лицам с повышенным риском заболевания. С этой целью обычно применяют изониазид (10 мг/кг 1 раз в сутки в течение 2-3 месяцев дважды в год на протяжении 1-2 лет).

Очень важно соблюдать меры профилактики в очагах туберкулеза. Прежде всего, это соблюдение правил личной гигиены. У больного должна быть по возможности отдельная комната, своя постель, отдельная посуда и полотенце. Необходимо несколько раз в день проветривать комнату, проводить систематически влажную уборку, а не реже 1 раза в месяц – генеральную с использованием дезинфицирующих средств. Необходимо больного обучить пользоваться плевательницами для сбора мокроты и затем обеззараживать их.

Основу профилактики туберкулеза среди всего населения составляют меры, направленные на повышение защитных сил организма:

- соблюдение правильного режима труда,
- рациональное и своевременное питание,
- отказ от курения, наркотиков, злоупотребления спиртными напитками,
- прием поливитаминов в весенний период,
- закаливание,
- занятия физкультурой,
- соблюдение здорового образа жизни,
- мероприятия, оздоравливающие жилищную и производственную среду (снижение скученности и запыленности помещений, улучшение вентиляции).