

24 марта - Всемирный день борьбы с туберкулезом

Чтобы привлечь внимание общественности к проблеме туберкулеза, распространить и внедрить культуру регулярных медицинских осмотров и слани анализов, ежегодно, 24 марта, по инициативе ВОЗ во всем мире проводится день борьбы с туберкулезом.

Именно в этот день, 140 лет назад, немецкий учёный – микробиолог Роберт Кох, объявил миру о своём открытии возбудителя туберкулеза. Со времён Коха туберкулез унёс более чем 200 миллионов человеческих жизней и ежегодно этот список продолжает пополняться. Уровень заболеваемости и смертности в России по причине туберкулеза превышает аналогичные показатели в странах Европы в 5 - 8 раз.

Что необходимо знать о туберкулезе каждому?

- Туберкулез – заразное и коварное заболевание.
- Передается от больного активной формой туберкулеза к здоровым людям воздушно-капельным путём при кашле и чихании.
- Туберкулезом может поражаться любой орган, но чаще всего лёгкие.
- Риск заболеть туберкулезом наиболее высок у людей с ослабленным иммунитетом и находившихся в продолжительном контакте с больными.

Туберкулез – это общее заболевание организма инфекционной природы, с преимущественной локализацией специфического процесса в каком – либо органе, чаще всего в лёгких. Возбудителем заболевания являются микобактерии туберкулеза (палочки Коха).

Человек может заразиться (инфицироваться):

1. воздушно-капельным путём от больного туберкулезом при кашле, чихании, промком разговоре с частичками слюны или мокроты;
2. воздушно-пылевым путём при выдыхании высохших частиц и пыли, содержащих микобактерии при плохой вентиляции в помещении;
3. алиментарным путём через продукты питания, например, молоко и мясо больных животных;
4. контактным путём при попадании возбудителя в организм человека через кожу и слизистые при их повреждении;
5. через плаценту при врождённом туберкулезе (очень редкое заражение).

Туберкулез может поражать все органы и системы организма.

1. Бронхо - лёгочный аппарат (лёгкие в 96% случаев)
2. Мочеполовая система
3. Костно-суставная система (чаще поражается позвоночник)
4. Кожа и лимфатическая система

5. Глаза
 6. Кишечник
 7. Оболочки мозга и другие органы.
- Наиболее часто встречающейся и эпидемиологически опасной, является туберкулез лёгких.**

Как выявить туберкулез лёгких?

1. **Лучевые методы:**
 - плёночная флюорография
 - цифровая магнитоэвая флюорография
 - рентгенография, рентгеноскопия
 - компьютерная томография, МРТФлюорография и рентгенография органов грудной клетки – это основные методы выявления туберкулеза лёгких у подростков и взрослого населения.
2. **Бактериологические методы:**
 - бактериоскопия по Цилю Нильсену
 - люминисцентная микроскопия
 - метод ПЦР для обнаружения ДНК МБТ- метод посева на жидкие и плотные питательные среды
Применяются с целью обнаружения в исследуемом материале (мокроте, экссудате, промывных водах бронхов, гное, отделяемом из свищей, биоптате, операционном материале) микобактерий туберкулеза или ДНК МБТ, определения массивности бактериовыделения и лекарственной устойчивости.
3. **Иммунологические пробы:**
 - Проба Манту с 2 ТЕ
 - Диаскинтест или проба АТР (аллерген туберкулезный рекомбинантный)
 - Квантифероновый тест, Т-СПОТ

Иммунодиагностика (проба Манту с 2 ТЕ и АТР – аллерген туберкулезный рекомбинантный или Диаскин-тест) – безопасный и достаточно надёжный метод раннего выявления туберкулеза у детей и подростков при условии её правильного и регулярного проведения с учётом показаний, противопоказаний и сроков обследования.

Кто болеет туберкулезом и как избежать заболевания туберкулезом?

По - статистике, чаще заболевают туберкулезом мужчины в возрастной категории 20-45 лет, часто имеющие вредные привычки, не работающие (50%), или работающие в тяжёлых или вредных условиях. Но необходимо помнить, что туберкулезом может заболеть любой человек при условии снижения у него иммунитета и наличии длительного контакта с больными активной формой туберкулеза.

Какие факторы способствуют снижению иммунитета?

Во-первых, это **нездоровый образ жизни**. Курение, употребление, а особенно злоупотребление спиртных напитков, наркотиков, некачественное питание, напряжённый график работы с наличием стрессовых факторов и хронической усталости, проживание в стеснённых и неудовлетворительных жилищно-бытовых условиях, не соблюдение элементарных гигиенических норм и правил в быту и в жизни.

Во-вторых, это **наличие хронических заболеваний**. Сахарный диабет, заболевания бронхо-лёгочной, мочеполовой системы, желудочно-кишечного тракта, заболевания с длительным приёмом гормонов, цитостатиков, тенно-ниженерных препаратов, ВИЧ-инфекция, вирусные гепатиты В и С, психические заболевания, алкоголизм, наркомании – неполный перечень заболеваний, формирующие медицинскую группу риска по туберкулёзу.

Признаки туберкулёза лёгких

Симптомы интоксикации: общая слабость, быстрая утомляемость, раздражительность, потливость по ночам, плохой сон, субфебрильная температура (37,0-37,5) в вечерние часы, отсутствие аппетита, снижение веса и т.д.
Грудные симптомы: кашель более 3–х недель, одышка, дискомфорт и боли в грудной клетке, кровохарканье.

Особенности течения туберкулёза:

Начальные проявления туберкулёза лёгких обычно незаметны как для самого больного, так и для его окружения. Ухудшение самочувствия в виде жалоб и клинических симптомов зачастую появляются только при значительном прогрессировании и распространении туберкулёзного процесса. Но и далеко не всегда даже при распространённом процессе у больного проявляются все характерные симптомы. Нередко туберкулёз лёгких в далеко запущенной стадии проявляет себя одним или двумя симптомами, такими как выраженная слабость и похудение или же слабость и незначительный кашель. В этом то и коварство его. Симптомы болезни не специфичны, их может быть мало или они могут быть стёртыми, поэтому больному человек и его окружение долго «не видят» опасное заболевание. Туберкулёз лёгких может пройти под маской других заболеваний, таких, как ОРВИ, БРОНХИТ, ПНЕВМОНИЯ и РАКОВЫЕ заболевания, пока больной не пройдет рентгенографию или флюорографию лёгких, иногда и компьютерную томографию лёгких, или в анализе мокроты не обнаружат микобактерии туберкулёза.

Профилактические меры от заражения и заболевания туберкулёзом.

1. Специфическая профилактика туберкулёза – это вакцинация и ревакцинация. Главная цель специфической профилактики туберкулёза - выработка специфического

иммунитета. Это достигается с помощью вакцины БЦЖ, которую проводят в роддоме в первые дни жизни ребёнка при отсутствии противопоказаний. В возрасте 7 лет, при отрицательной пробе Манту, в соответствии с действующим календарём профилактических прививок, проводят ревакцинацию. Длительность действия вакцины 7-10 лет.

Во взрослом периоде жизни профилактика туберкулёза основана, прежде всего, на раннем и своевременном выявлении туберкулёза и правильном его лечении. Самое главное необходимо помнить, что с профилактической целью каждому человеку следует вести здоровый, культурный образ жизни, обращать внимание на санитарное состояние коммунально-бытовых, а также жилых и производственных помещений, содержать их в чистоте и соблюдать личную гигиену.

2. Меры неспецифической профилактики:

- соблюдать режим труда и отдыха
- придерживаться правил здорового питания
- регулярно заниматься физической культурой и спортом
- больше бывать на свежем воздухе
- не курить и не позволять курить другим в вашем окружении
- не употреблять алкоголь и наркотики
- систематически проветривать и проводить влажную уборку помещений
- пользоваться индивидуальной посудой и средствами гигиены
- обязательно соблюдать личную гигиену
- избегать контакта с кашляющими людьми

Внимательное отношение к своему здоровью, систематическое, не реже 1 раза в год, а при наличии факторов риска 2 раза в год, прохождение флюорографического осмотра и своевременное обращение к врачу при появлении характерных симптомов, помогут избежать тяжёлых, угрожающих жизни форм туберкулёза!

Туберкулёз можно предотвратить!

Туберкулёз можно вылечить!



**Кабинет профилактики туберкулёза ГБУ РМЭ
«Республиканский противотуберкулёзный диспансер»,**

март 2022 год

Заведующая амбулаторным отделением ГБУ РМЭ «РПТД» Грибова Д.П.