

## **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.

