***Всемирный день борьбы с туберкулёзом – 24 марта!***

***Туберкулёз****–* это инфекционное заболевание, которое передается от больного человека здоровому, чаще через воздух. Возбудитель туберкулёза – бактерия Коха.

Микробы попадают в воздух, когда больной туберкулёзом легких кашляет, чихает, смеётся, поёт, говорит. Туберкулёз обычно поражает лёгкие (в 75%), но может быть поражение и других органов: мозга, глаз, суставов, позвоночника, мочеполовой системы. Туберкулёз заразен и очень опасен!

***Заражение человека может происходить несколькими путями:***

* Воздушно-капельный путь – при разговоре, сопровождающемся кашлем, чиханием больного человека.
* Воздушно-пылевой путь – при попадании в организм здорового человека частиц мокроты больного вместе с пылью.
* Алиментарный путь – проникновение инфекции в организм через продукты питания от больного туберкулёзом скота (молоко, сыр, сметана, творог, масло, мясо).
* Контактный путь – проникновение инфекции через повреждённую кожу, слизистые оболочки.
* Внутриутробное заражение – встречается крайне редко, при поражении туберкулёзом плаценты матери.

Возбудитель туберкулёза очень устойчив: попав во внешнюю среду, он сохраняет жизнеспособность несколько месяцев, с пылью разносится на большие расстояния.

Особенно опасна эта инфекция для детей. Каждый ребёнок, родившийся здоровым, в роддоме получает прививку против туберкулёза, но иммунитет против туберкулёза формируется 4-6 месяцев. Поэтому в этот период жизни для ребёнка опасна даже случайная, единичная встреча с возбудителем туберкулёза.

***Кто может заболеть туберкулёзом?***

Заболеть туберкулёзом может каждый, но некоторые люди имеют более высокий риск заболевания.

К ним относятся:

* люди, находящиеся рядом с больным туберкулёзом (члены семьи, друзья, сослуживцы);
* люди с низким уровнем материального обеспечения;
* бездомные;
* заключённые;
* лица курящие, злоупотребляющие алкоголем и употребляющие наркотики;
* больные сахарным диабетом, различными заболеваниями лёгких, язвенной болезнью желудка;
* ВИЧ-инфицированные и больные СПИДом;
* люди со сниженным иммунитетом.

****

***Общие правила по профилактике туберкулеза:***

* *Ведение здорового образа жизни* позволит укреплять организм естественным путём и не допускать сбоев в его иммунной системе.
* *Правильный распорядок дня:*
* нормированный режим труда;
* сбалансированность умственных и физических нагрузок в сочетании с отдыхом;
* здоровое питание с присутствием необходимого количества жиров, углеводов, белков.
* *Соблюдение личной гигиены:*
* своевременная и тщательная уборка помещений;
* мытьё посуды с привлечением дезинфицирующих средств;
* необходимо мыть руки после: контакта с другими людьми и чужими предметами, посещения общественных и специфических мест.
* *Применение индивидуальных средств гигиены*.
* *Регулярное обследование в медицинском учреждении*, начиная с терапевтического осмотра и до флюорографии, позволят выявить симптомы заболевания на ранних стадиях. Наиболее эффективной мерой профилактики маленьких детей и взрослого населения (до 30 лет) остается вакцинация БЦЖ.



На сегодняшний день, чрезвычайная опасность туберкулёза и его присутствие на всех континентах, уже не вызывает ни у кого сомнений. По последним экспертным оценкам ВОЗ, одна треть мирового населения поражены туберкулёзной инфекции.

Чтобы снизить порог заболеваемости, обезопасить себя и своё окружение от вредоносного недуга — необходимо неукоснительно соблюдать меры профилактики.