



24 марта Всемирный день борьбы с туберкулезом

Туберкулез – это инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза, которые часто называют палочками Коха.

Туберкулез одно из древнейших и наиболее распространенных инфекционных заболеваний. В настоящее время в мире ежегодно регистрируется до 10 млн. заболевших, 4-5 млн. больных ежегодно умирают от этой инфекции. По прогнозам экспертов ВОЗ к 2020 году в мире появится еще 200 млн. новых случаев заболевания.

Основной источник распространения инфекции – это больной туберкулезом человек, выделяющий при кашле, чихании, разговоре мелкие капельки мокроты и слюны, которые рассеиваются вокруг на расстоянии до 1,5 метров. Один такой больной в течение года способен заразить от 15 до 50 человек.

Заразиться туберкулезом может каждый!

Симптомы туберкулеза:

- длительный кашель (более трех недель);
- снижение массы тела при обычном питании;
- усиленное потоотделение (особенно в ночное время);
- периодическое повышение температуры тела;
- появление крови в мокроте;
- боль в грудной клетке;
- потеря аппетита;
- общее недомогание и слабость.

**Ежегодное флюорографическое обследование –
главный способ выявить болезнь на ранних этапах.**

Рекомендации по ведению здорового образа жизни:

- соблюдайте правила личной гигиены;
- занимайтесь физкультурой и спортом;
- проводите закаливающие процедуры;
- бывайте на свежем воздухе в течение суток по 2-3 часа;
- регулярно проветривайте помещение не менее 15 минут каждый час;
- следуйте принципам здорового питания;
- откажитесь от курения, приема алкоголя и наркотиков;
- своевременно проходите профилактические медицинские осмотры.

