

Урок здоровья

для начальных классов

Осторожно,
туберкулёз!



День белой ромашки



**Белая ромашка – как символ
борьбы с туберкулезом**

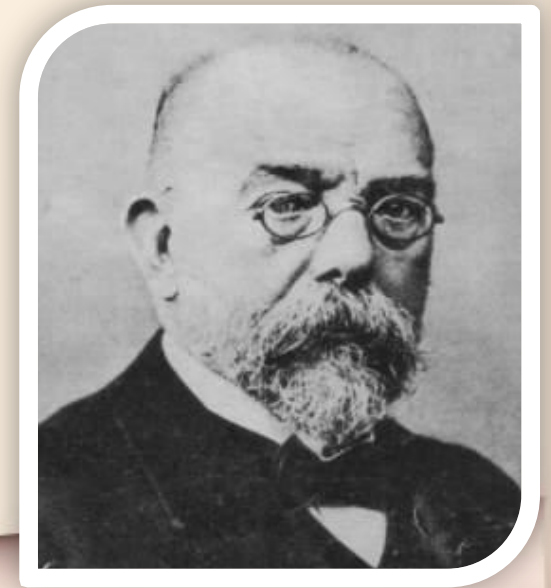
Туберкулёз – инфекционная болезнь, связанная с проникновением в организм микобактерий туберкулёза. Чаще всего туберкулёз поражает лёгкие, но может развиваться в любых органах: в коже, лимфоузлах, почках, печени, кишечнике, костях и суставах, в глазах и даже мозге.



Возбудитель туберкулёза - палочка Коха. Открыта немецким учёным Робертом Кохом в **1882** году, удостоен Нобелевской премии мира.



Палочка Коха – это микобактерия, слегка изогнутая или прямая, её длина и диаметр измеряются микрометрами, настолько она мала.



Вызывающая туберкулёз палочка Коха проникает в тело своей жертвы (человека или животного) с едой, при каждом соприкосновении с носителем этого микроорганизма, но основной путь передачи этого возбудителя – воздушно-капельный.

Когда палочка проникает в тело человека, она не выделяет никаких токсичных веществ, а потому долгое время остается незамеченной иммунной системой. Это дает ей шанс обжиться в организме заболевшего.

Насколько быстро заболеет человек туберкулёзом или не заболеет, зависит от состояния его иммунной системы.



Прививка БЦЖ предохраняет от раннего инфицирования и тяжёлых форм туберкулёза. Полностью предотвратить заболевание вакцина не может.

Техника введения вакцины БЦЖ – внутрикожно, в левое плечо, на границе верхней и средней трети.



ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- Ребёнок в начале заболевания может стать вялым и капризным, хуже учиться в школе, у него снижается аппетит, вечерами может быть небольшая температура, ночью - потливость, он чаще болеет простудными заболеваниями.
- У взрослых - мучительный кашель, кровохаркание, похудание наблюдается при запущенных формах туберкулёза.



**Основные
симптомы
туберкулеза**



**Кашель на
протяжении
2-3 недель**



**Значительное
похудение
и потеря веса**



**Периодическое
повышение
температуры**



**Наличие крови
в мокроте**



**Потливость
по ночам**



**Общее
недомогание
и слабость**



Боль в груди





1. Прививку ребёнку сделайте в срок - это наш **первый урок!**

(В роддоме на **3 - 7** сутки после рождения, в **7** лет.)





ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА

2. Урок номер два тоже очень простой - мойте руки после прогулки и перед едой!

На дверных ручках, на поручнях в транспорте, перилах, деньгах живут миллионы бактерий, в том числе и туберкулёзная палочка.





ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА

3. Третий урок очень важный, да – да!
С пылью боритесь везде и всегда!

При высыхании мокроты больного туберкулёзная палочка остаётся жизнедеятельной. В пыли может жить около года. Попадая с пылью в дыхательные пути, вызывает заболевание.





ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА

4. Четвёртый урок - молоко кипятить, сырое мясо не есть, молоко сырое не пить!

Туберкулёзная палочка с продуктами питания от больного животного может попасть человеку в желудок и вызвать заболевание.



ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА



5. Пятый урок наш будет такой -берегите детей, если рядом больной!

Туберкулёзная палочка при чихании и кашле разносится в диаметре двух метров.



ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА



6. Следует дальше **урок шестой**: ты прошёл обследование? А те, кто рядом с тобой?

Ежегодное флюорографическое обследование позволяет выявить заболевание на ранней стадии (с **14 лет**). У детей - проба Манту, это не прививка, а тест, позволяющий определить есть ли в организме палочки туберкулёза.



ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА



7. И последний урок номер семь - закаляться надо всем!

Закаливание позволяет укреплять защитные силы организма.



ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА

Снижение количества стрессов, которые ослабляют организм.

Правильное питание с необходимым количеством витаминов и микроэлементов.

Отказ от вредных привычек.

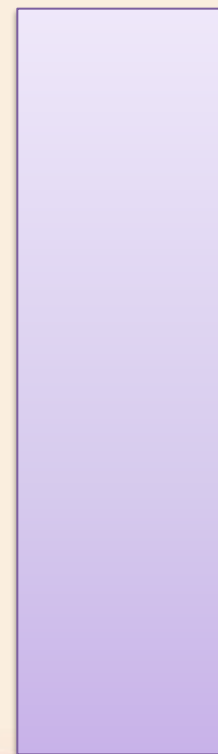
Занятия физической культурой.





ВАЖНО:

- **Здоровый образ жизни**
- **Избегайте стрессов**
- **Полноценная пища, богатая белками**
- **Нормальная физическая нагрузка**
- **Проветривайте комнаты, где вы работаете и отдыхаете**



ИММУНИТЕТ





**МОГУ ОСТАНОВИТЬ
ТУБЕРКУЛЕЗ**

Наши знания могут
спасти больше жизней,
чем врачи!



Запишите на каждом лепестке ромашки меры предосторожности,
чтобы не заболеть туберкулёзом