


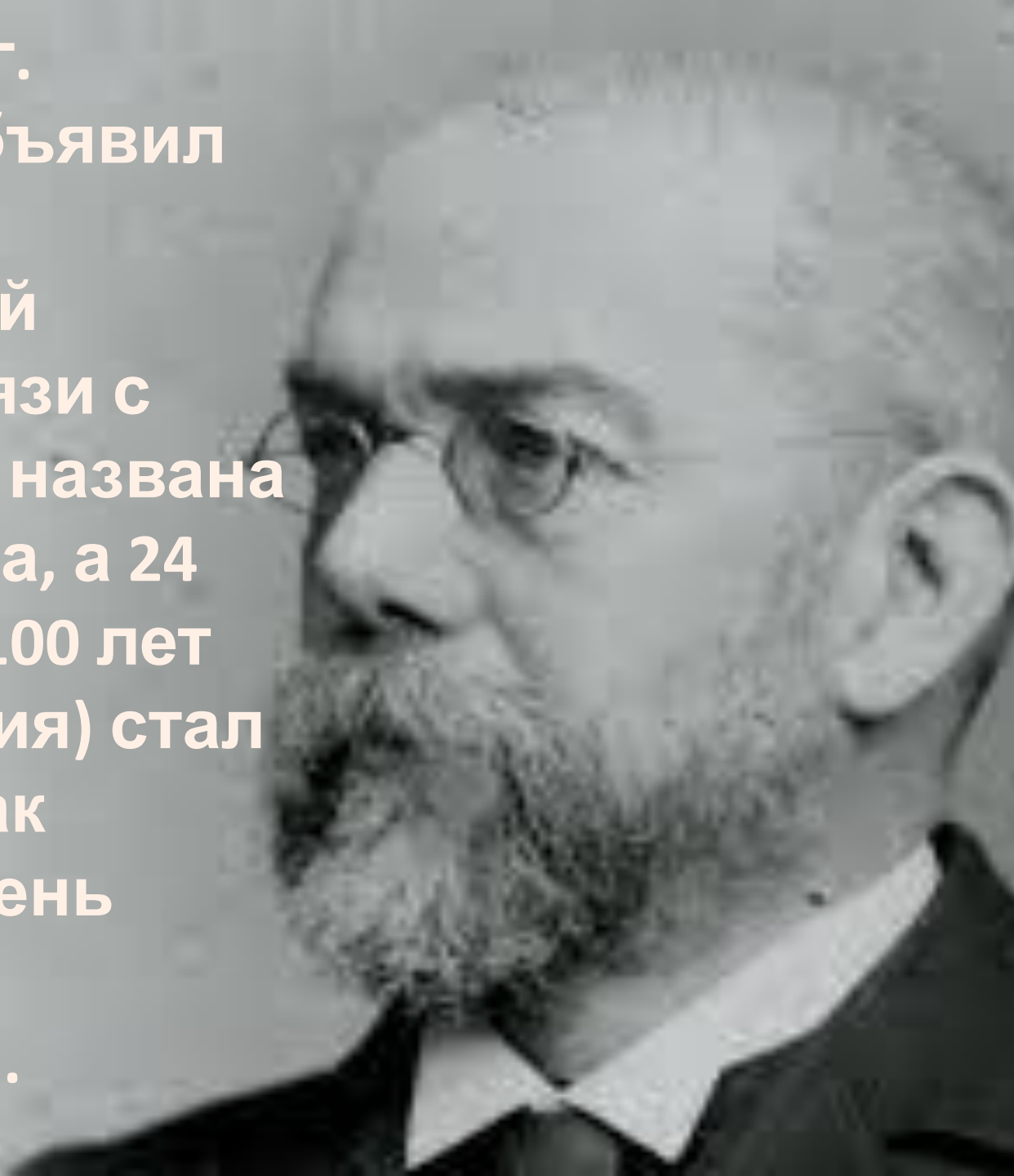
«Туберкулёз и его профилактика»



Подготовила работу Боцман
Дарья, учащаяся 11 класса МОУ
«Новоазовская школа №2»

Каждый год на Земле миллионы людей погибают от туберкулеза, несмотря на то, что для лечения больных уже в течение нескольких десятилетий существуют эффективные лекарства. Чтобы привлечь внимание к тому, что на большей части нашей планеты туберкулез продолжает оставаться «убийцей № 1» среди всех инфекционных заболеваний, ежегодно 24 марта проводится Всемирный день борьбы с туберкулезом.

- 24 марта 1882 г. Роберт Кох объявил об открытии туберкулёзной палочки, в связи с чем она была названа бациллой Коха, а 24 марта (через 100 лет после открытия) стал отмечаться как Всемирный день борьбы с туберкулёзом.



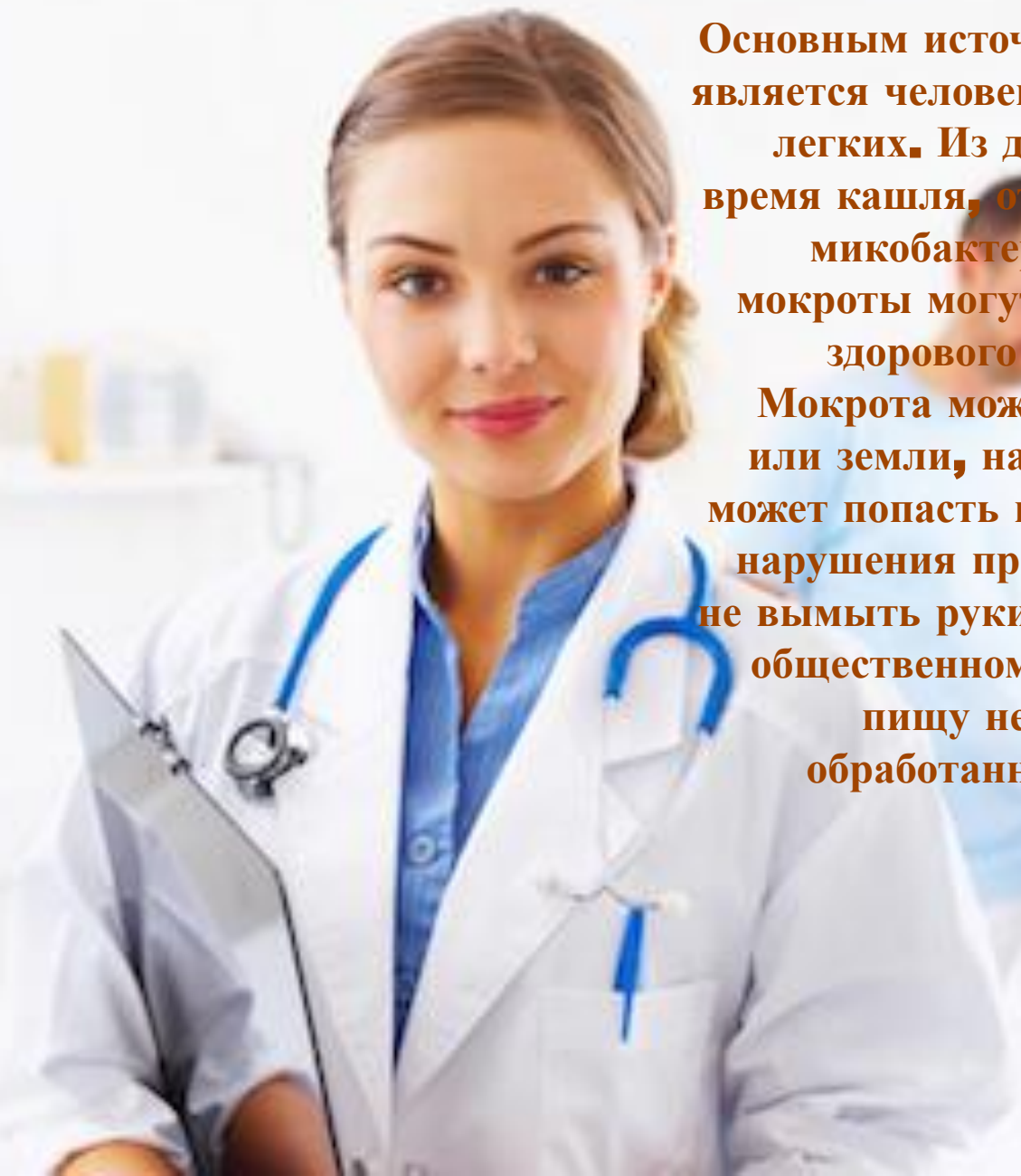
Что такое туберкулёз?

- Туберкулез (tuberculosis) – инфекционное заболевание, вызываемое бактериями вида *Mycobacterium tuberculosis* (впервые они были идентифицированы Кохом в 1882 году) и характеризующееся образованием узелковых поражений (туберкулезных бугорков (tubercles)) в

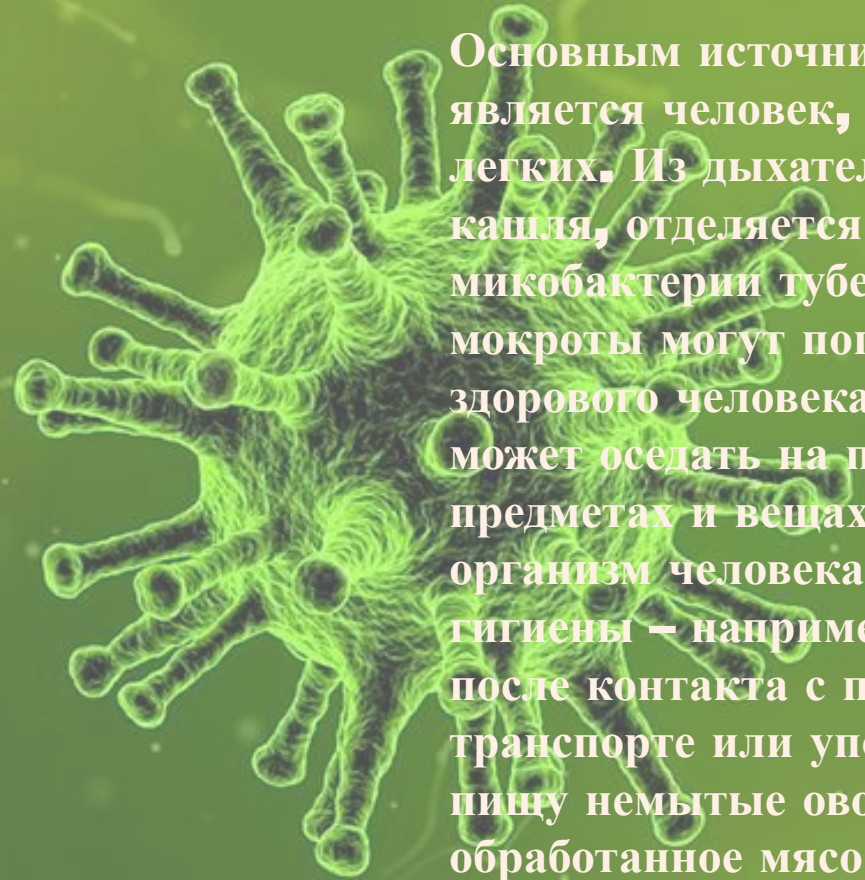


Как можно заразиться туберкулёзом?

Основным источником заражения туберкулезом является человек, который болеет туберкулезом легких. Из дыхательных путей, особенно во время кашля, отделяется мокрота, содержащая микобактерии туберкулеза. Мелкие капли мокроты могут попадать в дыхательные пути здорового человека, находящегося рядом. Мокрота может оседать на поверхности пола или земли, на предметах и вещах. Инфекция может попасть в организм человека вследствие нарушения правил гигиены – например, если не вымыть руки после контакта с поручнями в общественном транспорте или употреблять в пищу невымытые овощи и фрукты, плохо обработанное мясо и некипяченое молоко.

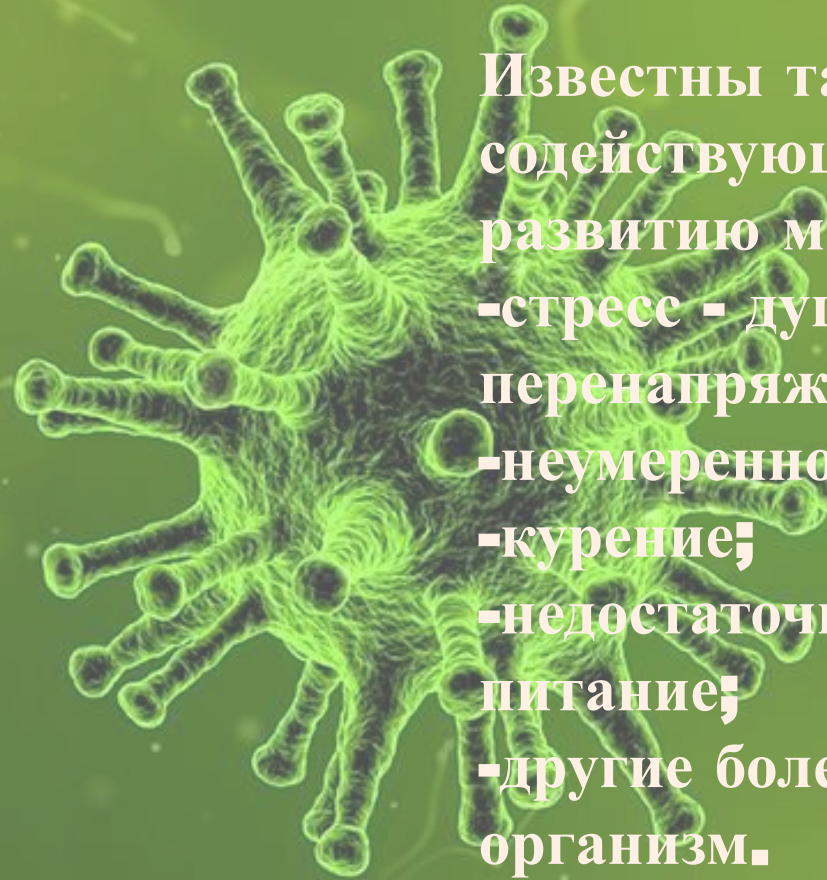


Что может снизить защитные функции вашего организма?



Основным источником заражения туберкулезом является человек, который болеет туберкулезом легких. Из дыхательных путей, особенно во время кашля, отделяется мокрота, содержащая микобактерии туберкулеза. Мелкие капли мокроты могут попадать в дыхательные пути здорового человека, находящегося рядом. Мокрота может оседать на поверхности пола или земли, на предметах и вещах. Инфекция может попасть в организм человека вследствие нарушения правил гигиены – например, если не вымыть руки после контакта с поручнями в общественном транспорте или употреблять в пищу невымытые овощи и фрукты, плохо обработанное мясо и некипяченое молоко.

Что может снизить защитные функции вашего организма?



Известны также другие факторы, содействующие развитию микобактерий в организме:

- стресс - душевное или физическое перенапряжение;
- неумеренное потребление алкоголя;
- курение;
- недостаточное или неполноценное питание;
- другие болезни, ослабляющие организм.

Основные признаки туберкулеза:

- кашель более **3-х** недель;
- незначительное повышение температуры тела;
- общая слабость, быстрая утомляемость, потеря веса тела;
- повышенная потливость.



Как оградить себя от заболевания туберкулёзом

1. **Делайте все возможное для того, чтобы повысить защитные силы организма: хорошо питайтесь, регулярно занимайтесь спортом, больше бывайте на свежем воздухе, не курите, не злоупотребляйте алкоголем.**


2. **Если вам приходится часто находиться в душных и непроветриваемых помещениях, постарайтесь, как можно чаще делать там влажную уборку и, по возможности, проветривать.**

3. **Обязательно кипятите купленное на рынке молоко, не ешьте сырые яйца и хорошо прожаривайте и проваривайте мясо.**

4. **С 15-летнего возраста не реже одного раза в год проходите флюорографическое обследование. Особенно это касается лиц пожилого возраста и людей, часто болеющих простудами. Флюорография практически безвредна, а смертность от запущенных форм туберкулёза довольно высока.**

Меры профилактики туберкулёза

- 1. Здоровый образ жизни:** - правильное питание (достаточное употребление в пищу мяса, молочных продуктов, овощей и фруктов); - регулярная физическая активность; - полноценный отдых; - отказ от курения, алкоголя, наркотиков.
- 2. Соблюдение правил личной гигиены** (мытьё рук, посуды с использованием моющих средств и проточной воды), влажная уборка и проветривание жилых помещений. Обязательная термическая обработка мяса и молока. Пользование индивидуальными гигиеническими средствами и посуды.
- 3. Обязательная вакцинация БЦЖ при рождении и ревакцинация в 6-7 лет.** **4. Своевременная диагностика туберкулеза и завершение полного курса лечения.**



**Спасибо за внимание!
Не забывайте о профилактике.
Будьте здоровы!**