

24 марта - Всемирный день борьбы с туберкулезом



Источник: "Просто газета" № 10(442) от 13.03.2018 г.

Ежегодно 24 марта во всем мире проводится День борьбы с туберкулезом. Именно в этот день в 1882-м году в Берлине немецкий биолог Роберт Кох объявил о сделанном им открытии микобактерии — возбудителя туберкулеза, названной впоследствии в честь ученого палочкой Коха.

Почему «белая ромашка»?

Эмблемой борьбы с туберкулезом с давних пор стала белая ромашка, символизирующая здоровое и чистое дыхание наших легких. Дни "Белой ромашки" использовались для противотуберкулезной агитации, а также для сбора средств больным чахоткой.

Широкое проведение противотуберкулезных мероприятий началось в мире в конце XIX- начале XX веков и основывалось вначале на благотворительной деятельности. В 1909 г. в Москве открыли первую бесплатную амбулаторную лечебницу для больных туберкулезом. В 1910 г. была создана Всероссийская лига по борьбе с туберкулезом.

Мужчины болеют чаще

Мужчины болеют в 2,5-3 раза чаще женщин. Это связано с особенностями мужского организма — они менее стрессоустойчивы и больше имеют вредных привычек. Курение, алкоголь, наркомания также негативно влияют на иммунитет.

Профессия не играет никакой роли, все зависит от комплекса факторов, Например, у нас есть пациенты, работавшие на лесозаготовках. Казалось бы, в тайге у них свежий воздух, экологически чистая среда. А туберкулез есть! На лесозаготовках тяжелый труд, часто с ненормированным рабочим днем, неважное питание, простудные заболевания, да и проживают мужчины не в лучших условиях — скученность, влажность, теснота: практически весь комплекс для распространения инфекции.

Среди пациентов появляются даже дети, потому что они контактируют с больными родителями — в селах туберкулезом болеют не просто целыми семьями, а родовыми кланами — и взрослые, и дети. Встречаются также случаи заболевания в приютах, детских домах, где питание не столь полноценное, как должно быть.

Как известно, туберкулез передаётся воздушно-капельным путем, подобно гриппу или ОРЗ. Если у больного закрытая форма туберкулеза, когда в легких есть воспаление без распада тканей, и он не выделяет палочку в окружающую среду, то

контакт безопасен. Хуже, если у человека открытая форма заболевания, он уже является источником инфекции и опасен для окружающих. Здесь все зависит от того, каков ваш иммунитет — если ослаблен, то есть вероятность заразиться, хотя для этого необходим более длительный контакт с больным, чем разовая поездка в автобусе.

Самая большая вероятность инфицироваться – это длительное время пребывания в обстановке, где живет больной с открытой формой туберкулеза.

Признаки заболевания туберкулезом

На ранних стадиях человек ощущает себя абсолютно здоровым. Первый признак туберкулезной интоксикации, которая развивается в организме, это повышенная утомляемость, немотивированная усталость, субфебрильная температура, когда градусник показывает 37-37,2. Начинается не проходящее длительное время покашливание. При таких симптомах надо обязательно идти к врачу.

Здоровый образ жизни и полноценное питание относятся к профилактике туберкулеза.

Всевозможные диеты влияют на ослабление иммунитета. Особенно исключение белков, на которых строится иммунитет. По данным медицинской литературы всплеск заболевания туберкулеза идет в периоды, когда люди постятся: они перестают принимать белковую пищу — молоко, творог, мясо, рыбу, иммунитет снижается. То же самое происходит при похудании.

Туберкулезная палочка очень устойчивая, на нее не действуют ни кислоты, ни спирты, только прямые ультрафиолетовые лучи и хлорка. Но самостоятельно обработать помещение и избавиться от бактерий невозможно, поэтому необходима дезинфекция, которая проводится службой санэпиднадзора. Кстати, такая обработка делается в каждом помещении, где выявляется больной открытой формой заболевания.

Основные мероприятия, которые необходимы для предупреждения распространения туберкулеза:

- Ежегодное проведение всем детям пробы Манту, диаскин теста начиная с 1 года и до 18-летнего возраста.
- Проведение флюорографического обследования легких, начиная с 15-летнего возраста по месту жительства, учебы, работы 1 раз в 2 года и ежегодно лицам декретированных профессий.
- Обязательное проведение прививок вакциной БЦЖ - м новорожденным детям и вакциной БЦЖ 7 летним детям с отрицательной реакцией Манту.
- Изоляция больных туберкулезом в специализированные противотуберкулезные стационары и их эффективное лечение.
- Проведение необходимых профилактических мероприятий в очагах туберкулеза по месту жительства и работы больного.

Самое важное - помнить о том, что сам **человек тоже может защитить себя:** необходимо отказаться от вредных привычек (бросить курить, не злоупотреблять алкоголем).

Здоровый образ жизни, санитарная грамотность, полноценное питание, ответственность за свое здоровье и здоровье детей - вот главные гарантии предупреждения заболевания.

Всемирный День борьбы с туберкулезом призван напомнить всем, что предупредить болезнь легче, чем его лечить. Каждый гражданин должен позаботиться о своем здоровье и принять все необходимые меры профилактики: своевременно пройти флюорографическое обследование, защитить от туберкулеза своих детей, а при появлении первых признаков заболевания - обратиться к врачу.