

ДОПОМОЖИ СОБІ САМ !

Туберкульоз - інфекційне захворювання людини, тварин, риб, яке викликається бактерією туберкульозу (паличкою Коха).

Туберкульоз не має "адреси", "посади", не має "паспорта", не розрізняє соціального статусу і однаково небезпечний для усіх.

Туберкульозом захворіти може кожен!

Як показали проведені дослідження, сьогодні має місце недостатня інформованість населення України з питань профілактики, лікування та боротьби з туберкульозом. Щоб зупинити та перемогти туберкульоз усі мають зрозуміти, що без обізнаності населення про туберкульоз, боротьба з ним приречена на невдачу.

В Україні в 1995 р. зареєстрована епідемія туберкульозу, яка і донині невинно прогресує. За роки епідемії показник захворюваності на туберкульоз збільшився в 1,7 рази, смертності - в 1,5 рази. Кількість хворих на туберкульоз складає близько 1,4 % населення України. Україна по рівню смертності від туберкульозу займає перше місце в Європі.

Джерело інфекції - хвора людина (на відкриту бактеріальну форму туберкульозу), 55 видів тварин, 25 видів птахів, а також заражені продукти тваринного і рослинного походження, ґрунт, органічні і неорганічні речовини, в яких живе, розмножується та зберігається збудник туберкульозу. Туберкульозна паличка вражає всі органи і системи людського організму.

Шляхи передачі. Найчастіше зараження туберкульозом відбувається повітряно-крапельним, повітряно-пиловим, рідше харчовим, контактнопобутовим шляхом. Бактерії туберкульозу можуть виділятися під час кашлю з мокротинням, слиною, а також під час співу, розмови. Зараження може відбуватися під час безпосереднього контакту з хворим (під час поцілунків) і опосередковано (через забруднені предмети вжитку - книги, рушники, посуд,

продукти, особливо молочні). За добу хворий з легеневою формою туберкульозу виділяє 15-20 млн. бактерій туберкульозу. Одна хвора людина може інфікувати за рік 10-15 осіб.

Збудник туберкульозу дуже стійкий до впливу навколишнього середовища: у ґрунті зберігається до 1-2 років, у вуличному пилу - до 10 діб, річковій воді - до 5 міс., в умовах кімнатної температури (темному місці) залишається життєздатним протягом 4 міс, при розсіяному світлі - до 1,5 міс. Ультрафіолетове проміння вбиває його через 2-3 хв., кип'ятіння - протягом декількох хвилин.

ОСНОВНІ СИМПТОМИ ЗАХВОРЮВАННЯ:

кашель понад 2 тижні;

підвищена температура тіла;

утруднене дихання;

біль у грудях;

поганий апетит;

постійна слабкість;

безпричинна втрата ваги;

підвищена пітливість, особливо вночі;

кровохаркання (наявність крові у мокротинні, що виділяється при кашлі).

На ранніх стадіях хвороби кашель може бути відсутній. Усі ці симптоми можуть бути проявами інших захворювань, але перш за все треба думати про туберкульоз.

Коли туберкульозні бактерії потрапляють в організм людини з нормальним станом імунітету, активне захворювання найчастіше не розвивається. **Людина інфікована, але здорова!**

Найбільшу вірогідність захворіти має людина, у якої під час "зустрічі" з туберкульозною паличкою знижений, слабкий імунітет.

На стан імунітету впливають: нераціональне харчування, зловживання алкоголем, тютюном, наркотична залежність, ВІЛ/СНІД, важкі фізичні та

психічні навантаження, стрес, наявність хронічних захворювань, погані умови життя.

Високий ризик захворіти мають діти, особливо раннього віку (їх імунна система ще не сформована) та люди похилого віку (через вікове ослаблення імунітету).

Для профілактики туберкульозу обов'язково необхідна вакцинація дітей (на 3-5 день у пологовому будинку) і їх ревакцинація - 7 і 14 років.

Обстеження та лікування туберкульозу в Україні безкоштовне !

На весь період лікування хворого на туберкульоз за ним зберігається місце роботи (Закон України "Про боротьбу із захворюванням на туберкульоз" від 05.07.01 р. № 2586-Шст. 20).

Щоб не захворіти на туберкульоз в умовах епідемії, слід повноцінно харчуватись, не мати шкідливих звичок, займатись спортом і загартовуватися.

ТУБЕРКУЛЬОЗ ВИЛІКОВНИЙ! при умові раннього виявлення, ефективного лікування та дотримання рекомендацій лікаря.

Туберкульоз не виліковується - якщо перервати лікування, вживати протитуберкульозні препарати хаотично, зловживати алкоголем, наркотичними засобами, внаслідок чого розвивається така форма туберкульозу (хіміорезистентна), яка не піддається лікуванню протитуберкульозними препаратами.

Не займайтесь самолікуванням!

Жодні відомі народні засоби не можуть вилікувати туберкульоз. їх можна використовувати як доповнення до основного лікування після консультацій з лікарем.

ЯК ВБЕРЕГТИСЬ ВІД ТУБЕРКУЛЬОЗУ

1. Якщо Ви більше 2 тижнів почуваєтеся погано, Вас турбує кашель, маєте знижений апетит, підвищену температуру, пітливість, особливо вночі, задуху, кровохаркання НЕГАЙНО зверніться до свого дільничного лікаря-

терапевта. Головне - вчасно звернутися за допомогою.

2. Чим раніше виявлений хворий на туберкульоз, тим більше шансів у хворого на повне вилікування.
3. Своєчасно виявлений хворий, що одержує повноцінне лікування, через 6-8 тижнів не є джерелом інфекції. Вчасно розпочате лікування є запорукою повного вилікування. **Категорично забороняється переривати лікування !**
4. При порушенні режиму лікування хвороба переходить у хронічну форму, яку вилікувати дуже важко.
5. Навіть коли людина почуває себе добре, варто один раз на два роки пройти флюорографічне обстеження.
6. Один раз на рік флюорографічну обстежуються особи з так званої «групи ризику» щодо туберкульозу (хворі на часті пневмонії, цукровий діабет, виразкову хворобу шлунку та 12-палої кишки, ВІЛ-інфіковані та інші).
7. Щоб не захворіти на туберкульоз в умовах епідемії необхідно повноцінно харчуватись, не мати шкідливих звичок, займатись спортом і загартовуватись, проводити більше часу на свіжому повітрі, утримувати квартиру в чистоті, частіше провітрювати.
8. Провокують захворювання надмірне захоплення вегетаріанством, зловживання різними дієтами.
9. Уникайте покупок продуктів тваринництва, які не пройшли ветеринарного обстеження (особливо на стихійних ринках). Строго дотримуйтесь правил особистої гігієни при використанні молока і м'яса, надійно піддавайте їх термічній обробці. Не купляйте молочні продукти, фасовані у нестерильний, раніше вживаний пластиковий посуд.

ЯКЩО ХВОРИЙ ВДОМА

1. Хворий на туберкульоз стає джерелом захворювання своїх рідних, особливо дітей.
 2. Негайно госпіталізувати хворого з відкритою формою туберкульозу.
 3. Особам, що проживають разом з хворим, негайно звернутись до лікаря.
 4. Якщо хворий не госпіталізований:
 - виділити окрему кімнату або окремих куток і відгородити ширмою; обов'язково ізолювати дітей від хворого;
 - хворому обов'язково виділити: окреме ліжко, постіль, білизну, посуд, засоби особистої гігієни, які після забруднення незаражують, а постіль і носильний одяг прасують;
 - хворий вдома повинен мати дві індивідуальні плювальниці;
- хворий туберкульозом під час кашлю повинен прикривати рот і ніс серветкою, що значно зменшить кількість інфекційних краплин, які потрапляють у повітря.
5. Особливу увагу звертайте на дотриманням хворим правил особистої гігієни.