

## «Да! Мы можем ликвидировать туберкулез!».

24 марта ежегодно во всем мире по решению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) и Международного союза борьбы с туберкулезом и легочными заболеваниями отмечается Всемирный день борьбы с туберкулезом.

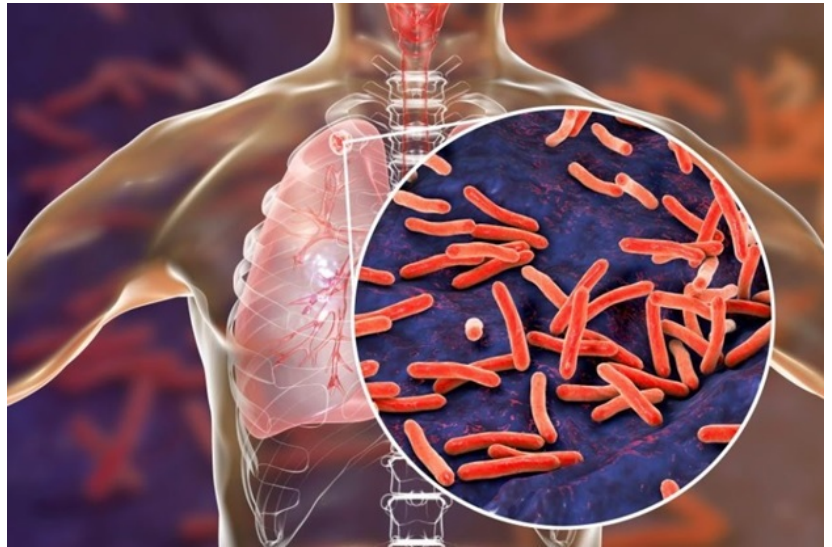
**Цель Всемирного дня – повысить осведомленность о губительных последствиях туберкулеза.**

Выбранная дата имеет символическое значение. В этот день в 1882 г. Роберт Кох объявил, что ему удалось открыть бактерию-возбудитель туберкулеза, благодаря чему стали возможны диагностика и лечение этого заболевания.

Туберкулез – инфекционная болезнь, возбудителем которой является бактерия *Mycobacterium tuberculosis*. Распространяется туберкулез при попадании возбудителя в воздух от больных туберкулезом, например, при кашле.

### 5 фактов о туберкулезе:

1. Туберкулез – одна из десяти основных причин смерти в мире.
2. По данным ВОЗ примерно одна треть мирового населения инфицирована бактерией туберкулеза, но заболевает только небольшая доля этих людей.
3. За многие годы бацилла Коха научилась эволюционировать и на сегодняшний день встречается туберкулез, устойчивый к большинству лекарственных препаратов.
4. Этот недуг уничтожается очень сложно и долго. Требуется принимать несколько лекарственных препаратов одновременно в течение полугода, а в некоторых случаях и до двух лет. Зачастую требуется хирургическое вмешательство.
5. Американским профессором Себастьяном Ганю и его командой было обнаружено, что существует шесть групп штаммов вируса, каждая из которых проявляется в определенной части света и привязана к определенной географической местности. Таким образом, профессор пришел к выводу, что для эффективной борьбы с заболеванием нужно разработать индивидуальные вакцины для каждой из выявленных групп штаммов.



### Основные симптомы (признаки) туберкулеза.

Основными признаками заболевания туберкулезом являются симптомы интоксикации которые проявляются: повышением температуры тела, нередко

периодическое ее повышение, общей слабостью, недомоганием, быстрой утомляемостью, снижением аппетита, раздражительностью, снижением внимания, потливостью, особенно по ночам, похуданием. Если эти симптомы беспокоят Вас в течение 2 -3 недель, то следует исключать заражение туберкулезом. Кроме того, появляются и симптомы поражения того органа, где локализуется туберкулезный процесс. Так как наиболее часто поражаются туберкулезом легкие, то у больных появляются такие симптомы: кашель, вначале сухой, затем влажный с мокротой. Беспокоит одышка, вначале при физической нагрузке. Боли в грудной клетке. А может быть и кровохарканье.

### Что делать при появлении признаков заболевания?

При появлении первых признаков заболевания самолечением заниматься



нельзя, следует обратиться к врачу за медицинской помощью. Следует помнить, что чем меньше времени прошло от момента выявления заражения туберкулезом до обследования у врача-фтизиатра, тем выше вероятность того, что заболевание будет вылечено своевременно.

Для выявления инфицирования микобактериями туберкулеза используется

внутрикожная диагностическая проба Манту с туберкулином. Проба проводится всем детям, 1 раз в год, а детям с повышенным риском заболеть туберкулезом (из контакта с больными туберкулезом, часто болеющими) – 2 раза в год. У взрослых для выявления заболевания проводят флюорографическое обследование органов дыхания, которое позволяет выявить начальные признаки туберкулеза легких. Этот метод обследования однократно в год совершенно безвреден, доза рентгеновского облучения очень мала.

Заболит человек туберкулезом или нет, в значительной степени зависит от уровня сопротивляемости организма, то есть от иммунного статуса инфицированного человека. Возбудитель обычно поражает легкие (легочный туберкулез), но может поражать и другие органы (внелегочный туберкулез).

Примерно четверть населения мира инфицирована *M. tuberculosis*; эти люди не больны, но риск заболеть туберкулезом на протяжении жизни у них составляет 5–10%.

### Туберкулез излечим и предотвратим.

За период с 2000 по 2023 год лечение туберкулеза помогло спасти более 74 миллионов человеческих жизней во всем мире.

В то же время, в условиях пандемии COVID-19, проблема профилактики туберкулеза отошла на второй план. В результате впервые более чем за десять лет смертность от туберкулеза начала расти.

По данным ВОЗ, каждый день от туберкулеза умирают более 4100 человек, и почти 30 000 человек заболевают туберкулезом.

Текущая ситуация указывает на необходимость привлечения дополнительной поддержки, мобилизации финансовых ресурсов, активизации действий и многосекторального сотрудничества в интересах борьбы с эпидемией туберкулеза.

Вот почему Всемирный день борьбы с туберкулезом в 2023 году пройдет под лозунгом **«Да! Мы можем ликвидировать туберкулез!»**.

Безусловно, к этому лозунгу готовы присоединиться все врачи мира.

### **Профилактика заболевания:**

-Соблюдайте режим труда и отдыха.

-Питание должно быть сбалансированным по содержанию белков, жиров и углеводов, богато витаминами и микроэлементами.

-Регулярно занимайтесь спортом

-Больше бывайте на свежем воздухе.

-Не курите, не позволяйте курить другим в вашем окружении.

-Не злоупотребляйте алкоголем.

-Чаще проветривайте помещения, где находитесь (класс, квартира и др.)

-Систематически проводите влажную уборку помещений.

-Пользуйтесь индивидуальной посудой и средствами гигиены.

-Обязательно соблюдайте личную гигиену (мытьё рук после возвращения с улицы, из транспорта, из туалета и перед едой).

