

Мероприятия по профилактике туберкулеза ТУБЕРКУЛЕЗ

Специфические

- Прививка БЦЖ. Проводится трижды — в новорожденном возрасте, в 6, 7 и в 14 лет. Предупреждение туберкулеза с её помощью не раз доказывало свою эффективность: привитые дети заражаются в несколько раз реже. Имеет противопоказания (синдром иммунодефицита, например), может вызывать побочные эффекты и на всю жизнь оставляет метку на левой руке. Однако опасность отказа в несколько раз выше, чем опасность возникновения побочных эффектов.
- Проба Манту. Ставится каждый год, сначала в детском саду, потом в школе. Призвана выявить состояние организма относительно туберкулеза. Может показать наличие болезни и наличие антител к ней. Не проводится, если по какой-то причине снижен иммунитет, поскольку это заметно влияет на результаты. Не является прививкой и не может вызвать ни поражение туберкулезом, ни симптомы болезни.

Не специфические

- Обучение правилам гигиены. И в детском саду (ДОУ), и в средней образовательной школе (СОШ) дети получают специфические знания о том, какие методы борьбы с болезнями наиболее эффективны. Презентация, картинки, личный пример. Их учат мыть руки перед едой, избегать контакта с очевидно зараженными людьми, при первых признаках недомогания обращаться к врачу — всем тем вещам, которые для взрослого очевидны.
- Повышение общего иммунитета. Работа с иммунитетом — основное действие по профилактике туберкулеза. В детском саду детей закалывают, следят за правильностью их питания и за тем, чтобы они проявляли достаточно двигательной активности. В школе детям на уроках окружающего мира объясняют, как работает их тело, а на физкультуре учат с ним уживаться. Кроме того, перед тем, как оказаться в начальной группе или пойти в первый класс, ребенок должен пройти медицинский осмотр, что способствует выявлению заболевания на ранней стадии.
- Подача специфической информации. Иногда в школе в рамках месячника по профилактике туберкулеза проходят дополнительные мероприятия, на которых детям рассказывают о том, как избежать конкретно этой болезни. Часто объяснения сопровождается презентация и практические задания. Помимо работы с детьми план мероприятий обычно включает работу и с родителями. Консультация для родителей, родительское собрание — взрослым объясняют, как им работать с иммунитетом, каких правил придерживаться, зачем нужны пробы Манту, чем в плане профилактики младшая группа детского сада отличается от первого класса школы. Часто лекцию сопровождают картинки, иногда презентация. Максимально усвоить материал и следовать правилам важно — именно в семье закладывается иммунитет и представления о нормах гигиены.

Краткая памятка родителям по профилактике туберкулеза у детей

- Следите за питанием. Ребенок должен получать достаточное количество жиров, белков и углеводов, не есть слишком много сладкого, есть овощи и фрукты. В зимнее время следует добавлять к рациону витамины, чтобы восполнить недостаток в еде, не забывать про молочные продукты, нежирное мясо, рыбу.
- Больше физической активности. Ребенок должен проводить достаточно времени на свежем воздухе, гулять, играть, бегать. Одевать его нужно по погоде, стараться, чтобы каждый день у него было время для прогулки. Даже если он очень занят — можно хотя бы водить его в школу пешком.

- Закаляйтесь сами и закаливайте ребенка.. Очень полезны солнечные и воздушные ванны, равно как и контрастный душ. Не нужно одевать малыша слишком тепло, нужно своевременно проветривать его комнату (или общую комнату, в которой он проводит время).
- Вовремя и квалифицированно лечите все болезни. Инфекционные заболевания сильно подрывают иммунитет, равно как и длительный прием антибиотиков. Потому стоит следить за состоянием здоровья, если есть ухудшения, обратиться к врачу, принеся ему отчет по происходящему. Ведь чем раньше выявлена болезнь — тем легче её вылечить.
- Не давайте подросткам обзаводиться вредными привычками. Курение в разы увеличивает шансы заболеть.