

**ОСТАНОВИТЬ
ТУБЕРКУЛЁЗ!**



Туберкулёз (ТБ)– это заразная болезнь. Как и простудные заболевания, он распространяется по воздуху.

Заразны только те люди, которые больны туберкулёзом легких. При кашле, чихании, разговоре или плевании эти люди выделяют в воздух туберкулёзные бактерии. Человек, больной активной формой, ежегодно заражает 10 – 15 человек.

Табакокурение, злоупотребление алкоголем, нездоровое питание, стрессы, несоблюдение простых правил личной гигиены усиливают риск заражения туберкулёзом!!!

Нередко туберкулёз протекает бессимптомно. **Следует насторожиться,** если у Вас наблюдаются следующие симптомы:

- кашель, длящийся более двух-трех недель
- беспричинное снижение веса
- повышенная температура, озноб и ночной пот
- усталость и мышечная слабость;
- длительное повышение температуры тела
- в некоторых случаях одышка и боль в груди

При длительном скрытом течении болезни поражаются не только легкие, но и другие органы: желудочно-кишечный тракт, костно-мышечная система; мочеполовая система, зачастую являясь причиной бесплодия. Лечение таких форм туберкулёза сложнее, иногда помочь может только хирургическое вмешательство.

В Иркутской области – высокий уровень заболеваемости туберкулезом – болен каждый 300-й житель

ВАЖНО! Чем раньше будет выявлен туберкулёз, тем более эффективно его лечение.

Как можно победить туберкулёз?

- 1. Сделать прививку от туберкулёза.** Её ставят в роддоме при отсутствии противопоказаний в первые 3—7 дней жизни ребенка. В 7 и 14 лет при отрицательной реакции Манту и отсутствии противопоказаний проводят ревакцинацию.
- 2. Регулярно проходить флюорографическое обследование** – не реже 1 раза в 2 года, начиная с 15-летнего возраста. Так человек обезопасит не только себя от тяжелых форм несвоевременно распознанной болезни, но и своих близких, контактирующих с ним.
- 3. Соблюдать правила здорового образа жизни.** Регулярные **закаливающие** процедуры, занятия физкультурой и спортом, **здоровое питание**, ограничение употребления алкоголя, **отказ от табака** – эти простые меры способствуют невосприимчивости к туберкулёзной инфекции, **снижают риск заражения.**
- 4. Соблюдать санитарно-гигиенические нормы** в быту, поддерживать чистоту в помещении: проводить влажную уборку, чаще проветривать, особенно в случае совместного проживания с больным ТБ. В последнем случае также необходимо применение дезинфицирующих средств для проведения санитарной обработки.
- 5. В случае заболевания туберкулёзом необходимо регулярно (!) принимать** назначенные врачом противотуберкулёзные лекарства.

Пройди флюорографию – останови туберкулёз!

Я МОГУ ОСТАНОВИТЬ ТБ

Тираж 10000 экз.

Управление Роспотребнадзора по Иркутской области,
664003, г.Иркутск, ул.Карла Маркса, д.8, www.38.rospotrebnadzor.ru
Телефон горячей линии 8-800-350-26-86 (звонок бесплатный)