

ЩО СЛІД ЗНАТИ ПРО ТУБЕРКУЛЬОЗ

Туберкульоз передається через повітря. Кожна порція кисню, яку ми вдихаємо, може містити збудник захворювання. Дихання не залежить від нашої свідомості, тому інфікуватися може кожен. Близько 90% населення нашої країни є носіями туберкульозу. В більшості випадків інфекція залишається неактивною. Проте, якщо імунітет людини послабшає, наявність інфекції в організмі може розвинути в активний туберкульоз. Причини ослаблення організму можуть бути різні: недостатнє вживання вітамінів, перевтома, хронічні хвороби чи ВІЛ-інфекція.

Свіже повітря

Заразитися туберкульозом можна від людини, яка хвора на туберкульоз і кашляє. Найдрібніші частинки мокротиння, що викидаються під час дихання й, особливо, під час кашлю, можуть зависати у повітрі до 24 годин. За недостатньої вентиляції, незадовільних побутових умов ризик зростає в багато разів. Тож у приміщенні, особливо де є велике скупчення людей, провітрювання життєво необхідне. Свіже повітря — універсальний засіб, що запобігає зараженню туберкульозом.

Як дізнатися, чи я не хворий

Обов'язково зверніться до сімейного лікаря для подальшої діагностики, якщо:

- кашель триває більше 2 тижнів;
- відчуваєте загальну слабкість, стомлюваність;
- втрачаєте вагу;
- тривалий час тримається незначне підвищення температури тіла (37,2–37,5 ° C);
- страждаєте від рясного потовиділення, особливо вночі.

Туберкульоз у хворого, який кашляє, легко виявити за допомогою простого аналізу мокротиння. Мокротиння — це слиз, який відкашлюється; саме в ньому можна виявити мікобактерії. Якщо людина не кашляє, але у неї є інші симптоми, що можуть свідчити про туберкульоз, їй слід пройти рентгенологічне обстеження.

Пам'ятайте, чим раніше виявлена хвороба, тим легшим буде її лікування!

Як себе захистити

Загальні правила здорового способу життя — наші основні захисники від хвороби: намагайтеся повноцінно харчуватись. Особливо важливо вживати достатню кількість білкової їжі (м'яса, риби, молочних продуктів); не зловживайте спиртними напоями; відмовтеся від куріння; уникайте стресів; займайтеся спортом; слідкуйте за рівнем цукру в крові й регулярно проходите тест на ВІЛ; не відмовляйтеся від вакцинації БЦЖ для Ваших дітей (робиться в перші дні життя, у пологовому будинку). Щеплення не може гарантувати, що дитина не захворіє, зате врятує дитину від важких і смертельних форм туберкульозу; у разі виникнення симптомів, характерних для туберкульозу, обов'язково зверніться до медичного закладу.