Туберкулез - опасное инфекционное заболевание.

24 марта – Всемирный день борьбы с туберкулезом. Этот день введен в 1993 году по инициативе Всемирной организации здравоохранения, с целью акцентировать внимание людей на опасности этой болезни.

Туберкулез **–** инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза, которые часто называют палочками Коха, с преимущественным поражением легких, хотя возможно поражение и других органов и тканей.

На данный момент в современной фтизиатрии различают следующие виды внелегочных форм туберкулеза:

* поражение центральной нервной системы (туберкулезный менингит):
* поражение костей и суставов, в том числе позвоночника;
* поражение периферических лимфоузлов;
* поражение лимфатических узлов брюшной полости (мезаденит);
* поражение мочеполовых органов;
* поражение глаз;
* поражение слуховых органов;
* первичное поражение миндалин и ротовой полости;
* поражение половой системы у женщин;
* поражение кожи;
* поражение эндокринной системы (надпочечники);
* поражение перикарда (наружной оболочки сердца).

В отличие от туберкулеза легких, который возникает при попадании палочек Коха извне, внелегочные формы имеют внутренний механизм развития. То есть возбудитель попадает в тот или иной орган из уже имеющихся очагов поражения в организме человека.

Бактерия туберкулеза очень живуча: она выживает и в снегу, и в земле, ей не страшны воздействия спирта и кислот.  Палочка Коха выдерживает замораживание до минус 269 °C. Она сохраняет жизнеспособность в высохшей мокроте на одежде до 3—4 месяцев, в молочных продуктах — до года, на книгах — до 6 месяцев. В среднем один больной с активной формой туберкулёза способен за год заразить 10—15 человек. Заболевание передается различными путями:

- воздушно – капельный (при кашле и чихании больного человека);

- контактно-бытовой (через бытовые предметы,  предметы гигиены и посуды, которыми пользовался больной туберкулезом человек);

- внутриутробный (от матери к ребенку во время беременности);

- алиментарный (при употреблении в пищу молочных и мясных продуктов от больных туберкулезом животных).

Каждый год от этой заразной болезни погибает до 1,6 млн. человек во всем мире. **Немедленно обратитесь к врачу, если у вас есть следующие симптомы, указывающее на возможное заражение туберкулезом:**

- кашель или покашливание с выделением мокроты, возможно с кровью вне периода простудного заболевания,

- быстрая утомляемость и появление слабости,

- снижение или отсутствие аппетита, потеря в весе,

- повышенная потливость, особенно по ночам

- незначительное постоянное повышение температуры до 37 – 37,5 градусов.

Высокий риск развития туберкулеза имеют:

- лица, длительно контактирующие с больными туберкулезом.

-лица, перенесшие туберкулез в прошлом.

- лица, страдающие ВИЧ – инфекцией, сахарным диабетом.

- лица, проходящие лечение лекарствами, снижающими активность иммунной системы.

- курящие граждане.

- лица, страдающие алкоголизмом и наркоманией.

- лица с неполноценным питанием.

Для того, чтобы снизить риск заболевания туберкулезом нужно придерживаться определенных правил:

**Правило №1.** Регулярно и сбалансированно питайтесь. Употребляйте в пищу мясо, рыбу, овощи и фрукты.

**Правило №2**. Регулярно совершайте прогулки на свежем воздухе, занимайтесь спортом и физкультурой.

**Правило № 3**. Откажитесь от курения и других вредных привычек.

**Правило №4**. Соблюдайте правила личной гигиены. Чаще мойте руки с мылом.

**Правило № 5.** Регулярно проходите медосмотры, в том числе ежегодно проходите флюорографию.

**Берегите себя и свое здоровье!**