

24 марта Всемирный день борьбы с туберкулезом

Всемирный день борьбы с туберкулезом проводится ежегодно 24 марта для привлечения внимания к проблеме растущего бремени заболеваний туберкулезом во всем мире.

Всемирный день борьбы с туберкулезом – глобальная инициатива, направленная на повышение осведомленности о туберкулезе, особенно о лекарственно-устойчивых формах заболевания.

Рост распространенности лекарственно-устойчивых форм туберкулеза происходит из-за таких факторов, как миграция населения, курение, респираторные инфекции и другие эпидемиологические факторы.

Тема Всемирного дня борьбы с туберкулезом 2024 г. «Да! Мы можем ликвидировать туберкулез!»

Целью Всемирного дня борьбы с туберкулезом является осведомление населения о важности предотвращения заболеваемости и распространения туберкулеза и необходимости профилактики, своевременной диагностики и лечения заболевания.

Всемирный день борьбы с туберкулезом 2024 года подчеркнет важность раннего выявления и лечения этого заболевания, своевременного выявления лекарственно-устойчивых форм и осложнений, а также важность стратегий профилактики, включая меры по борьбе с табакокурением, снижению загрязнения воздуха, продвижению вакцинации против респираторных инфекций и пропаганде здорового образа жизни.

Как сохранить здоровье и не заболеть туберкулезом?

Исключить контакт с человеком явно или предположительно больным туберкулезом.

Не игнорировать профилактические мероприятия: профилактические осмотры, рентген-обследование, иммунологические тесты в группах риска.

Отказаться от курения – фактора, способствующего возникновению и прогрессированию ряда легочных заболеваний, в том числе – туберкулеза. Даже пассивное курение, химические вещества дома и на рабочем месте, плесень и радон — все это может вызвать или усугубить заболевание легких.

Контролировать качество воздуха в помещении. Иногда воздух в помещении может быть даже более загрязненным, чем воздух на улице, особенно – в помещениях, где длительное время присутствует большое число людей. Чаще проветривать, не позволять никому курить, требовать соблюдения гигиены при кашле.

Избегать мест с загрязненным воздухом и мест большого скопления людей, особенно в сезоны подъема заболеваемости острыми респираторными инфекциями.

Проходить регулярные осмотры (диспансеризацию), флюорографию. Многие заболевания легких часто остаются незамеченными, пока не становятся серьезными (например, рак легких, хроническая обструктивная болезнь легких).

Обращайте внимание на свое самочувствие и своевременно обращайтесь к врачу, потому что выявление заболевания легких на ранней стадии обеспечит лучший прогноз.

Не пренебрегать физической активностью. Независимо от возраста, телосложения, состояния здоровья адекватная физическая активность может помочь сохранить ваши легкие здоровыми.

Здоровое питание и поддержание веса под контролем.

Вакцинация от гриппа, COVID-19. Некоторым пациентам с хроническими заболеваниями органов дыхания полезным также будет вакцинация от пневмококковой инфекции. Все это позволит поддержать иммунный ответ организма в должном состоянии и обеспечить невосприимчивость организма к туберкулезной инфекции.

Внимательное отношение к здоровью легких и всего организма в целом, здоровый образ жизни, полноценное питание и физическая активность позволяют сохранить активность и долголетие.

Кафедра пульмонологии и фтизиатрии с курсом аллергологии, иммунологии и профпатологии института повышения квалификации и переподготовки кадров здравоохранения УО «БГМУ»