

24 МАРТА – Всемирный день борьбы с туберкулезом

24 марта 1882 года Роберт Кох объявил всему миру об открытии им возбудителя туберкулеза. Через 100 лет этот день объявлен Всемирной организацией здравоохранения днем Всемирной борьбы с туберкулезом! Цветок белой ромашки избран эмблемой борьбы с туберкулезом, символизирующий здоровье и чистое дыхание легких.

Туберкулез легких – инфекционное, социально опасное заболевание, передающееся в основном воздушно-капельным путем. Каждый слышал это определение и имеет общее представление о данном заболевании, но уверен – его оно никогда не коснется. Распространено мнение, что туберкулезом болеют только лица, ведущие асоциальный образ жизни, либо пожилые люди, в силу ослабленности их организма. Это заблуждение. Риск заражения туберкулезом существует всегда независимо от статуса и материального положения! Наиболее подвержены заражению туберкулезом маленькие дети, беременные женщины, пожилые люди, ВИЧ-инфицированные, больные сахарным диабетом, хроническими заболеваниями легких, злоупотребляющие алкоголем и курящие, лица, без определенного места жительства. Источником заражения является больной активной формой туберкулеза. При кашле, разговоре, чихании больные люди выделяют в воздух большое количество бактерий, которые могут длительное время оставаться в плохо проветриваемом помещении и попадать в организм здорового человека. Один больной активной формой туберкулеза может заразить в год до 12-15 человек.

Туберкулез остается одной из самых смертоносных инфекций в мире. За период с 2000г. глобальные усилия по борьбе с туберкулезом позволили спасти порядка 66 миллионов жизней. Однако пандемия COVID-19 перечеркнула успехи, достигнутые в борьбе с этим заболеванием. В 2020г. впервые более чем за 10 лет был отмечен рост числа случаев смерти от туберкулеза.

На ранних стадиях туберкулез протекает бессимптомно, или проявления болезни настолько незначительны, что заболевший человек часто не обращает на них внимание и не обращается к врачу. Более выраженные симптомы туберкулеза включают в себя: длительный кашель (более трех недель), снижение массы тела при обычном питании и образе жизни, повышенное потоотделение (особенно в ночное время), периодическое повышение температуры тела, появление крови в мокроте, боль в грудной клетке, потеря аппетита, общее недомогание и слабость.

Универсальный рецепт профилактики туберкулеза - соблюдение принципов здорового образа жизни. Для предупреждения заболевания усилия должны быть направлены на повышение защитных сил организма: соблюдение режимов труда и отдыха, полноценное питание, регулярные занятия физической культурой и спортом, отказ от курения, употребления алкоголя и наркотических веществ, рациональное питание, физические нагрузки, прогулки на свежем воздухе,

соблюдение правил личной гигиены. Правда, есть одно «но». Даже в том случае, если Вы придерживаетесь здорового образа жизни близкого к идеальному, это не может стать абсолютной гарантией Вашей защиты от туберкулеза. К специфической профилактике туберкулеза относится вакцинация и ревакцинация БЦЖ – одна из наиболее важных мер по предупреждению туберкулеза у детей. Вакцинация БЦЖ снижает заболеваемость, смертность, а также предупреждает развитие остroteкущих прогрессирующих форм туберкулеза.

Рекомендованные меры профилактики не освобождают Вас от регулярной диагностики инфицирования. Туберкулинодиагностика – самый распространенный способ выявления туберкулеза у детей и подростков. Основными методами такой диагностики являются проба Манту и Диаскинтест. Самая эффективная и ранняя диагностика туберкулеза у взрослого населения старше 17 лет – ежегодное прохождение флюорографического исследования. Метод совершенно безвреден, так как доза рентгеновского облучения очень мала. Уклонение взрослых от обследования на туберкулез приводит к выявлению у них смертельно опасных форм заболевания, которые лечатся годами и нередко заканчиваются инвалидностью и смертью больного, тогда как своевременно выявленный туберкулез можно излечить.

Помните, что Ваше безответственное отношение к своему здоровью, может навредить не только Вам, но и окружающим! Своевременно обращайтесь за медицинской помощью! Дышите свободно! Берегите себя!

*Врач-рентгенолог (заведующий) рентгеновского отделения поликлиники
Екатерина Анатольевна Иванькова*