

## **ЛЕКЦИЯ НА ТЕМУ «ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЁЗА»**

**Как известно, профилактика** – это комплекс государственных, общественных и медицинских мероприятий (совокупность мер) по укреплению здоровья, предупреждению и устранению заболеваний человека.

**Профилактика бывает**

- индивидуальная и общественная
- первичная и вторичная
- неспецифическая и специфическая

**Индивидуальная профилактика** включает меры по предупреждению болезней, сохранению и укреплению здоровья, которые осуществляют сам человек, и сводится к соблюдению норм здорового образа жизни, к личной гигиене, гигиене брачных и семейных отношений, гигиене одежды, обуви, рациональному питанию и питьевому режиму, гигиеническому воспитанию подрастающего поколения, рациональному режиму труда и отдыха, активному занятию физической культурой и др.

**Профилактика общественная** включает систему социальных, экономических, законодательных, воспитательных, санитарно-технических, санитарно-гигиенических, противоэпидемических и медицинских мероприятий, планомерно проводимых государственными институтами и общественными организациями.

**Первичная профилактика** — система социальных, медицинских, гигиенических и воспитательных мер, направленных на предотвращение заболеваний путем устранения причин и условий их возникновения и развития, а также на повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей природной, производственной и бытовой среды.

**Вторичная профилактика** нацелена на раннее выявление заболевания, предупреждение рецидивов, прогрессирования болезненного процесса и возможных его осложнений.

**К неспецифическим мерам профилактики относят** мероприятия, повышающие защитные силы организма (рациональный режим труда и отдыха, правильное полноценное питание, отказ от курения и употребления алкоголя, закаливание, занятие физкультурой), меры, оздоравливающие жилищную и производственную среду (снижение скученности и запыленности помещений, проветривание помещения).

**Профилактика специфическая** – мероприятия, направленные на невозможность возникновения и распространения инфекционных болезней путем создания невосприимчивости к ним населения, основанная на активной и пассивной иммунизации, а также применении лечебных средств, в т. ч. антибиотиков и бактериофагов, активных в отношении определенных видов возбудителей болезней.

**Профилактика туберкулёза неспецифическая.** Предотвращению аэрогенного заражения туберкулёзом способствуют методы, ограничивающие количество капельных частиц в воздухе. Эффективными мерами считают 6-кратное и более обновление воздуха в помещении в течение 1 ч и ультрафиолетовое облучение.

Простейший способ защиты — **ношение многослойной маски**, плотно прилегающей к лицу и **частое дробное питание**, позволяющее увеличить концентрацию ферментов сокрета желудка для переваривания попавшей туда с пищей микобактерии. **Наилучших результатов в борьбе с туберкулезом можно достичь, полагаясь на улучшение питания и гигиенических условий жизни.**

Раннее выявление лёгочного туберкулеза с надлежащей изоляцией и лечением больных — весьма эффективный и пока единственный способ предупреждения заболевания.

С целью выявления туберкулёза взрослым необходимо проходить флюорографическое обследование не реже 1 раза в 2 года, а детям проводить туберкулиновую пробу.

### **Лекция: «Туберкулез и его профилактика»**

**Цель** – довести до учащихся информацию о профилактике туберкулеза, особенностях проявления этой болезни, путях передачи и мерах борьбы с этой инфекцией.

#### **Задачи:**

- выяснить уровень информированности подростков по проблеме;
- дать достоверную информацию о путях передачи туберкулёза, об обследовании на туберкулёз, о безопасном поведении, о возможностях предотвращения инфицирования;
- сформировать у подростков навыки предотвращения заражения туберкулёзом;
- проверить уровень усвоения информации.

## **Лекция «Профилактика туберкулёза»**

Каждый год на Земле миллионы людей погибают от туберкулеза, несмотря на то, что для лечения больных уже в течение нескольких десятилетий существуют эффективные лекарства. Чтобы привлечь внимание к тому, что на большей части нашей планеты туберкулез продолжает оставаться «убийцей № 1» среди всех инфекционных заболеваний, ежегодно 24 марта проводится Всемирный день борьбы с туберкулезом.

Эта дата выбрана не случайно. Именно в этот день более 120 лет назад Роберт Кох выступил в Берлине с сенсационным для научной общественности заявлением. Он объявил об открытии возбудителя этого опасного заболевания – микобактерии туберкулеза. В те годы туберкулез был широко распространен в Европе и Америке, являясь причиной смерти каждого седьмого жителя планеты. Открытие позволило существенно продвинуться в области диагностики и лечения этого заболевания.

**Туберкулез** (от лат. *tuberculum* — бугорок) — волнообразно протекающая хроническая инфекционная болезнь, характеризующаяся различной, но преимущественно легочной локализацией, полиморфизмом клинических проявлений, интоксикацией и аллергизацией организма. Наряду с легочным туберкулезом возможно развитие и внелегочных форм, поскольку туберкулез способен поражать все органы и ткани человеческого организма, исключая только ногти и волосы.

### **Признаки и симптомы туберкулеза**

Симптомы и признаки туберкулеза могут быть самыми разнообразными. Вообще, симптомы туберкулеза зависят от типа развития болезни, ее формы, места локализации инфекционного процесса и, конечно же, от индивидуальных особенностей организма больного. Большое разнообразие симптомов туберкулеза затрудняет распознавание этой болезни, что в свою очередь является причиной позднего обращения к врачу со всеми вытекающими отсюда последствиями.

#### **Симптомы туберкулеза.**

**Общее состояние больного:** больные с ограниченными формами туберкулеза жалуются на повышенную утомляемость, слабость, особенно выраженную в утренние часы, также характерно снижение работоспособности. Дети начинают отставать в учебе, плохо спят, теряют аппетит.

**Общий вид больного:** больные туберкулезом теряют в весе и потому выглядят худыми, лицо бледное, черты лица заостряются и потому лицо кажется более красивым, на фоне бледной кожи лица на щеках заметен румянец. Больные с хроническим туберкулезом сильно истощены.

**Повышение температуры:** при ограниченных формах туберкулеза повышение незначительное (37,5-38 С), но длительное. Температура повышается вечером или в ночное время, ночью наблюдаются сильные поты, озноб. В этом состоит главное отличие температуры при туберкулезе от температуры при других болезнях: при ОРЗ, бронхите, пневмонии температура может достичь более высоких отметок, но быстро проходит и не сопровождается обильными ночных потами.

Сильная температура при туберкулезе характерна только для массивных форм туберкулеза.

**Кашель:** кашель является постоянным симптомом туберкулеза легких. В начале болезни сухой, настойчивый, обостряется по ночам и утром. При дальнейшем развитии болезни

кашель может стать влажным с выделением мокроты. Кашель при туберкулезе хронический, поэтому присутствие кашля более чем 3 недели должно насторожить и стать причиной обращения к врачу.

При ОРЗ, бронхите или пневмонии также может быть кашель, однако в отличие от кашля при туберкулезе, кашель в случае этих болезней длится не так долго и имеет другой характер.

**Кровохарканье:** это один из важных признаков туберкулеза легких. Кровохарканье появляется при инфильтративном туберкулезе, а также при других формах этой болезни. Обычно кровохарканье возникает после приступа кашля, в этом случае вместе с мокротой больной отхаркивает и небольшое количество свежей крови. При туберкулезе легких возможно развитие легочного кровотечения («кровь горлом») – тяжелое и опасное для жизни больного состояние, требующее немедленной медицинской помощи.

Кровохарканье при туберкулезе следует отличить от кровохарканья при раке легкого или при сердечной недостаточности.

### **Меры профилактики туберкулеза**

#### Здоровый образ жизни:

- правильное питание (достаточное употребление в пищу мяса, молочных продуктов, овощей и фруктов);
- регулярная физическая активность;
- полноценный отдых;
- отказ от курения, алкоголя, наркотиков.

Соблюдение правил личной гигиены (мытье рук, посуды с использованием моющих средств и проточной воды), влажная уборка и проветривание жилых помещений.

Обязательная термическая обработка мяса и молока.

Пользование индивидуальными гигиеническими средствами и посуды.

Обязательная вакцинация БЦЖ при рождении и ревакцинация в 6-7 лет.

Своевременная диагностика туберкулеза и завершение полного курса лечения.

### **Родителям о туберкулезе**

Туберкулёт относится к инфекционным заболеваниям, вызывается микобактерией туберкулеза. Туберкулёт чаще поражает органы дыхания, но встречаются и внелегочные формы туберкулёза. Могут поражаться: кожа, лимфатические узлы, кости, почки, глаза, органы брюшной полости, центральная нервная система и т.д.

С начала 90-х годов констатируется неблагоприятная обстановка по туберкулезу как в России, так и в мире в целом. В 1993 году Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) объявила туберкулез проблемой глобальной опасности. На Земном шаре более 3 млн. людей ежегодно умирают от туберкулеза, 1/3 населения Земли инфицирована туберкулезной палочкой, т.е. являются её носителями.

Заразиться туберкулезом можно от больного воздушно-капельным путем (при разговоре, чихании, кашле); при соприкосновении с вещами или предметами, загрязненными мокротой, слюной, содержащими возбудителя туберкулеза, т.к. этот микроб длительно сохраняет свою активность во внешней среде.

Туберкулез- это зооантропоноз, поэтому в распространении инфекции могут представлять опасность животные, больные туберкулезом (крупный рогатый скот). Заражение может происходить при приеме в пищу молока, не подвергшегося достаточной термической обработке.

Основное профилактическое средство от туберкулеза - прививка вакциной БЦЖ. Дети, привитые от туберкулеза, болеют в 15 раз реже и значительно легче, чем непривитые. Прививка проводится на 3-6 день жизни ребенка в роддоме. На месте введения вакцины постепенно возникают воспалительные изменения, может образоваться небольшая язвочка. Это нормальное течение процесс.

Иммунитет сохраняется в течение 5-7 лет, поэтому в возрасте 7 и 14 лет детям с отрицательной реакцией Манту (т.е. неинфицированным) проводят прививку вакциной БЦЖ повторно.

Противопоказаниями для прививки являются вес ребенка при рождении менее 2 кг, врожденный первичный иммунодефицит, острые и обострения хронических заболеваний, злокачественные новообразования.

Дети с хроническими заболеваниями нуждаются в вакцинации больше, чем здоровые, т.к. течение любых инфекций, в том числе туберкулеза у таких детей чаще всего тяжелое, с осложнениями.

При впервые выявленной положительной пробе Манту необходима консультация фтизиатра.

### **Осторожно, туберкулез!**

Туберкулез, как и всякая инфекция, заразен. Входными воротами инфекции в большинстве случаев являются дыхательные пути человека. Микробактерии попадают в них с частицами мокроты или капельками слизи при кашле, чихании, разговоре. Микробактерия туберкулеза (палочка Коха) чрезвычайно устойчива к внешней среде. В жидкой среде она сохраняется до полугода, в высоком состоянии - на белье, предметах обихода - возбудитель может оставаться опасным в течение нескольких месяцев.

Туберкулезная палочка, попав в организм человека, может длительное время оставаться в блокированном состоянии, благодаря защитной иммунной системе. Но если организм ослаблен, и для бактерий созданы «благоприятные» условия - плохое питание, сырое жилище, стрессы, алкоголизм и курение, то палочка Коха вызывает заболевание.

Коварство туберкулеза заключается в том, что в начальных стадиях большинство больных отмечают незначительные жалобы: потливость, сухой кашель, беспричинное повышение температуры до 37,5 °С. Спустя несколько месяцев, состояние резко ухудшается - присоединяется кашель с большим количеством мокроты, одышка, повышение температуры, снижение массы тела. На этом этапе большинство больных туберкулезом становятся опасными для окружающих людей, так как в огромном количестве выделяют болезнетворные микробы. Медицинская статистика свидетельствует о том, что в среднем каждый больной туберкулезом до момента госпитализации способен заразить 7-8 человек.

Поэтому важно выявить заболевание туберкулезом на ранних этапах, чтобы своевременно изолировать больного от окружающих и начать лечение. Одним из наиболее информативных методов раннего выявления больных является ежегодная флюорография.

Уберечь ребенка от острых генерализованных форм туберкулеза позволяет вакцинопрофилактика. Существует только одна вакцина - БЦЖ, впервые была применена в 1921 г. Этую прививку делают только неинфицированным людям. Ежегодно осенью всем детям проводится туберкулиновая диагностика - с помощью туберкулиновой кожной

пробы (Реакция Манту) можно определить, имеются ли в организме туберкулезные бациллы.

Большую роль в профилактике туберкулеза играет и соблюдение каждым больным правил личной и общественной гигиены. Проявляя аккуратность в быту, на улице, он этим сберегает здоровье своих близких и окружающих.

Чтобы избежать этого коварного заболевания, следует повысить сопротивляемость организма, вести здоровый образ жизни, который включает рациональное питание, отказ от вредных привычек, занятие физкультурой, спортом, закаливание своего организма.

---

### **Туберкулез – тяжелое заболевание, его легче предупредить, чем лечить.**

Разработан ряд профилактических мероприятий по борьбе с туберкулезом.

Предупреждение туберкулеза начинается с детского возраста.

Всем здоровым детям в роддоме, а также в возрасте 7 и 14 лет (при отрицательном результате реакции Манту 2ТЕ) делают **прививку от туберкулеза (БЦЖ)**. Вакцина БЦЖ создаёт иммунитет, повышает сопротивляемость организма к туберкулезу. **При заражении вакцинированные дети или вовсе не заболевают туберкулезом, или он протекает в легкой форме!**

**Предупреждению туберкулеза способствует также и проведение профилактического лечения противотуберкулезными препаратами** лиц, имеющих риск заболеть туберкулезом: находящиеся в контакте с больным туберкулезом; дети и подростки с впервые положительной реакцией Манту («вираж» туберкулиновых проб) и с нарастанием результата туберкулиновых проб в динамике.

**В случае заражения противотуберкулезный препарат подавляет размножение микобактерий туберкулеза, попавших в организм здорового человека, и заболевание не развивается.**

Изоляция детей от контактов также является мерой профилактики туберкулеза. С этой целью используется противотуберкулезное санаторное лечение, посещение ДДУ.

Туберкулез – болезнь социальная, поэтому немаловажное значение имеет организация правильного питания, богатого витаминами и белковыми продуктами и здоровый образ жизни.

В заключение хотелось бы пожелать, чтобы каждый из нас задал себе вопрос: «А не являюсь ли я источником инфекции?». Помните, что ваше здоровье в ваших руках и только ваша активная позиция поможет победить туберкулез!

**Если Вы обнаружили у себя следующие симптомы:**

**кашель в течение 3-х недель и более, незначительное  
повышение температуры тела по вечерам, повышенную  
потливость, общую слабость и быструю утомляемость,  
потерю веса – немедленно обратитесь к врачу-фтизиатру  
(через регистратуру) с амбулаторной картой и талоном!**