

ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЕЗА

Туберкулез — это опасное инфекционное заболевание, при котором поражаются все органы, но чаще всего легкие. По данным Всемирной Организации Здравоохранения, около 1,7 млн. человек во всем мире инфицированы микобактериями туберкулеза, ежегодно активным туберкулезом болеет около 8 миллионов человек и около 3 миллионов заболевших погибает. По прогнозам ВОЗ в ближайшие 10 лет туберкулез останется одной из 10 ведущих причин заболеваемости и смертности на Земле. Туберкулез является медико-социальной проблемой, на которую оказывают влияние экономические и социальные факторы, качество жизни и питания. Эпидемическая ситуация по туберкулезу в России начала ухудшаться в начале 90-х годов прошлого столетия и динамика его распространения заставляет квалифицировать ситуацию как неблагоприятную. На сегодняшний день туберкулез занял лидирующую позицию среди всех причин смерти от инфекционных заболеваний. В структуре всех форм активного туберкулеза преобладает поражение органов дыхания. С 90-х годов XX века туберкулез унес жизни более чем 200 миллионов человек, и ежегодно этот список продолжает пополняться. В последнее десятилетие XX века туберкулез был заново осознан всем мировым сообществом как бедствие для всего человечества. До настоящего времени туберкулез продолжает оставаться «непобежденной болезнью» и представляет одну из важных социальных и медико-биологических проблем. Эта проблема привлекает внимание органов здравоохранения во всех странах и требует еще значительных усилий для элиминации, т.е. ликвидации туберкулеза как распространенного инфекционного заболевания. Значительную часть бюджета здравоохранения многие страны мира расходуют на содержание сети противотуберкулезных учреждений и проведение мероприятий, направленных на профилактику туберкулеза, выявление и лечение больных. С целью снижения и предупреждения дальнейшего распространения туберкулезной инфекции, улучшения эпидемиологической ситуации, связанной с туберкулезом, ситуация по туберкулезу находится на постоянном контроле в правительстве России. Успешно реализуется Государственная программа «Туберкулез» на 2015-2019 годы. Совместно с ПРООН разработан и утвержден проект «Поддержка Государственной программы «Туберкулез» в России финансируемый за счет средств Глобального фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией. Возбудителем туберкулеза является микобактерия или открытая немецким ученым в 1882 году и названная его именем — палочка Коха.



Чаще всего туберкулез поражает легкие, но может поразить и другие органы: кожу, почки, кишечник, глаза, костно-суставную систему и др. Источником заражения является больной активным туберкулезом легких. 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. Особенно большому риску заражения туберкулезом подвергаются люди, длительное время находящиеся в контакте с больным в плохо проветриваемом помещении: в тюремной камере, армейской казарме, больничной палате или в кругу семьи.

Заразиться туберкулезом — еще не значит заболеть. Вероятность заболеть активным туберкулезом у здорового человека, получившего палочку Коха, составляет около 5-10% в течение жизни. Заболевание возникает не сразу: от момента заражения до развития заболевания может пройти от нескольких дней до нескольких месяцев. Как правило, заболевание возникает при достаточно длительном контакте с больным активной формой туберкулеза и на фоне ослабления защитных сил организма.

К ослаблению иммунной системы приводят:

- Недостаточное или неполноценное питание;
- Потребление токсических продуктов (курение, алкоголь, наркотики);
- Сопутствующие заболевания (туберкулезу особенно подвержены ВИЧ-инфицированные, больные язвенной болезнью желудка и

двенадцатиперстной кишки, сахарным диабетом, длительное употребление гормональных препаратов и др.); стресс. Доказано, что стресс и депрессия отрицательно влияют на состояние иммунной системы.

Помните! Разные люди в разной степени восприимчивы к инфекции, но чаще всего заболевают люди с ослабленной иммунной системой. Как защитить себя от заражения туберкулезом? Прежде всего, основу профилактики туберкулеза среди всего населения составляют меры, направленные на повышение защитных сил организма: соблюдение правильного режима труда; рациональное и своевременное питание; отказ от курения, наркотиков, злоупотребления спиртными напитками; прием поливитаминов в весенний период; закаливание, занятие физкультурой; соблюдение здорового образа жизни, а также мероприятия, оздоравливающие жилищную и производственную среду (снижение скученности и запыленности помещений, улучшение вентиляции). В нашей стране проводится специфическая профилактика туберкулеза — вакцинация новорожденных и ревакцинация БЦЖ вакциной — неинфицированных туберкулезом детей в возрасте 7 лет и в 14 лет среди групп детей с повышенным риском заболевания. Очень важна санитарная профилактика, которая включает весь комплекс мероприятий, направленных на предотвращение передачи туберкулезной инфекции от больных к здоровым. Медицинскими работниками разработан целый комплекс мер, который должен соблюдать каждый больной туберкулезом и любой человек, если рядом с ним находится такой больной. И, прежде всего, это соблюдение правил личной гигиены. У больного должна быть по возможности отдельная комната, своя постель, отдельная посуда и полотенце. Необходимо несколько раз в день проветривать комнату, проводить систематически влажную уборку, а не реже 1 раза в месяц — генеральную уборку мыльно-щелочным раствором. Необходимо больного обучить пользоваться плевательницами для сбора мокроты и затем обеззараживать их. Социальная профилактика туберкулеза может быть эффективна только при уменьшении числа социально-дезадаптированных лиц, при повышении уровня жизни всех слоев населения.

Первые симптомы и признаки заболевания:

- Длительный кашель — сухой или с выделением мокроты (более 3 недель);
- Потеря аппетита, снижение массы тела;
- Общее недомогание, слабость, потливость (особенно по ночам), • снижение работоспособности;
- Периодическое повышение температуры тела.



Диагностика:

Единственным способом выявить болезнь на ранних стадиях развития заболевания является флюорографическое (или рентгенологическое) и бактериологическое исследование. Ежегодные флюорографические осмотры — надежный и безопасный метод выявления туберкулеза легких и других заболеваний органов грудной клетки, особенно при наличии факторов, снижающих сопротивляемость организма.

Как следует лечиться от туберкулеза?

Как правило, туберкулез излечим. И чем раньше выявляется, тем быстрее лечится. Лечение туберкулеза заключается в регулярном приеме больным комплекса противотуберкулезных препаратов в течение длительного периода времени (6-8 месяцев и более). Такой длительный срок и режим приема необходим, чтобы полностью убить микобактерии в тканях организма. Больной должен вести правильный образ жизни, не нарушать лечебный режим и полноценно питаться.

Помните! Бактерии туберкулеза очень живучи. Как только прием противотуберкулезных препаратов прерывается, или их доза снижается, микобактерии не только восстанавливают свою жизнедеятельность, но и приобретают устойчивость к лекарственным препаратам, что делает дальнейшее лечение дорогостоящим и малоперспективным.

Международный опыт убедительно показывает, что успешная борьба с туберкулезом возможна только при объединении всех сил общества. Знания особенностей передачи туберкулезной инфекции и ее проявлений необходимы каждому человеку, каждой семье, так как своевременное принятие мер может предотвратить не только передачу инфекции, но и развитие заболевания.