



**Федеральная служба**  
по надзору в сфере защиты прав  
потребителей и благополучия человека



ЦЕНТР  
ГИГИЕНЫ  
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ  
В РЕСПУБЛИКЕ  
БАШКОРТОСТАН

# Как предупредить туберкулез



# Как предупредить туберкулез

**Туберкулез** – инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путем. Его возбудителем является бактерия *Mycobacterium tuberculosis*.

Основным источником инфекции служит человек, больной легочной формой туберкулеза и выделяющий микобактерии из дыхательных путей. Пути передачи инфекции: воздушно-капельный (с частицами мокроты, носоглоточной слизи, попадающими в воздух при кашле, чихании, разговоре) и воздушно-пылевой (с взвешенной в воздухе пылью, содержащей микобактерии). Заражение от животных обычно происходит при употреблении в пищу мяса и молочных продуктов. Возможна передача возбудителя через предметы обихода. Чаще всего туберкулез поражает органы дыхательной системы: легкие, бронхи, плевру, однако возможна и другая локализация, например, кишечник, почки и мочевыводящие пути, кости, кожа, лимфатические узлы.

**К методам профилактики туберкулеза** относят в первую очередь противотуберкулезные прививки вакциной БЦЖ и БЦЖ-М. Первую прививку детям делают в родильном доме. Иммуитет после проведенной вакцинации вырабатывается в течение 6-8 недель. Дети, не привитые по различным причинам в родильном доме, подвергаются большому риску заражения туберкулезом. В виде исключения, дети с длительно сохраняющимися медицинскими отводами прививаются в условиях детских поликлиник.

Для поддержания иммунитета проводится обязательная двукратная ревакцинация против туберкулеза в 7 и 14 лет. Ревакцинация делается не всем детям и подросткам, а только тем, у кого еще не произошло заражение туберкулезом. Поэтому перед проведением ревакцинации ставится туберкулиновая проба Манту.

Необходимо помнить, что постановка туберкулиновой пробы Манту является также ранним методом диагностики туберкулеза у детей. Поэтому, если по результатам реакции Вашего ребенка направляют на консультацию к фтизиатру, пренебрегать этим нельзя, так как это может привести к несвоевременной диагностике заболевания.

Флюорографическое обследование органов грудной клетки позволяет выявить ранние формы туберкулеза, когда лечение наиболее эффективно.

Необходимо обследовать всех членов семьи, прежде всего кашляющих, оберегать детей от общения с неизвестными лицами, которые могут быть заражены туберкулезом и даже не знать об этом.



02.fbuz



vk.com/sesufa

sesufa.ru

От заражения до проявления заболевания может пройти от нескольких недель до нескольких лет. Поэтому лучше не ждать появления симптомов заболевания, а проходить профилактическую флюорографию 1 раз в 2 года, а лицам, относящимся к категории декретированных контингентов 1 раз в год.

В профилактике туберкулеза значительную роль играет соблюдение санитарно-противоэпидемического режима на промышленных предприятиях, в детских образовательных и оздоровительных учреждениях, организациях общественного питания, торговли и коммунально-бытового обслуживания населения.

Каждый человек может самостоятельно снизить риск заболевания. Залог успеха – общее оздоровление организма и правильный образ жизни.

### **Меры личной профилактики:**

- регулярное сбалансированное питание, обязательно включающее мясо, рыбу, овощи и фрукты. Вдобавок необходимо принимать витаминные препараты;
- достаточная двигательная активность: прогулки на свежем воздухе, занятия непрофессиональным спортом и физкультурой;
- отказ от курения и других вредных привычек;
- закаливание;
- соблюдение правил личной гигиены и внимание к своему здоровью (регулярное прохождение медосмотров).

## **Будьте здоровы!**

Федеральное Бюджетное Учреждение Здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан»

Контактный телефон 8 (347) 287-85-00



02.fbuz



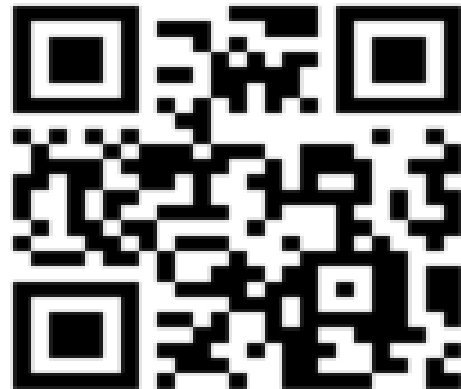
vk.com/sesufa

sesufa.ru

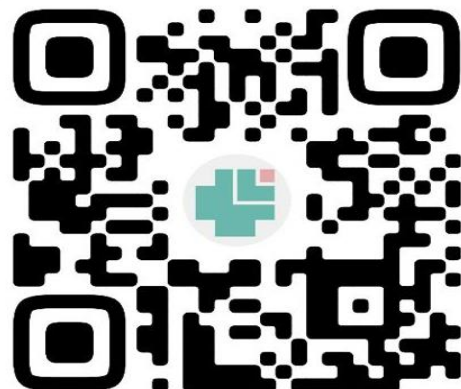
# Социальные сети Центра гигиены и эпидемиологии



[sesufa.ru](http://sesufa.ru)



[vk.com/sesufa](https://vk.com/sesufa)



[02.fbuz](https://t.me/02.fbuz)



[02.fbuz](https://t.me/02.fbuz)



[vk.com/sesufa](https://vk.com/sesufa)

[sesufa.ru](http://sesufa.ru)