

## 24 марта Всемирный день борьбы с туберкулезом Туберкулез: проблемы и пути решения

Ежегодно **24 марта** в мире по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) проводится **Всемирный день борьбы с туберкулезом**. Именно в этот день в 1882 г. в Берлине доктор Роберт Кох объявил об открытии этой страшной болезни, которая до сих пор угрожает каждому из нас.

Цель проведения мероприятия является привлечение внимания общественности к проблеме туберкулеза, информирование населения об опасности и тяжелых последствиях заражения туберкулезом, необходимости своевременного обращения за медицинской помощью, пропаганда здорового образа жизни.

Всемирный день борьбы с туберкулезом проводится под девизом: «Борьба с туберкулезом продолжается. Переориентация борьбы на ликвидацию туберкулеза». Нынешняя кампания вдохновляется целями и задачами Глобального плана «Остановить туберкулез – 2015 г.». В рамках Глобального плана новые научные изыскания позволят внедрить в мировую медицинскую практику экспресс-тесты на туберкулез, ускоренные схемы лечения и эффективные вакцины.

Туберкулез продолжает оставаться одной из самых насущных медико-социальных проблем настоящего времени, представляющих серьезную угрозу жизни человека. По данным ВОЗ, каждую секунду на планете один человек инфицируется туберкулезом. Ежегодно у более 8 млн. человек развивается активный туберкулез, и почти 2 млн. человек умирает от этой болезни. Во всем мире зафиксировано рекордное число заболеваний, не поддающихся медикаментозному лечению.

В 2014 г. в Московской области зарегистрировано 2680 случаев впервые выявленного активного туберкулёза (2013г.-2623 случая). Показатель заболеваемости снизился на 4,9% и составил 36,41 на 100 тыс. населения. Наиболее высокие уровни заболеваемости, существенно превышающие областной показатель, отмечены в г. Орехово-Зуево (74,97), а также в Серебряно-Прудском (54,09), Воскресенском (48,58), Пушкинском (47,33) и Шатурском районах(46,01).

Активным впервые выявленным туберкулёзом заболело 110 детей в возрасте до 14 лет, показатель заболеваемости составил 10,49 на 100 тыс. населения против 7,72 в 2013 г. (рост в 2,5 раза).

Резервуаром инфекции по-прежнему являются лица нигде не работающие и ведущие асоциальный образ жизни (20,1% от всех заболевших), а так же иностранные граждане, прибывшие из сопредельных государств. Частота выявления туберкулёза среди них в 2014 г. была в 4 раза выше, чем среди коренного населения области (0,4 и 0,1 на 100 обследованных соответственно).

**Туберкулез** – древнейшее инфекционное заболевание, известное со времен Египетских пирамид. Возбудитель заболевания – *Mycobacterium*

tuberculosis обладает значительной устойчивостью к низким и высоким температурам, повышенной влажности.

Общепризнано, что микобактерии туберкулеза попадают в организм человека четырьмя различными путями: аэрогенным (через дыхательные пути); алиментарным (через органы пищеварения); кожным (через поврежденные кожные покровы) и смешанным. Чаще всего им поражаются легкие, но эта инфекция способна поразить и любой другой орган. Источником заражения являются больные люди или домашние животные. Основным источником заражения – больной человек. Наиболее часто туберкулез распространяется воздушно-капельным путем. При кашле, чихании, разговоре больного туберкулезом в воздух, на пол и стены комнаты, предметы обихода, попадают мельчайшие капельки мокроты и слюны. Микробы после высыхания мокроты долго остаются жизнеспособными, особенно в слабоосвещенных местах, даже в высохшей мокроте и на различных предметах они выживают до шести-восьми месяцев. Это обуславливает возможность контактно-бытовой передачи через посуду, белье, книги.

Без соответствующего лечения каждый больной активной формой туберкулеза, ежегодно заражает, в среднем, 10-15 человек. Впервые проникшие в организм микобактерии туберкулеза распространяются в организме человека, но не обязательно вызывают заболевание. Многие из них погибают. Но некоторые могут сохранить жизнеспособность и годами находиться в организме, до поры до времени, не причиняя ему вреда. Неблагоприятные факторы – плохие жилищные условия, неполноценное питание, недостаток хорошей питьевой воды, стрессы, недосыпания, снижение сопротивляемости организма вследствие перенесенных других болезней, низкая санитарная культура населения увеличивают вероятность заражения. Очень подвержены заболеванию туберкулезом те, кто злоупотребляет алкоголем и курением. Риск заболевания туберкулезом возрастает у лиц с неполноценным питанием, страдающих алкоголизмом, табакокурением, наркоманией, ВИЧ-инфицированных, лиц с наличием сопутствующих заболеваний (диабет, язвенная болезнь желудка и 12-ти перстной кишки, хронические болезни легких).

**Каждый человек должен знать основные признаки туберкулеза и меры его профилактики.**

**Основные признаки туберкулеза:**

- кашель более 3-х недель;
- незначительное повышение температуры тела;
- общая слабость, быстрая утомляемость;
- снижение или отсутствие аппетита, потеря веса тела;
- повышенная потливость, особенно под утро.

**Чтобы уберечь себя от заражения туберкулезом, необходимо:**

- отказаться от вредных привычек, которые снижают сопротивляемость организма;

- следить за чистотой и порядком в помещении и за его пределами;
- не допускать захламления и скопления пыли;
- ежедневно производить уборку квартиры и мебели влажным способом;
- как можно чаще проветривать помещение;
- не чистить в комнате одежду и обувь;
- всегда мыть руки перед едой;
- соблюдать режим питания;
- не покупать мясо, молоко на стихийных рынках;
- в пищу употреблять только кипяченое молоко;
- соблюдать режим труда и отдыха;
- закаливать свой организм;
- заниматься физкультурой и спортом;
- чаще бывать на свежем воздухе;
- бороться со стрессом;
- быть непримиримым к санитарным недостаткам. Не стесняться делать замечание невеждам;
- регулярно проходить флюорографическое обследование.

**Раньше обнаружить туберкулёз и начать лечение (а значит, увеличить шансы на выздоровление) позволяет ФЛЮОРОГРАФИЯ.**

Для своевременного выявления туберкулеза взрослые должны не реже одного раза в два года обследоваться на **флюорографе**. А детям и подросткам необходимо делать туберкулиновые пробы.

Следует запомнить, что при появлении признаков заболевания необходимо обратиться к врачу. Уклонение от обследования приводит к заражению окружающих, выявлению уже тяжелых форм, которые лечатся годами и заканчиваются инвалидностью и даже смертью.

Всемирный день борьбы с туберкулезом был учрежден для того, чтобы призвать население беречь собственное здоровье.

**Своевременно выявленный туберкулез лучше поддается лечению.**