

24 марта – Всемирный День борьбы с туберкулезом

Основные задачи этого Дня – информирование населения о необходимости своевременного прохождения профилактических осмотров в целях раннего выявления заболевания, своевременного обращения за медицинской помощью, привлечение государственных и общественных организаций к участию в работе по борьбе с этим заболеванием, формирование у подрастающего поколения приверженности к здоровому образу жизни.

В Саратове общая заболеваемость в 2015 г. снизилась на 16 % и составила 39,3 на 100 тыс. населения, областной показатель – 43,0 на 100 тыс., по России за 2014 г.- 59,5.

Главное профилактическое средство от туберкулеза – это прививка живой ослабленной вакциной. Детям младшего школьного возраста для ранней диагностики туберкулеза применяется внутрикожная проба Манту. У взрослых, начиная с 15 лет, выявить заболевание в начальной стадии возможно только с помощью флюорографии.

Туберкулезом болеют в основном те, кто входит в группы риска. Это больные с эндокринными заболеваниями (прежде всего сахарным диабетом), имеющие заболевания желудочно-кишечного тракта (язва желудка или двенадцатиперстной кишки), хронические неспецифические заболевания легких и особенно ВИЧ-инфицированных, а также те, кто находится в периоде гормональной перестройки, например, подростки. Есть социальные группы риска, однако если человек не входит ни в одну из этих категорий, это еще не значит, что он полностью защищен от возможности заболевания. Для того чтобы микобактерии начали свою разрушительную работу, необходимы провоцирующие факторы. Это все, что ослабляет иммунитет: плохие условия труда и ненормированный труд, плохие жилищные условия, такие как теснота, сырость, холод. Спровоцировать развитие туберкулеза может перенесенное тяжелое заболевание или сильный стресс.

Чтобы защитить себя и не заболеть туберкулезом, надо вести здоровый образ жизни, отказаться от таких вредных привычек, как курение и алкоголь. Кроме того, достаточно отдыхать, заниматься спортом или хотя бы делать по утрам зарядку, избегать стрессовых ситуаций. Необходимо раз в год проходить профилактические флюорографические осмотры. Это позволяет выявить болезнь на ранних стадиях, когда на лечение потребуется гораздо меньше времени, сил и средств.