**Памятка по профилактике туберкулёза**

**24 марта-всемирный день борьбы с туберкулёзом** — памятная дата, отмечаемая ежегодно по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). 24 марта выбрано в связи с тем, что в этот день в 1882 году немецкий микробиолог Роберт Кох (Robert Koch) объявил о сделанном им открытии возбудителя туберкулёза.

|  |
| --- |
|  |

***Пути передачи туберкулёза:***

* **Воздушно-капельный**. Туберкулёзные микобактерии попадают в воздух с капельками при кашле, разговоре и чихании больного активным туберкулёзом. При вдыхании эти капельки с микобактериями попадают в лёгкие здорового человека. Это самый распространённый путь заражения.
* **Алиментарный**. Проникновение происходит через пищеварительный тракт.
* **Контактный**. Описаны случаи заражения через конъюнктиву глаза маленьких детей и взрослых. При этом иногда обнаруживается острый конъюнктивит и воспаление слёзного мешочка. Заражение туберкулёзом через кожу встречается редко.
* **Внутриутробное заражение туберкулёзом**.

**Основные клинические проявления**

Туберкулёз лёгких может длительное время протекать бессимптомно или малосимптомно и обнаружиться случайно при проведении **флюорографии** или на **рентгеновском снимке** грудной клетки.

В случаях, когда туберкулёз проявляется клинически, обычно самыми первыми симптомами выступают:  
**- слабость, бледность, повышенная утомляемость, вялость, апатия;  
- субфебрильная температура (около 37 °C, редко выше 38°);  
- потливость, особенно беспокоящая больного по ночам;  
- похудение;  
- часто выявляется увеличение размеров лимфатических узлов.**

В крови больных туберкулёзом при лабораторном исследовании часто обнаруживается анемия (снижение числа эритроцитов и содержания гемоглобина), умеренная лейкопения (снижение числа лейкоцитов).

Далее по ходу развития заболевания присоединяются более или менее явные симптомы со стороны пораженного органа.

**При туберкулёзе лёгких это** –

- **кашель, отхождение мокроты**,

**-  хрипы в лёгких, насморк, иногда затруднение дыхания или боли в грудной клетке (указывающие обычно на присоединение туберкулёзного плеврита),**

**-  кровохарканье**.   
***Что делать при появлении признаков заболевания?***

При появлении первых признаков заболевания самолечением заниматься нельзя, следует обратиться к врачу за медицинской помощью. Следует запомнить, что уклонение от обследования приводит к заражению окружающих, выявлению уже тяжелых форм заболевания, которые лечатся годами и могут заканчиваться инвалидностью и даже смертью, тогда как **своевременно выявленный туберкулез может быть успешно излечен.**

**Профилактика**

   Важную роль в снижении риска заболевания туберкулезом играют профилактические меры, направленные на укрепление защитных сил организма:

**-  соблюдение человеком правильного режима труда и отдыха,**

**- полноценное питание,**

**- отказ от курения, наркотиков, употребления алкоголя,**

**- соблюдение здорового образа жизни.**

Основной профилактикой туберкулёза на сегодняшний день является **вакцина БЦЖ (BCG).**

 Прививку делают в роддоме при отсутствии противопоказаний в первые 3—7 дней жизни ребенка**.**

В 7 и 14 лет при отрицательной реакции Манту и отсутствии противопоказаний проводят ревакцинацию.

   С целью выявления туберкулёза на ранних стадиях, для каждого человека,  старше 15 лет  обязательно **ежегодное прохождение флюорографического обследования.**

**Памятка по профилактике туберкулёза**

**Всемирный день борьбы с туберкулезом отмечается 24 марта**

**по решению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)**

**в память того дня, когда в 1882 году немецкий микробиолог Роберт Кох**

**объявил о сделанном им открытии возбудителя туберкулёза.**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **[http://school26-nu.edusite.ru/img/p121_312407.jpg](http://school26-nu.edusite.ru/images/p121_312407.jpg)** | |
| **Что такое туберкулез?**  Туберкулез (чахотка) – это инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза, которые часто называют палочками Коха. Заболевание развивается только в ответ на размножение в организме человека этих микробов.    **Как можно заразиться туберкулезом?**  Основным источником заражения туберкулезом является человек, который болеет туберкулезом легких. Из дыхательных путей, особенно во время кашля, отделяется мокрота, содержащая микобактерии туберкулеза. Мелкие капли мокроты могут попадать в дыхательные пути здорового человека, находящегося рядом. Мокрота может оседать на поверхности пола или земли, на предметах и вещах. Инфекция может попасть в организм человека вследствие нарушения правил гигиены – например, если не вымыть руки после контакта с поручнями в общественном транспорте или употреблять в пищу немытые овощи и фрукты, плохо обработанное мясо и некипяченое молоко.    **Что же происходит при вдыхании туберкулезных палочек?**  В большинстве случаев, если иммунная система человека находится в норме, вдыхание туберкулезных палочек не приводит к заболеванию в активной стадии. К попавшим в дыхательные пути микобактериям устремляется целое войско клеток-защитников, которые поглощают и убивают большую часть болезнетворных микроорганизмов. Но некоторые микобактрии могут уцелеть и в течение долгого времени оставаться неактивными. Таким образом, «нападение» болезнетворных организмов на организм остается без последствий. Однако cпустя месяцы и даже годы, при ослаблении иммунитета в результате какой-либо другой болезни, недостаточного питания или стресса, бактерии туберкулеза начинают размножаться, уничтожая своей массой клетку-хозяина и полагая начало *развитию активного туберкулеза.*  В некоторых случаях при первом же попадании инфекции в организм бактерии могут размножаться, вызывая серьезные повреждения легочной ткани. Это случаи активного легочного туберкулеза, который может стать источником дальнейшего распространения инфекции.  В ряде случаев болезнетворные бактерии, попав в легкие, могут по лимфатическим сосудам или с током крови переноситься в другие части тела, попадая в почки, кости и суставы, мозг и т.д. При хороших защитных силах организма микобактерии остаются в неактивном состоянии долгое время, но при ослаблении организма в этих частях тела также может развиться туберкулез.    **Что может снизить защитные силы вашего организма?**  Если в дыхательные пути попадёт слишком большое количество туберкулезных палочек-микобактерий, организм может не справиться с таким натиском. Если Вы длительное время общаетесь с больным туберкулёзом, ваш организм подвергается постоянным атакам, и может настать момент, когда он больше не сможет эффективно сопротивляться инфекции. Известны также другие факторы, содействующие развитию микобактерий в организме:   * стресс - душевное или физическое перенапряжение; * неумеренное потребление алкоголя; * курение; * недостаточное или неполноценное питание; * другие болезни, ослабляющие организм.   Дети, подростки, беременные женщины и пожилые люди более подвержены инфекции. |
|  |
|  |
| **Как уберечься от заболевания?**  Чтобы не заболеть туберкулезом, необходимо вести здоровый образ жизни. Для крепкого здоровья нужна здоровая нервная система, поэтому важно избегать стрессов. Пища должна быть полноценной, обязательно должна содержать достаточное количество белков. Важным условием для поддержки здоровья должна быть ежедневная нормальная физическая нагрузка. Пыльные непроветриваемые помещения благоприятствуют распространению туберкулезных бактерий. Для профилактики заболевания необходимо проветривать помещения.    **Где можно пройти обследование?**  Флюорографическое обследование грудной клетки можно сделать в поликлинике по месту жительства. При подозрении на туберкулез участковый врач или врач-специалист после клинического дообследования направит на консультацию к фтизиатру в противотуберкулезный диспансер или тубкабинет.    **Кто должен чаще осматриваться на туберкулез?**  Существует несколько уязвимых групп граждан и профессиональных категорий специалистов, которые в силу различных причин должны чаще обследоваться на туберкулез.  Два раза в год должны проходить осмотр:   * военнослужащие, проходящие военную службу по призыву; * работники родильных домов (отделений); * лица, находящиеся в тесном бытовом или профессиональном контакте с источниками туберкулезной инфекции; * лица, снятые с диспансерного учета в туберкулезном учреждении или подразделении в связи с выздоровлением в течение первых 3-х лет после снятия с учета; * лица, перенесшие туберкулез и вылечившиеся от него самостоятельно, но имеющие остаточные изменения в легких в течение первых 3-х лет с момента выявления остаточных изменений; * ВИЧ-инфицированные; * лица, состоящие на диспансерном учете в наркологических и психиатрических учреждениях; * лица, освобожденные из следственных изоляторов и исправительных учреждений в течение первых 2-х лет после освобождения; * подследственные, содержащиеся в следственных изоляторах, и осужденные, содержащиеся в исправительных учреждениях.    Один раз в год должны проходить обязательный осмотр на туберкулез:   * больные хроническими неспецифическими заболеваниями органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, мочеполовой системы, сахарным диабетом; * лица, получающие кортикостероидную, лучевую и цитостатическую терапию; * лица, принадлежащие к социальным группам высокого риска заболевания туберкулезом: без определенного места жительства, мигранты, беженцы, вынужденные переселенцы, проживающие в стационарных учреждениях социального обслуживания и учреждениях социальной помощи для лиц без определенного места жительства и занятий; * работники учреждений для детей и подростков: социального обслуживания, лечебно-профилактических, санаторно-курортных, образовательных, оздоровительных и спортивных.    Кроме того, в индивидуальном (внеочередном) порядке осматриваются:   * лица, обратившиеся за медицинской помощью с подозрением на заболевание туберкулезом; * лица, проживающие совместно с беременными женщинами и новорожденными; * граждане, призываемые на военную службу или поступающие на военную службу по контракту; * лица, у которых диагноз «ВИЧ-инфекция» установлен впервые.   **Как уберечь ребёнка от заболевания туберкулезом?**  Снизить риск заболевания туберкулезом ребёнка можно проведением вакцинации БЦЖ, которая является обязательной и проводится бесплатно всем детям в роддоме с 3-х суток жизни (при отсутствии медицинских противопоказаний). Дети, не привитые в роддоме, прививаются в отделениях патологии новорожденных или в условиях детской поликлиники, при этом в возрасте старше 2-х месяцев перед прививкой БЦЖ необходимо предварительно поставить пробу Манту с 2 ТЕ и прививка проводится в случае отрицательной пробы.  Повторные прививки – ревакцинация БЦЖ  – проводится в 7 лет и 14 лет. Если у ребенка или подростка в декретированный возраст (7 и 14 лет) имелся медицинский отвод или проба Манту с 2 ТЕ была сомнительной (а это также является противопоказанием к проведению прививки), то ревакцинация против туберкулеза проводится в течение одного года после наступления указанного возраста. Ревакцинация БЦЖ проводится неинфицированным микобактериями туберкулеза (МБТ) туберкулинотрицательным детям и подросткам.  Если у ребенка или подростка не сформировался постпрививочный знак (рубчик) или его размер менее 2-х мм, то при отрицательной пробе Манту с 2 ТЕ через 2 года после вакцинации и через 1 год после ревакцинации проводится повторная прививка против туберкулеза.  Для своевременного выявления инфицирования туберкулезом всем детям в РФ ежегодно проводится туберкулиновая проба Манту.  Часто болеющие дети или дети, имеющие хронические заболевания, составляют группу риска по туберкулезу. Этой категории ребят уделяется особое внимание, проводятся дополнительные лечебно-профилактические мероприятия, которые определяет участковый врач, врач-специалист, медицинский работник детского учреждения. При наличии медицинских показаний ребенок направляется на консультацию к фтизиатру по месту жительства. Для того чтобы оградить ребенка от заболевания, сами взрослые должны быть уверены, что они ЗДОРОВЫ, и своевременно проходить медицинские осмотры. |
|  |
|  |
| **Как определить, что у меня есть заболевание?**  Основные симптомы, характерные для туберкулеза:   * кашель на протяжении 2–3 недель и более; * боль в груди; * потеря веса; * наличие крови в мокроте; * потливость по ночам; * периодическое повышение температуры; * общее недомогание и слабость; * увеличение периферических лимфатических узлов.   **Если Вы обнаружили у себя эти симптомы, немедленно обращайтесь к врачу!**    **Могу ли я заразить окружающих?**  Больной человек является источником инфекции, пока не приступит к интенсивному лечению. Но как только лечение начато, опасность инфицировать окружающих быстро снижается. Это может подтвердить анализ мокроты на туберкулезные палочки. Если их не удается обнаружить при микроскопическом исследовании, то риск заражения для родных и близких в случае Вашего заболевания невелик. Однако если Вы начали прием противотуберкулезных таблеток, очень важно завершить полный курс лечения, то есть принять все без исключения прописанные лекарства без перерыва даже в том случае, если Вы начнете чувствовать себя лучше.  В отличие от других заболеваний лечение туберкулеза требует приема нескольких специальных антибиотиков в течение длительного времени. Причина этого  –  наличие трех разных по своей активности групп туберкулезных бактерий:  1) Активно размножающиеся бактерии в открытых полостях. Они выходят с мокротой, делая больного источником инфекции для окружающих.  2) Медленно размножающиеся бактерии в защитных клетках организма, окружающих открытые полости.  3) Бактерии в плотных очагах, которые большую часть времени «дремлют», но при отсутствии соответствующего лечения могут активизироваться и также наносить большой вред организму.  Поэтому даже если Вы после начала терапии почувствовали облегчение и долгое время Вас почти ничто не беспокоит, необходимо закончить полный курс лечения, чтобы убить даже «дремлющие» бактерии, иначе болезнь не замедлит возвратиться. Также очень важно не пропускать прием таблеток и не прерывать лечение. Если курс лечения будет не завершен или прерван, погибнет только часть бактерий, а оставшиеся выработают устойчивость к препаратам и оденутся в непробиваемую для привычных лекарств броню. Болезнь не будет излечена, а просто перейдет в форму, устойчивую к лекарственному воздействию, которая еще более опасна как для Вас, так и для окружающих Вас людей.  Если Вы пропустили прием таблеток, как можно скорее сообщите об этом Вашему лечащему врачу, он посоветует, как избежать неприятных последствий.  Также очень важно сообщить врачу о любых признаках побочных эффектов при приеме лекарств, таких как сыпь, желтуха, расстройство зрения или ухудшение слуха, желудочно-кишечные расстройства, покалывание в кончиках пальцев на руках и ногах. Врач даст Вам нужный совет. В преодолении инфекции очень важно состояние общего здоровья, поэтому воздержитесь от алкоголя и курения (или, по крайней мере, уменьшите их прием) .  Старайтесь больше отдыхать, правильно и полноценно питаться, дышите свежим воздухом. Никогда не сплевывайте на пол или на дорогу, используйте для этого вашу индивидуальную плевательницу. Проветривайте время от времени помещение, в котором находитесь. Кашляя, прикрывайте рот платком.  Будьте внимательны к родным и близким. Если Вы заметили у кого-либо симптомы туберкулеза, посоветуйте немедленно обратиться к врачу.    **Излечим ли туберкулез?**  В настоящее время имеется много противотуберкулезных препаратов, прием которых позволяет полностью излечить болезнь. Главными условиями лечения туберкулеза являются своевременное выявление путем профилактических осмотров и раннее обращение больных за специализированной медицинской помощью к врачу-фтизиатру. Больной туберкулезом должен своевременно принимать лечение в полном объеме, предписанном ему врачом. Перерывы в лечении приводят к развитию устойчивой к лекарствам формы туберкулеза, вылечить которую намного сложнее.    **Как долго больной туберкулезом должен лечиться?**  Больной должен полноценно пролечиться не менее 6–8 месяцев: в течение 2–3 месяцев в туберкулезном стационаре, затем в условиях дневного стационаре при туберкулезном кабинете и потом амбулаторно. Противотуберкулезные препараты очень дорогие, но больному они предоставляются бесплатно. Если больной прекратит лечение досрочно или не будет принимать все прописанные ему лекарства, это приводит к возникновению лекарственной устойчивости и впоследствии микобактериями туберкулеза с лекарственной устойчивостью могут быть инфицированы члены семьи больного и окружающие.  Устойчивость к одному препарату поддается лечению другими противотуберкулезными препаратами. А вот когда возникает резистентность к нескольким основным противотуберкулезным препаратам, это представляет значительную опасность и для больного, и для общества.  Лечить больных с множественной устойчивостью палочки Коха сложно и чрезвычайно дорого (курс лечения стоит в 100–150 раз дороже обычного курса лечения), длительность лечения может достигать нескольких лет и далеко не всегда оно оказывается успешным: можно потерять не только легкое (после оперативного вмешательства), но и жизнь. Поэтому главное – соблюдение больными предписанных сроков и методов лечения и прием всех препаратов, которые прописал фтизиатр.    **Что делать, если в семье есть больной туберкулезом?**  Если в семье есть больной туберкулезом, то прежде всего он сам должен осознавать, что от его культуры и дисциплинированности очень многое зависит. Естественно, больной должен выполнять правила личной гигиены. Но не меньшее значение имеет грамотность в вопросах гигиены всех членов семьи и близких, проживающих в очаге туберкулеза.  Больной должен иметь свою комнату, а если нет такой возможности, то свой угол. Кровать следует поставить поближе к окну, отгородить ее ширмой. Нельзя спать на диване, которым днем пользуются другие члены семьи, на котором играют дети. У больного должна быть своя посуда, все вещи следует хранить отдельно. Плевательницу должен обрабатывать сам больной.  Как помочь больному, как дезинфицировать его вещи, делать уборку в помещении, обрабатывать мокроту – об этом расскажут в туберкулезном диспансере. Вся семья больного должна наблюдаться в диспансере по контакту, вовремя обследоваться и проходить профилактические курсы лечения в соответствии с рекомендациями фтизиатра.    **Нужно ли обрабатывать квартиру, если раньше там жил больной туберкулезом**?  Обязательно. Микобактерии туберкулеза долго сохраняют свою жизнеспособность в окружающей среде, особенно во влажных и запыленных помещениях. Губительными для микобактерий являются длительное ультрафиолетовое излучение и дезинфицирующие средства. Лучше, чтобы обработку помещения по заказу провели специалисты дезинфекционной службы. Если в Вашем населенном пункте нет дезостанций, то получить консультацию по правильной обработке помещения своими силами Вы сможете у фтизиатра. |
|  |

**Будьте здоровы!**

## [Памятки по профилактике туберкулеза](http://taviak.ru/%d0%bd%d0%be%d0%b2%d0%be%d1%81%d1%82%d0%b8/4073/)

**Памятка №1**

**Туберкулез- это опасно**

***Каждый год в мире миллионы людей погибают от туберкулеза***, несмотря на то, что для лечения больных уже в течение нескольких десятилетий существуют эффективные лекарства. Это связано с изменением  возбудителя под действием антибиотиков и химиопрепаратов и формированием устойчивости к некоторым из них.

**Бактерии туберкулеза отличаются большой стойкостью** во внешней среде, длительно сохраняются в жидкости,  темных сырых помещениях и почве до 8-10 месяцев, высохшей мокроте до 6-8 месяцев  и других выделениях больных, а также в сырых продуктах, полученных от больных туберкулезом животных (молоко, мясо и т.д.).

**Источником инфекции** является больной бациллярной формой человек, больное сельскохозяйственной животное или птица.

**Механизм передачи** – воздушно-капельный и фекально-оральный.

Человек восприимчив к этому заболеванию в любом возрасте, не зависимо от пола и социального статуса.

***К группам риска относятся:***

**-** **по мед.пок­азаниям**: лица, страдающие алкоголизмом, больные с язвенной болезнью желудка и 12перстной кишки, состояние после резекции желудка, сахарным диабетом, психохроники, наркоманы, длительно кашляющие и выделяющие мокроту;

**- по социальным показаниям**: лица, освободившиеся из ИТУ, бомжи, беженцы, мигранты, переселенцы;

**- по профессиональным показаниям**: работники противотуберкулезных учреждений, пылевых производств;

- мужчины старше 40 лет, особенно курящие;

- беременные женщины;

- дети раннего возраста непривитые против туберкулеза;

**Методами раннего выявления туберкулеза являются:**

-флюорографическое обследование (ФЛО с 15 лет)

-постановка реакции Манту (детям до 17 лет)

-бактериологический метод (исследование мокроты)

**Помните, что**

**Памятка №2**

# П а л о ч к а  КОХА б е с п о щ а д н а

**“Убийца № 1″** – такую характеристику заслужил туберкулез (чахотка), занимающий по актуальности одно из первых мест в мире.

**Ежегодно** в мире регистрируются до 10 млн. больных туберкулезом, умирает – около 3 млн., несмотря на то, что туберкулез излечим, он уносит ежедневно жизни 5 тысяч людей, в России около 30 тысяч человек умирают от него ежегодно.

Туберкулез поражает все органы и ткани, но чаще страдают легкие ( до 90%), болеют люди и животные.

**Возбудители** заболевания, бациллы Коха, чрезвычайно устойчивы – сохраняют свою заразительность в высохшей мокроте до 8 месяцев, поэтому инфекция чаще распространяется воздушно-пылевым путем.

Постоянным **резервуаром (источником)** инфекции служат хронические больные с выделением лекарственно-устойчивых форм, больные туберкулезом лица, освободившиеся из мест лишения свободы, ведущие асоциальный образ жизни, не ставшие на учет мигранты.

**Восприимчивость – всеобщая!**

Трудоспособный возраст составляет большинство. Способствует развитию инфекции хронические заболевания, частые простудные инфекции, недостаточное потребление продуктов животного происхождения, вредные привычки, нервноэмоциональная неустойчивость.

**Что делать неукоснительно?**

1.Делать прививки  БЦЖ ( начиная с роддома).

2.Ставить ежегодно пробу Манту с 1 года жизни до 18 лет.

3.Проходить профилактическое флюорографическое обследование начиная с 15 лет не реже 1 раза в 2 года.

4. Вести здоровый образ жизни.

Предупреждение туберкулеза – дело каждого гражданина,  заботящегося о своем здоровье и здоровье своих детей.

**Памятка №3**

**Что нужно знать о туберкулезе.**

**Туберкулез** – одно из древнейших хронически протекающих заболеваний, занимающих по актуальности одно из первых мест в мире.

    В Ростовской области, так же как и в целом по России сохраняется эпидемиологическое неблагополучие по туберкулезу. Человек восприимчив к заболеванию в любом возрасте, независимо от пола и социального статуса. Инфекция передается в основном воздушно-капельным путем от больного человека к  здоровому.

    Возбудители заболевания – микобактерии туберкулеза чрезвычайно устойчивы, даже в высохшей мокроте сохраняют свою заразительность до 6-8 месяцев. Увеличилось число больных с лекарственной устойчивостью микобактерий к противотуберкулезным препаратам, что приводит к хронизации процесса, с тяжелыми, остро прогрессирующими формами туберкулеза,  сочетании ВИЧ инфекции с туберкулезом.

    К факторам способствующим заболеванию туберкулезом следует отнести: неполноценное питание, алкоголизм, табакокурение, наркоманию, ВИЧ-инфицированность, наличие сопутствующих заболеваний (диабет, хронические неспецифические болезни легких).

**Флюорографические осмотры** – **основной и пока единственный способ выявления начальных форм заболевания туберкулезом** у взрослых и подростков, обследование необходимо проходить не реже 1 раза в 1-2 года.

**Запомните**, **что уклонение от обследования приводит к заражению окружающих, выявлению уже тяжелых форм заболевания, которые могут привести к инвалидности и даже смерти, тогда как своевременно выявленный туберкулез может быть излечен.**

**Своевременное выявление заболевания на ранних стадиях дает возможность полностью излечить заболевание, вернуть здоровье, а с ним и привычный ритм и стиль жизни.**

## Памятка больному туберкулезом

**Основные симптомы туберкулеза:**

кашель в течение 3 недель и более; снижение массы тела (похудение); общая слабость и утомляемость; лихорадка или незначительное повышение температуры тела; потение ночью; боль в грудной клетке; одышка; ухудшение аппетита; кровохарканье.

При наличии одного или нескольких упомянутых симптомов необходимо обратится на обследование к врачу!

Посещать диспансер нужно обязательно в установленные лечащим врачом сроки, а при ухудшении самочувствия немедленно обратиться к врачу.

Антибактериальные препараты важно принимать аккуратно, длительно и непрерывно, согласно всем указаниям врача. Самовольное прекращение лечения вредно отражается на течении болезни, а нерегулярный прием препаратов приводит к формированию лекарственной устойчивости и неэффективности дальнейшей терапии.

Необходимо воздерживаться от спиртных напитков и курения, эти вредные привычки затрудняют лечение туберкулеза.

Необходимым для лечения и профилактики туберкулеза является соблюдение режима питания, содержащего достаточное количество белков и витаминов.

Народные методы лечения дополняют, а не заменяют лекарственные препараты! Перед их применением необходимо посоветоваться с лечащим врачом, так как в некоторых случаях народные средства могут вызвать ухудшение.

Больной туберкулезом должен проживать в отдельной от других членов семьи комнате, или при невозможности выделить ему целую комнату нужно часть ее отгородить ширмой.

В комнате больного нужно оставить только сами необходимые вещи, которые легко мыть, чистить и дезинфицировать. Мягкую мебель нужно покрывать чехлами.

Больной обязательно должен иметь отдельное полотенце и отдельное постельное белье. Все вещи больного должны храниться отдельно от вещей других членов семьи. Грязное белье также нужно держать отдельно.

В квартире, где живет больной нельзя подметать сухой щеткой, так как при этом в воздух поднимается пыль (вместе с микобактериями туберкулеза). Необходима ежедневная влажная уборка мокрой тряпкой с применением моющих или дезинфицирующих растворов.

Все помещения в квартире, где живет больной туберкулезом необходимо регулярно проветривать.

Мухи могут переносить микобактерии туберкулеза в помещении. Не следует оставлять открытой пищу. Периодически нужно избавляться от мух с помощью липких лент или фумигаторов.

При уборке помещения больного туберкулезом, обработке вещей, сборе и стирке белья нужно надевать марлевую повязку и резиновые перчатки, а после окончания работ тщательно мыть руки с мылом.

Для обеззараживания предметов используемых больным, посуды, белья, плевательниц и помещения необходимо использовать в точном соответствии с инструкцией дезинфицирующие препараты, выдаваемые участковым фтизиатром.

**Чтобы уменьшить вероятность заражения окружающих и членов своей семьи больной туберкулезом должен придерживаться следующих правил:**

1. Прикрывать рот тыльной стороной руки или платком и отворачиваться при кашле. При разговоре не нужно стоять близко к собеседнику и дышать в лицо. Необходимо избегать рукопожатий и чаще мыть руки с мылом.
2. Во время еды за общим столом больной должен воздерживаться от разговоров и кашля.
3. Нельзя плевать на пол! Мокроту нужно выплевывать только в карманную плевательницу (баночку с плотно закрывающейся крышечкой).
4. Пользоваться отдельной посудой и не позволять пользоваться ею другим.
5. Посуду больного нужно мыть и хранить отдельно и вытирать отдельным полотенцем. Лучше, чтобы ее мыл сам больной.
6. Все предметы, которыми пользуется больной (посуда, белье, носовые платки, плевательница) должны регулярно обрабатываться с целью дезинфекции.
7. Дезинфицировать мокроту, плевательницу, белье и другие предметы и вещи больной по возможности должен сам. Ни в коем случае нельзя поручать это детям, так как их организм очень восприимчив к туберкулезной инфекции.
8. Нельзя выливать мокроту на землю, так как возможен ее разнос мухами, а также заражение детей и домашних животных. Можно сжигать мокроту, поместив ее на кусок бумаги.

**Микобактерия туберкулеза способна сохранятся живой:**

* В пыли и высохшей мокроте – 1 – 3 месяца,
* В воде – 3 месяца,
* На земле (в тени) – несколько лет.

**Микобактерия туберкулеза погибает при воздействии:**

* Яркого солнечного света – через 20 – 30 минут, обычный дневной свет задерживает их рост.
* Ультрафиолетовых лучей – через 2 – 3 минуты.
* Кипячения – через 30 минут, а при кипячении в 2% растворе соды – через 15 минут.

**Обработка белья:** Кипячение в 2% растворе соды (20 грамм соды на 1 литр воды) в течение 15 минут. Кроме того, белье, носовые платки, одежду и постельные принадлежности больного необходимо регулярно проветривать и гладить горячим утюгом. Можно обеззараживать одеяла, шерстяные и хлопчатобумажные вещи проветриванием и вывешивание их на ярком солнечном свету.

**Обработка посуды:** Кипячение в 2% растворе соды (20 грамм соды на 1 литр воды) в течение 15 минут.

**Обработка плевательниц и мокроты:** Кипячение в 2% растворе соды (20 грамм соды на 1 литр воды) в течение 15 минут. После обеззараживания мокроту можно вылить в унитаз, а плевательницы и посуду в которой обрабатывалась мокрота вымыть в горячей воде.

**Мокроту и другие выделения больного** можно обеззараживать, засыпая хлорной известью (200 г на 1 литр мокроты), или заливая раствором хлорамина (50 г на 1 литр воды), в количестве 2 объема дезинфицирующего раствора на 1 объем мокроты. Время обработки 2 – 3 часа в закрытой посуде.

**Предметы, которые используются для ухода за больным:** нужно регулярно кипятить в 2% содовом растворе в течение 15 минут или протирать тряпкой смоченной дезинфицирующим раствором. Мыть пол в квартире, где живет больной, нужно теплым 2% мыльно содовым раствором.

Посуду, в которой проводилось обеззараживание, в бытовых целях использовать нельзя!