

20 - 26 марта Всероссийская неделя профилактики инфекционных заболеваний в честь Всемирного дня борьбы против туберкулеза



Инфекционные заболевания возникают при наличии болезнетворных микроорганизмов и передаются от зараженного человека здоровому.

Основные пути передачи инфекции и воздействие на них:

1. Воздушно-капельный путь передачи (грипп, простудные заболевания, ветряная оспа, коклюш, туберкулез, дифтерия, корь, краснуха и др.) – для профилактики используются маски, проветривание, недопущение скопления большого количества людей в помещении;
2. Алиментарный (пищевой) путь передачи (все кишечные инфекции, сальмонеллез, дизентерия, вирусный гепатит А) – важную роль играет личная гигиена, мытье рук, продуктов питания, отсутствие мух в помещениях;
3. Половой путь передачи (вирусный гепатит В и С, ВИЧ-инфекция и т.д.) - важным аспектом профилактики таких инфекций является использование барьерных средств защиты;
4. Кровяной путь передачи (наиболее часто – вирусный гепатит В, ВИЧ-инфекция) – в этом случае предотвратить инфекционные заболевания помогут стерильный хирургический инструментарий, отказ от татуировок (особенно в домашних условиях).

Профилактика инфекционных заболеваний включает индивидуальную (вакцинация, соблюдение правил гигиены, закаливание, ведение здорового образа жизни) и общественную профилактику (создание здоровых и безопасных условий труда и быта на производстве, на рабочем месте).

24 марта Всемирный день борьбы с туберкулезом

Каждый год 24 марта мы отмечаем Всемирный день борьбы с туберкулезом, чтобы привлечь внимание общественности к катастрофическим медицинским, социальным и экономическим последствиям этой болезни и активизировать усилия по ликвидации глобальной эпидемии туберкулеза. Туберкулез остается одной из самых смертоносных инфекций в мире.

Всемирный день борьбы с туберкулезом 2023 г. пройдет под лозунгом

Всемирный день борьбы с туберкулезом 2023 г. пройдет под лозунгом «Да! Мы можем ликвидировать туберкулез!»

Туберкулёз — широко распространённое в мире инфекционное заболевание человека и животных, вызываемое различными видами микобактерий из группы. Основным органом, который поражает туберкулез, являются лёгкие, реже поражаются другие органы и системы. Туберкулез передаётся воздушно-капельным путём при разговоре, кашле и чихании больного. Чаще всего после инфицирования микобактериями заболевание протекает в бессимптомной, скрытой форме, но один случай из десяти скрытой формы, переходит в активную форму.

В отличие от других инфекционных заболеваний, туберкулез имеет хроническое течение, что многократно повышает риск заражения.

В настоящее время разработана комплексная программа, позволяющая выявить и вылечить заболевание на ранних стадиях его развития.

Кто может заболеть туберкулёзом?

Заражение человека может происходить несколькими путями:

- 1. Воздушно-капельный путь** – передается при разговоре, кашлем, чиханием больного человека.
- 2. Воздушно-пылевой путь** – при попадании в организм здорового человека частиц мокроты больного вместе с пылью.
- 3. Алиментарный путь** – проникновение инфекции в организм через продукты питания от больного туберкулёзом скота (молоко, сыр, сметана, творог, масло, мясо).
- 4. Контактный путь** – проникновение инфекции через повреждённую кожу, слизистые оболочки.
- 5. Внутриутробное заражение** – встречается крайне редко, при поражении туберкулёзом плаценты матери.

Микобактерии туберкулёза очень устойчивы во внешней среде. Попадая во внешнюю среду, они сохраняют жизнеспособность несколько месяцев, с пылью разносятся на большие расстояния.

Особенно опасна эта инфекция для детей. Каждый ребёнок, родившийся здоровым, в роддоме получает прививку против туберкулёза, но иммунитет против туберкулёза формируется 4-6 месяцев. Поэтому в этот период жизни для ребёнка опасна даже случайная, единичная встреча с возбудителем туберкулёза.

Как установить инфицирование туберкулёзными микобактериями?

В настоящее время широко используются внутрикожные пробы.

Как своевременно выявить туберкулёз лёгких?

Взрослым нужно ежегодно проходить флюорографическое обследование в поликлинике по месту жительства.

Где можно пройти флюорографию?

В поликлинике по месту жительства, при наличии паспорта и страхового полиса. При этом необходимо помнить, что своевременно пройденное флюорографическое обследование – залог раннего выявления туберкулёза и, в конечном итоге, первый шаг к выздоровлению.

Туберкулёз заразен и очень опасен!

Соблюдение самых элементарных правил личной гигиены, гигиены общения, здоровый образ жизни и повышение защитных сил вашего организма поможет снизить риск заражения туберкулёзом.

Профилактика:

- Избегать мест с большим количеством людей.
- Следить за чистотой в помещении.
- Не пользоваться чужими предметами личной гигиены.
- При общении с кашляющими людьми пользоваться маской для защиты органов дыхания
- Чаще мыть руки, особенно после контакта с больными, деньгами, поездок в общественном транспорте.
- Отказаться от курения и других вредных привычек.
- Избегать душных, запылённых и прокуренных помещений.
- Чаще бывать на свежем воздухе, заниматься спортом, закаляться.
- Рационально сочетать отдых и труд.
- Детям младшего возраста исключить контакты с лицами, не прошедшими флюорографическое обследование.
- Не давайте детям молоко от коров, которым не проводилось исследование на туберкулёз, так как кратковременное кипячение не гарантирует гибель возбудителя.
- Правильно питаться: принимать пищу надо 3-4 раза в день, причём горячее питание не реже двух раз. Пища должна быть разнообразной, включать 400-450 г углеводов, 100-120 г жиров, 100-120 г белка.
- Употреблять больше фруктов и овощей.

ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики города Сочи» министерства здравоохранения Краснодарского края.