****

**Шкільна медсестра інформує**

 Зупинімо хворобу!

**24 березня — Міжнародний день боротьби з туберкульозом.**

 Що ж необхідно знати про це захворювання?

 Туберкульоз — це небезпечне інфекційне захворювання. Його збудник — мікобактерія туберкульозу (або паличка Коха) — надзвичайно стійкий і, потряпляючи в навколишнє середовище, залишається небезпечним до 12 місяців. Гинуть збудники лише при кип'ятінні, під дією ультрафіолетового проміння і дезинфікуючих засобів.

Зараження відбувається:

- під час спілкування з людиною, яка має відкриту форму захворювання, при вдиханні мікобактерій з дрібними краплями мокроти та слини;

- при вживанні продуктів від хворої на туберкульоз худоби.

Зараження може відбутися також , коли мікобактерії потрапляють з пилом, через предмети вжитку, посуд та постіль хворого. При попаданні збудника в організм людини хвороба не завжди розвивається. Туберкульозний процес розвивається лише в ослабленому організмі:

- при недостатньому чи неповноцінному харчуванні; - поганих житлових умовах;

- виснажливій праці; - зниженому імунітеті;

- тривалому стресі;

- при наявності шкідливих звичок

Чутливі до хвороби діти і люди похилого віку.

Туберкульоз може вражати будь-який орган (кістки, нирки, очі, лімфатичні вузли), частіше зустрічається туберкульоз органів дихання.

Симптоми:

- загальна слабкість;

- втрата апетиту та надмірне безпричинне схуднення;

- стійкий кашель більше 2-3 тижнів;

- субфібрильна температура тіла (37-37.5);

- надмірне потовиділення;

- задишка

При появі цих симптомів необхідно терміново звернутись до лікаря!

Попередити захворювання набагато легше, ніж його лікувати. Ця робота починається з пологового будинку, де новонародженому в 5-денному віці робиться щеплення вакциною БЦЖ. Воно повторюється в 7- та 14- річному віці. Для раннього виявлення туберкульозу велике значення має щорічне флюорографічне обстеження дорослих та проба Манту у дітей. Ставиться реакція Манту щорічно, починаючи з 12-місячного віку. Слід звернути увагу на її результат і прислухатись до порад лікаря, зокрема, щодо санаторного лікування ( санаторій "Руська Поляна”).

Також заходи профілактики носять загальний гігієнічний характер:

- варто завжди мити руки;

- приходячи додому з вулиці, не ходити у вуличному взутті в помешканні;

- намагайтесь вести здоровий спосіб життя: регулярно відпочивайте, виконуйте фізичні вправи, не паліть і не зловживайте алкоголем;

- докладіть зусиль, щоб ваша їжа була поживною та багатою на вітаміни;

- регулярно провітрюйте приміщення, не допускаючи накопичення пилу.

Сьогодні це важке захворювання, яке вже не одне століття випробовує людство на міцність, ставить питання так: або звична легковажність і зруйновані життєві плани або здоров'я і повноцінне життя.