ОРЗ, бронхите или пневмонии также может быть кашель, однако в отличие от кашля при туберкулезе, кашель в случае этих болезней длится не так долго и имеет другой характер. Кровохарканье: это один из важных признаков туберкулеза легких. Обычно кровохарканье возникает после приступа кашля, в этом случае вместе с мокротой больной отхаркивает и небольшое количество свежей крови. При туберкулезе легких возможно развитие легочного кровотечения («кровь горлом») – тяжелое и опасное для жизни больного состояние, требующее немедленной медицинской помощи.

**Меры профилактики туберкулеза**

1.Здоровый образ жизни:

• правильное питание (достаточное употребление в пищу мяса, молочных продуктов, овощей и фруктов);

• регулярная физическая активность;

• полноценный отдых;

•отказ от курения, алкоголя, наркотиков.

2.Соблюдение правил личной гигиены (мытье рук, посуды с использованием моющих средств и проточной воды), влажная уборка и проветривание жилых помещений.

3.Обязательная термическая обработка мяса и молока.

4.Пользование индивидуальными гигиеническими средствами и посудой.

5.Обязательная вакцинация БЦЖ- М при рождении и ревакцинация в 6-7 лет.

**Бирский межрайонный филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан»**

**Туберкулез и его профилактика**

**** Каждый год на Земле миллионы людей погибают от туберкулеза, несмотря на то, что для лечения больных уже в течение нескольких десятилетий существуют эффективные лекарства. Чтобы привлечь внимание к тому, что на большей части нашей планеты туберкулез продолжает оставаться «убийцей № 1» среди всех инфекционных заболеваний, ежегодно 24 марта проводится Всемирный день борьбы с туберкулезом. Эта дата выбрана не случайно. Именно в этот день более 120 лет назад Роберт Кох выступил в Берлине с сенсационным для научной общественности заявлением. Он объявил об открытии возбудителя этого опасного заболевания – микобактерии туберкулеза. В те годы туберкулез был широко распространен в Европе и Америке, являясь причиной смерти каждого седьмого жителя планеты. Открытие позволило существенно продвинуться в области диагностики и лечения этого заболевания. Туберкулез (от лат. tuberculum — бугорок) — волнообразно протекающая хроническая инфекционная болезнь, характеризующаяся различной, но преимущественно легочной локализацией, полиморфизмом клинических проявлений, интоксикацией и аллергизацией организма. Наряду с легочным туберкулезом возможно развитие и других форм, поскольку туберкулез способен поражать все органы и ткани человеческого организма, исключая только ногти и волосы.

**История туберкулеза.**

В 1882 году в Германии Роберт Кох после 17 лет работы в лаборатории открыл возбудителя туберкулёза. Он обнаружил возбудителя при микроскопическом исследовании мокроты больного туберкулёзом. В последствии он выделил чистую культуру возбудителя и вызвал ею туберкулёз у подопытных животных. 24 марта 1882 г. Роберт Кох выступил на заседании Берлинского физиологического общества с сенсационным заявлением, объявив о том, что он открыл возбудителя туберкулеза — туберкулезную палочку, названную впоследствии в его честь бациллой Коха; в настоящее время — микобактерия туберкулеза (МБТ). В 1890 году Кох впервые получил туберкулин. В диагностических целях Кох предложил делать подкожную пробу с введением туберкулина.

В 1982 г., в связи со столетием годовщины открытия Р. Коха, Международный союз борьбы с туберкулезом и болезнями легких предложил объявить 24 марта официальным Всемирным днем борьбы с туберкулезом.

**Как можно заразиться туберкулезом ?**

Главный источник заражения - больной туберкулёзом человек или больное животное. В здоровый организм микобактерии чаще всего попадают через дыхательные пути с капельками слизи и мокроты, которые выбрасываются больными при разговоре, чихании и кашле. Заражение наступает и при употреблении в пищу молочных продуктов от больных туберкулёзом животных. Развитию туберкулёза способствуют факторы, ослабляющие защитные силы организма: переутомление, неполноценное питание, а также хронические болезни - заболевания лёгких, сахарный диабет, язвенная болезнь желудка, ВИЧ. Длительное курение увеличивает риск инфицирования туберкулезом на 30%, а злоупотребление алкоголем - в 18 раз.

**Как можно выявить туберкулез?**

У взрослых туберкулёз можно выявить с помощью флюорографического метода обследования, а также путём исследования мокроты и мочи на наличие микобактерий. У детей туберкулёзная инфекция выявляется путём ежегодной постановки туберкулиновой пробы ( проба Манту). Эти исследования проводятся на базе поликлиник, расположенных по месту жительства бесплатно. Уклонение взрослых и детей от обследования на туберкулёз приводит к выявлению у них тяжелых, запущенных форм заболевания, плохо поддающихся лечению и нередко заканчивающихся инвалидностью и смертью.

**Признаки и симптомы туберкулеза**

Большое разнообразие симптомов туберкулеза затрудняет распознавание этой болезни, что в свою очередь является причиной позднего обращения к врачу со всеми вытекающими отсюда последствиями. Очень долго человек чувствует себя здоровым, списывая утомляемость и слабость на высокую напряженность жизни. Поэтому зачастую обращение к врачу происходит уже при запущенной форме болезни.

**Симптомы туберкулеза.**

Больные жалуются на повышенную утомляемость, слабость, особенно выраженную в утренние часы, также характерно снижение работоспособности. Дети начинают отставать в учебе, плохо спят, теряют аппетит. Общий вид больного: больные туберкулезом теряют в весе и потому выглядят худыми, лицо бледное, черты лица заостряются, на фоне бледной кожи лица на щеках заметен румянец. Больные с хроническим туберкулезом сильно истощены. Наблюдается длительное повышение температуры ( 37,2 -38,0 0). Температура повышается вечером или в ночное время, ночью наблюдаются сильные поты, озноб. В этом состоит главное отличие температуры при туберкулезе от температуры при других болезнях: при ОРЗ, бронхите, пневмонии температура может достичь более высоких отметок, но быстро проходит и не сопровождается обильными ночными потами. Кашель является постоянным симптомом туберкулеза легких. В начале болезни кашель сухой, настойчивый, обостряется по ночам и утром. При дальнейшем развитии болезни кашель может стать влажным с выделением мокроты. Кашель при туберкулезе хронический, поэтому присутствие кашля более чем 3 недели должно насторожить и стать причиной обращения к врачу. При