

Автор: А. Зиновьева, помощник врача-гигиениста отдела общественного здоровья ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»



Всемирный день борьбы с туберкулёзом 24 марта 2023 года пройдет под лозунгом «Да! Мы можем ликвидировать туберкулёз!». Несмотря на большой прорыв в выявлении и лечении этого недуга, он всё равно является одним из опасных заболеваний, требующих серьёзного и продолжительного лечения, а также раннего диагностирования.

На способность организма противостоять туберкулёзной инфекции в большей степени оказывают влияние следующие **факторы**:

- **Стресс** (душевное или физическое перенапряжение);
- **Вредные привычки**: курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков и т. п.
- **Недостаточное или неполноценное питание**;
- **Хронические заболевания**: ВИЧ-инфекция, сахарный диабет, онкологические заболевания, профессиональные заболевания лёгких и пр.

Классические **симптомы туберкулёза** – длительный кашель с мокротой, иногда с кровохарканьем, появляющимся на более поздних стадиях, длительная субфебрильная температура (37,1–38С), лихорадка, слабость, ночная потливость, пониженный аппетит и, как следствие, значительное похудение.

Сегодня актуальность профилактики туберкулеза весьма высока, а её выполнение регламентируется государственными программами. Наиболее результативным способом избежать развития заболевания является **вакцинация (БЦЖ)**. Прививка от туберкулеза включена в национальный календарь вакцинации и выполняется на 3-5 день жизни новорождённого.

Не стоит забывать и о мерах, направленных на повышение защитных сил организма. Это подразумевает:

- отказ от вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем);
- соблюдение режима труда и отдыха;
- оптимизацию физических нагрузок;
- рациональное сбалансированное питание;
- соблюдение правил личной гигиены;
- регулярную влажную уборку и проветривание помещений.

Помните! Для ранней диагностики туберкулеза обязательно нужно **ежегодно проходить флюорографическое обследование** (в зависимости от профессии, состояния здоровья и принадлежности к различным группам риска).

Внимательно и бережно относитесь к своему здоровью!

В рамках Всемирного дня борьбы с туберкулёзом **24 марта 2023 года** будет работать «**прямая**» телефонная линия с **12:00 до 13:00** по телефону **7-10-78**

на Ваши вопросы ответит

врач-фтизиатр У «Гомельская областная туберкулезная клиническая больница» филиала № 4 «Речицкий межрайонный противотуберкулёзный диспансер» Ермолина Наталья Ивановна.