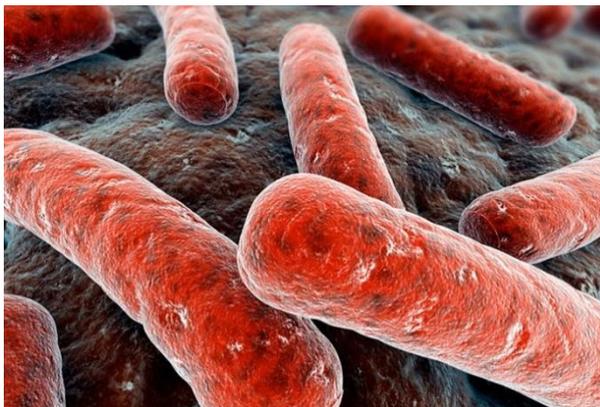


Памятка для родителей по профилактике туберкулеза у детей и подростков



Туберкулез является социально значимым и особо опасным инфекционным заболеванием. По данным Всемирной организации здравоохранения, одна треть населения планеты инфицирована туберкулезом. **В мире ежегодно регистрируется 8 млн. новых случаев туберкулеза и 3 млн. случаев смерти от него, включая 884 тыс. детей в возрасте до 15 лет.** Быстрое распространение лекарственно-устойчивых штаммов возбудителя туберкулеза грозит превратить туберкулез в неизлечимое заболевание.

Что же такое туберкулез, и каковы источники инфекции?

Туберкулез – это инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза. Поражается туберкулезом весь организм: легкие, почки, лимфатические узлы, кости, глаза, кожа, головной мозг.

Основным источником распространения инфекции является больной туберкулезом человек, реже крупнорогатый скот, верблюды, свиньи, птицы, другие животные.

Как можно заразиться туберкулезом?

Заразиться туберкулезом может практически любой человек. Заражение происходит:

- **через воздух** - (аэрогенный, воздушно-капельный путь) или предметы обихода при пользовании общей с больным туберкулезом легких посудой, туалетными принадлежностями и т.д., реже через пищу (алиментарный путь).
- **при употреблении молочных продуктов** от больного туберкулезом крупнорогатого скота.
- **внутриутробное заражение плода** (крайне редко) при туберкулезе у беременных.

Около 50% впервые выявленных больных выделяют возбудителя туберкулеза в окружающую среду при разговоре, кашле, чихании. Аэрозоль с мельчайшими частицами мокроты в течение длительного времени может находиться в воздухе и являться источником заражения детей и взрослых. Если больной человек не лечится, он может за год инфицировать 10 – 15 человек.

Каждый ли инфицированный человек заболевает туберкулезом?

Из общего количества людей, инфицированных туберкулезом, заболевает каждый десятый. Большинство инфицированных людей никогда не заболевают туберкулезом потому, что их иммунная система подавляет, ограничивает инфекцию и препятствует развитию заболевания.

Наиболее подвержены заболеванию туберкулезом дети из так называемой **группы риска**:

- в семье, где есть больной туберкулезом;
- часто и длительно болеющие различными инфекционными заболеваниями;
- страдающие такими заболеваниями, как сахарный диабет, рак и особенно ВИЧ-инфекция, больные хронической патологией различных органов и систем;
- злоупотребляющие алкоголем, наркоманы;
- живущие за чертой бедности;
- не привитые дети.

Заболевают туберкулезом в основном не привитые дети, реже – получившие неполноценную вакцинацию (рубчик БЦЖ отсутствует или менее 3мм).

Основные симптомы и признаки туберкулеза:

Длительный кашель (более трех недель) или покашливание с выделением мокроты, возможно с кровью.

Боли в грудной клетке.

Потеря аппетита, снижение массы тела.

Усиленное потоотделение (особенно в ночное время).

Общее недомогание и слабость.

Периодическое небольшое повышение температуры тела (37,2° – 37,4°С).

Покраснение и припухлость кожи размером более 5 мм у детей и подростков при проведении пробы Манту свидетельствуют о моменте заражения, но еще не о самой болезни; в этом случае требуется углубленное обследование ребенка.

Как определить инфицирован ли ребенок?

Это определяют ежегодной **туберкулиновой пробой (проба Манту)**.

Кроме **туберкулинодиагностики** - методами раннего выявления туберкулеза у детей, подростков и взрослых служат **профилактические обследования**:

- **рентгенофлюорография** - в 17 лет, в последующем не реже 1 раза в 2 года для всего населения и ежегодно для групп риска.
- **бактериологическое обследование** - (микроскопия мазка и посев материала на питательные среды) у больных хронической урологической патологией и неспецифическими заболеваниями легких, прооперированных людей.

Как уберечь ребенка от туберкулеза и предотвратить заболевание

Для активной специфической профилактики туберкулеза у детей и подростков предназначена вакцина БЦЖ. Двухсотлетний опыт применения вакцин доказал целесообразность и эффективность этого метода профилактики инфекционных болезней.

Вакцина БЦЖ представляет собой живые ослабленные (утратившие способность вызывать заболевание) микобактерии вакцинного штамма.

Внутрикожная вакцинация БЦЖ признана основным мероприятием специфической профилактики туберкулеза. Она стимулирует выработку не только специфического противотуберкулезного иммунитета, но и усиливает естественную устойчивость детского организма к другим инфекциям. В случае развития заболевания, первичная инфекция протекает у вакцинированных благоприятно, часто бессимптомно и выявляется в неактивной стадии (спонтанно излеченный туберкулез).

Диагностика туберкулеза и предотвращение заболевания

Основными методами выявления туберкулеза являются бактериологическое и рентгенологическое обследование.

Бактериологическое обследование (микроскопия мазка и посев материала на питательные среды) является самым надежным подтверждением диагноза туберкулеза, так как в этом случае непосредственно в выделениях больного либо во взятых из организма материалах обнаруживается возбудитель заболевания.

В случаях скрытого течения туберкулеза возрастает значение рентгенологических методов обследования (рентгенографии и флюорографии). Это единственные методы, которые позволяют выявить начальные туберкулезные изменения в легких.

Если при обследовании установлено, что ребенок или подросток заразился только туберкулезной инфекцией, но поражения органов не выявлено, **необходимо провести курс предупредительного лечения,** чтобы не допустить развития локальной формы заболевания. С этой целью назначаются противотуберкулезные препараты. Их принимают регулярно, ежедневно, не пропуская. Иначе микобактерия не погибнет, а перейдет в устойчивую «дремлющую» форму. Особенно эта мера профилактики заболевания важна в очагах туберкулезной инфекции, даже если контакт с больным был кратковременным.

Важно также выполнять комплекс мероприятий, повышающих защитные силы организма. Санация хронических очагов инфекции, правильное полноценное питание, рациональный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек, закаливание, занятия физкультурой, проведение мероприятий, по оздоровлению жилищной и производственной среды (снижение скученности и запыленности, улучшение вентиляции, влажная уборка с использованием дезинфицирующих средств и т.д.).

Профилактика детско-подросткового туберкулеза и советы родителям

Для предотвращения туберкулеза у детей и подростков необходимо:

Ответственно относиться родителям к своему здоровью, интересоваться заранее о здоровье тех людей, которые будут жить временно в вашей семье.

Проходить профилактическое рентгенофлюорографическое обследование, особенно если в семье есть новорожденный ребенок.

Обязательно обращаться к врачу, если ребенок был в контакте с больным туберкулезом.

Оберегать вашего ребенка от длительного контакта с больным – изоляция в санаторный детский сад или санаторную школу; это снизит риск заболевания.

Обязательное обследование у врача-фтизиатра при установлении инфицирования ребенка по пробе Манту.

Личным родительским примером формировать у ребенка здоровый образ жизни.

Помните! Отказ от проведения прививки от туберкулеза своему ребенку означает, фактически, отказ последнему в праве стать защищенным от этой инфекции. Не лишайте своего ребенка права быть здоровым!

5 способов обезопасить себя от туберкулеза

1. Употребление в пищу молока от больных туберкулезом животных может вызвать туберкулез у человека, как и мясо, зараженное туберкулезом. Поэтому опасно покупать не прошедшие проверку санитарных органов мясные и молочные продукты – на рынках и с рук. Мясо перед употреблением следует подвергать тщательной термической обработке. Кроме того, нельзя покупать продукты, упакованные в нестерильную посуду.
2. Туберкулез передается не только воздушно-капельным, но и бытовым путем – через предметы обихода, контактным способом, так как палочка Коха довольно устойчива во внешней среде. Снижает риск заражения туберкулезом соблюдение правил личной гигиены: мытье рук после прихода с улицы, пользования общественным транспортом, контакта с деньгами. В течение дня чаще должны мыть руки кассиры и другие работники, имеющие контакт с деньгами.
3. Наибольшему риску подвергаются люди, контактирующие с больным открытой формой туберкулеза – члены семьи, врачи и медсестры в туберкулезном диспансере, а также люди, вынужденные проживать вместе с больным в тюрьмах, общежитиях, совместных палатах и т.д. Это объясняется тем, что происходит массивная атака палочкой Коха на организм здорового человека, с которой тот может просто не справиться. Поэтому больных с открытой формой туберкулеза следует изолировать в медицинских учреждениях. Если ваш родственник заболел туберкулезом в открытой форме, следует мягко убедить его проходить лечение в стационаре.
4. К сожалению, принудительного лечения от туберкулеза в России нет, и несознательные пациенты просто сбегают из больницы, подвергая риску всех окружающих, и в первую очередь живущих с ними в одной квартире или в одном подъезде. Если вы знаете о таком неблагополучном кашляющем соседе, никогда не садитесь с ним в лифт, избегайте близкого или длительного контакта, обращайтесь в органы полиции для его принудительной госпитализации.
5. Неблагоприятные социально-бытовые условия являются фактором, предрасполагающим к развитию туберкулеза. Именно среди людей, живущих в

таких условиях, чаще встречается туберкулез. Поэтому контакт с ними может быть опасен для здоровых людей. К таким группам относятся бездомные, заключенные, алкоголики, наркоманы и т.д.

Туберкулез и иммунитет

Считается, что на протяжении жизни человек многократно встречается с возбудителем туберкулеза, то есть он попадает в организм, но заболевание не развивается – возбудитель либо уничтожается иммунной системой, либо окружается фиброзной тканью, лишаясь возможности влиять на организм. Поэтому именно сила иммунитета играет ключевую роль в нейтрализации туберкулезной инфекции.

Развиться заболевание может при сильном снижении иммунитета, что и происходит, например, при инфицировании ВИЧ. По информации ВОЗ, туберкулез – это одна из основных причин смерти ВИЧ-инфицированных: 20% из них умирают именно от туберкулеза.

Однако не только ВИЧ вызывает выраженное снижение иммунитета, но и:

- дефицит питания (при анорексии, жестких диетах), общее истощение, недостаток витаминов, минералов и питательных веществ;
- острые и хронические бактериальные и вирусные инфекции, а также паразитарные инвазии (герпес, хронические вирусные гепатиты, малярия, токсоплазмоз и т.д.);
- сильная кровопотеря, ожоги и заболевания почек (объединяет эти состояния значительно снижение защитных клеток и белков плазмы крови, что вызывает дефицит иммунитета);
- диарейный синдром;
- сильный психологический стресс;
- тяжелые травмы и операции;
- нарушения эндокринной системы, в частности сахарный диабет, патология щитовидной железы;
- острые и хронические отравления токсичными веществами и наркотическими средствами;
- длительный прием некоторых лекарственных средств (цитостатиков, глюкокортикоидных гормонов, антибиотиков);
- злокачественные новообразования;
- аутоиммунные заболевания;
- радиоактивное облучение;
- курение является особым фактором риска туберкулеза, так как сильно ослабляет местный иммунитет слизистой оболочки бронхов, а именно дыхательная система чаще всего является входными воротами туберкулезной инфекции. По статистике ВОЗ, более 20% случаев туберкулеза в мире связаны с курением, поэтому отказ от табака снижает риск развития туберкулеза.

Все вышеперечисленные состояния вызывают стойкое и сильное снижение иммунитета, что облегчает воздействие возбудителя туберкулеза на организм и развитие заболевания.

Кроме того, в связи с физиологическими особенностями иммунитет снижен у детей, людей пожилого возраста, беременных женщин – они подвергаются большей опасности при встрече с туберкулезной палочкой.

Таким образом, профилактика этих состояний и снижения иммунитета в целом будет считаться и профилактикой туберкулеза тоже. Для укрепления иммунитета врачи советуют придерживаться полноценного питания, упорядоченного образа жизни и режима дня, включать в рацион больше овощей и фруктов, кисломолочных продуктов; заниматься спортом и закаливанием организма; избегать воздействия вредных факторов на организм.

Главные методы профилактики туберкулеза

В 1921 году была разработана вакцина против туберкулеза. Вакцинации подлежат все новорожденные в возрасте 3-7 дней при отсутствии противопоказаний. Результатом вакцинации становится подготовленность иммунной системы к встрече с туберкулезной палочкой и возможность быстро ее нейтрализовать.

Вакцинация является главным способом профилактики туберкулеза, поскольку встречи с туберкулезной палочкой в течение жизни избежать невозможно.

И конечно, как при любом заболевании, чем раньше начато лечение, тем благоприятнее прогноз. Поэтому раз в 1-2 года взрослым людям рекомендуется проходить флюорографию для ранней диагностики туберкулеза, детям ежегодно делается проба Манту.

Даже если вы не относитесь к социально неблагоприятным слоям общества, не стоит игнорировать такие симптомы, как настойчивый кашель, длительная повышенная температура, ночная потливость. Заболеть туберкулезом может каждый, независимо от социального статуса и вредных привычек.

