**[Что нужно знать о туберкулёзе!](http://38.rospotrebnadzor.ru/c/document_library/get_file?uuid=798b7854-a2aa-4c08-a833-151692010531&groupId=130642)**

**Туберкулёз – это заразная болезнь.** Она распространяется от человека человеку по воздуху.

Заразны только те люди, которые больны туберкулёзом легких. При кашле, чихании или разговоре эти люди выделяют в воздух туберкулёзные бактерии. Человек, больной активной формой, ежегодно заражает 10 – 15 человек.

Табакокурение, злоупотребление алкоголем, нездоровое питание, стрессы, несоблюдение простых правил личной гигиены **усиливают риск** заражения туберкулёзом!

Нередко туберкулёз протекает бессимптомно. **Следует насторожиться,** если у Вас наблюдаются следующие симптомы:

* кашель, длящийся более двух-трех недель
* беспричинное снижение веса
* повышенная температура, озноб и ночной пот
* усталость и мышечная слабость
* длительное повышение температуры тела
* в некоторых случаях одышка и боль в груди.

При длительном скрытом течении болезни поражаются не только легкие, но и другие органы: желудочно-кишечный тракт, костно-мышечная система, мочеполовая система, зачастую являясь причиной бесплодия. Лечение таких форм туберкулёза сложнее, иногда помочь может только хирургическое вмешательство.

**ВАЖНО! Чем раньше будет выявлен туберкулёз, тем более эффективно его лечение.**

**Как можно победить туберкулёз?**

1. **Сделать прививку** от туберкулёза. Её ставят в роддоме при отсутствии противопоказаний в первые 3—7 дней жизни ребенка. В 7 и 14 лет при отрицательной реакции Манту и отсутствии противопоказаний проводят ревакцинацию.
2. **Регулярно проходить флюорографическое обследование** – не реже 1 раза в 2 года, начиная с 15-летнего возраста. Так человек обезопасит не только себя от тяжелых форм несвоевременно распознанной болезни, но и своих близких, контактирующих с ним.
3. **Соблюдать правила здорового образа жизни.** Регулярные **закаливающие** процедуры, занятия физкультурой и спортом, **здоровое питание**, ограничение употребления алкоголя, **отказ от табака** – эти простые меры способствуют невосприимчивости к туберкулёзной инфекции, **снижают риск заражения**.
4. **Соблюдать санитарно-гигиенические** **нормы в быту**, поддерживать чистоту в помещении: проводить влажную уборку, чаще проветривать, особенно в случае совместного проживания с больным ТБ.
5. **В случае заболевания** туберкулёзомнеобходимо **регулярно (!)** принимать назначенные врачом противотуберкулёзные лекарства.