

Московский городской научно-практический



центр борьбы с туберкулёзом

Что делать, чтобы не заболеть туберкулёзом?



Дорогие жители столицы!

В Москве заболеваемость туберкулёзом в 2 раза ниже, чем в среднем по стране. Однако когда человек заболевает туберкулёзом, его не интересует статистика. В этом случае больной задаёт себе и врачам вопросы:

- Где я мог заразиться туберкулёзом?
- Где мне быстро и надёжно помогут вылечиться от туберкулёза?
- Что делать, чтобы никто из моего окружения не заболел туберкулёзом?

Ответы на эти вопросы Вы найдёте в нашем буклете.

Сначала несколько слов о том, как человек может заразиться туберкулёзом.

Туберкулёз – инфекционная болезнь, при которой могут пострадать все органы человека кроме ногтей и волос. Вызывают её микобактерии туберкулёза.

Микобактерии туберкулёза чаще всего передаются от человека к человеку воздушно-капельным путём, и им всё равно, в чьём организме жить: рабочего, студента, домохозяйки, артиста, бизнесмена или бомжа. Главное для микобактерий туберкулёза – проникнуть в тело человека и беспрепятственно в нём размножаться.

Микобактерии туберкулёза передаются человеку ещё несколькими путями: воздушно-пылевым, контактным, алиментарным. Об этом надо помнить и постоянно соблюдать:

- личную гигиену;
- чистоту помещений, где мы живём, работаем, отдыхаем, бываем;
- чистоту транспорта, в котором мы перемещаемся на разные расстояния (лифты, автобусы, электрички, поезда).

**ПОМНИТЕ! Нет заболеваний позорных и элитных!
Туберкулёз надо вовремя выявить и вылечить.**

Где можно заразиться туберкулёзом?

Заразиться туберкулёзом можно там, где находится или находился больной туберкулёзом. Порой даже не подозревая о своей болезни, современный человек продолжает учиться, работать, общаться с друзьями: на ранних стадиях туберкулёза лёгких он не температурит, не кашляет, но тем не менее уже может заразить окружающих.

Заболевают туберкулёзом те, кто, не зная об этом, находился в контакте с больным туберкулёзом. Например, жил или сейчас живёт в одной квартире или в подъезде, учился, отдыхал, работал. Нередко от момента заражения человека туберкулёзом до его выявления проходит несколько месяцев.

Именно поэтому мы настоятельно рекомендуем всем, кто узнал о выявлении туберкулёза у человека в своём окружении (в семье, в компании, в коллективе, среди соседей), сразу пойти к терапевту в поликлинику по месту жительства или к фтизиатру в филиал Московского городского научно-практического центра борьбы с туберкулёзом (далее – Центр борьбы с туберкулёзом; адреса филиалов – на последней странице буклета) и пройти обследование: исключить туберкулёз!

Частый вопрос пациентов: Ни в моей семье, ни в окружении никто не болеет туберкулёзом. Как, где и почему я заразился?

Ответ фтизиатра: Возможно, Вы, не зная об этом, контактировали с больным туберкулёзом (в транспорте, в магазине, в лифте) или в Вашем окружении был или есть человек, который сам не знает, что болен туберкулёзом. А может быть, Вы инфицировались давно, но сейчас, на фоне стресса или ухудшения общего самочувствия – снижения иммунитета – микобактерии туберкулёза активизировались и болезнь проявилась.

ПОМНИТЕ! Если кто-то в Вашем окружении (семье, коллективе, компании, подъезде) заболел туберкулёзом, не откладывайте визит к фтизиатру! Как можно быстрее пройдите обследование.

Наша главная рекомендация: следите за своим здоровьем!

Флюорографию необходимо делать:

- 1 раз в 2 года – всем, кто старше 15 лет;
- 1 раз в год – больным сахарным диабетом, хроническим бронхитом, бронхиальной астмой, язвенной болезнью желудка, хроническими заболеваниями почек, наркоманией, алкоголизмом, а также мигрантам и всем, кто работает с детьми;
- 1 раз в полгода – находящимся в контакте с больным(и) туберкулёзом;
- независимо от предыдущего обследования всем, у кого в семье (в квартире) – беременная женщина или новорожденный ребёнок;
- перед призывом в армию; при обнаружении ВИЧ-инфекции.

Детям флюорография проводится по назначению педиатра или фтизиатра.

Когда одной флюорографии недостаточно?

Одной флюорографии недостаточно, если Вы длительно контактировали с больным туберкулёзом (на работе, дома, в компании) или если у Вас или Вашего ребёнка подозревают внелёгочный туберкулёз (почек, костей и других органов). В этом случае независимо от предыдущего срока обследования обязательно надо обратиться к фтизиатру, который назначит дополнительные анализы, диагностические тесты и в случае необходимости рентгенографию или компьютерную томографию.

1. Проба Манту – туберкулиновая проба для выявления туберкулёза у детей. По результатам этого теста можно вовремя заподозрить и выявить туберкулёз. Вводится туберкулин в предплечье строго внутрикожно. Результат оценивается через 72 часа после инъекции: измеряется размер папулы – возвышения над уровнем кожи после укола.

2. Диаскинтест® – это современный кожный тест для диагностики активно размножающихся микобактерий туберкулёза в организме человека. Вводится препарат строго внутрикожно в области средней трети предплечья тонкой иглой. Результат оценивается через 72 часа с момента инъекции: измеряется диаметр красного пятна (гиперемии) и уплотнения (папулы), которые образуются на месте инъекции. Внедрение Диаскинтеста® в повседневную практику повысило выявляемость туберкулёза, особенно у детей.

3. Квантифероновый тест на туберкулёз – это современный тест для диагностики активно размножающихся микобактерий туберкулёза в организме человека. Для исследования утром натощак или через 8 часов после последнего приёма пищи берётся венозная кровь. Результат оценивается не ранее чем через 3 суток.

4. Рентгенография – это метод исследования, при котором с помощью рентгеновских лучей получают фиксированное изображение исследуемого объекта (рентгенограмму) с высоким качеством детализации изображения. Специальной подготовки не требует.

5. Компьютерная томография (КТ) – это метод послойного исследования внутренней структуры объекта, который основан на измерении и сложной компьютерной обработке разности ослабления рентгеновского излучения различными по плотности тканями. Специальной подготовки не требует.



1



2

1 – на рентгенографии, 2 – на компьютерной томографии

Обследование у фтизиатра в среднем занимает неделю. План обследования фтизиатр назначает каждому пациенту индивидуально после осмотра.

Бывает и так, что человек пришёл обследоваться из-за того, что кто-то в его окружении заболел туберкулёзом, а по клинично-рентгенологической картине у него диагностируют запущенный туберкулёзный процесс, требующий стационарного лечения. То есть, скорее всего, заразил своё окружение он. Этот пример говорит о том, что необходимо регулярно делать флюорографию и не надо пренебрегать обследованием, если кто-то в окружении заболел туберкулёзом. Туберкулёзная инфекция намного страшнее, чем абсолютно безобидные методы диагностики: проба Манту, Диаскинтест®, флюорография, рентгенография или компьютерная томография, а также анализ мокроты на микобактерии туберкулёза.

Пациента с впервые выявленным туберкулёзом обязательно госпитализируют, а после выписки из больницы его продолжает наблюдать фтизиатр. На работу выписывают человека, который уже никого не заразит.

ПОМНИТЕ! Если у Вас выявлен туберкулёз, Вам надо на время перестроить свою жизнь, поняв, что на сегодня это проблема номер один. Иначе в будущем вы отдадите во много раз больше времени и сил на лечение. Туберкулёз – очень коварное заболевание: если Вы не найдёте времени заняться им, микобактерии туберкулёза всерьёз займутся Вами.

Помещения, где находился больной туберкулёзом, обязательно обрабатываются!

Если Вас пригласили обследоваться в филиал Центра борьбы с туберкулёзом потому, что в Вашем окружении (дома, на работе, в компании) выявлен больной туберкулёзом человек, Вы не должны опасаться этого визита!

Чистота в противотуберкулёзных учреждениях гарантированно выше, чем в транспорте, на улице, в лифте, в магазине, в бане, так как в филиалах Центра борьбы с туберкулёзом введён строгий режим санитарной обработки.

Все отделения филиалов Центра борьбы с туберкулёзом обязательно регулярно убирают и обрабатывают специализированными средствами, которые убивают микобактерии туберкулёза. В кабинетах фтизиатров обязательно работают аппараты для очистки воздуха и ультрафиолетовые лампы.

Больной с бактериовыделением не сидит в очереди к врачу: при выявлении у человека туберкулёза он сразу госпитализируется, а помещение, где он находился, дополнительно обрабатывается дезинфицирующими средствами.

Чтобы люди, которые в повседневной жизни общались с больным туберкулёзом, не заболели, очень важно, чтобы помещения, где жил и работал больной человек, были обработаны специальными средствами. Место, где находился больной туберкулёзом, фтизиатры называют очагом туберкулёзной инфекции и обязательно проводят там комплекс мероприятий. Когда у кого-то выявляют туберкулёз, фтизиатр обязательно посещает квартиру и место работы больного и проводит обучение находящихся там людей навыкам обработки помещений.



1



2

1 – на приеме у фтизиатра, 2 – аппарат очистки воздуха

Что делать, чтобы Вам и Вашим детям не заболеть туберкулёзом?

1. Обязательно делайте новорожденному в первые дни жизни прививку от туберкулёза – БЦЖ.
2. Соблюдайте правила гигиены: мойте руки перед едой, после контакта с любыми грязными предметами, после нахождения в общественном транспорте, магазине, поликлинике и больнице.
3. Если кашляете более 2–3 недель, обязательно обратитесь к врачу, пройдите обследование.
4. Избегайте контактов (не находитесь вблизи) с кашляющими людьми.
5. Не забывайте: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»
6. Старайтесь не переохлаждаться и не переутомляться.
7. Старайтесь правильно питаться.
8. Не ешьте на улице и в общественных местах. Помните, что влажные салфетки, которыми Вы протираете руки перед едой на улице, не воздействуют на микобактерии туберкулёза, так как содержат спирт, а микобактерии туберкулёза кислото- и спиртоустойчивы.

Если в Вашем окружении кто-то заболел туберкулёзом, обязательно пройдите профилактическое обследование. Взрослым в этом случае необходимо сделать флюорографию и Диаскинтест®, а детям – пробу Манту и по назначению фтизиатра Диаскинтест®. При необходимости врач назначит дообследование.

Если у Вас выявлен туберкулёз, сообщите друзьям, родственникам и коллегам, чтобы они прошли обследование. Это поможет выявлению у них туберкулёза на ранних стадиях и уменьшит заболеваемость туберкулёзом среди жителей Москвы и гостей столицы.

Если в Вашем окружении все здоровы, повод для обязательного обращения Вас или Вашего ребёнка к врачу – наличие даже одного из этих симптомов:

- длительный кашель (более 3 недель);
- выделение мокроты;
- высокая температура тела (более 37,5 °С);
- боль в груди, связанная с дыханием;
- кровохарканье;
- слабость; потеря веса;
- повышенная потливость, особенно ночная;
- и если Ваш ребёнок вдруг стал плохо учиться в школе (потеря интереса к учёбе у детей может быть связана с интоксикацией, в том числе туберкулёзной).

ПОМНИТЕ! Мы врачи-фтизиатры Московского городского научно-практического центра борьбы с туберкулёзом, можем вылечить и малыша, и подростка, и взрослого. Чем раньше будет выявлен туберкулёз и начато его лечение, тем эффективнее оно будет. Туберкулёз излечим!

Московский городской научно-практический



центр борьбы с туберкулезом

Московский городской научно-практический центр борьбы с туберкулезом

Департамента здравоохранения г. Москвы: 107014, ул. Стромынка, 10

Справочная служба: +7 (499) 268-01-31

Адреса филиалов

- **Клиника № 1:** ул. Стромынка, д. 10. Тел. +7 (499) 268-01-31
- **Клиника № 2:** ул. Барболина, 3. Тел. +7 (499) 268-25-45
- **Детское консультационно-диагностическое отделение:** ул. Барболина, 3. Тел. +7 (499) 268-26-21
- **Клинико-диагностический центр для взрослых:** ул. Радио, 18. Тел. +7 (499) 267-57-92
- **Филиал по ВАО:** 1) Сиреневый б-р, 6. Тел. +7 (499) 164-37-55
2) ул. Metallургов, 37. Тел. +7 (495) 304-02-17
- **Филиал по ЗАО:** ул. Тарутинская, 2. Тел. +7 (499) 144-16-21
- **Филиал по ЗелАО:** Зеленоград, 1-й Западный пр-д, 8. +7 (499) 734-21-34
- **Филиал по САО:** ул. Михалковская, 65. Тел. +7 (495) 450-16-04
- **Филиал по СВАО:** 1) ул. Докукина, 18. Тел. +7 (499) 187-16-49
2) ул. Гончарова, 4. Тел. +7 (499) 760-51-46
- **Филиал по СЗАО:** ул. Щукинская, 38. Тел. +7 (499) 190-01-56
- **Филиал по ЦАО:** ул. Радио, 18. Тел. +7 (499) 267-84-01
- **Филиал по ЮВАО:** ул. 8-я Текстильщиков, 2. Тел. +7 (499) 178-61-55
- **Филиал по ЮЗАО:** 1) Севастопольский пр., 26. Тел. +7 (499) 120-41-09
2) ул. Новаторов, 17. Тел. +7 (499) 935-14-61
- **Филиал по ЮАО:** ул. Речников, 25. Тел. +7 (499) 614-63-15

Мы выявляем и лечим туберкулез!

**Профилактика, диагностика и лечение туберкулеза
в Москве, как и во всей России, БЕСПЛАТНЫ!**

ООО «Издательство «Триада». ИД № 06059 от 16.10.01 г. 170034, г. Тверь, пр. Чайковского, 9, оф. 508.
Тел./факс: (4822) 42-90-22, 35-41-30. E-mail: triadatver@yandex.ru, <http://www.triada.tver.ru>

Подписано к печати ???.02.15. Формат 100×70 1/16, обрезной. Бумага мелованная. Усл. печ. л. 2. Тираж 25 000 экз.

Заказ № ????. Отпечатано в ООО «Тверская фабрика печати». 170006, г. Тверь, Беляковский пер., 46