**КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ТУБЕРКУЛЕЗОМ**

( памятка для населения )

Туберкулез – широко распространенное заразное инфекционное заболевание. Относится к группе социально значимых болезней, зависимых от экономических, социальных, медицинских причин. Многое определяется образом жизни самого человека, прежде всего наличием вредных привычек: табакокурением, злоупотреблением алкоголем, употреблением наркотиков.

Возбудители туберкулеза – микобактерии ( палочки Коха ) высоко устойчивы во внешней среде и к воздействию физических и химических факторов. Во влажной мокроте выдерживают нагревание до 75 о С в течении10 минут; при кипячении погибают через 5 минут; при комнатной температуре сохраняют жизнеспособность в течение 4 месяцев. Под воздействием прямых солнечных лучей микобактерии погибают через нескольких часов. В молоке, масле сохраняются до 10 месяцев, мягком сыре – до 1,5 лет, замороженном мясе – до года.

Естественная восприимчивость людей к туберкулезу высока. Наиболее подвержены заболеванию дети до 3 лет; лица, находящиеся в очагах тубинфекции, пожилые люди и страдающие хроническими заболеваниями.

Пути заражения туберкулезом:

* Воздушно-капельный. Основной источник возбудителей - больной заразной формой туберкулеза. При кашле, чихании, разговоре он выделяет в окружающую среду миллионы микобактерий, которые попадают в легкие здорового человека.
* Пищевой путь: при употреблении в пищу молока или мяса от больного туберкулезом животного( крупный рогатый скот, свиньи ), а также яиц и мяса больных птиц. Заражение связано с плохой термической обработкой пищевых продуктов.
* Контактный путь: инфекция попадает в организм через поврежденные кожные покровы и слизистые оболочки.

При туберкулезе могут поражаться практически все органы и ткани: легкие, кожа, лимфоузлы, кости и суставы. Мозговые оболочки, почки и мочевыделительная система, детородные органы и др.

Меры профилактики туберкулеза : выполнение принципов здорового образа жизни ( закаливание, полноценное питание, богатое витаминами и белками, отказ от вредных привычек ), соблюдение правил личной гигиены.

Специфические меры : обязательные прививки противотуберкулезной вакциной БЦЖ. Первая прививка делается в роддоме новорожденным, вторая прививка в 7-летнем возрасте.

Вакцинопрофилактика туберкулеза – надежная защита от тяжелого и опасного заболевания!