**24 марта - Всемирный день борьбы с туберкулезом**

Ежегодно, 24  марта,  мировая  общественность  проводит Всемирный день борьбы с туберкулезом, в котором Российская Федерация   принимает активное участие.

Туберкулез продолжает разрушать жизни миллионов людей во всем мире, вызывая тяжелые последствия для здоровья, а также социальной и экономической сферы. Тема этого года « Да, мы можем ликвидировать туберкулёз».

Заболевание туберкулезом регистрируется среди всех социальных слоёв населения, включая лиц декретированных групп.

Одним из главных направлений по улучшению эпидемиологической ситуации по туберкулезу в области является раннее выявление заболевания, в целях чего проводится ежегодное обследование детей иммунодиагностикой, в 2024 г. отмечено увеличение охвата детей с года до 14 лет иммунодиагностикой  - 98,7%  детей. Основной метод выявления туберкулеза среди взрослого населения - флюорографическое обследование, в 2024 году охват ФОГ обследования населения составил 68%. С целью предупреждения заболеваемости туберкулезом ежегодно в Челябинской области прививки против туберкулеза получают около 33 тысяч детей, в том числе 26 тысячи новорожденных.

**Необходимо знать,** что туберкулез – это инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями группы Mycobacterium tuberculosis complex. Опасность микобактерий туберкулёза состоит и в том, что они очень устойчивы во внешней среде: выдерживают нагревание до +90 °C и охлаждение до −260 °C, не погибают под действием кислот, щелочей и спиртов в составе обычных дезинфицирующих средств и долго сохраняют жизнеспособность на поверхностях предметов. Так, если микобактерии с каплями слюны или мокроты осели на страницах книг, они остаются активными до 3 месяцев.

Туберкулёз чаще передаётся воздушно-капельным путём: микобактерии рассеиваются вокруг больного туберкулёзом при кашле, чихании, смехе, но возможны и другие  пути передачи туберкулёзной инфекции:

воздушно-пылевой: высохшие на поверхностях капли мокроты и слизи с пылью поднимаются в воздух, откуда и попадают в организм человека;

алиментарный: заражение происходит при употреблении в пищу инфицированного молока или мяса больных животных;

контактный: при совместном использовании предметов личной гигиены, посуды и др.;

внутриутробный: от больной матери к ребёнку (встречается редко).

По оценкам ВОЗ, туберкулезными бактериями инфицировано около четверти населения мира. Вероятность того, что у инфицированных людей в какой-то момент появятся симптомы туберкулеза и разовьется заболевание, составляет примерно 5–10%. Риску заболевания туберкулезом в гораздо большей степени подвержены лица с ослабленным иммунитетом. Так, вероятность развития активной формы туберкулеза у людей, живущих с ВИЧ, возрастает примерно в 13 раз. Повышенному риску заболевания туберкулезом могут подвергаться люди, которые:

- страдают диабетом (высокий уровень сахара в крови);

- имеют ослабленную иммунную систему (например, в результате ВИЧ-инфекции или СПИДа);

- страдают от неполноценного питания;

- употребляют табак;

- злоупотребляют алкоголем.

Туберкулез возникает в результате размножения бактерий в организме и поражения различных органов. Симптомы туберкулеза могут оставаться слабо выраженными в течение многих месяцев, в результате чего больной может, сам того не подозревая, заражать других людей. У некоторых туберкулезных больных симптомы отсутствуют.

**Распространенные симптомы туберкулеза:**

- длительный кашель (иногда с кровью);

- боль в груди;

- слабость;

- повышенная утомляемость;

- снижение массы тела;

- лихорадка;

- ночная потливость.

Симптомы туберкулеза зависят от локализации инфекционного процесса в организме. Хотя туберкулез обычно поражает легкие, он также может поражать почки, головной мозг, позвоночник и кожные покровы.

**Для предотвращения заражения туберкулезом и его распространения необходимо следовать приведенным  рекомендациям:**

- Веди здоровый образ жизни: занимайся спортом, закаляйся, соблюдай режим дня.

- Откажись от вредных привычек: курения, алкоголя, наркотиков.

- Соблюдай правила личной и общественной гигиены: правила гигиены тела и одежды, чистоты в доме и местах общего пользовании, проветривания помещений, влажной уборки.

- Вовремя обращайся к врачу  в случае  симптомов: длительный кашель, небольшое длительное повышение температуры тела, потливость по ночам, плохое самочувствие, потеря веса, одышка.

- Ежегодно проходи флюорографическое обследование.

- Если вы подвергаетесь повышенному риску заболевания, например при наличии ВИЧ-инфекции или контактах с туберкулезными больными в быту или на работе, обследуйся на туберкулёз 2 раза в год.

Химиопрофилактика туберкулеза предупреждает развитие заболевания у инфицированных возбудителем туберкулеза. Если вам назначена такая химиопрофилактика, необходимо пройти весь курс лечения.

Если вы болеете туберкулезом, соблюдайте правила гигиены при кашле, в том числе избегайте контакта с другими людьми и носите маску, прикрывайте рот и нос при кашле или чихании, а также правильно утилизируйте мокроту и использованные салфетки.

Нурлатский ТО