



Туберкулез – инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза. Туберкулез остается одним из опасных заболеваний, требующих раннего диагностирования и лечения. Решением Всемирной организации здравоохранения 24 марта признан Всемирным днем борьбы с туберкулезом. Девиз Всемирного дня борьбы с туберкулезом в 2025 году: «Да! Мы можем победить туберкулез!». Возбудители инфекции – микобактерии, которые очень устойчивы к воздействию факторов окружающей среды. В сухом состоянии возбудители туберкулеза сохраняют свою жизнедеятельность до 3 лет, при нагревании выдерживают

температуру выше 80 °С. Источником инфекции являются больные активной формой туберкулеза люди и животные (крупный рогатый скот, козы, собаки). Ведущий путь распространения туберкулеза – воздушно-капельный. Возможны также воздушно-пылевой, контактный, алиментарный путь передачи (проникновение инфекции в организм через продукты питания от больного животного: молоко, сметана, сыр).

К группам риска относятся: пожилые люди, маленькие дети, люди с ослабленным иммунитетом, употребляющие табачные изделия. Клинические проявления инфекции характеризуются общей слабостью и быстрой утомляемостью, снижением работоспособности, снижением массы тела, отсутствием аппетита. У больных наблюдается кашель, боль в груди. Температура тела может повышаться до 38 °С. Туберкулез при отсутствии грамотного лечения прогрессирует и вызывает необратимые изменения в легких, которые могут привести к летальному исходу.

Профилактика туберкулёза — комплекс мероприятий, направленных на предупреждение возникновения и распространения заболевания, а также на раннее его выявление.

Основным способом профилактики туберкулеза у детей является профилактическая иммунизация. Прививку БЦЖ проводят в роддоме при отсутствии противопоказаний в первые 3-7 дней жизни ребенка. Повторную прививку против туберкулеза проводят в 7 лет при наличии отрицательной пробы Манту. Вакцина не предотвращает заражение, но снижает риск тяжёлых форм туберкулёза, особенно у детей. В некоторых случаях, особенно при наличии факторов риска, врач может рекомендовать ревакцинацию в 7 и 14 лет. Ежегодно с целью раннего выявления инфицирования детям проводится обследование с помощью проведения туберкулиновой пробы Манту или постановки Диаскинтеста в организованных коллективах по месту учебы, в детских садах, неорганизованному детскому населению – в детской поликлинике по месту жительства. С целью выявления туберкулеза на ранних стадиях у взрослых проводится флюорографическое обследование с кратностью не реже одного раза в год (в зависимости от профессии, состояния здоровья и принадлежности к различным группам риска).

Здоровый образ жизни. Чтобы укрепить защитные силы организма, необходимо правильно питаться, отказаться от вредных привычек (курение и алкоголь снижают устойчивость лёгких к инфекции), регулярно заниматься спортом и проводить время на свежем воздухе, избегать стрессов и высыпаться.

Избегание контактов с больными туберкулёзом. Туберкулёз передаётся воздушно-капельным путём: заражение происходит при кашле, чихании, разговоре с инфицированным человеком. Особенно опасны пациенты с открытой формой заболевания. Если среди знакомых или коллег есть человек, больной туберкулёзом, важно соблюдать меры предосторожности: больному необходимо лечиться в специализированном учреждении и соблюдать карантинные рекомендации, использование медицинской маски при контактах с окружающими снижает распространение инфекции, в местах, где находился инфицированный человек, следует проводить дезинфекцию и проветривание.

Группы риска: люди с ослабленным иммунитетом (ВИЧ-инфицированные, пациенты с онкологическими заболеваниями, диабетом); дети, подростки и пожилые люди — у них иммунная система более уязвима; лица, проживающие в условиях скученности (казармы, общежития, тюрьмы); люди, контактирующие с больными туберкулёзом (родственники, медработники). Этим категориям необходимо особенно тщательно соблюдать профилактические меры.

Профилактические обследования на туберкулёз проводятся периодически. Порядок и сроки проведения утверждены приказом Минздрава России от 11.04.2025 №190н. Для взрослых основное профилактическое обследование — **флюорография**. Проводится 1 раз в год, а для людей из групп риска (медики, учителя, ВИЧ-инфицированные, контактные лица) — чаще. У детей и подростков для выявления инфицирования используют **туберкулиновые пробы** (проба Манту, Диаскинтест).

Если в результате профилактического осмотра выявлены патологические состояния, свидетельствующие о наличии туберкулёза, медицинский работник должен в течение 2 календарных дней со дня завершения осмотра организовать обследование гражданина в соответствии с Порядком оказания медицинской помощи больным туберкулёзом, утверждённым приказом Минздрава России от 15.11.2012 №932н. Внимательное отношение к своему здоровью, прохождение флюорографического обследования и своевременное обращение к врачу помогут избежать тяжелых и опасных для жизни форм туберкулеза. Будьте здоровы!