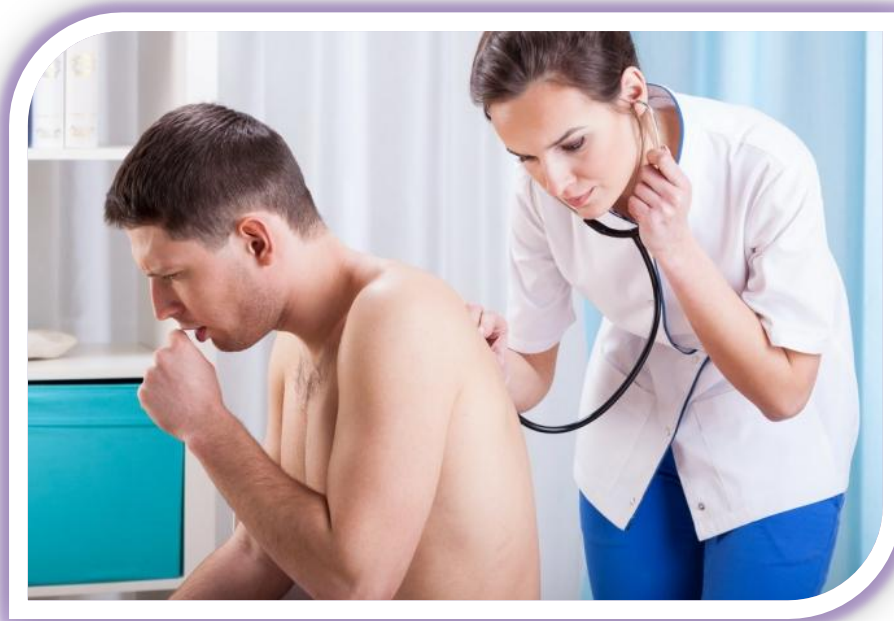


ИНФОРМАЦИОННА КАМПАНИЯ „ОБЕДИНЕНИ В БОРБАТА СРЕЩУ ТУБЕРКУЛОЗАТА“



Световният ден за борба с туберкулозата – 24 март се отбелязва от 1996 г. с решение на Световната здравна организация. На тази дата през 1882 г. немският бактериолог Робърт Кох обявява, че е изолирал бацила на туберкулозата. Въпреки великото откритие и до днес болестта съществува. Всяка година 9 милиона души в света се разболяват от туберкулоза. Туберкулозата е втората по смъртност инфекциозна болест след СПИН.

На този ден медицинската общественост и неправителствените организации привличат вниманието на хората върху най-разпространената инфекциозна болест в света – туберкулозата. С отбелязването на този ден се цели повишаване на обществената информираност по отношение на заболяването туберкулоза, подобряване на здравната профилактика, както и популяризирането на здравословен начин на живот.

Струва ни се, че днес е невъзможно да се разболеем от туберкулоза, камо ли да умрем от това заболяване, след като живеем и работим в нормални условия и можем да получим компетентна, навременна медицинска помощ. Уви, и сега, в 21-ви век, хора с хубав дом, семейство и високоплатена работа продължават да се разболяват и дори да умират от туберкулоза. Според специалистите това вече не е болестта на хората с ниски доходи, а засяга различни прослойки и възрастови групи.

Какво заболяване е туберкулозата?

Туберкулозата е хронично инфекциозно заболяване, което може да се развие във всички органи и системи на човешкия организъм, но най-често се локализира в белите дробове. Причинителят на туберкулозата е Микобактериум туберкулозис (бактерий на Кох), който се отличава със значителна устойчивост във външната среда, като особено дълго се запазва в отделените от болните храчки, включително и след тяхното изсъхване. При стайна температура бактериите остават жизнеспособни от 2 до 10 месеца в зависимост от хигиенното състояние и осветеността на помещението, като в тъмни и непроветриви помещения бактериите може да издържат до 3 години. Те са силно чувствителни към слънчева светлина – при пряко действие тя ги унищожава за 5-10 минути.

Какви са начините на заразяване?

- Проникването на инфекцията най-често става през дихателните пътища. При кашлица, кихане, разговор болният отделя туберкулозни бактерии във въздуха. От пръските при кашляне и храчене хората, които се намират в близост могат да се заразят непосредствено по въздушно-капков път;
- Хранителен път: чрез консумиране на мляко от болни крави или на продуктите приготвени от него, при употреба на недостатъчно топлинно обработено месо от болни птици и свине;
- Контактен път: заразяването става при увредена кожа или лигавици при хора с професии, свързани с отглеждането на животни.

Кои рискови фактори благоприятстват заразяването с туберкулоза?

- Непосредствен контакт с болен от туберкулоза;
- Тютюнопушене;
- Злоупотреба с алкохол и/или наркотици;
- Съпътстващи заболявания като: хронични неспецифични заболявания на белите дробове (хроничен бронхит, силикоза, бронхиектазии), диабет, язвена болест на стомаха, алергични състояния и др., водещи до потискане на имунитета ;
- Липса на ваксинация срещу туберкулоза или некачествено провеждане на същата;
- Намалени съпротивителни възможности на организма вследствие на: прекарани инфекции, непълноценно хранене и хиповитаминози, нехигиенични условия на труд и бит, пубертет, бременност и кърмене;
- Продължителното пребиваване в райони с вредни химически вещества;
- Носителство на вируса на СПИН.

Кои са симптомите на белодробната форма на заболяването?

- Кашлица, която може да продължи седмици, като в началото се наблюдава леко покашляне, а при напредване на болестния процес кашлицата се засилва и става влажна;
- Храчене – болните отделят хракки главно сутрин, понякога примесени с кръв;
- Повишена температура – болните имат повишена температура за продължителен период от време (дори с месеци). Възможно е заболяването да протече и без повишена температура;
- Изпотяване – обилно, особено нощно време;
- Болки в гръдния кош – те се срещат при повечето болни, като се засилват при дишане и кашлица;
- Безапетитие – то води до намаляване на телесното тегло;
- Задух – характерен е за напредналите стадии на болестта;
- Отпадналост и безсилие – тези симптоми продължават дълго време;
- Туберкулозата може да протече и напълно безсимптомно при 15% от случаите.



Как се проявява туберкулозата при децата?

Поради особеностите на детския организъм често няма специфични признаци, а началото на заболяването се изразява с бърза умора, намален апетит, детето не наддава

на тегло, периодично повишаване на температура 37,1 – 37,5 градуса, увеличени лимфни възли в областта на шията, подмишниците и слабините.

Каква е локализацията на извънбелодробните форми на заболяването?

- ТБК на органите на коремната кухина;
- ТБК на централната нервна система;
- ТБК на костно-ставния апарат;
- ТБК на периферни лимфни възли;
- ТБК на очите;
- ТБК на миокарда и перикарда на сърцето;
- ТБК на кожата.

Приблизително един на всеки десет случая е представен от извънбелодробна форма на туберкулоза. Микобактерията може да засегне всеки орган в човешкото тяло, с изключение на косата и ноктите. Най-често тя избира бъбреците, под маската на традиционно бъбречно заболяване, като пиелонефрит. Според статистиката, всеки четвърти случай на безплодие е свързан със засягане на половите органи от микобактерии. Често те нанасят удар по ставите и гръбнака. Специалистите офталмолози смятат, че половината от случаите на пациенти със слепота по неизвестна причина са загубили зрението си вследствие на туберкулоза на очите.

Формите на извънбелодробна туберкулоза често се предават чрез храната, особено при консумация на мляко от болни крави или кози. Ето защо е задължително да се сvari прясното мляко, преди консумация. В сиренето и в маслото микобактерията също се чувства чудесно.

Традиционен източник на инфекция с туберкулоза е и месото от болни крави, овце, кокошки. Днес има около петдесет домашни и диви животни и дващест и пет вида птици, от които може да се прихване туберкулоза. Месото, закупено от улични търговци, трябва да бъде добре сварено или препечено.

Болните от туберкулоза кокошки снасят заразени яйца. По външен вид няма как да бъдат различени от здравите. Затова най-разумно е да се купуват такива продукти само в магазините или на официалния пазар, където те се подлагат на специален контрол.

Как да се предпазим от заразяване от туберкулоза:

- ◆ Ваксиниране с БЦЖ ваксина след 48-ия час от раждане на бебето и реимунизирание – на 7, 11 и 17 годишна възраст;
- ◆ Поддържане на естествените съпротивителни възможности на организма чрез пълноценно хранене, богато на белтъчини и витамини и редовно практикуване на физически упражнения, туризъм;
- ◆ Отказване от тютюнопушене, злоупотреба с алкохол и употреба на психоактивни вещества (наркотици);
- ◆ Поддържане на добра лична и обществена хигиена;
- ◆ Консумиране на хранителни продукти (месо, мляко, яйца), преминали ветеринарно-санитарен контрол;



- ◆ Приемане на лекарственото средство Римицид, по назначение на лекар, ако размерът на инфилтратата при кожната туберкулинова чувствителност е над 15 мм;
- ◆ Незабавно консултиране с лекар при установяване на някои от симптомите на болестта, а също така и при съпътстващи заболявания и прекарани инфекции.

ВСЕКИ ОТ НАС СЕ СРЕЩА С ТУБЕРКУЛОЗНИТЕ БАКТЕРИИ, НО НЕ ВСЕКИ БОЛЕДУВА!!!

Дали ще се развие заболяване зависи в голяма степен от естествените съпротивителни сили (имунната система) на човек.

Какво да направим, за да победим по-бързо болестта?

Преди всичко – да се спазват указанията на лекаря и да се проведе пълния курс на лечение. По време на лечението е необходимо пълноценно хранене, поне три пъти дневно. В храната трябва да има достатъчно белтъчини, плодове и зеленчуци. Допълнително могат да се приемат витамини.

Наложителен е отказ от употреба на алкохолни напитки, наркотици и цигари. Злоупотребата с наркотици и алкохол няма да позволи успешното излекуване.

Необходимо е да се спазва режим, да се спи достатъчно и да няма прекалено физическо натоварване. В същото време е добре да се правят разходки на чист въздух. Не трябва да се стои дълго време на слънце през лятото. Трябва да се избягва простуда и измръзване.

Днес туберкулозата е болест, която може да се излекува напълно, особено ако се открие своевременно и се спазва стриктно лечение.

Как да предпазим от туберкулоза близките си?

- Туберкулозните бактерии бързо загиват под въздействието на слънчевите лъчи, високите температури и веществата, които съдържат хлор (белина);
- При кашлица и кихане болният трябва да закрива устата и носа с кърпа или салфетка. Кърпите и салфетките с храчки се унищожават и в никакъв случай не се изхвърлят в дома или на улицата;
- Храчките трябва да се отделят в специален плювалник, който редовно се дезинфекцира с белина;
- Желателно е болният да ползва отделни съдове и прибори. Дрехите на болния трябва колкото се може по-често да се излагат на слънце или да се гладят с ютия;
- Необходимо е често проветряване на помещението, в което се намира болният;
- Когато болният бъде настанен в лечебно заведение, бактериите в дома се унищожават чрез:
 - ♣ Изнасяне за няколко часа навън на всички одеяла, завивки, покривала, дрехи и вещи. Слънцето унищожава причинителите на туберкулозата;
 - ♣ Почистване с топла вода и белина навсякъде (под и настилки);
 - ♣ Измиване на всички кухненски съдове, прибори за хранене, чаши и чинии, детски играчки и наkisването им в разтвор на белина, след което се изплакват обилно с вода;
 - ♣ Всекидневно проветряване на жилището и излагане на завивките на слънце.

**ЕПИДЕМИОЛОГИЧНИ ДАННИ ЗА ЗАБОЛЕВАЕМОСТТА
ОТ ТУБЕРКУЛОЗА В ОБЛАСТ СИЛИСТРА**

от 2004 г. до 2015 г.

Година	Област Силистра бр. новооткрити болни от туберкулоза	Област Силистра заболеваемост от туберкулоза на 100 000 население
2004 г.	38	27,65 на 100 000
2005 г.	69	50,84 на 100 000
2006 г.	39	29,08 на 100 000
2007 г.	50	37,68 на 100 000
2008 г.	60	45,84 на 100 000
2009 г.	53	41,05 на 100 000
2010 г.	41	32,12 на 100 000
2011 г.	34	27,02 на 100 000
2012 г.	28	23,64 на 100 000
2013 г.	26	22,19 на 100 000
2014 г.	24	20,68 на 100 000
2015 г.	15	13,08 на 100 000

За периода 2009 г. – 2016 г. най-голям брой заболели от туберкулоза са регистрирани в гр. Силистра и с. Калипетрово, община Силистра, гр. Тутракан и с. Искра, община Ситово.

В рамките на **Програма „Подобряване на устойчивостта на Националната програма по туберкулоза“** РЗИ-Силистра ще отбележи Световния ден за борба с туберкулозата – 24 март с информационна кампания, насочена към две целеви групи – ученици на възраст 12-17 години и трудов колектив с контактни на туберкулоза служители. Основната цел на кампанията е повишаване на информираността за туберкулозата, придобиване на знания за здравните и социални последици от заболяването за човека и общността, в която живее и изграждане на мотивация за здравословно поведение и здравословен начин на живот.

Дирекция „Обществено здраве“