**ГБУЗ «Областной центр медицинской профилактики»**

**Диагноз, разрушающий ваши планы**

**Туберкулез (чахотка)** – это широко распространённое в мире инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза (палочками Коха). Туберкулёз обычно поражает [**лёгкие**](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%83%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%91%D0%B7_%D0%BB%D1%91%D0%B3%D0%BA%D0%B8%D1%85), реже затрагивая другие органы и системы

Микобактерии туберкулеза передаётся воздушно-капельным путём при разговоре, кашле и чихании больного

 **Факторы, способствующие развитию туберкулеза**

* качество питания. «Сытый человек туберкулезом не болеет»
* курение и употребление алкоголя значительно  снижают защитные силы организма
* хронические заболевания. Туберкулезу особенно подвержены ВИЧ-инфицированные, больные сахарным диабетом, болезнями органов дыхания, заболеваниями желудочно-кишечного тракта
* стресс и депрессия отрицательно влияют на состояние иммунной системы

****

**ГБУЗ «Областной центр медицинской профилактики»**

**Диагноз, разрушающий ваши планы**

**Туберкулез (чахотка)** – это широко распространённое в мире  инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза (палочками Коха). Туберкулёз обычно поражает [**лёгкие**](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%83%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%91%D0%B7_%D0%BB%D1%91%D0%B3%D0%BA%D0%B8%D1%85), реже затрагивая другие органы и системы

Микобактерии туберкулеза передаётся воздушно-капельным путём при разговоре, кашле и чихании больного

**Факторы, способствующие развитию туберкулеза**

* качество питания. «Сытый человек туберкулезом не болеет»
* курение и употребление алкоголя значительно  снижают защитные силы организма
* хронические заболевания. Туберкулезу особенно подвержены ВИЧ-инфицированные, больные сахарным диабетом, болезнями органов дыхания, заболеваниями желудочно-кишечного тракта
* стресс и депрессия отрицательно влияют на состояние иммунной системы

**ГБУЗ «Областной центр медицинской профилактики»**

**Диагноз, разрушающий ваши планы**

**Туберкулез (чахотка)** – это широко распространённое в мире  инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза (палочками Коха). Туберкулёз обычно поражает [**лёгкие**](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%83%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%91%D0%B7_%D0%BB%D1%91%D0%B3%D0%BA%D0%B8%D1%85), реже затрагивая другие органы и системы

Микобактерии туберкулеза передаётся воздушно-капельным путём при разговоре, кашле и чихании больного

**Факторы, способствующие развитию туберкулеза**

* качество питания. «Сытый человек туберкулезом не болеет»
* курение и употребление алкоголя значительно  снижают защитные силы организма
* хронические заболевания. Туберкулезу особенно подвержены ВИЧ-инфицированные, больные сахарным диабетом, болезнями органов дыхания, заболеваниями желудочно-кишечного тракта
* стресс и депрессия отрицательно влияют на состояние иммунной системы
* В мире в 2013 году 9 миллионов человек заболели туберкулезом и 1,5 миллиона человек умерли от этой болезни. Показатели заболеваемости туберкулезом по Псковской области выше среднероссийских показателей

**Методы раннего выявления туберкулеза:**

- флюорографическое обследование (ФЛО с 15 лет);

- постановка реакции Манту (детям до 17 лет);

- бактериологический метод (исследование мокроты)

# Профилактика туберкулеза

- Вакцинация БЦЖ, проводится детям в роддоме(при отсутствии противопоказаний)

- флюорографическое обследование (с 15 лет)

- Соблюдение режима труда и отдыха

- Ежедневные прогулки и полноценный сон

- Отказ от алкоголя и табака

- Здоровый режим питания, употребление белков (особенно рыба, мясо), овощей и фруктов

- Закаливание организма, занятие физкультурой

-Избегание стрессовых ситуаций

**Помните, что раннее выявление туберкулеза обезопасит Вас и Ваших близких.**

ГБУЗ «Противотуберкулезный диспансер Псковской области»

**Поликлиника:** 56-52-18 **Адрес:**180007 г. Псков, Красноармейская ул., 16

**Памятка разработана ГБУЗ « Областной центр медицинской профилактики»**

[**http://vk.com/club59588670**](http://vk.com/club59588670)

В мире в 2013 году 9 миллионов человек заболели туберкулезом и 1,5 миллиона человек умерли от этой болезни. Показатели заболеваемости туберкулезом по Псковской области выше среднероссийских показателей

**Методы раннего выявления туберкулеза:**

- флюорографическое обследование (ФЛО с 15 лет);

- постановка реакции Манту (детям до 17 лет);

- бактериологический метод (исследование мокроты)

# Профилактика туберкулеза

- Вакцинация БЦЖ, проводится детям в роддоме(при отсутствии противопоказаний)

- флюорографическое обследование (с 15 лет)

- Соблюдение режима труда и отдыха.

- Ежедневные прогулки и полноценный сон.

- Отказ от алкоголя и табака.

- Здоровый режим питания, употребление белков (особенно рыба, мясо), овощей и фруктов

- Закаливание организма, занятие физкультурой

-Избегание стрессовых ситуаций

**Помните, что раннее выявление туберкулеза обезопасит Вас и Ваших близких.**

ГБУЗ «Противотуберкулезный диспансер Псковской области»

**Поликлиника:** 56-52-18 **Адрес:**180007 г. Псков, Красноармейская ул., 16

**Памятка разработана ГБУЗ « Областной центр медицинской профилактики»**

[**http://vk.com/club59588670**](http://vk.com/club59588670)

В мире в 2013 году 9 миллионов человек заболели туберкулезом и 1,5 миллиона человек умерли от этой болезни. Показатели заболеваемости туберкулезом по Псковской области выше среднероссийских показателей

[**http://vk.com/club59588670**](http://vk.com/club59588670)

**Методы раннего выявления туберкулеза:**

- флюорографическое обследование (ФЛО с 15 лет);

- постановка реакции Манту (детям до 17 лет);

- бактериологический метод (исследование мокроты)

# Профилактика туберкулеза

- Вакцинация БЦЖ, проводится детям в роддоме(при отсутствии противопоказаний)

- флюорографическое обследование (с 15 лет)

- Соблюдение режима труда и отдыха.

- Ежедневные прогулки и полноценный сон.

- Отказ от алкоголя и табака.

- Здоровый режим питания, употребление белков (особенно рыба, мясо), овощей и фруктов

- Закаливание организма, занятие физкультурой

-Избегание стрессовых ситуаций

**Помните, что раннее выявление туберкулеза обезопасит Вас и Ваших близких.**

ГБУЗ «Противотуберкулезный диспансер Псковской области»

**Поликлиника:** 56-52-18 **Адрес:**180007 г. Псков, Красноармейская ул., 16

**Памятка разработана ГБУЗ « Областной центр медицинской профилактики»**

**http://vk.com/club59588670**