

Основные меры профилактики туберкулеза для взрослых и детей



Профилактика туберкулеза — это один из самых значимых факторов предупреждения и борьбы с таким опасным и широко распространенным заболеванием, поражающим как людей, так и животных. Самой распространенной формой туберкулеза является легочный, но иногда могут быть затронуты и другие органы. Микробактерии туберкулеза переносятся воздушно-капельным путем. Если иммунитет человека снижен и поврежден, повышается вероятность развития болезни. Поэтому в наши дни так важно знание симптоматики туберкулеза, способов профилактики заболевания и методов лечения заболевания. На данный момент туберкулез является важным социально-медицинским вопросом, который решается путем нахождения более эффективных методов профилактики и проверки населения на выявление наиболее восприимчивых слоев.



Социальная направленность профилактических мер против туберкулеза выражается в проведении мероприятий по выявлению вероятности заболеваемости в тех или иных социальных группах. Такое направление профилактики туберкулеза включает в себя широкий круг мер, основанных на улучшении общих условий жизни и состояния окружающей среды.

Профилактические процедуры включают в себя пропаганду здорового образа жизни и повышения физической подготовки населения. Неспецифическую профилактику туберкулеза также важно принимать во внимание, как и введение лекарств и препаратов. От множества факторов социального риска зависит успешность проведения профилактических мер.

В список социальных мер входят:

- улучшение уровня жизни населения;
- повышение материального благосостояния людей;
- меры по оптимизации экологической обстановки;
- повышение социальной и медицинской грамотности населения.

В целом, одним из главных факторов улучшения состояния эпидемиологической обстановки и успешности профилактики является соц-экономическая обстановка в государстве и уровень культуры его населения.

Профилактические меры против туберкулеза могут быть следующими:



- повышение иммунитета как взрослого населения, так и детей. В этих целях проводится вакцинация БЦЖ, основанная на введении в организм ослабленных микробактерий туберкулеза;
- до 13 лет ребенку проводят ревакцинацию, в случае если проба Манту показала соответствующий результат — он должен быть отрицательным. Ревакцинацию нельзя проводить в случае, если проба показала положительный результат и человек инфицирован. Противопоказанием является и наличие в организме любой другой инфекции. Аллергические реакции также становятся причиной отказа от ревакцинации, как и эпилептический синдром и ревматизм;
- для выявления патологий и изменений в легких проводятся флюорографические исследования.

Профилактические мероприятия и грамотность населения помогают снизить количество заболеваемости в среднем в 2 раза.

Меры профилактики распространения заболевания в контакте с инфицированным человеком

При подтверждении заболевания у человека врачом-фтизиатром устанавливается план лечения и остановки распространения инфекции. Проводится обследование всех приближенных больного и снабжение их антисептическими средствами.

Стоит учесть, что профилактика туберкулеза начинается, прежде всего, с самоконтроля. Необходимо внимательно следить за тем, какие сигналы подает собственный организм, ведь болезнь не всегда протекает бессимптомно.

Большая часть признаков, свидетельствующих о развитии недуга, является неспецифической. Выявить болезнь можно при наличии ряда симптомов:

- Кашель, который сопровождается выделением мокроты с кровяными прожилками
- Общее недомогание, слабость
- Наличие субфебрильной температуры тела (37,1 -38С)
- Чрезмерная потливость во время ночного сна
- Утрата аппетита
- Беспричинное снижение массы тела.

Если несколько из описанных выше признаков сохраняются в течение трех недель, стоит как можно скорее обратиться к терапевту. Для диагностики пациенту будут назначено рентгенологическое исследование грудной клетки (процедура является обязательной), а также рекомендована сдача мокроты на анализ. В некоторых случаях потребуется пройти обследование в тубдиспансере.

Для предупреждения распространения инфекции и усугубления состояния больного выделяется следующий ряд мер:



- заведение отдельных предметов посуды для инфицированного и специальная обработка и её хранение;
- выделение белья и полотенец только для больного;
- заведение плевательницы для мокроты больного;
- ежедневная дезинфекция и влажная уборка комнаты, в которой проживает больной;

- в случае госпитализации пациента или летального исхода санитарно-эпидемиологической службой проводится окончательная дезинфекция всего помещения, где находился больной.

Также должна проводиться обязательная дезинфекция предметов пользования пациента:

- обеззараживание плевательниц раствором хлорамина с 5% концентрацией;
- кипячение плевательницы в растворе 2% бикарбоната натрия в течение 25 минут, либо погружение её в хлораминовый раствор на 5 часов с последующим промыванием в горячей воде;
- посуда больного должна прокипятиться в содовом растворе не менее 25 минут;
- белье больного также следует прокипятить в течение получаса после предварительного замачивания в стиральном порошке.

Профилактика туберкулеза и обработка вещей больного является защитой неинфицированных лиц от заражения туберкулезом.

Общие методы профилактики

Все меры профилактики нацелены на выявление инфицирования или заболевания на ранней стадии во избежание развития туберкулеза. Медицинский вид профилактики представляет собой вакцинацию ребенка с целью создания определенного иммунитета. Санитарно-профилактические нормы помогают выявить и ликвидировать очаг инфекции. К тому же, санитарная профилактика отвечает за допуск к работе общественных сотрудников. Социальная профилактика направлена на своевременное информирование населения о туберкулезе, формах его протекания и эпидемиологической ситуации в стране.

ВАЖНО ЗНАТЬ!

Туберкулез можно вылечить гораздо быстрее, если с самого начала лечиться правильно!

К первичной профилактике относится курс химических препаратов.

Его стоит проводить следующим категориям граждан:



- неинфицированным людям, имеющим тесный контакт с больным или предполагаемым больным;
- детям, чьи результаты на реакцию Манту положительны;
- инфицированным детям до 5 лет с выраженной реакцией на туберкулин;
- людям, перенесшим туберкулез с осложнениями на легкие и дополнительным курсом гормональных препаратов из-за другого заболевания;
- больным с наличием сахарного диабета, нарушениями психики, страдающим алкогольной или наркотической зависимостью, частыми инфекционными заболеваниями;
- лицам, перенесшим заболевание с выраженной реакцией.

В случае отклонений здоровья человек обычно старается вылечить себя самостоятельно, прибегая к народным методам. Но туберкулез — это серьезное инфекционное заболевание, и при обнаружении его симптомов, необходимо обратиться к врачу. В случае если кашель у вас не прекращается уже довольно долго, температура повышается до 38 градусов, особенно по вечерам, повышенное потоотделение, резкий упадок сил на протяжении более 3 дней и ухудшение внешнего вида — эти признаки могут быть симптомами начала заболевания туберкулезом. При таких симптомах лучше вовремя обратиться к врачу для предотвращения осложнений, ведь лечение дома нельзя назвать эффективным.

Так как у туберкулеза несколько путей передачи, стоит не забывать о мерах безопасности при общении с людьми, которые могут быть потенциально зараженными или больными. Особенно стоит быть разборчивым при выборе второй половины, так как есть риск прямого контакта с заболевшим и его личными вещами. Важно также быть более осторожным, если у вас или вашего партнера есть ВИЧ-инфекция.

В дезинфекции очага заражения выделяют две фазы: текущая и заключительная. Пациенты с активной фазой заболевания должны быть госпитализированы в обязательном порядке, так как только там ему будет оказываться должный присмотр и лечение. К тому же, не стоит подвергать близких риску заражения этой опасной болезнью. Близкие же, в свою очередь, должны поддерживать больного и не оставлять его одного. Также необходимо вылечиться окончательно, так как высок риск рецидива, ведь вторичное заболевание может протекать

тяжелее, чем в первый раз. Диспансерное наблюдение после лечения помогает избежать таких последствий.

Мы постараемся кратко изложить памятку профилактики против туберкулеза. Итак, полная защита от туберкулеза состоит из:

- обязательной диспансеризации больного на острой стадии;
- тщательной дезинфекции очага заражения во время болезни и после полного выздоровления;
- проведение обязательной вакцинации населения;
- химиопрофилактики, профилактических обследований потенциально инфицированных и контактировавших;
- следования санитарно-гигиеническим нормам больным и его близкими;
- улучшение жилищных условий заболевшего, поддержания чистоты в помещении;
- прием поддерживающих лекарств и витаминов, например, рыбьего жира или гомеопатических препаратов. Как лекарственное средство против туберкулеза, принимают Изониазид.

Соблюдение всех этих правил поможет не только оградить себя от заражения, но и облегчить течение болезни у уже заболевшего.

Детская профилактика



Основным инструментом профилактики у детей является вакцинация. Всем хорошо известно об обязательном проведении этих процедур и их необходимости, хотя многие родители сейчас отказываются проводить вакцинацию. Детский организм особенно восприимчив к инфекции туберкулеза, и болезнь в раннем возрасте может привести к тяжелым последствиям в будущем. Поэтому так важно не отказываться от прививок и проводить их вовремя.

В возрасте недели после рождения проводят первую вакцинацию. Стоит помнить, что такие процедуры делаются только здоровому ребенку, и стоит отложить прививку в случае недомогания.

Какими же могут быть причины отсрочки вакцинации:

- ребенок недоношен. В таком случае стоит дождаться восстановления массы тела ребенка и его нормального состояния;
- пиодермические явления;
- ярко выраженная желтуха. У многих детей при рождении наблюдается такое явление, но при сильном поражении лучше отказаться от прививки;
- инфекционные заболевания.

Последующие вакцинации проводятся в 7, 14 и 17 лет. Предварительно проводится обязательная проба Манту на инфицирование ребенка. Вакцинацию проводят только при отрицательном результате.

Ревакцинация может быть запрещена при следующих причинах:

- инфицированность ребенка туберкулезом;
- кожные заболевания;
- ребенок состоит в группе риска по аллергии;
- сложности протекания предыдущих вакцинаций;
- недомогание, признаки болезни, повышенная температура.

В случае наличия любого из этих признаков стоит отменить проведение прививки. После последней вакцинации прививку можно делать при необходимости, но не регулярно.

Взрослая профилактика



Профилактику туберкулеза у взрослых следует отличать от детской. Чтобы предотвратить распространение инфекции и улучшить эпидемиологическую обстановку в стране, правительство должно предоставить условия проживания населению, обеспечить максимальную эффективность профилактики.

Профилактические меры против развития заболевания у взрослых направлены на:

- Улучшение условий трудовой деятельности
- Проведение лечебно-профилактических мероприятий с целью предупреждения развития профессиональных болезней органов дыхания
- Борьбу с наркозависимостью, алкоголизмом, а также табакокурением
- Соблюдение правил личной гигиены на производстве
- Обеспечение качественного, сбалансированного питания
- Борьбу с загрязнением окружающей среды
- Ведение здорового, активного образа жизни.

Наиболее эффективным методом профилактики такого заболевания как туберкулез является регулярное проведение флюорографического обследования (один раз на протяжении года). Подобный вид диагностики позволит своевременно выявить развитие болезни на начальных этапах и является наиболее оптимальным для большинства населения. Благодаря этому удастся начать своевременное лечение и исключить возможные осложнения.

Сам же человек, в свою очередь, должен соблюдать следующие правила:

- проходить регулярное флюорографическое обследование не реже одного раза в год. Вопреки расхожему мнению, доза облучения, получаемая на флюорографии, не так опасна, и уж точно не вреднее последствий туберкулеза;
- вести здоровый образ жизни со сбалансированным питанием и регулярными физическими нагрузками;
- принимать в пищу продукты, богатые витаминами и микроэлементами;
- не забывать о правилах личной гигиены;
- бросить курить и принимать алкоголь. Любая неблагоприятная зависимость ослабляет иммунитет и повышает риск заболеваемости.

Зачастую фактором риска к развитию туберкулеза может стать хроническое заболевание, в том числе инфекционное, любая ослабленность организма, стрессы, потеря веса, вредные привычки, постоянные контакты с большим количеством человек.

Чем старше человек, тем больше шансов у него заразиться и заболеть туберкулезом.

Беременность же — фактор для повышенного внимания к своему здоровью.

Чем раньше будет выявлено заражение, тем легче будет назначить соответствующее лечение и побороть болезнь на ранней стадии. Для этого не стоит пренебрегать регулярными медицинскими осмотрами и постараться избегать тесных контактов с большим количеством человек, в особенности потенциально больных. Лучше остерегаться кашляющих людей, в особенности тех, кто делает это без защиты носовым платком. Важно следить и за своим питанием. Не стоит пренебрегать приемами пищи, в особенности завтраками. Лучше перекусить чем-то легким, чем остаться совершенно голодным.

Регулярные приемы пищи помогают защититься не только от заражения туберкулезом, но и другими инфекционными заболеваниями. Таким образом, профилактика при туберкулезе представляет собой комплекс мер, обязательных для выполнения.

Профилактика туберкулеза, которая произведена своевременно, позволит снизить распространенность данного заболевания путем прерывания цепочки передачи возбудителей от инфицированных людей к здоровым.