



Микобактерия туберкулеза распространяется воздушно-капельным путем при кашле, чихании или отхаркивании мокроты. Для инфицирования человеку достаточно вдохнуть лишь незначительное количество таких бактерий.

Вероятность того, что у людей, инфицированных бактерией туберкулеза, на протяжении всей жизни разовьется болезнь, составляет 10%. Однако, люди с ослабленной иммунной системой подвергаются гораздо более высокому риску заболевания.

#### К ГРУППАМ С ПОВЫШЕННЫМ РИСКОМ ЗАБОЛЕВАНИЯ ОТНОСЯТСЯ:

- люди, которые находятся в близком контакте с больными активной формой туберкулеза;
- люди с положительной пробой Манту и факторами, увеличивающими риск развития туберкулеза (ВИЧ-инфекция, сахарный диабет, прием кортикостероидов);
- люди, употребляющие наркотические вещества, курящие, злоупотребляющие алкогольными напитками, бездомные (особенно имевшие ранее положительную пробу Манту);
- люди, прибывшие из регионов с повышенной заболеваемостью туберкулезом, тюрем;
- младенцы и дети младшего возраста;
- люди с ослабленной иммунной системой;
- пожилые люди.

**ВАЖНО:** дети, подростки, беременные женщины и пожилые люди более подвержены инфекции.

## ТУБЕРКУЛЕЗ: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ!

### МИФ 1.

Туберкулезом болеют только бедные или малообеспеченные люди. Утверждение, что богатые, благополучные, хорошо питающиеся и довольные собой люди не болеют туберкулезом - миф.

### МИФ 2.

Туберкулезом можно заразиться только от больного человека, который выделяет палочку туберкулеза, при непосредственном контакте с ним. Да, действительно, здоровый человек, как правило, заражается от больного и чаще воздушно-капельным путем. Но заразиться можно и от больного животного (при уходе за животным или при употреблении от больных животных мяса, молока, сметаны, масла, творога, кисломолочных продуктов).

### МИФ 3.

Если в организм попала туберкулезная палочка, то человек обязательно заболеет туберкулезом. Не каждый, получивший палочку Коха, немедленно заболевает. Однако, в случае ослабления защитных сил организма, микобактерия туберкулеза может начать размножаться и вызвать болезнь.

### МИФ 4.

Туберкулезом поражаются только легкие у человека. Туберкулез поражает все органы и ткани человека: глаза, кости, кожу, мочеполовую систему, кишечник, головной мозг и т.д. Но чаще всего встречается туберкулез легких.

### НАДО ПОМНИТЬ, ЧТО:

- голодание или несбалансированное питание снижают сопротивляемость организма. Повышенное употребление в пищу белков (мяса, молока, творога, яиц), животных жиров (сливочного масла) и витаминов во все времена было одним из основных методов профилактики и лечения туберкулеза;
- курение табака и злоупотребление алкоголем, употребление в пищу продуктов, содержащих консерванты, пищевые красители, стабилизаторы значительно снижают защитные силы организма.