

24 марта – Всемирный День  
 борьбы с туберкулезом.

# ТУБЕРКУЛЕЗ

**ЗАРАЗНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ**

**ЧТОБЫ НЕ ЗАБОЛЕТЬ ТУБЕРКУЛЕЗОМ**

Туберкулез вызывает микроб, называемый туберкулезной палочкой.



Она очень устойчива во внешней среде. Болеют туберкулезом люди, животные, птицы. Попадает возбудитель в организм при вдыхании пыли с капельками слюны при разговоре, кашле, чихании.

**ПРАВИЛЬНО И ПОЛНОЦЕННО ПИТАЙСЯ!**

ПОМНИ, что «сила сохраняется в труде, здоровье в режиме». Принимай пищу не менее 3-х раз в день. Для здоровья полезны: свежие фрукты, овощи, мясо и яйца, молочные продукты.



**ЗАНИМАЙСЯ СПОРТОМ!**

Плавай, бегай, прыгай! Подружись со свежим воздухом и водой! Чаще отправляйся в походы! ПУСТЬ ПРИРОДА СТАНЕТ ЛУЧШИМ ДРУГОМ!



**ИЗБЕГАЙ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК!**

НЕ кури  
 НЕ принимай алкогольные напитки  
 НЕ садись за стол с грязными руками  
 НЕ пользуйся чужими: ложкой, губной помадой, тарелками, полотенцем, носовым платком.



**НЕ ОТКАЗЫВАЙСЯ ОТ ПРОБЫ МАНТУ!**

Она поможет врачу узнать, болен ты и чем тебе помочь. НЕ ЗАБУДЬ сделать прививку.



**ПОМНИ!** Чтобы своевременно выявить туберкулез, ежегодно проходи флюорографическое обследование

**1 ПРИВИВКУ РЕБЁНКУ И ТЕСТ НА ТУБЕРКУЛЕЗ СДЕЛАЙ В СРОКИ ЭТО НАШ ПЕРВЫЙ УРОК**

- 1 БЦЖ (прививка) в роддоме
- 2 БЦЖ в 7 лет
- 3 Детям с 1 года до 7 лет сделай пробу Манту
- 4 Детям с 8 лет до 17 лет сделай диаскинтест.

**2 УРОК НОМЕР ДВА ТОЖЕ ОЧЕНЬ ПРОСТОЙ: МОЙТЕ РУКИ ПОСЛЕ ПРОГУЛКИ ПЕРЕД ЕДОЙ**

На дверных ручках, на лестничных поручнях в транспорте, на деньгах живут миллионы бактерий, в том числе и туберкулезная палочка.

**3 ТРЕТИЙ УРОК ОЧЕНЬ ВАЖНЫЙ! С ПЫЛЬЮ БОРИТЕСЬ ВЕЗДЕ И ВСЕГДА!!!**

При высыхании мокроты больного туберкулезная палочка остается жизнедеятельной. В пыли может жить около года. Попадая с пылью в дыхательные пути, вызывает заболевание.

## ПРОФИЛАКТИКА ТУБЕРКУЛЕЗА

Чтобы страшной болезни не дать себя в лапы, Запомните наши уроки, мамы и папы:

**4 ЧЕТВЕРТЫЙ УРОК: МОЛОКО КИПЯТИТЬ, СЫРОЕ МЯСО НЕ ЕСТЬ, МОЛОКО СЫРОЕ НЕ ПИТЬ!**

Туберкулезная палочка с продуктами питания от больного животного может попасть к человеку в желудок и вызвать заболевание туберкулезом.

**5 ПЯТЫЙ УРОК НАШ БУДЕТ ТАКОЙ! БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ, ЕСЛИ РЯДОМ БОЛЬНОЙ!**

Туберкулезная палочка при чихании и кашле разносится в радиусе 2-х метров.

**6 СЛЕДУЕТ ДАЛЬШЕ УРОК ШЕСТОЙ! ТЫ ПРОШЕЛ ОБСЛЕДОВАНИЕ? А ТЕ, КТО РЯДОМ С ТОБОЙ?**

Ежегодное флюорографическое обследование позволяет выявить заболевание на ранней стадии, когда оно еще не опасно для окружающих, особенно детей.

**7 И ПОСЛЕДНИЙ УРОК. УРОК НОМЕР СЕМЬ! ЗАКАЛЯТЬСЯ ВСЕМ!**

Закаливание детей с раннего возраста позволяет укрепить защитные силы организма и активно противостоять туберкулезной инфекции.