

## **24 март – Световен ден за борба с туберкулозата**

Световния ден за борба с туберкулозата е изключителна възможност за фокусиране вниманието върху голямото предизвикателство за борба с туберкулозата в глобален, национален и регионален мащаб.

С отбелязването на този ден се цели повишаване на обществената информираност по отношение на заболяването туберкулоза, подобряване здравната профилактика, както и популяризиране здравословен начин на живот. В миналото заболяването е било проблем предимно за населението на бедните страни. В момента то е разпространено в почти всички развити държави в света.

По данни на СЗО повече от 30% от населението на земята е инфектирано, а 15 млн.от него е засегнато от активна туберкулоза.

В България от 1990г. заболяемостта е нараснала 2 пъти. За Бургаски регион през последните няколко години се наблюдава намаляване броя на новорегистрираните от туберкулоза. Епидемиологичните данни за последните 5 години са:

2008г. - 145 новооткрити случаи;

2009г. - 158 новооткрити случаи;

2010г. - 124 новооткрити случаи;

2011г. - 112 новооткрити случаи;

2012г. - 109 новооткрити случаи.

Разделени по пол новооткритите случаи за 2012г. са : 76 мъже и 33 жени.

Регистрираните заболели от туберкулоза по общини са: общ. Бургас – 61 лица, общ. Несебър – 9 лица, общ. Руен – 8 лица, общ. Карнобат – 7 лица, общ. Камено - 5 лица, общ. Средец – 4 лица, общ. Поморие – 3 лица, общ. Айтос – 3 лица, общ. Созопол – 2 лица, общ. Приморско – 2 лица, общ. Сунгурларе – 2 лица, общ. Царево – 2 лица, общ. Малко Търново – 1 лице.

За първите два месеца на 2013г. са регистрирани 20 новооткрити случаи на туберкулоза.

### **КАКВО ЗАБОЛЯВАНЕ Е ТУБЕРКУЛОЗАТА?**

Туберкулозата е опасно инфекциозно заболяване. Ако не се лекува, може да доведе до тежка инвалидност или смърт.

Особено уязвими от заразяване с туберкулоза са децата, възрастните хора и хората с намалени защитни сили на организма.

Заболяването е описано още от Хипократ през V в. пр. Христа, със симптоми на отпадналост и намаляване на теглото. Първоначално болестта се е свързвала с наследствено предразположение и е била известна под името "охтика". Едва през VIIIв. учените стигат до извода, че болестта се разпространява чрез заразяване.

Туберкулозния микобактерий е изолиран от германския бактериолог Роберт Кох на 24 март 1882г., който се отличава със значителна устойчивост във външната среда.

## **ИЗТОЧНИЦИ НА ЗАРАЗА**

Източници на зараза могат да бъдат **болните от туберкулоза хора и животни** (главно едър рогат добитък, по-рядко свине, птици и други), както и **техните продукти**.

## **НАЧИНИ НА ЗАРАЗЯВАНЕ**

### **Въздушно - капков път**

Най-често става през **дихателните пътища**. При кашлица, кихане, разговор болният отделя туберкулозни бактерии във въздуха. В храчките на болните се съдържат милиони бактерии. Заразата може да се пренесе и чрез праха в стаите и по улиците, където туберкулозните бактерии остават дълго време жизнеспособни повече от 3 месеца.

### **Хранителен път**

Чрез консумиране на **мляко** от болни крави или продуктите, приготвени от него;  
При консумация на сурови или недостатъчно сварени **заразени яйца**;  
При употреба на **недостатъчно топлинно** обработено месо от **болни птици и свине**.

### **Контактен път**

Възможно е, макар и рядко, заразяването с туберкулоза да стане и през увредени кожа и лигавици, което е характерно за хора с професии, свързани с отглеждане на животни.

## **РИСКОВИ ФАКТОРИ, БЛАГОПРИЯТСТВАЩИ ЗАРАЗЯВАНЕТО С ТУБЕРКУЛОЗА**

- ▶ Непосредствен контакт с болен от туберкулоза - най-голям риск при семеен контакт;
- ▶ Съпътстващи заболявания, като: хронични неспецифични заболявания на белите дробове (хроничен бронхит, силикоза, бронхоектазии), диабет, язвена болест на стомаха, психични заболявания, алергични състояния и други;
- ▶ Липса на ваксинация срещу туберкулоза или необичайно силна реакция при тестване;
- ▶ Силно намалени съпротивителни възможности на организма, вследствие на прекарани инфекции (морбили, коклюш, грип и грипоподобни състояния и др.), непълноценно хранене (особено дефицит на белтъчини в храната) и хиповитаминози;
- ▶ Тютюнопушене, злоупотреба с алкохол и употреба на психоактивни вещества (наркотици);
- ▶ Нехигиенични условия на труд и бит, преумора, психични травми;
- ▶ Носителство на ХИВ вирус.

## КАК СЕ ПРОЯВЯВА ТУБЕРКУЛОЗАТА?

### Потърси лекар, ако:

- ▶ Имаш **кашлица**, продължаваща повече от три седмици;
- ▶ Ако отделяш **храчки** и/или в тях има **кръв**;
- ▶ Ако имаш **повишена температура повече от седмица** без установена причина;
- ▶ Ако отслабваш бързо, имаш загуба на апетит или постоянна умора;
- ▶ Ако се потиш често, особено през нощта.

## ЛЕКУВА ЛИ СЕ ТУБЕРКУЛОЗАТА?

В днешно време туберкулозата е лечимо заболяване.

Процесът на излекуване е дълъг и изисква редовен прием на лекарства. За успешното излекуване е нужно точно да се спазват указанията на лекаря.

**Много е важно** след като си започнал да се лекуваш, да не прекъсваш лечението, докато лекарят не прецени. Дори и да се почувстваш по-добре, лекарствата трябва да се приемат в определените срокове за да има излекуване.

### Запомни:

- ▶ Прегледът и лечението на туберкулозата са напълно безплатни;
- ▶ Ако си болен от туберкулоза, приемай само предписаното от лекаря лечение;
- ▶ Лекарствата за туберкулоза се спират, само след като лекарят прецени;
- ▶ Ако се почувстваш по-добре и спреш предписаните лекарства по-рано, не си се излекувал и след време болестта ще се възобнови;
- ▶ Ако имаш туберкулоза настоявай близките ти да се прегледат;
- ▶ Ако имаш деца стриктно спазвай имунизациите им, те могат да спасят здравето и живота им.

## КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ ЗАРАЗЯВАНЕ С ТУБЕРКУЛОЗА?

Профилактиката на заболяването включва:

- ▶ **Ваксиниране с БЦЖ** ваксина след 48-ия час от раждането 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 (месо, мляко и млечни продукти, риба, пресни плодове и зеленчуци), редовно практикуване на **физически упражнения и туризъм**;

- ▶ Отказване от тютюнопушене, злоупотреба с алкохол и употреба на психоактивни вещества (наркотици);
- ▶ Поддържане на добра лична и обществена хигиена;
- ▶ Консумиране само на хранителни продукти (месо, мляко и яйца), преминали ветеринарно-санитарен контрол;
- ▶ Незабавно консултиране с лекар при установяване на някои от симптомите на болестта, а също така и при съпътстващи заболявания или прекарани наскоро инфекции.

## **ЗАПОМНИ!**

**ГРИЖЕЙКИ СЕ ЗА СВОЕТО ЗДРАВЕ СЕ ГРИЖИШ ЗА ЗДРАВЕТО  
НА ДРУГИТЕ!**

**Изготвил:  
Дирекция ПБПЗ  
РЗИ БУРГАС**