

Туберкулёз – туберкулёз микобактериялары (Кох таяқшалары) туындататын өмірге қауіпті жұқпалы ауру. Ол көбінесе өкпені, сонымен қатар адам ағзасының басқа органдарын зақымдайды. Көбінде туберкулёз ауруына еңбекке қабілетті жастағы адамдар шалдығады.

Жыл сайын әлемде туберкулёзден 1,7 млн адам көз жұмады. Әр 10 секунд сайын бір адам туберкулёзбен ауырып, ал әр 20 секунд сайын 1 адам өліп жатады.

Қазақстанда жылына туберкулёзбен шамамен 15 мың адам сырқаттанады.

Туберкулёз қалай жұқтырылады:

Туберкулёз сөйлескенде, жөтелгенде, түшкіргенде, аурудың ашық түрімен ауыратын науқастан сау адамға жұғады.

Аурудың белгілері:

- 2 апта бойы жөтелу
- төбеттің жоғалуы
- арықтау
- түнгі тершендік
- дене қызуының $37,0^{\circ}$ - $37,5^{\circ}$ C дейін көтерілуі
- жалпы әлсіздік, шаршау
- көкірек тұсының ауырсынуы
- қан аралас қақырық тастау

Осы белгілердің бірі білінген кезде, дәрігерге барып тексеріліңіз.

Ауырмау үшін аса қажетті ұстанымдар:

- Салауатты өмір салтын ұстану – бұл ет пен сүт, балық өнімдерін, көкөністер мен жеміс-жидектерді жеткілікті мөлшерде қолдана отырып, тиімді тамақтану, жүйелі түрде белсенді дене шынықтыру жасап, спортпен айналысу, жақсы демалу, темекі, алкоголь, есірткі тұтынбау.
- Аурудың алғаш белгілері біліне басталғанда дәрігерге дер кезінде қаралу керек.
- Жыл сайын өкпені флюорографиялық тексеріледі.

- Жеке тазалық тәртібін сақтау – бұл жұғын заттар мен таза суды пайдаланып қолды, ыдыстарды жуу, жеке ыдыс қолданып, жөтелген және түшкірген кезде мұрын мен ауызды бүркемелеу.
- Таза ауада жиі болып, табиғат аясына барып демалыс жасау.
- Үй-жайды мезгіл-мезгіл желдетіп алып, ылғалдап сүртіп, тазалап отыру.
- Қақырықты түкіре салмау – бұл ауру жұқтырылған Кох таяқшасы болуы ықтимал шаңды жұту арқылы аурудың таралуына ықпал ететін зиянды әдет.

Туберкулёз емделеді, өйткені туберкулёз микобактериясына қарсы әсер ететін дәрі бар.

Туберкулёз неғұрлым ерте анықталса – емдеу нәтижесі де соғұрлым сәтті болады.

Өзіңді туберкулёзден қорғау өз қолыңда!

Салауатты өмір салтын қалыптастыру проблемаларының ұлттық орталығы
Мекен-жайы: Алматы қ., Қонаев көшесі, 86
байланыс. тел.: 291-61-18
www.hls.kz



Я могу остановить туберкулёз!

