**Памятка по профилактике заражения туберкулезом.**

**Туберкулез** - это инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза, передающееся воздушно-капельным путем от больного человека – здоровому.

Заразиться можно где угодно – в магазине, в общественном транспорте, в гостях, но чаще всего им заражаются люди, находящиеся в тесном и длительном контакте

с больным активным туберкулезом (родственники, коллеги по работе, друзья).

В быту можно неоднократно столкнуться с возбудителем туберкулеза (т.к. микобактерии чрезвычайно устойчивы и могут длительное время сохраняться во внешней среде), однако защитные силы организма (иммунная система) не позволят развиться инфекции. В случае ослабления иммунитета бактерии туберкулеза начинают быстро размножаться, поражая различные органы и ткани, чаще всего – легкие.

К ослаблению иммунитета приводят несбалансированное питание, злоупотребление спиртными напитками (алкоголизм), курение, употребление наркотиков, стрессовые ситуации, заражение вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекция), наличие различных хронических заболеваний (сахарный диабет, язвенная болезнь желудка и 12-типерстной кишки, заболевания легких, и др.).

Заболевание может протекать бессимптомно, или сопровождаться следующими клиническими проявлениями: быстрой утомляемостью, недомоганием, слабостью, незначительным повышением температуры тела в течение длительного времени, ночной потливостью, снижением и/или отсутствием аппетита.

Профилактика туберкулеза заключается в своевременной диагностике заболевания, а именно в регулярном, ежегодном прохождении сотрудниками медицинских осмотров,   
в том числе рентгенологические (флюорографические обследования).

Следите за своим здоровьем: хорошо питайтесь, регулярно занимайтесь спортом, откажитесь от табакокурения, не злоупотребляйте алкоголем.

Снижению риска передачи инфекции от больного человека здоровому способствует проведение в учреждении дезинфекционных мероприятий.

В учреждениях, имеющих санпропускники - проход на территорию только после смены одежды и обуви, выход из учреждения только после принятия гигиенического душа и смены одежды; не допускать совместного хранения форменной одежды   
и спецодежды; используемой при работе в учреждении.

При беседе с больными туберкулезом необходимо требовать, соблюдения ими масочного режима. Категорически не позволять им сплевывать мокроту на пол. После беседы обязательно проветрить помещение с проведением кварцевания.

При проведении досмотров и обысков камер в следственных изоляторах, в отрядах исправительных колоний, где содержаться больные туберкулезом, рекомендуется пользоваться ватно-марлевыми повязками, латексными перчатками   
и хлопчатобумажными халатами, надетыми поверх обмундирования.

По возможности обыск проводить во время отсутствия больных туберкулезом, после 15-20 минут кварцевания помещения. Использованные средства защиты складывать в специально выделенную емкость для последующей дезинфекции и стирки.

Прием пищи сотрудниками осуществлять в специально отведенном месте, а не на рабочих местах; пользоваться только своей посудой; перед едой, до и после посещения туалета мыть руки с мылом, а после проведения обысков и досмотров с применением дезинфицирующих средств.

Необходимо регулярно (дважды в смену) проводить влажную уборку помещений учреждения с применением дезинфицирующих средств, периодически проводить генеральную уборку с дезинфекцией, включая обработку стен, мебели, оборудования.

Сотрудник, не выполняющий противоэпидемические мероприятия и не соблюдающий элементарные правила личной гигиены, подвергает себя риску заражения инфекционными заболеваниями.