



## ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ТУБЕРКУЛЕЗА

- Быстрая утомляемость и общая слабость.
- Снижение или отсутствие аппетита.
- Потеря веса.
- Обильная потливость по ночам.
- Длительное повышение температуры тела до 37,2-37,4° С во второй половине дня.
- Длительный кашель или покашливание с выделением мокроты, возможно с кровью.
- Специфический блеск в глазах (лихорадочный).
- Беспокойство, плохой сон.
- Увеличение лимфоузлов.

Иногда все эти симптомы бывают слабо выражены.

**При появлении этих признаков у вас или у ваших знакомых, необходимо немедленно обратиться к врачу!**

## МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ

1. Специфическая профилактика – вакцинация всех новорожденных детей вакциной БЦЖ в роддоме.
2. Ежегодное проведение туберкулиновой пробы – реакции Манту – в детских садах, школах, вузах.



3. Ежегодное прохождение флюорографического обследования. Сделать это можно в ближайшей поликлинике по месту жительства. **Для того, чтобы быть уверенным в своем здоровье, необходимо проходить ежегодное флюорографическое обследование с 15-летнего возраста.**

4. Соблюдение здорового образа жизни для повышения сопротивляемости организма. Большое значение имеет рациональное питание, богатое полноценными белками и витаминами, отказ от алкоголя и курения, двигательная активность, закаливание, психоэмоциональное равновесие, правильное чередование режима труда и отдыха, полноценный сон не менее 8 часов в сутки.

5. Соблюдение правил личной гигиены – никогда не пользоваться чужими вещами (полотенце, одежда, носовой платок и др.).

6. Употребление в пищу только пастеризованного или кипяченого молока, хорошо проваренного мяса.

7. Создание благоприятных жилищно-бытовых условий, учитывая, что микобактерия туберкулеза боится солнца, свежего воздуха и чистоты.

**БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ  
К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ!**



# Осторожно, туберкулез!

Управление здравоохранения  
Администрации города Ижевска  
МБУЗ «Центр медицинской профилактики»



**Туберкулез – чудовище,  
пожирающее миллионы жизней,  
представляет угрозу для всей планеты.**