

## Увага! Будьте пильними!

Помітивши будь-яку з цих ознак негайно доповідайте своєму командирі, якомога швидше зверніться до медпрацівника військової частини! Ні в якому разі не займайтеся самолікуванням!

Не затримуйте час звернення за медичною допомогою, бо чим раніше виявлений туберкульоз, тим ефективніше лікування!

**Чи можливо запобігти захворюванню на туберкульоз?**

Так! У ваших можливостях піклуватися про стан своєї імунної системи. Відмовтесь від шкідливих звичок (паління, вживання наркотичних чи токсичних речовин, зловживання алкоголем), дотримуйтесь повноцінного регулярного режиму харчування, застосовуйте вітаміни в перехідні сезони (осінь, весна), коли ефективність імунної системи дещо зменшується. Виразний позитивний вплив на стан організму здійснюють регулярні фізичні вправи, загартовування. **І, головне – суворо дотримуйтесь заходів особистої гігієни!**

“Громадський рух “Українці проти туберкульозу”



Фундація “Громадський рух  
“Українці проти туберкульозу”



За сприяння  
Канадського Фонду



Головний Військовий Клінічний Госпіталь  
Міністерства Оборони України



Зроблено за матеріалами  
головного фтизіатра Міністерства оборони України  
Веселовського Л.В.

м. Київ 110, а/с 101,  
E-mail: [info@ukrfuture.org.ua](mailto:info@ukrfuture.org.ua)  
© Copyright Розробка Горбасенко І.М.  
Руденко В.В.



Фундація “Громадський рух  
“Українці проти туберкульозу”



За сприяння  
Канадського Фонду



Головний Військовий Клінічний Госпіталь  
Міністерства Оборони України



**Військовослужбовець!  
Будь обережним –**

**ТУБЕРКУЛЬОЗ**



**Туберкульоз** – це інфекційне захворювання, що викликається специфічними збудниками (мікобактеріями), характеризується переважним ураженням легень і майже всіх органів людини.

### **Шляхи поширення збудника**

Основними шляхами інфікування є повітряний, харчовий, контактний. Найбільш загрозливим є повітряний шлях зараження при туберкульозі і становить до 90% випадків. Під час кашлю, співу, голосної розмови мікобактерії туберкульозу розповсюджуються від хворої людини на відстань 1-1,5 м.

Харчовий шлях зараження через забруднення мікобактеріями харчових продуктів та контактний не дуже часті.

Особливо небезпечним є хворий на туберкульоз, який кашляє у скупчених колективах (серед військовослужбовців це: в казармах, кубриках, навчальних класах, їдальнях, у строю).



Приймаючи до уваги те, що на відміну від життя до призову на військову службу військовослужбовці перебувають у цілодобовому тісному контакті з одними й тими ж особами – товаришами по службі, необхідно пам'ятати про те, що кожен з них, який може бути хворим на туберкульоз, несе велику загрозу для всіх оточуючих щодо зараження цією недугою. Тому необхідно при будь-яких ознаках туберкульозу звертатися до медпрацівника і вимагати цього у своїх оточуючих.

### **Фактори, які сприяють захворюванню на туберкульоз**

- неповноцінне харчування
- стресові ситуації
- паління
- зловживання алкоголем
- вживання наркотичних засобів
- захворювання, які призводять або супроводжуються зниженням імунітету (ВІЛ-інфікування, СНІД, наркоманія, цукровий діабет та інші).

### **Симптоми туберкульозу**

1. Тривалий кашель (протягом 3-х тижнів і більше, з відходженням харкотиння чи без нього)
2. Кровохаркання
3. Задишка
4. Лихоманка (частіше з невисокими показниками температури тіла – 37,0 - 37,5 С)
5. Пітливість (переважно в ночі).
6. Погіршення або відсутність апетиту
7. Втрата ваги
8. Постійна немотивована слабкість
9. Підвищена втомлюваність