

Классный час на тему:

"Защити себя от туберкулёза"

в 7 классе.

Подготовила: Магомедова З.А.

«Защити себя от туберкулеза»

Цели:

Информирование обучающихся об опасности и тяжелых последствиях заражения туберкулезом, мерах личной и общественной профилактики этой инфекции. Воспитание ответственного отношения к своему здоровью. Развитие желания вести здоровый образ жизни. Привитие необходимости обязательного прохождения профилактических обследований. Развитие интереса к медицине, биологии.

История туберкулеза

Туберкулез – одно из древнейших инфекционных заболеваний.

Открыл возбудителя туберкулеза и доказал, что это не наследственное, а инфекционное заболевание Роберт Кох в 1882 году. Устаревшее название туберкулёза лёгких — чахотка. До XX века туберкулёз был практически неизлечим. Туберкулез одна из наиболее распространенных инфекций в мире. Эта заразная болезнь, вызываемая, как и все заразные болезни, микробами. Микроб туберкулеза под микроскопом при сильном увеличении имеет вид маленькой палочки, поэтому и получил название туберкулезная палочка.

Эпидемией туберкулез считается тогда, когда болеют в каком-то регионе более 1% населения



Туберкулез – это инфекционное заболевание, которое характеризуется образованием в лёгких и лимфатических узлах, специфических воспалительных изменений.

Туберкулез - это не только заболевание легких, но и поражение всех органов человека - костей, почек, мозга и мозговых оболочек, кожи, глаз и других органов. Однако, чаще всего встречается туберкулез легких.

[Получить полный текст](#)

5000 человек в день умирает от туберкулеза!!!

В настоящее время в мире около 15 млн. больных туберкулёзом, из них 11 млн. — в трудоспособном возрасте.

Около трети жителей нашей планеты инфицированы микобактерией туберкулёза. У подавляющего большинства инфицированных людей (90%) заболевание не развивается.

Россия входит в число 22 стран мира с наиболее неблагоприятной ситуацией по туберкулезу.

Источники туберкулезной инфекции:

Основным источником заражения является человек, больной открытой формой туберкулеза, т. е. выделяющий микобактерии во внешнюю среду.

Заразиться туберкулезом можно при тесном общении с больными туберкулезом преимущественно через воздух, а возможно так же заражение при поцелуе, через носовой платок больного, через одежду, посуду, полотенце, постельное белье и другие вещи, на которые попала мокрота, содержащая большое количество микобактерий.



Как передается туберкулез?

1. Аэрогенный (через воздух):

- воздушно-капельный (при чихании и кашле).

- воздушно-пылевой (в запыленных помещениях, где был больной).

2. Пищевой (через продукты питания).

3. Контактный (через предметы быта).

Возбудитель туберкулеза имеет способность длительное время сохраняться во внешней среде, например, в запыленных, зараженных плесенью помещениях микобактерии способны выживать годами, оставаясь при этом опасными для человека.

Больной человек вместе с мокротой при кашле, чихании, разговоре выделяет в окружающую среду миллионы микобактерий, которые распространяются в воздухе в радиусе 2 – 6 м, затем осаждаются вместе с пылью на пол, на предметы и могут оставаться жизнеспособными в течение многих лет.

[Получить полный текст](#)

Туберкулезом болеют не только люди, но и животные: коровы, козы, лоси, олени, верблюды. Молоко или мясо больных животных может стать для человека источником заражения

Как мы говорили основной источник заражения - это больной туберкулезом лёгких человек, с мокротой он выделяет много микобактерий туберкулеза.

В основном, распространение туберкулеза происходит воздушно-капельным путем (кашель, чиханье). Мокрота и слюна, содержащая микобактерии, попадает в воздух, на пол, стены и вещи в виде маленьких капель. После высыхания мокроты микробы могут долго сохранять жизнеспособность, особенно в слабоосвещенных местах. Из этого следует, что делая сухую уборку помещения, встряхивая вещи больного, окружающие могут вдохнуть живые микобактерии туберкулёза.

Существует открытая и закрытая формы туберкулёза лёгких. С открытой формой в мокроте больного выявляются микобактерии туберкулеза. Такой больной может заразить окружающих при несоблюдении гигиенических мер предосторожности. С закрытой формой микобактерии туберкулеза в мокроте не выявляются, следовательно, больные не заразны. Очень важно соблюдать меры предосторожности и санитарные условия, где живет больной. Если больной

туберкулезом легких соблюдает все гигиенические требования, то он практически безопасен для окружающих.

Туберкулёз легких по наследству не передается. Дети больных родителей туберкулезом рождаются **здоровыми**. Однако при несоблюдении всех мер предосторожности ребенок может заразиться туберкулёзом и заболеть.

[Получить полный текст](#)



Когда микобактерии туберкулеза попадают в организм человека, происходит заражение, но заболевание туберкулезом развивается не всегда. Заражение туберкулезом в основном происходит в детстве, когда в организме происходят незначительные изменения.

Заболевание туберкулезом легких происходит при снижении иммунитета после перенесения болезней, недостаточном питании, неудовлетворительных санитарно-гигиенических условиях. В основном заболевают дети раннего возраста, со слабо развитым иммунитетом, подростки в период половой зрелости, и пожилые люди, у которых понижен иммунитет.

Факторы, способствующие заболеванию туберкулезом

1. Не полноценное питание.

2. Тесное, длительное общение с больным туберкулезом (для детей раннего возраста достаточно и кратковременного контакта).
3. Алкоголизм.
4. Табакокурение.
5. Наркомания.
6. Наличие сопутствующих заболеваний (диабет, язвенная болезнь желудка, хронические болезни легких).

Основные предпосылки, способствующие заболеванию туберкулезом

По статистике подростки болеют туберкулезом чаще, чем дети. Более предрасположены к этому девочки. Все дело в том, что у подростков происходит гормональная и эндокринная перестройка организма. В этом возрасте, нередко, уже имеются хронические заболевания, бывают вредные привычки (курение, пристрастие к алкоголю, употребление наркотиков).

Появляется стремление выйти из-под опеки взрослых, часто не выполняют их рекомендации, не всегда соблюдают режим питания.

[Получить полный текст](#)

Иногда подростки проявляют интерес к общению с социально дезадаптированными людьми, среди которых чаще выявляется туберкулез. Снижается интерес к собственному здоровью.

Из анализа заболеваемости определена группа наибольшего риска по туберкулезу среди населения – это подростки 15 – 17 лет.

Туберкулез у подростков начинается незаметно, почти бессимптомно. На ранних стадиях ни чем себя не проявляет. А позднее появляются также признаки, как снижение аппетита, похудание, повышенная утомляемость, разбитость, головная боль, потливость по ночам, раздражительность, снижение внимания, возможна небольшая температура (37,1–37,5).

Но с такими симптомами обычно никуда не обращаются, считая это результатом перегрузок на работе или в школе, сезонной хандрой или [авитаминозом](#). А такие симптомы, как кашель (вначале сухой, а потом с незначительным количеством мокроты), высокая температура, одышка появляются позже, когда изменения в легких уже значительны.

Каковы признаки туберкулеза?

1. Периодическое повышение температуры
2. Снижение массы тела
3. Общая слабость
4. Недомогание
5. Потеря аппетита
6. Кровохарканье
7. Физическая утомляемость
8. Боли в грудной клетке
9. Одышка

10. Кашель

Туберкулез может поразить любую часть тела, однако легкие - наиболее часто поражаемый орган.

Часто у больных с активным туберкулезом симптомы выражены слабо. Они могут распространять инфекцию, не зная о своем заболевании

[Получить полный текст](#)

Люди, пораженные инфекцией и не получающие лечения, тяжело болеют и даже умирают. Но человек может вылечиться, если его подвергнуть интенсивному и длительному лечению и он будет систематически принимать назначенные препараты.

Внимание!

При появлении первых признаков заболевания самолечением заниматься нельзя, следует как можно скорее обратиться к врачу за медицинской помощью.

Человек может быть длительное время заражен, сам не зная об этом.

Еще одной особенностью палочки Коха является то, что она может сохраняться в организме пожизненно.

Как выявить туберкулез?

1. Кожная туберкулиновая проба (Манту) показывает, заражен ли человек.
2. Рентгенологическое обследование (флюорография) показывает, поражены ли легкие.
3. Исследование мокроты определяет наличие микробов в отделяемом при кашле.

Меры профилактики туберкулеза

1. Здоровый образ жизни. Лучшим средством для достижения этой цели является создание правильного режима дня ребенка и закаливание его организма.

§ Широкое пользование свежим воздухом, солнцем, ежедневные водные процедуры, занятия физкультурой, правильное сочетание отдыха и трудовой нагрузки, полноценное, богатое **витаминами** питание, достаточный и своевременный сон, т. е. правильный гигиенический режим, способствуют укреплению организма ребенка и тем предохраняют его от заболевания туберкулезом.

§ Дети должны возможно больше бывать на свежем воздухе, независимо от времени года, так как свежий воздух благотворно действует на организм и является прекрасным средством закаливания.

[Получить полный текст](#)

§ Некоторые родители кутают своих детей, боятся, что дети на свежем воздухе или на сквозняке простудятся. В результате кутания, а не закаливания, детский организм изнеживается и становится более подверженным простудным и другим заболеваниям.

§ Дети, приученные к широкому пользованию свежим воздухом, реже болеют гриппом, **ангиной**, воспалением легких и другими болезнями, которые ослабляют организм и могут вызвать вспышку туберкулеза.

§ отказ от курения, алкоголя, наркотиков;

2. Соблюдение правил личной гигиены:

§ Мытье рук, посуды с использованием **моющих средств** и проточной воды), влажная уборка и проветривание жилых помещений. Обязательная термическая обработка мяса и молока.

§ Пользование индивидуальными гигиеническими средствами и посуды.

§ В гигиеническом режиме большую роль играют водные процедуры — обтирания, обливания, души. Обтирания нужно проводить ежедневно, лучше всего утром. Начинать их надо с теплой воды (34°), понижая через каждые несколько дней температуру воды на один градус, и дойти до комнатной температуры (23—24°).

§ Важным разделом гигиенического режима является правильное питание ребенка.

§ Дети должны получать разнообразную пищу, которая способствует повышению аппетита и хорошо усваивается организмом.

§ В состав пищи, кроме белков, жиров и углеводов, обязательно должны входить витамины и минеральные соли, без которых организм ребенка не может правильно развиваться.

§ Белки содержатся в мясе, молоке, твороге, яйцах; углеводы - в сахаре, хлебе, картофеле, крупе. Витамины и минеральные соли содержатся главным образом в свежих овощах и фруктах.

3. Обязательная **вакцинация** БЦЖ при рождении и ревакцинация в 6-7 лет.

4. Своевременная диагностика туберкулеза и завершение полного курса лечения.

Ежегодно **24 марта** проводится Всемирный день борьбы с туберкулезом. С 1912 года ромашка является символом борьбы с туберкулезом.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ, ДЕТИ!!!

