

24 marca - Światowy Dzień Walki z Gruźlicą

24 marca – Światowy Dzień Walki z Gruźlicą

Światowy Dzień Gruźlicy obchodzony jest 24 marca dla upamiętnienia dnia, w którym niemiecki mikrobiolog Robert Koch odkrył prątek gruźlicy (1882 r.).

Mimo, że dziś gruźlica jest chorobą uleczalną, a dzięki skutecznym szczepieniom zachorowalność wśród dzieci drastycznie spadła - średnio prawie co 3 sekundy (w skali światowej) rejestrowane jest nowe zakażenie, a rocznie 1,5 mln ludzi umiera na gruźlicę. Czynnikiem to najczęstszy infekcyjny przyczyną zgonów na świecie. Najważniejszym działaniem zapobiegającym rozprzestrzenianiu się zakażenia jest szybkie wykrywanie chorych oraz ich właściwe leczenie.

Istotne jest, aby osoba z objawami gruźlicy zgłosiła się do lekarza.

Najczęstsze objawy gruźlicy to:

- kaszel utrzymujący się co najmniej 3 tygodnie (bez poprawy)
- gorączka
- nocne poty
- osłabienie i zmęczenie
- osłabienie lub brak apetytu
- chudnięcie
- krwiotłucie
- bóle klatki piersiowej
- duszność

Profilaktyka w walce z gruźlicą

Profilaktyka jest bardzo ważna w walce z gruźlicą, ponieważ pozwala zapobiegać rozprzestrzenianiu się choroby i zmniejsza ryzyko zakażenia. Najważniejszymi metodami profilaktyki są:

- **Regularne badania**

Pozwalają na wykrycie choroby na wczesnym etapie, co umożliwia szybsze i skuteczniejsze leczenie.

- **Szczepienia**

Szczepienie BCG jest skuteczną metodą prewencji, szczególnie w krajach o wysokim ryzyku wystąpienia choroby.

- **Unikanie kontaktu z osobami chorymi**

Osoby chore na gruźlicę powinny unikać kontaktu z innymi ludźmi, aby zmniejszyć ryzyko zakażenia.

- **Higiena osobista i otoczenia**

Regularne mycie rąk, dbanie o higienę osobistą oraz utrzymywanie czystości w otoczeniu pomaga ograniczyć rozprzestrzenianie się choroby.

- **Zdrowy styl życia**

Zdrowa dieta, regularna aktywność fizyczna i unikanie palenia i nadmiernego spożywania alkoholu pomagają wzmocnić układ odpornościowy i zmniejszyć ryzyko zakażenia gruźlicą.

Kto jest najbardziej zagrożony zachorowaniem na gruźlicę?

- Osoby o osłabionej odporności, takie jak chorzy na nowotwory, cukrzycę i zakażeni HIV/AIDS.
- Osoby, w których otoczeniu są lub były osoby chore na gruźlicę.
- Osoby niedożywione, przemęczone, wyczerpane fizycznie i umysłowo – żyjące w stresie.
- Osoby nadużywające alkoholu i palący papierosy.

Źródło:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tuberculosis>

<https://spzzlo.pl/pl/swiatowy-dzien-walki-z-gruzlicabr24-marca>

Dowiedz się więcej:

<https://www.mp.pl/pacjent/pulmonologia/choroby/68756,gruzlica-przyczyny-objawy-i-leczenie>

Publikowane od

pt., 22.03.2024 - 13:33

Publikowane do

śr., 01.03.2028 - 13:33