



---

**Л. Н. ЯНОВСКАЯ**  
кандидат медицинских наук

**КАК ДОЛЖЕН ВЕСТИ  
СЕБЯ БОЛЬНОЙ  
ТУБЕРКУЛЕЗОМ ЛЕГКИХ**



Бесплатно

**ВОЛОГДА \* КРАСНЫЙ СЕВЕР \* 1 9 4 9**

---

---

## КАК ДОЛЖЕН ВЕСТИ СЕБЯ БОЛЬНОЙ ТУБЕРКУЛЕЗОМ ЛЕГКИХ

Возбудителем туберкулеза является туберкулезная палочка (бацилла Коха). У больного легочным туберкулезом эти палочки находятся в легких. При кашле и чихании больного они могут выделяться наружу с мокротой и брызгами слюны.

Рассеиваясь в воздухе, туберкулезные палочки попадают на вещи, окружающие больного, а во время еды—на его посуду (стакан, ложку, вилку, тарелку и т. п.).

Больной, выделяющий туберкулезные палочки, является источником распространения туберкулеза. Поэтому такой больной должен соблюдать определенные правила, чтобы не заразить туберкулезом окружающих его как в семье, так и на производстве.

Ни в коем случае нельзя плевать на пол дома или в общественных местах, на землю или в урну, в раковину водопровода или в носовой платок. Нельзя глотать мокроту—при попадании туберкулезных палочек в кишечник может развиваться туберкулез кишечника.

Мокроту надо сплевывать в закрытую карманную плевальницу, которая всегда должна быть при больном. Нельзя выливать мокроту из плевальницы в раковину водопровода в

кухне или ванной, в мусорное ведро, в дворовую уборную, так как это способствует распространению туберкулеза. Надо сжигать мокроту в печке или выливать ее в уборную, причем унитаз следует промывать водой несколько раз. Карманную плевальницу необходимо ежедневно мыть горячей водой с содой (чайная ложка на стакан воды). Кроме того, надо кипятить плевальницу в содовом растворе в течение часа не реже двух раз в неделю, а по возможности и чаще. Если плевальницу не кипятить, в ней остаются туберкулезные палочки, даже если ее моют самым тщательным образом.

Туберкулезный больной должен помнить, что при кашле, чихании, разговоре с брызгами слюны выделяются туберкулезные палочки, которые могут попасть на здорового человека и вызвать заражение туберкулезом.

Поэтому при кашле и чихании больной должен отворачиваться в сторону от собеседника и прикрывать рот тыльной частью левой руки. При разговоре не надо дышать своему собеседнику в лицо.

Больной, выделяющий туберкулезные палочки, должен иметь свою посуду, которой не должны пользоваться здоровые. Эту посуду необходимо мыть и хранить отдельно. Мыть посуду следует горячей водой. Еще лучше предварительно кипятить ее в течение часа в содовом растворе, а затем уже мыть. После мытья посуду надо просушивать, не вытирая.

Если больной, выделяющий туберкулезные палочки, вынужден пользоваться обществен-

ной столовой, он должен иметь свои ложку, вилку, чашку.

Такой больной не должен пользоваться общей кружкой для питья воды на производстве или пить из общего стакана в общественных местах, на улице. Надо иметь для этой цели собственную кружку.

Белье и одежда туберкулезного больного, его зубная щетка, полотенце, носовой платок, курительная трубка, недокуренная папироса и т. п. служат источником заражения туберкулезом, так как на них могут находиться туберкулезные палочки. Поэтому вещами туберкулезного больного нельзя пользоваться. Вещи больного должны храниться отдельно.

Белье туберкулезного больного надо стирать отдельно от белья здоровых. Предварительно следует держать белье в течение дня в мыльной воде со щелоком, затем кипятить  $1\frac{1}{2}$ —2 часа, а потом уже стирать.

Пыль и грязь способствуют распространению туберкулеза, так как в них размножаются и долго сохраняются туберкулезные палочки. В высохшей и превратившейся в пыль мокроте туберкулезного больного палочки могут сохранять свои болезнетворные свойства в течение месяца. Поэтому туберкулезный больной должен поддерживать в своей комнате безукоризненную чистоту, ежедневно подметать пол, обернув щетку влажной тряпкой. Один раз в неделю должна производиться генеральная уборка комнаты. Проветривать комнату зимой, весной и осенью надо три раза в день в течение  $\frac{1}{2}$ —1 часа, а летом следует держать

окна открытыми круглые сутки. В комнате не должно быть лишних вещей и мягкой мебели. В мягкой мебели, коврах, драпировках и других не стирающихся мягких вещах легко скопится пыль, а в пыли могут находиться туберкулезные палочки.

Распространению туберкулеза способствуют также мухи, поэтому мух необходимо уничтожать. В окна комнаты надо вставлять рамы с густой проволочной или марлевой сеткой. Продукты следует держать закрытыми.

Особенно легко заражаются туберкулезом дети. Поэтому больной, выделяющий туберкулезные палочки, не должен ухаживать за детьми, играть с ними. Он не должен целовать детей, так как при этом легко может заразить их туберкулезом. Детей надо отделять от больного. Вещи детей следует хранить отдельно.

Если в семье туберкулезного больного рождается ребенок, необходимо сделать ему предохранительную прививку против туберкулеза. Такие прививки производятся в родильных домах.

Туберкулезный больной должен лечиться в диспансере и аккуратно посещать его в назначенные сроки. Всем членам семьи туберкулезного больного следует время от времени являться в диспансер для проверки своего здоровья. Чем раньше обнаружится заболевание туберкулезом, тем легче и скорее можно его вылечить.

При выборе или перемене работы туберкулезный больной должен предварительно посоветоваться с врачом. Слишком тяжелая или

неподходящая работа может ухудшить состояние больного и вызвать обострение туберкулеза. В случае обострения болезни можно приступать к работе лишь с разрешения врача. Однако туберкулезному больному не следует совсем прекращать работу. Нетяжелая работа, соответствующая его состоянию, не только не вредит здоровью, но укрепляет организм.

Физкультурой и спортом больной туберкулезом может заниматься только с разрешения врача. Физкультура и спорт, рекомендуемые врачом, укрепляют организм больного.

Туберкулезному больному необходимо выполнять тот распорядок дня (режим), который рекомендует ему врач. Соблюдение режима способствует выздоровлению. Беспорядочный образ жизни, курение, алкоголизм затягивают лечение и часто приводят к ухудшению болезни.

Для более успешного лечения туберкулезный больной должен соблюдать следующий режим:

1. После работы, приходя домой, отдыхать лежа в течение  $1\frac{1}{2}$ —2 часов.
2. Спать не менее 8 часов в сутки.
3. Принимать пищу не меньше трех раз в день, причем хотя бы один раз есть горячее.
4. Не пить спиртных напитков и не курить.
5. Поддерживать чистоту тела, белья и одежды, для чего мыться в негорячей бане и менять белье не реже одного раза в неделю.
6. В осеннее и зимнее время предохранять себя от переохлаждения, в частности следить за тем, чтобы ноги были сухими и теплыми

(носить непромокаемую и теплую обувь, шерстяные носки и т. п.).

7. Ежедневно обтирать все тело комнатной водой, а затем растирать его сухим полотенцем.

8. В выходной день отдыхать, а не загружать себя работой.

В Советском Союзе больным туберкулезом уделяется большое внимание. Больные, работающие на предприятии, получают дополнительное питание, освобождаются от ночных смен, сверхурочной работы, а в случае надобности переводятся на более легкую работу. Им предоставляется возможность лечиться в туберкулезных санаториях, где они лечатся без отрыва от производства.

Каждый туберкулезный больной должен строго соблюдать предписанный ему режим. Это будет способствовать успешному лечению и восстановлению его трудоспособности.

Ответственный за выпуск М. И. Горшков

---

ГЕ02803. Подписано к печати 3. III. 1949 г. Печ. л. 1/2  
Тир. 3000 экз. Заказ № 908.

---

Вологда, Обл. типография „Красный Север“