

## 24 березня 2020 року – Всесвітній та всеукраїнський день боротьби із захворюванням на туберкульоз

### Інформаційний лист «Українські міста без туберкульозу!»

Всесвітній день боротьби із захворюванням на туберкульоз відзначається за рішенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) в день, коли в 1882 році німецький мікробіолог Роберт Кох оголосив про зроблене їм відкриття збудника туберкульозу. У 1993 році рішенням ВООЗ туберкульоз був визнаний глобальною надзвичайною проблемою, а день **24 березня – Всесвітнім днем боротьби із захворюванням на туберкульоз.**

Всеукраїнський день боротьби із захворюванням на туберкульоз був встановлений за ініціативи Громадського руху «Українці проти туберкульозу» Указом Президента України від 22 березня 2003 року.

**Туберкульоз** – це інфекційне захворювання, яке поширюється повітряно-крапельним шляхом. Туберкульоз викликається бактерією, яка зазвичай вражає легені, але також може вразити і інші органи.

**Паличка Коха** – збудник захворювання на туберкульоз – не розрізняє соціального статусу, гендерних та вікових відмінностей, і з однаковою ефективністю заражає бідних і багатих, чоловіків і жінок, старих і молодих. Сприйнятливість до туберкульозної інфекції є вищою у дітей молодшого віку та осіб, старших 65 років. Високий темп життя, інформаційний пресинг, постійний «брак часу», а, отже, нерегулярне і незбалансоване харчування – це все стресові аспекти, які призводять до зниження захисних сил організму і сприяють розвитку захворювання. Разом з тим, туберкульоз – безумовно, соціальна хвороба, адже безпосередньо залежить від способу життя населення, якості харчування та інших факторів. Складне соціально-економічне становище в країні, безробіття, велика кількість людей, які не можуть повноцінно харчуватися, стреси, соціальна не облаштованість – все це істотно підвищує ризик зараження і розвитку туберкульозу.

ВООЗ вважає туберкульоз більш смертоносним інфекційним захворюванням у світі, аніж ВІЛ/СНІД, гепатит та інші інфекційні і паразитарні хвороби разом узяті.

З 10 мільйонів нових випадків туберкульозу в світі тільки 7 мільйонів діагностовано, а це означає, що 3 мільйони чоловік з туберкульозом щорічно залишаються неврахованими.

Україна посідає *друге місце* в Європейському регіоні за рівнем захворюваності на туберкульоз. За даними ВООЗ, в нашій країні щороку не виявляється близько 24% нових випадків захворювання на туберкульоз. Ймовірними причинами такого великого відсотка не виявлення випадків туберкульозу може бути недостатній рівень діагностики, обмежений доступ до медичної допомоги певних категорій населення та пізні звернення за медичною допомогою. *Україна є однією з десяти країн з найвищим в світі тягарем захворюваності на мультирезистентний туберкульоз*, тобто щонайменше 23% нових випадків туберкульозу, виявлених в Україні, не піддаються лікуванню звичайними протитуберкульозними препаратами, отже є резистентними, а більше 40% таких нових випадків вже мають деструктивну форму.

Більшість наших співгромадян, яких вражає туберкульоз, знаходиться в найбільш продуктивному і працездатному віці.

**Своєчасно виявлений туберкульоз – виліковний.** Ось чому вкрай важливим виявляється розробка програм інформування та навчання, охоплення громадян, спільнот та громад знаннями про туберкульоз, його профілактику, виявлення та лікування, відповідальне ставлення до особистого та громадського здоров'я тощо.

*День боротьби із туберкульозом* є важливою подією і має в усьому світі велике значення для підвищення рівня обізнаності людей про симптоми цього захворювання, його діагностику та лікування, а також щодо важливості встановлення ефективного контролю за поширенням туберкульозу. У цей день слід використати всі наявні можливості для

досягнення значного збільшення виявлення хворих на туберкульоз за допомогою проведення популярних освітніх програм, підвищення рівня компетентності керівних працівників щодо проблеми туберкульозу в країні для прийняття ними відповідних організаційних заходів і мобілізації громадськості. Це також можливість для зміцнення політичної і соціальної рішучості з метою забезпечення подальшого прогресу у боротьбі із туберкульозом.

*Основні цілі* масової просвітницької протитуберкульозної кампанії в цей день наступні:

- дати інформацію населенню стосовно характерної симптоматики та методів лікування туберкульозу;
- стимулювати людей, що мають симптоми захворювання, підозрілі на туберкульоз, пройти медичне обстеження;
- переконати хворих на туберкульоз дотримуватися всіх рекомендацій в процесі їх лікування.

Такі інформаційні кампанії сприяють в усьому світі у вирішенні *чотирьох ключових проблем*:

1. Мобілізація політичної волі і ресурсів для боротьби з туберкульозом;
2. Підвищення рівня виявлення випадків туберкульозу і поліпшення прихильності до лікування;
3. Подолання стигми та дискримінації;
4. Надання повноважень людям і спільнотам, яких торкнулася проблема туберкульозу, брати участь і впливати на прийняття рішень щодо них на всіх рівнях.

За допомогою цих інформаційних кампаній можна досягти значних успіхів у вирішенні цілого ряду проблем, які існують у сфері протидії захворюванню на туберкульоз, а саме:

- збільшити рівень виявлення випадків захворювання на туберкульоз;
- збільшити рівень успішного лікування;
- знизити захворюваність на туберкульоз;
- знизити смертність від туберкульозу;
- знизити ризик резистентного туберкульозу;
- покращити якість життя людей, які постраждали від туберкульозу.

Ключовою цільовою аудиторією при проведенні такої інформаційної кампанії повинно бути населення громад, хворі на туберкульоз, представники груп населення, уразливих до захворювання на туберкульоз та люди з їхніх комунальних спільнот. Водночас вторинною аудиторією в процесі цієї кампанії повинні бути керівні та адміністративні працівники, які приймають відповідні політичні та управлінські рішення, представники громадських організацій, зацікавлених бізнесових структур та інші потенційні партнери. Але, враховуючи особливо соціально небезпечний характер туберкульозу, бажано, щоб відповідною інформаційною кампанією були охоплені якнайширші верстви населення.

**Всеукраїнська асоціація органів місцевого самоврядування «Асоціація міст України» спільно із Фундацією «Громадський рух «Українці проти туберкульозу», Всеукраїнською коаліцією громадських організацій «Зупинимо туберкульоз разом» та Всеукраїнською асоціацією людей, які перехворіли на туберкульоз «Сильніші за ТБ» виступають із ініціативою до Всеукраїнського дня боротьби із захворюванням на туберкульоз про проведення всеукраїнської акції – місячника під гаслом «Українські міста без туберкульозу!».**

## 1. Орієнтовний перелік рекомендованих заходів місячника боротьби із туберкульозом

Напередодні цього дня у **школах** можна провести:

- Конкурс плакату, малюнків, листівок, буклетів: «Здорові легені», «Не забудь – в країні епідемія туберкульозу», «Що ти знаєш про туберкульоз?»;
- Конкурс творів, віршів, присвячених здоровому способу життя;
- Концерт для батьків та всіх бажаючих; під час концерту можна зібрати у скриньку добровільні пожертви та передати їх до місцевого (регіонального) протитуберкульозного диспансеру для «солодкої» вечері хворих, які там лікуються.
- Провести конкурс гасел у класах, гасло, яке визнане найкращим, художньо оформити з вказанням автора чи групи авторів та залишити в класі; пізніше можна провести шкільний конкурс гасел.
- Провести «Уроки здоров'я».
- Провести вечір питань та відповідей, вікторину «Що ти знаєш про туберкульоз?».
- По шкільному радіо організувати серію передач щодо туберкульозу.
- Провести хвилину мовчання в пам'ять померлих від туберкульозу.
- Організувати збір книг та іграшок для передачі у дитячий протитуберкульозний диспансер або соціальним службам для дітей вулиці (група ризику по туберкульозу).

На **підприємствах, в установах**:

- Хвилини інформації на робочих місцях (підготувати матеріали).
- Роздача звернень та пам'яток стосовно туберкульозу.
- Провести спортивне змагання за здоровий спосіб життя.
- Тренінг «Стережись – туберкульоз!».
- Тренінг «Догляд за хворим на туберкульоз».
- Фото конкурс «Обираю здоровий спосіб життя».

Для **засобів масової інформації**:

- Провести прес-конференцію за участю фахівців та громадських організацій стосовно епідемії туберкульозу;
- Огляд нової літератури з питань туберкульозу;
- Опублікувати повідомлення про ситуацію з туберкульозом;
- Провести конкурс статей місцевих журналістів про туберкульоз;
- Провести конкурс статей по здоровому способу життя та боротьбі з тютюнопалінням.

**Органи місцевого самоврядування**:

- Звернення міських голів до містян з приводу Дня боротьби із захворюванням на туберкульоз.
- Організувати для осіб без постійного місця проживання та всіх бажаючих проведення рентгенологічних досліджень.
- Роздати продуктові набори хворим на туберкульоз.
- Відзначити кращих фтизіатрів та працівників фтизіатричної служби (медичних сестер, лаборантів, санітарів, техпрацівників);
- Оголосити конкурс на кращу листівку, буклет та плакат стосовно епідемії туберкульозу.
- Виготовлення та розміщення соціальної реклами протитуберкульозного спрямування; розробка, виготовлення та поширення в громадських місцях, на транспорті комплекту інформаційно-профілактичних матеріалів про туберкульоз.

## 2. Рекомендовані основні повідомлення та види діяльності в ході місячника

<b>Посилення політичної підтримки боротьби із туберкульозом</b>	Туберкульоз це особливо небезпечне інфекційне захворювання, що відноситься також до категорії соціально небезпечних	Інформаційні повідомлення в ЗМІ Інформаційні бюлетені Прес-релізи Брифінги і прес-конференції «Круглі столи» та конференції Публічні консультації із громадськістю
	У сучасних умовах туберкульоз небезпечний для всіх соціальних прошарків	Громадські слухання та громадські обговорення Ресурси в соцмережах
	Щороку на туберкульоз в Україні захворює близько 30 тисяч, а помирає більше 4 тисяч осіб, що більше, ніж від СНІД та інших інфекційних і паразитарних захворювань разом	Соціальна реклама
	Економічний тягар від туберкульозу в Україні становить щорічно близько 4 млрд гривень	Заяви та звернення
	Своєчасно виявлений туберкульоз виліковний	Управлінські рішення
	Без політичної підтримки на всіх рівнях туберкульоз перемогти неможливо	Рішення органів місцевого самоврядування
	На боротьбу з туберкульозом необхідно виділяти кошти з державного та місцевих бюджетів в достатній кількості та у першочерговому порядку	Громадський моніторинг та громадська експертиза  Аналіз політики
	Туберкульоз це комплексна проблема, розв'язання якої виключно засобами медичного впливу неефективно	Навчальні курси і програми у ВНЗ
	Матеріальне, фінансове та кадрове забезпечення заходів по боротьбі з туберкульозом повинно бути адекватним сучасним викликам туберкульозу	Навчальні курси і програми підвищення кваліфікації та післядипломної освіти  Курси
	Загальнодержавна та місцеві програми боротьби з туберкульозом мають долати причини епідемії, а не її наслідки	Семінари Тренінги  Фокус-групи
	Майже 80% протитуберкульозних медичних закладів в Україні сьогодні потребують реконструкції та переобладнання	Вивчення рівня обізнаності
	Основну увагу необхідно приділяти виявленню туберкульозу та профілактичній роботі в групах ризику захворювання	
	Лікарські засоби мають своєчасно доставлятися у протитуберкульозні установи, щоб не було переривань у лікуванні та виникнення невиліковних форм туберкульозу	
<b>Підвищення обізнаності</b>	Туберкульоз – особливо небезпечне інфекційне захворювання, що	Інформаційні повідомлення в громадських місцях та ЗМІ

<p><b>різних верств населення щодо проблеми туберкульозу та зміна їх ставлення та поведінки щодо неї</b></p>	<p>відноситься також до категорії соціально небезпечних</p>	<p>Інформаційні бюлетені</p>
	<p>У сучасних умовах туберкульоз небезпечний для всіх соціальних прошарків населення</p>	<p>Ресурси в соцмережах</p>
	<p>Щороку на туберкульоз в Україні захворює вперше більш ніж 26 тисяч, а помирає близько 4 тисяч осіб, що більше, ніж від СНІД та інших інфекційних і паразитарних захворювань разом</p>	<p>Публікації в ЗМІ</p> <p>Заходи в рамках Всесвітнього та Всеукраїнського дня боротьби з туберкульозом</p>
	<p>Своєчасно виявлений туберкульоз виліковний</p>	<p>Масові акції</p>
	<p>Якщо у вас сильний кашель тривалістю більше трьох тижнів, біль у грудній клітці, кашель з кров'ю або з відходженням мокротиння, втрата ваги, підвищена температура тіла, нічна пітливість, зниження апетиту, слабкість або втома, коричнево-червоні болючі підшкірні вузлики потрібно негайно звернутися до лікаря</p>	<p>Навчальні курси і програми для загальноосвітніх та вищих навчальних закладів</p> <p>Уроки здоров'я</p> <p>Освітня робота за місцем проживання, на робочому місці, у громадських місцях тощо</p>
	<p>Потрібно знати, що симптоми туберкульозу можуть бути типовими як для інших захворювань. Різні види грипу і просте запалення нижніх дихальних шляхів мають схожі ознаки. Навпаки, у багатьох випадках симптоми туберкульозу настільки мало виражені, що початкова стадія туберкульозу, при якій хворий легко піддається лікуванню, не виявляється</p>	
	<p>Потрібно пам'ятати, що іноді прихований перебіг туберкульозу триває досить довго, до розвитку поширеного процесу, тож з метою виявлення таких непомітних форм слід регулярно проводити відповідні обстеження</p>	
	<p>Будь-який з симптомів туберкульозу, що триває більше 3-х тижнів і не пояснюється іншими причинами, особливо поєднання кількох з них, мають стати приводом для звернення до лікаря та обстеження на туберкульоз</p>	
	<p>Якщо ви захворіли на туберкульоз, приймайте призначені ліки, не пропускаючи жодного прийому</p>	
<p>Пам'ятайте, що при паузі в прийомі ліків або при занадто ранньому їх скасуванні може розвинутися туберкульоз, стійкий до відомих протитуберкульозних препаратів, який</p>		

	<p>часом може дуже важко піддаватися лікуванню</p> <p>Хворому на туберкульоз слід дотримуватися простих гігієнічних правил: виділяти достатньо часу для відпочинку в добре вентильованому приміщенні; продукти харчування повинні бути досить калорійними і містити багато вітаміну С; не вживати алкоголь; кинути палити; регулярно робити зарядку</p> <p>Хворі на туберкульоз повинні з повагою ставитися до оточуючих і повідомити членів своєї сім'ї і людей, які знаходяться в тісному контакті з ними, про захворювання і переконати їх також звернутися до лікаря</p>	
<p><b>Залучення громадян до заходів по боротьбі з туберкульозом на національному та громадському рівнях; підвищення прихильності; протидія стигмі та дискримінації</b></p>	<p>Без широкої підтримки з боку громадськості ефективний контроль за туберкульозом не можливий</p>	<p>Виступи і звернення щодо небезпеки туберкульозу</p>
	<p>Різні верстви населення володіють різним потенціалом, залучення якого сприяє посиленню взаємодії держави і громадянського суспільства для подолання епідемії туберкульозу</p>	<p>Місцеві програми соціальної мобілізації на протидію туберкульозу</p> <p>Інформаційно-роз'яснювальна робота на рівні громади</p>
	<p>Соціальна мобілізація не можлива без політичної підтримки на різних рівнях</p>	<p>Публікації в ЗМІ</p>
	<p>Групи ризику захворювання на туберкульоз це такі ж самі громадяни, що знаходяться в складних життєвих обставинах і суспільство повинно сприяти їм подолати труднощі, а не відштовхувати</p>	<p>Інформаційні повідомлення</p> <p>Інформаційні бюлетені</p> <p>Ресурси в соцмережах</p>
	<p>Особи, хворі на туберкульоз, або які належать до груп ризику захворювання повинні відповідально ставитися до свого здоров'я та здоров'я оточуючих.</p>	<p>Звернення та заяви популярних і авторитетних особистостей</p> <p>Виступи осіб, які вилікувались від туберкульозу</p>
	<p>Благодійність є важливим фактором соціальної мобілізації, який сприяє подоланню туберкульозу</p>	<p>Заходи в рамках Всесвітнього та Всеукраїнського дня боротьби з туберкульозом</p> <p>Масові акції</p> <p>Уроки здоров'я</p> <p>Освітня робота по місцем проживання, на робочому місці, у громадських місцях тощо</p>