



Туберкулез излечим, а главное - предотвратим. Необходимо вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, закаливанием, рационально питаться, избегать переутомления и переохлаждения, отказаться от курения, употребления алкоголя, наркотиков и др. Соблюдать правила личной гигиены: мыть руки перед едой и после посещения мест общественного пользования, при кашле рот надо прикрывать носовым платком или тыльной стороной ладони, ни в коем случае нельзя сплевывать мокроту на пол или землю.

Безопасный и надежный способ выявления туберкулеза – рентгенофлюорографическое обследование. Не следует уклоняться от профилактического обследования, которое можно провести в каждой поликлинике.

ПОМНИТЕ!

Соблюдая эти несложные рекомендации вы будете здоровы сами и не подвергнете риску здоровье Ваших близких.