

24 марта — Всемирный день борьбы с туберкулёзом!



Туберкулёз — это хроническое инфекционное заболевание, передающееся от больного человека здоровому воздушно-капельным путем: при разговоре, кашле и чихании.



Чтобы не заболеть:

Занимайтесь спортом:

- Бегайте, прыгайте, плавайте.
- Пусть природа станет вашим другом!
- Скажите нет вредным привычкам!



Правильно и полноценно питайтесь:

Принимайте пищу не реже 3-х раз в день. Полезны свежие фрукты, овощи, мясо и яйца, молочные продукты.



Не отказывайтесь от пробы **Манту**, **Диаскин-теста** и прививок **БЦЖ**.

Помните!

Своевременно выявить туберкулёз можно при флюорографии. Проходите ежегодно с 15 лет флюорографическое обследование.

