**Факторы риска развития туберкулёза**

*Туберкулёз – инфекционное заболевание бактериального происхождения, которое остаётся одной из серьёзных угроз для здоровья населения.*

Туберкулёз – это не только медицинская, но и социальная проблема. Его развитие во многом зависит от уровня жизни, питания, санитарных условий и общего состояния здоровья человека.

Фтизиатры отмечают, что наиболее уязвимы перед заболеванием люди с ослабленным иммунитетом. Это могут быть как пожилые, так и молодые люди, а также дети. В зоне повышенного риска находятся те, кто проживает в условиях низкого уровня санитарии, имеет хронические заболевания дыхательной системы, злоупотребляет алкоголем, курением или страдает эндокринными нарушениями, лица живущие с ВИЧ-инфекцией, Врачи также обращают внимание на важность эмоционального состояния: стресс, депрессия и низкая стрессоустойчивость значительно ослабляют защитные силы организма.

Главный путь передачи туберкулёза – воздушно-капельный. Бактерии передаются от больного человека при кашле, чихании и даже разговоре. Вдыхая их, человек подвергает себя риску заражения. Кроме этого, существуют менее распространённые пути инфицирования, такие как контактный – через использование общих предметов быта, и трансплацентарный – от матери ребёнку во время беременности.

Одной из серьёзных проблем туберкулёза является его длительное скрытое течение. На ранних стадиях человек может не замечать симптомов, но при этом уже быть источником инфекции для окружающих, так как имеющиеся изменения в легких уже есть и они видны при рентгенологическом исследовании. Именно поэтому так важно регулярно проходить флюорографию.

Иммунитет играет ключевую роль в защите от инфекции. Если иммунная система работает хорошо, организм способен подавить бактерию и не дать ей развиваться. Однако существует множество факторов, которые ослабляют защитные силы: дефицит витаминов, несбалансированное питание, хронические заболевания, курение, алкоголь, неблагоприятные социальные условия и стресс. Наиболее уязвимы люди с низким уровнем дохода, ведь именно они чаще сталкиваются с недостатком питательных веществ, плохими условиями жизни и ограниченным доступом к медицинской помощи. Регулярное прохождение флюорографии, здоровый образ жизни и внимание к иммунитету – главные меры, которые помогут защититься от инфекции.

Туберкулёз остаётся серьёзной угрозой, однако своевременная диагностика и профилактика могут значительно снизить риск заболевания.

Важно следить за состоянием своего здоровья, правильно питаться, избегать вредных привычек и регулярно проходить медицинские обследования.