

全面行动 全力投入
全民参与 终结结核



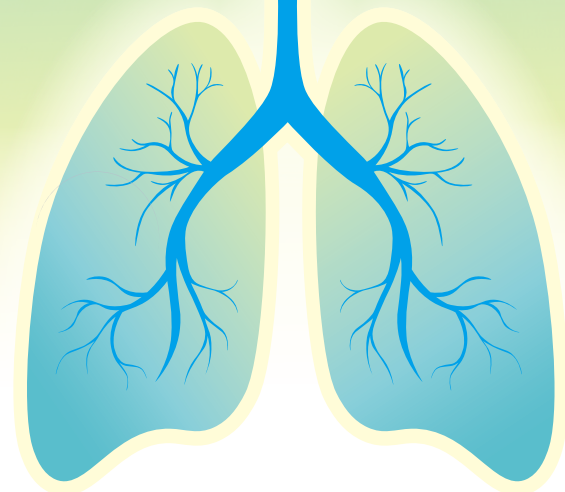
结核患者的健康生活方式指导



国家基本公共卫生服务项目

肺结核防治知识

3.24世界防治结核病日



深圳市福田区卫生健康局
深圳市福田区健康教育所

2025年3月

- ✓ 如家庭密切接触者出现咳嗽、咳痰2周以上等肺结核的可疑症状，应及时到医院检查。
- ✓ 肺结核是一种慢性消耗性疾病，多数病人在患病期间处于营养失衡状态。合理饮食与充足的营养补充对机体康复很重要。
- ✓ 加强营养，多吃奶类、蛋类、瘦肉等高蛋白食物，多吃绿叶蔬菜、水果以及杂粮等食品，不吃辛辣刺激食物。



不吸烟(吸烟者戒烟)
避免接触二手烟



不饮酒

- ✓ 有发热、胸痛、咳嗽、呼吸困难、乏力等明显症状时，不建议运动。
- ✓ 经过规范治疗症状改善后，可在医生指导下进行适量运动，但以不引起劳累和不适为宜。
- ✓ 保持心情舒畅、情绪稳定，减轻精神压力，树立治疗信心。
- ✓ 生活起居规律、保证睡眠充足、避免过度劳累。

治疗与康复

遵医嘱服药，不要自行停药或调整药物。

- 出现药物不良反应，要及时和医生联系，不可自行停药或更改治疗方案。
- 遵医嘱定期复查。
- 遵医嘱妥善存放抗结核药物。药品应在密封、遮光、阴凉干燥处且孩子接触不到的地方保存。夏天宜放在冰箱的冷藏室。
- 如需短时间外出，应告知医生并带够足量药品按时服用。如要改变居住地，应与医生联系办理延续治疗相关手续。

急症处理

治疗期间出现病情加重，如咯血，或药物不良反应引起的严重不适，如恶心、呕吐、腹胀、腹泻、腹痛、过敏反应、视物模糊、皮肤或者巩膜黄染等症状，或出现其他严重情况，应及时到医院就诊。

更多健康资讯扫码下图关注



【健康福田】公众号



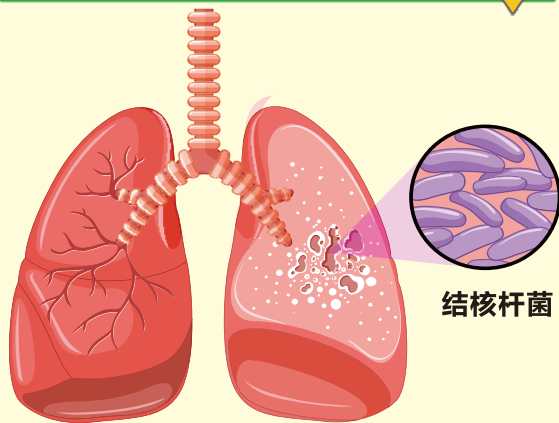
【社康通】小程序



FT202501170744

认识肺结核

结核病，又称“痨病”，是由结核杆菌引起的慢性呼吸道传染病，主要侵害人体肺部，发生肺结核。

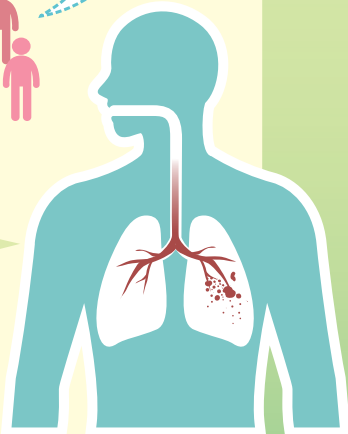


结核杆菌

结核病是全球面临的重大公共卫生问题，也是全球单一感染性疾病导致的首位死因。肺结核是法定乙类报告传染病，报告发病率一直位居我国甲乙类传染病的第二位。



肺结核如发现不及时、治疗不彻底，会对健康造成严重危害，甚至可引起呼吸衰竭和死亡，给患者和家庭带来沉重的负担。



肺结核如何传播？



结核杆菌主要以飞沫的形式通过呼吸道传播，人人都有可能被感染。

1



肺结核病人通过咳嗽、咳痰、打喷嚏将结核杆菌播散到空气中，健康人吸入带有结核杆菌的飞沫即可能受到感染。

2



与肺结核病人共同居住，同室工作、学习的人都是肺结核病人的密切接触者，有可能感染结核杆菌，应及时到医院去检查排除。

3



艾滋病感染者、免疫力低下者、糖尿病病人、尘肺病人、老年人等都是容易患病的人群，应每年定期进行结核病检查。

4

肺结核有什么症状？

▶ 肺结核的常见症状是咳嗽、咳痰，如果这些症状持续2周以上，应高度怀疑得了肺结核，要及时到医院就诊。

▶ 肺结核还会伴有痰中带血、低热、盗汗、胸痛、疲乏无力、食欲减退、体重减轻、呼吸困难等症状。

咳嗽、咳痰2周以上，应怀疑得了肺结核，要及时就诊。



怎样减少肺结核的传播？

1

戴口罩，不随地吐痰，咳嗽、打喷嚏时应当避让他人、遮掩口鼻。

2

肺结核病人不要随地吐痰，要将痰液吐在有消毒液的带盖痰盂里，不方便时可将痰吐在消毒湿纸巾或密封痰袋里。

3

肺结核病人尽量不去人群密集的公共场所，如必须去，应当佩戴口罩。

4

居家治疗的肺结核病人，应当尽量与他人分室居住，保持居室通风，佩戴口罩，避免家人被感染。

+ 肺结核可防可治。加强营养，提高人体抵抗力，有助于预防肺结核。

肺结核能治愈吗？

肺结核治疗全程为

6-8个月

耐药肺结核治疗全程为

18-24个月

- 按医生要求规范治疗，绝大多数肺结核病人都可以治愈。病人恢复健康，同时保护家人。
- 肺结核病人如果不规范治疗，容易产生耐药肺结核。
- 耐药性肺结核治愈率低，治疗费用高，社会危害大。

