附件4

公众结核病防治知识

**一、认识结核病**

1.什么是结核病：结核病，又称“痨病”，是世界上最古老的疾病之一，是由结核分枝杆菌引起的慢性呼吸道传染病。《红楼梦》里的林黛玉、文学家鲁迅、小说家契诃夫、美女建筑家林徽因等都曾受到结核病的困扰。

2.结核病是如何传播的：结核分枝杆菌主要以飞沫的形式通过呼吸道传播，肺结核患者咳嗽、打喷嚏、大声说话时，可产生含结核分枝杆菌的飞沫，健康人吸入含菌的飞沫，可能受到感染。

3.哪些人容易得结核病：人群对于结核分枝杆菌普遍具有易感性。高危人群有：传染性肺结核患者的密切接触者、免疫力低下的人群、职业性接触结核病患者人员。

4.感染了结核分枝杆菌一定会发病吗：感染了结核分枝杆菌不一定都会发病，人体感染结核菌后是否发病取决于两个方面的因素：一是感染结核菌的毒力强弱和结核菌的数量多少；二是机体的免疫状态，感染者中只有约5% - 10%的感染者在一生中最终发展为结核病，其中发病多在感染后1 - 2年内发生。

5.耐药结核病是怎么回事：耐药肺结核是指肺结核患者体内的结核菌，不能被一种或多种抗结核药物所杀死。耐药肺结核病情重、难治愈，最严重的几乎无药可治。此外，耐药结核病病程长、传播给他人的机会更多，被传染者一旦发病就是耐药肺结核。

**二、发现结核病**

1.出现什么症状应该警惕是结核病：咳嗽、咳痰两周以上或痰中带血等症状称为“肺结核可疑症状”；结核病患者还有可能出现胸痛、疲乏、低热、盗汗、食欲减退等其他全身症状。如果出现上述症状，应警惕是否患了结核病，要主动到结核病防治专业机构接受结核病检查。

2.什么是结核病密切接触者：结核病密切接触者指的是在结核病患者确诊前3个月至开始抗结核治疗后14天，与患者共享同一个封闭空间（如居住、学习、工作或社交聚会场所等）的人，分为家庭内密切接触者（共同居住者）和家庭外密切接触者（同事、同学、朋友和邻居等）。结核密切接触者是结核病发病高风险人群之一，需要主动定期进行结核病筛查。

3.怀疑自己得了结核病应该去哪里就诊：我国各地都设有结核病定点医疗机构，如出现结核病可疑症状应立即到所辖的县（区）级结核病定点医疗机构就诊。在结核病定点机构，患者能获得及时诊断和规范治疗并享受到国家对结核病治疗费用的减免政策。

**三、预防结核病**

1.结核病能预防吗：结核病是可以预防的。最有效的预防措施是尽早发现和彻底治愈传染性肺结核患者；其次是采取有效的感染控制措施，切断结核菌的传播途径；最后是保护容易受到感染的人群，包括新生儿接种卡介苗和对结核菌潜伏感染者进行结核病的预防性治疗。

2.什么是正确的咳嗽礼仪：咳嗽、打喷嚏时避免正对他人，应该用手绢或纸巾捂住口鼻，当没带手绢或纸巾时，应该肘部弯曲捂住口鼻，不要直接用手捂，避免喷射到手上的病原体，因“污染手”接触其他物体时导致继续污染。

3.开窗通风是经济有效的预防结核病的方法：通风的目的是通过空气流动，排出室内的污浊空气和致病微生物，送进室外的新鲜空气。建议每天至少通风2 - 3次，每次通风时间不少于30分钟。

4.怎样选择适合的口罩：戴口罩可以有效预防结核病传播，不同口罩功能不同。一般棉/纱布口罩、活性碳口罩不能阻挡结核分枝杆菌通过；医用外科口罩能防止含有大量结核菌的大颗粒飞沫核排到空气中，结核病患者建议佩戴这种口罩；医用防护口罩可过滤、隔离99%的细菌、病毒，但呼吸阻抗较高，不适合长时间佩戴。

5.如何正确佩戴口罩：口罩都有正反面，正面朝外，有鼻夹金属条的一端为上端。佩戴口罩前，先将手洗干净，确定口罩外包装完好且在有效期内，将口罩两端的绳子挂在耳朵上，用双手压紧鼻梁两侧的金属条，使口罩上端紧贴鼻梁，然后向下拉伸口罩，覆盖住鼻子和嘴巴。