

Примерный текст диктанта

Что такое туберкулез?

Туберкулез остается одним из наиболее широко распространенных в мире инфекционных заболеваний, приводящих к высокой смертности. В мире ежегодно регистрируется от 8 до 10 миллионов новых случаев туберкулеза и около 3 миллионов заболевших погибает.

В Республике Дагестан ежегодно туберкулезом болеет около 1 тысячи человек, в том числе дети.

Это болезнь, которая существует уже тысячи лет. Следы туберкулеза были обнаружены даже в древних египетских мумиях! Возбудитель заболевания — микобактерия туберкулеза, или палочка Коха, по имени ученого, который впервые ее обнаружил и изучил. Микобактерии туберкулеза переносятся по воздуху мельчайшими невидимыми капельками мокроты, которую выделяет больной человек при кашле, чихании, разговоре. При вдыхании зараженного воздуха микобактерии попадают в организм здорового человека.

Основные признаки туберкулеза: длительный кашель, боли в грудной клетке, кровохарканье, снижение массы тела, потеря аппетита, повышенное потоотделение в ночное время, общее недомогание и слабость, периодическое повышение температуры тела.

Избегайте всего, что может ослабить защитные силы Вашего организма, берегите свое здоровье. Необходимо хорошо питаться, регулярно заниматься спортом, больше бывать на свежем воздухе, не курить, не злоупотреблять алкоголем.

Пыльные и непроветриваемые помещения благоприятствуют распространению туберкулезных бактерий, поэтому постарайтесь содержать свой дом в чистоте и чаще проветривать.

Кашляющий человек вполне может оказаться больным туберкулезом. Если среди Ваших родных или друзей кто-либо долго кашляет, посоветуйте ему обратиться к врачу.

Ежегодно 24 марта проводится Всемирный день борьбы с туберкулезом для привлечения внимания общественности к данной проблеме, широкого информирования о заболевании туберкулезом и формированию здорового образа жизни у детей и взрослых.

Примечание: текст диктанта может быть адаптирован.