



О БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ

Бронхиальная астма – хроническое воспалительное заболевание дыхательных путей может возникнуть в любом возрасте, проявляется в виде затруднённого свистящего дыхания или кашля, одышки, стеснения в груди и приступов удушья. Ночью и ранним утром приступы астмы обычно усиливаются.

Астма может быть связана с наследственной предрасположенностью. Ключевым звеном является сужение просвета бронхов (обструкция).

ПРИСТУП АСТМЫ МОЖЕТ БЫТЬ ВЫЗВАН:

- Аллергенными продуктами питания, шерстью животных, пылью, пылкостью растений, спорами грибов, табачным дымом;
- Инфекциями вирусной и бактериальной природы;
- Раздражителями в окружающей среде: средства бытовой химии, парфюмерно-косметические изделия, выхлопные газы;
- Лекарственными средствами;
- Стрессовыми ситуациями;
- Интенсивной физической нагрузкой, особенно в холодных помещениях.



ОСЛОЖНЕНИЯ АСТМЫ:

- пневмоторакс (попадание воздуха в плевральную полость);
- острая дыхательная недостаточность;
- эмфизематозные нарушения лёгких.



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ У ВАС БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА?

- ♦ Важно знать факторы, провоцирующие приступ астмы и, по возможности, избегать их.
- ♦ Следить за чистотой в доме и устранять любые аллергены: пыль, шерсть животных и т.д.
- ♦ Бросить курить, если вы курите.
- ♦ Своевременно лечить респираторные заболевания.
- ♦ Принимать все назначенные вам препараты, чтобы сократить частоту приступов.
- ♦ Заниматься спортом, чтобы улучшить состояние сердца и лёгких.



В вашей семье кроме вас должен быть кто-то, кто знает где находятся необходимые лекарства, как, в каком количестве и в какой последовательности их принимать и что делать в экстренных случаях.

- ♦ Регулярно посещать врача для проведения анализов и оценки вашего состояния.
- ♦ Полноценно питаться.
- ♦ Стараться хотя бы раз в году отдыхать в экологически чистых местах: на море, в горах, лесу.



Астма – заболевание, требующее обязательного наблюдения у врача. Успешное лечение астмы возможно только при индивидуально разработанной схеме лечения и чёткого выполнения инструкций, предписанных врачом.