



5 мая 2020 года

Международный «Астма-день»

Ежегодно в первый вторник мая по инициативе ВОЗ проводится Международный «Астма-день». Впервые он отмечался в 1998г. в 35 стра-

нах рамках первой всемирной встречи по проблемам астмы и ежегодно число стран, участвующих в проекте, увеличивается. Его целью является привлечь внимание общественности всего мира к проблеме

бронхиальной астмы. **Бронхиальная астма** – это хроническое воспалительное заболевание дыхательных путей, проявляющееся приступами одышки, которые зачастую сопровождаются кашлем и могут перерасти в приступы удушья. Это происходит из-за того, что дыхательные пути чрезмерно реагируют на разные раздражители.

Приступ астмы может быть спровоцирован следующими причинами:

аллергены (пыль, шерсть, продукты питания, пыльца, споры и т.п.);

бактериальные и вирусные инфекционные поражения (простуда, бронхит, синусит, грипп);

раздражители внешнего мира (спреи, духи, выхлопные газы, дым сигарет);

лекарственные препараты (нестероидные медикаменты против воспаления и ацетилсалициловая кислота);

стрессовые ситуации, страх, сильное волнение; непосильная физическая нагрузка в особенности в холодном помещении.

Астма может иметь различную степень тяжести и частоту обострений. Симптомы астмы могут быть различными: от небольшой затрудненности дыхания, свистящего дыхания и до одышки, стеснения в груди и приступов удушья.

- легкие человека выделяют в течение часа 18 литров углекислого газа и 50 г воды;

- бронхиальная астма – самый распространенный хронический недуг: от нее страдает 5% взрослого населения Земли и 10% детей;

- в мире более 300 млн. человек страдают от этого хронического недуга, каждые 10 лет этот показатель увеличивается в 1,5 раза;

- симптомы болезни могут проявиться независимо от возраста, однако, больше всего ей подвержены дети;

- у 50% пациентов астму диагностировали в возрасте до 10 лет. Детям до 2-х лет тяжело поставить правильный диагноз, поскольку симптомы заболевания достаточно смазаны;

- есть случаи, когда астма исчезает самостоятельно, даже без терапевтических мероприятий, особенно в детском возрасте;

- смертельный исход встречается крайне редко и 80% летальных случаев от астмы приходится на слабо развитые страны.



нах рамках первой всемирной встречи по проблемам астмы и ежегодно число стран, участвующих в проекте, увеличивается. Его целью является привлечь внимание общественности всего мира к проблеме

Профилактика бронхиальной астмы

Профилактика бронхиальной астмы заключается в том, чтобы предоставить людям точные знания о том, что в итоге может стать этиологическим фактором развития первых приступов бронхиальной астмы. По возможности каждый человек должен избегать таких факторов.

Необходимо поддерживать чистоту в квартире или доме и избавляться от любых возможных аллергенов –

шерсти животных, пыли, клещей и т.п.

Следует избегать курения и даже вдыхания сигаретного дыма, выхлопных газов и прочих подобных соединений.

Необходимо заниматься спортом, вести активный образ жизни с целью улучшения состояния и функционирования легких и сердца.

Современные методы лечения бронхиальной астмы, при условии их своевременного и правильного применения, в состоянии обеспечить

большому человеку полноценную, активную жизнь. Каждый пациент должен четко знать, как правильно пользоваться ингалятором, какой препарат вдыхать ежедневно для профилактики обострения, а каким снимать удушье, знать факторы, которые вызывают у него удушье.

Совокупность всех мер, направленных на предупреждение или устранение заболевания всегда дает наилучший эффект, чем их применение по отдельности.

К сведению:

Слово «астма» переводится с греческого, как «сложное дыхание». Принято считать, что данное определение ввел в медицину Гиппократ, в его масштабной работе «О внутренних страданиях» это заболевание позиционируется, как болезнь, имеющая спастический характер. Он считал, что признаки удушья вызывает холод и сырость. На протяжении многих веков ученые старались выяснить истинные провоцирующие факторы приступов. Только в XX веке установили, что данное заболевание провоцирует аллергия, из-за которой возникает воспалительный процесс, поражающий бронхи.