



**БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА –**  
хроническое обструктивное заболевание  
дыхательных путей, проявляющееся  
приступом удушья.

Приступы удушья могут быть внезапными или развиваться  
постепенно

*Характерная поза, которую стремится принять больной с приступом  
астмы – положение сидя, с небольшим наклоном вперед, при этом  
человек тяжело дышит и опирается на колени*

Своевременное обращение к врачу и лечение позволит  
контролировать течение болезни и избежать развития  
осложнений (эмфизема легких, эндокринные и  
неврологические расстройства и др.)



18+

## **АСТМА. СИМПТОМЫ:**

- **сухой и ночной кашель**
- **затрудненное дыхание**
- **одышка, боль или стеснение  
в груди**
- **хрипы**



## АСТМА. ФАКТОРЫ РИСКА:

- наследственность
- лекарственные препараты
- инфекции (грипп, бронхит, синусит, простудные заболевания)
- аллергены (еда, грибные споры, шерсть животных, клещи, пыль, пыльца растений)





## АСТМА. ФАКТОРЫ РИСКА:

- раздражающие факторы окружающей среды (дым от сигарет, выхлопные газы, аромат парфюма, спреи)
- частые стрессовые ситуации
- ненормированные физические нагрузки (особенно при пониженной температуре воздуха).



## **АСТМА. ПРОФИЛАКТИКА:**

- **своевременная диагностика**
- **лечение ОРВИ, в период эпидемий – соблюдение мер профилактики, вакцинация**
- **приём лекарственных средств по назначению врача**
- **содержание дома в чистоте, ликвидация пылесборников (книги, мягкие игрушки, ковры)**
- **ограничение использования аэроаллергенов: дезодорантов, освежителей воздуха и др.**





18+

## **АСТМА. ПРОФИЛАКТИКА:**

- отказ от курения, в том числе пассивного
- правильное питание. Ограничение употребления пищевых аллергенов
- пользование гипоаллергенной косметикой
- закаливание, регулярные физические упражнения
- устранение профессиональных вредностей



18+



Поделись информацией  
с друзьями и близкими

