

Пресс-релиз

1 мая – Международный «Астма-день»

Бронхиальная астма это аллергическое заболевание, характеризуется повторяющимися приступами удушья или длительным кашлем.

На начальных стадиях признаки астмы у взрослых обычно связаны с провоцирующими факторами (при вдыхании влажного холодного воздуха, пыли, табачного дыма или во время психоэмоциональной нагрузки). Приступ астмы развивается неожиданно, симптомы его быстро нарастают. Появляется очень сильный выраженный кашель, развивается одышка, могут быть слышны свистящие хрипы. По мере прогрессирования заболевания, частота обострений увеличивается, они могут возникать спонтанно в любое время. Также признаками бронхиальной астмы являются частое покашливание ночью, чувство дискомфорта, тяжести за грудиной, особенно под воздействием провоцирующих факторов, длительные, трудно поддающиеся терапии ОРВИ.

Самыми распространенным причинам заболевания являются: генетическая предрасположенность, профессиональный контакт с вредными веществами, курение, контакты с аллергенами.

К сожалению, бронхиальная астма это хроническое заболевание. Однако это заболевание хорошо поддается терапии, в результате чего есть шанс улучшить качество жизни пациента и сохранить стойкую ремиссию.

Рекомендации по предупреждению обострений бронхиальной астмы:

- прогулки на свежем воздухе не менее 2 часов в день;
- исключение контактов с аллергеном (домашними животными, табачным дымом, резкими запахами); запрет на использование парфюмерной продукции;
- профилактика хронических инфекций верхних дыхательных путей, своевременное лечение очагов инфекции;
- обязательный отказ от курения, исключение пассивного курения;
- занятия лечебной физкультурой;
- рациональный режим, включающий чередование труда и отдыха, ограничение физической и психоэмоциональной нагрузки;
- трудоустройство, предусматривающее исключение профессиональных вредностей;

Профилактика бронхиальной астмы в жилом помещении включает:

- влажная уборка всех помещений квартиры минимум два раза в неделю;
- отказ от мягкой мебели, ковров и других вещей, накапливающих пыль;
- еженедельная стирка постельного белья на максимально высокой температуре;
- приобретение постельных принадлежностей (подушек, одеял), изготовленных из гипоаллергенных материалов.
- периодически проводить борьбу с домашними насекомыми (тараканами и другими), а если дом загородный, то и с грызунами.

На базе государственного учреждения «Гомельский городской центр гигиены и эпидемиологии» 30 апреля 2024 года с 8.30 - 9.30 по телефону 25-49-06 будет проведена «прямая» линия врача по медицинской профилактике Степаньковой Анастасии Викторовны

*Швайла Ольга Николаевна,
помощник врача-гигиениста
отдела общественного здоровья
государственного учреждения
«Гомельский городской центр гигиены и эпидемиологии»*