

Бронхиальная астма

Это заболевание, характеризующееся воспалением бронхов при контакте с некоторыми раздражителями. Поскольку это хроническая проблема аллергического характера, она может сопровождаться острыми приступами.



Бронхиальная астма может проявиться у людей любого возраста, она бывает разной степени тяжести и сопровождается приступами одышки. Наиболее часто встречаются такие симптомы, как длительный кашель, свистящее дыхание, небольшая трудность при дыхании, одышка. Специалисты в ГБУЗ «Самарский областной центр профилактики и охраны здоровья населения» считают приступ астмы.



ГБУЗ «САМАРСКИЙ ЦЕНТР ПРОФИЛАКТИКИ И ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»

Факторы бронхиальной астмы, могут сопровождаться:



- лекарственные препараты (несправильное применение противовоспалительных лекарств и аспирина);
- частые стрессовые ситуации;
- аллергии;
- раздражающие факторы окружающей среды (дым от сигарет, выхлопные газы, аромат парфюма, пыль);
- проникновение в организм бактерий и вирусов;
- непереносимые физические нагрузки.

Взрослые люди, которые:



- люди с генетической предрасположенностью к повышенной аллергии;
- вторичным повышением крупа;
- перенесшими аллергии в анамнезе;
- симптомами атомического дерматита;
- вредными условиями труда;
- бронхообструктивным синдромом, проявляющим себя при острых респираторных вирусных инфекциях; вредной привычкой курения.

Беременные женщины, страдающие бронхиальной астмой:



- закаливание и выполнение комплекса упражнений для физического закаливания и укрепления иммунитета;
- умеренное использование презервативов в семье;
- отказ от активного и пассивного курения;
- частые прогулки на свежем воздухе;
- проживание в местности с благоприятной экологической обстановкой;
- минимальный контакт с химическими средствами в домашнем обиходе.

Дети, страдающие бронхиальной астмой, должны:



- своевременно лечить хронические заболевания;
- исключить контакт с аллергенами (домашние животные, растения, акаци пухом и др.);
- достаточно часто выполнять влажную уборку места проживания;
- регулярное проветривание помещений;
- отказ от разведения домашних рыб, сухой корм для которых часто провоцирует аллергическую реакцию;
- устранение очагов плесени дома, в том же количестве влажность;
- выбора подушки с искусственными материалами для наполнения;
- исключение из рациона питания продуктов, провоцирующих аллергию;
- профилактика простудных заболеваний и ОРВИ;
- соблюдение личной гигиены;
- приемлемые лекарства строго по назначению врача;
- выполнение упражнений по дыхательной гимнастике;
- отказ от вредных привычек.

Будь больше о здоровье yours

