25 СЕНТЯБРЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЛЕГКИХ



«Всемирный День легочного здоровья» предназначен для всех – но в первую очередь для тех, у кого можно предотвратить наступление болезни. Он направлен на определение функционального состояния легких, выявление ранних форм нарушений и предотвращение эпидемии легочных заболеваний.

Всемирный день легочного здоровья нужен не только для того, что бы привлекать и выявлять пациентов с заболеваниями органов дыхания, но и для информирования всего населения о вреде некоторых привычек, при чем не только для себя, но и для окружающих и близких вам людей. Ведь, например пассивное курение, ничуть не меньше вредит здоровью, как и активное, особенно это касается молодежи и детей. Кроме курения не менее серьезными возможными причинами являются: проживание в районах с неблагоприятным экологическим фоном, работа на шахтах и предприятиях химической промышленности, вынужденное постоянное вдыхание дыма, который образуется от сгорания дров, угля и т.д.

Легкие — главный орган дыхательной системы человеческого организма, занимающий почти всю полость грудной клетки. Как и любые другие, болезни легких бывают острыми и хроническими и вызваны как внешними, так и внутренними факторами, их симптомы весьма разнообразны. К сожалению, заболевания легких в последнее время стали достаточно частым и распространенным явлением и представляют собой одну из самых главных угроз для жизни и здоровья человека. Болезни легких занимают 6 место среди причин высокой смертности во всем мире, часто приводят к инвалидности и ранней потере трудоспособности.

Лёгкие человека за тысячи лет эволюции приобрели большой запас прочности. Однако даже в современных условиях эти органы часто страдают от разнообразных недугов.

В медицине описано огромное количество заболеваний легких, которые возникают по определенным причинам, характеризуются собственными симптомами и развитием болезни.



**Плеврит** - опасное заболевание легких, т.к. с него развивается злокачественная опухоль. Возникает на фоне инфекционных и аутоиммунных болезней, травм. В плевральной полости формируется очаг с гнойным или серозным экссудатом.

Плеврит опасное заболевание легких, т.к. с него развивается злокачественная опухоль. Возникает на фоне инфекционных и аутоиммунных болезней, травм. В плевральной полости формируется очаг с гнойным или серозным экссудатом.

**Астма** — это заболевание, во время которого становится трудно дышать из-за воспалительного процесса в бронхах.

Бронхи — это такие дыхательные ветви, через которые воздух попадает в лёгкие. При отёке и сужении бронхов, воздухопроводящие пути перестают выполнять свою функцию, вследствие чего человек начинает задыхаться.

В целом, бронхиальная астма даже в тяжелых формах поддается лечению, и сегодня удается добиться устойчивых длительных ремиссий, – однако необходимым условием этого выступает ответственное отношение пациента к собственному здоровью и комплайентное следование всем рекомендациям лечащего врача-пульмонолога.



**Бронхит** (лат. bronchitis, от бронх + -itis — воспаление) — заболевание дыхательной системы, при котором в воспалительный процесс вовлекаются бронхи. Является одной из частых причин обращения за медицинской помощью. В большинстве случаев острого бронхита его причиной является инфекция, например вирусная или бактериальная, однако чаще всего требуется только симптоматическое лечение (антигистаминными или противокашлевыми препаратами) и употребление антибиотиков не требуется. Хронический бронхит может развиваться как осложнение острого, или в результате длительного действия неинфекционных раздражающих факторов, таких как пыль. В некоторых случаях при бронхите развивается закупорка бронхов из-за отека слизистой оболочки, такой бронхит носит название обструктивного. Лечение бронхита зависит от провоцирующего фактора, типа течения и формы заболевания.

**Туберкулёз** передается воздушно-капельным путем. Микобактерии находятся вне клеток и медленно размножаются, поэтому ткани долгое время остаются без изменений. Патологический процесс начинается с лимфатических узлов, затем переходит на легкие. Микроорганизмы питаются тканью легких, распространяясь дальше и поражая другие органы и системы.

Эмфизема возникает из-за расширения бронхиол и разрушения перегородок между альвеолами. Характерные симптомы – одышка, кашель, увеличение в объеме грудной клетки.

**Общие факторы развития патологий грудной клетки**

1. Курение.
2. Переохлаждения.
3. Плохая экология.
4. Хронические заболевания.
5. Слабый иммунитет.
6. Стресс и эмоциональное перенапряжение.

**Профилактика заболеваний легких**

1. Длительные, пешие прогулки на свежем воздухе.
2. Избавление от пагубных привычек (курение).
3. Чистота и свежесть в помещениях, где Вы проводите большую часть времени (клещи и пыль провоцируют приступы удушья и спазмы, ухудшают работоспособность организма).
4. Избавление от аллергических факторов (вредные химические средства в виде порошка, чистящие и моющие средства).
5. Вакцинацию против туберкулёза и вакцинация пневмококковой или противогриппозной вакцинами.
6. Своевременное выявление и лечение всех форм ОРВИ.
7. Исследование новорождённых детей на наличие муковисцидоза (неонатальный скрининг); Неонатальный скрининг проводится на пять заболеваний, в том числе муковисцидоз.
8. Своевременное лечение инфекций и болезней внутренних органов.
9. Регулярные визиты к пульмонологу.
10. Ежегодное исследование лёгких при помощи метода флюорографии или рентгенографии.
11. Закаливание организма и умеренные физические нагрузки в соответствии с индивидуальными особенностями человека.

Такая простая профилактика поможет защитить Ваши дыхательные пути и оздоровить весь организм в целом.

Но, если болезнь уже настигла, не затягивайте с лечением. Срочно обращайтесь к врачу!

*Хорошо дышать – значит хорошо жить! ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ!*

УЗ «Дятловская ЦРБ» врач общей практики Сильчук И.И.