ПРО ЗДОРОВЬЕ

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ АСТМАТИКУ

11 декабря ежегодно отмечается Всемирный день борьбы с бронхиальной астмой. Что это за заболевание, можно ли его диагностировать и как лечить, рассказал главный внештатный специалист Департамента здравоохранения Владимирской области, врач-пульмонолог Игорь ПЕТРЯКОВ.

- Игорь Валерьевич, что же такое астма и много ли жителей Владимирской области страдают от этого недуга?

- Астма - это спазм бронхов, вызванный аллергической реакцией, который ведет к приступу затрудненного дыхания, одышке, в тяжелых случаях может угрожать жизни.

Если говорить о цифрах, то за девять месяцев текущего года в нашем регионе у 977 человек это заболевание выявлено впервые. В стационаре лечились 520 жителей области, 267 из них были доставлены туда скорой помощью, то есть с обострением астмы. В прошлом году за аналогичный период таких случаев насчитывалось 274, а общее количество стационарных больных тогда составило 576.

Всего же по области в настоящее время зарегистрировано порядка 24 тысяч человек, страдающих бронхиальной астмой.

- Каковы причины появления этого заболевания?

- Во-первых, это аллергическая реакция. Например, после контакта с едким веществом, таким как хлористая известь или густой пар аммиака, любой человек начнет задыхаться, у него потекут слезы, заложит нос. И это нормально. Но если подобная реакция возникает при общении с животными или во время цветения каких-либо растений, то это уже болезнь.

Вторая причина - наследственность. Предрасположенность к аллергии может долго не проявляться, иногда и всю жизнь. А может показать себя после тяжелых инфекций, вирусных заболеваний.

- Бытует мнение, что астма - «детское» заболевание: если человек не заболел до 15-16 лет, то риск того, что он заимеет этот недуг во взрослом возрасте, фактически равен нулю. Так ли это?

- Это не так. У детей астма действительно выявляется чаще. Однако во многих случаях - когда организм вырастает, изменяется гормональный фон - заболевание утихает. А бывает и наоборот, недуг проявляется в достаточно пожилом возрасте.

- Многие люди уверены, что если астму лечить гормонами, то делать это нужно только во время приступов. Так ли это?

- Те пациенты, прибывшие в стационар на «скорой», видимо, тоже придерживались этой точки зрения.

Действительно, с астмой борются при помощи кортикостероидных препаратов. Однако терапия «от случая к случаю» предполагает введение в организм большой дозы гормонов, что может оказать на него пагубное воздействие.

Гораздо безопаснее и эффективнее лечиться специальными ингаляторами. Благодаря им человек получает микропорции кортикостероидов, которые помогают поддерживать стабильное состояние бронхов.

- Можно ли астматику заниматься спортом?

- Нужно. Самый лучший вариант - плавание. Но будут полезны любые физические нагрузки. Мы знаем примеры норвежских лыжников, которые привозят с собой на олимпийские игры до трех тысяч доз ингаляторов, и это никого не удивляет. Если человек не задыхается постоянно, то и ограничений в спорте нет.

- Это заболевание излечимо?

- Астму, как и аллергию, нельзя вылечить полностью, но ее можно успокоить, проконтролировать и сделать так, чтобы она не давала обострений.

- Какие меры профилактики, направленные на снижение приступов бронхиальной астмы, существуют? И как снизить риск развития этого заболевания?

- На первом месте стоит лечение противоастматическими препаратами, назначенными врачом;

- стоит исключить высокоаллергенные продукты из повседневного рациона;

- отказаться от курения и алкоголя;

- не использовать синтетические подушки и одеяла;

- ограничить общение с домашними животными, в идеальном варианте не заводить их без совета аллерголога;

- регулярно убирать и проветривать дома;

- своевременно лечить ОРВИ в холодное время года;

- делать дыхательную гимнастику;

- принимать витаминные комплексы, назначенные вашим врачом.

ГБУЗ ОТ ВО «ОЦОЗ и МП»