



День легочного здоровья

Об опасности пневмонии



Этот день является днем пропаганды знаний и действий в области здоровья легких. Легкие являются главным органом дыхательной системы человеческого организма. К сожалению, в последнее время заболевания легких стали очень распространены и представляют большую угрозу жизни и здоровью человека. Болезни легких могут быть острыми и хроническими и вызываются как внешними, так и внутренними факторами.

Основные факторы, влияющие на здоровье легких:

- курение, в том числе пассивное
- ослабленная иммунная система
- экологическая обстановка
- бытовая химия

Выше перечисленные факторы приводят к таким заболеваниям как астма, туберкулез, бронхит, пневмония, хроническая обструктивная болезнь легких и рак легких.

Бронхит – заболевание, при котором в воспалительный процесс вовлечены бронхи.

Хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ) - объединяет в себя различные стадии обструктивной болезни легких и некоторых других патологий.

Туберкулез – заболевание, которое передается воздушно-капельным путем. Микобактерии поражают ткань легких, вызывают также туберкулез других органов и систем.

Астма – заболевание, во время которого становится трудно дышать из-за воспалительного процесса в бронхах. При отеке и сужении бронхов дыхательные пути перестают выполнять свою функцию, и человек начинает задыхаться.

Рак легкого – каждый год в мире это заболевание впервые диагностируют у миллиона пациентов.

Пневмония – это воспаление легочной ткани, как правило, инфекционного происхождения. Заболеть пневмонией можно в любом возрасте, но более уязвимы дети до пяти лет и пожилые люди.

Среди факторов риска развития пневмонии отмечается наличие у человека бронхиальной астмы, иммунодефицитных состояний, сахарного диабета, различных заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Тяжелые условия труда, недостаточное питание, низкий уровень жизни, неблагоприятные бытовые условия также являются факторами, провоцирующими пневмонию.

Следует насторожиться, если у вас или у вашего ребенка:

- на 3–5-й день от начала ОРВИ наступает резкое ухудшение самочувствия;
- наблюдается затянувшийся кашель и подъем температуры, при этом сильная слабость, повышенная потливость и выраженное общее недомогание;
- ощущение колющих болей в боку или спине, которые усиливаются при кашле и вдохе;
- отсутствие эффекта от приема традиционных жаропонижающих средств;
- ощущение нехватки воздуха при дыхании.

При появлении симптомов не занимайтесь самолечением, а обратитесь к врачу.

Профилактика пневмонии:

- иммунизация против заболеваний, способных привести к пневмонии;
- своевременное лечение простудных заболеваний;
- сбалансированное питание;
- закаливание;
- дыхательная гимнастика;
- отказ от вредных привычек, в том числе от курения;
- соблюдение режима труда и отдыха;
- своевременное лечение других заболеваний, способствующих развитию пневмонии.

Одна из причин пневмонии – пневмококковая инфекция. По крайней мере, наиболее частые случаи воспаления легких у детей до 2-х лет вызваны ею.

Существует вакцина от пневмококковой инфекции, которая проводится детям, а также взрослым из групп риска в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок.

Дыхание - основа самой жизни и здоровья, важнейшая функция и потребность! Здоровье легких – важнейшее условие для полноценной и счастливой жизни человека.

Будьте внимательны к своему здоровью! Помните, что легочные заболевания легче предотвратить, чем потом вылечить!

В случае возникновения нештатной ситуации санитарно-эпидемиологического характера для получения консультации и защиты своих прав вы можете обратиться в Единый консультационный центр Роспотребнадзора 8 800 555 49 43.

санпросвет

Информация подготовлена по материалам: <http://cgon.rospotrebnadzor.ru//>