

## Кто чаще всего страдает астмой

С 6 по 12 мая Минздрав РФ объявил днями сохранения здоровья легких. Среди болезней легких по распространенности бронхиальная астма занимает второе место. В Оренбургской области около 11 тыс. пациентов с бронхиальной астмой. А во всем мире более 348 млн пациентов страдают воспалением дыхательных путей.

Заведующая третьим отделением пульмонологии областной больницы №2 Анна Николаевна Боркина рассказала об основных факторах риска развития бронхиальной астмы.



### 1. Наличие аллергических заболеваний

Астма чаще развивается у людей, страдающих другими аллергическими заболеваниями, в частности аллергическими дерматитами и ринитом (сенной лихорадкой). Распространённость этого заболевания возрастает в условиях урбанизации, возможно, из-за воздействия множественных факторов, связанных с образом жизни.

### 2. Нарушения здоровья на раннем этапе жизни

Такие нарушения влияют на развитие лёгких и могут повышать риск астмы. К ним относятся низкая масса тела при рождении, недоношенность, воздействие табачного дыма и других источников загрязнения воздуха, а также вирусные респираторные инфекции.

### 3. Контакт с аллергенами

Риск астмы увеличивается при контакте с целым рядом аллергенов и раздражающих веществ, присутствующих в окружающей среде, в том числе при загрязнении воздуха в помещениях и атмосфере, присутствии клещей в домашней пыли, плесени, аллергенов домашних животных, аллергенов тараканов, грибковых аллергенов, пыльцы растений. А также при контакте с химическими веществами, выхлопными газами или пылью на производстве – озоном, диоксидами серы и азота, продуктами сгорания дизельного топлива.

### 4. Избыточная масса тела

Повышенному риску развития астмы подвергаются дети и взрослые с избыточной массой тела или ожирением.

### 5. Диета

Большое потребление продуктов высокой степени обработки, увеличенное поступление омега-6 полиненасыщенной жирной кислоты и сниженное

антиоксидантов (в виде фруктов и овощей) и омега-3 полиненасыщенной жирной кислоты (в составе жирных сортов рыбы) могут спровоцировать развитие астмы.

Чаще всего основными симптомами бронхиальной астмы являются кашель, хрипы, одышка и чувство сдавленности в груди. Они носят эпизодический характер и часто усугубляются в ночное время или во время физической нагрузки. Симптомы астмы могут усугубляться и под воздействием других распространенных провоцирующих факторов: вирусных инфекций (простуды), пыли, дыма, пара, изменения погоды, пыльцы трав и деревьев, шерсти животных и перьев птиц, сильно пахнущих мыла и духов.

У больных астмой, не получающих надлежащего лечения, могут развиваться нарушения сна, усталость в течение дня и низкая концентрация внимания. Если симптомы являются тяжелыми, людям может потребоваться неотложная медицинская помощь, и они могут быть помещены в больницу для лечения и мониторингового наблюдения. В наиболее тяжелых случаях астма может привести к смерти.

**Тяжёлый приступ бронхиальной астмы, отсутствие эффекта от терапии, нарушение сознания служат показанием к госпитализации – необходимо срочно вызвать скорую помощь.**