



## Международный «Астма-день»

### 1 мая – Международный «Астма-день»

Ежегодно в первый вторник мая по инициативе Всемирной организации здравоохранения проводится Международный «Астма-день». Его целью является привлечение внимания общественности всего мира к проблеме бронхиальной астмы. Распространение астмы и изменение ее прогноза специалисты однозначно связывают с урбанизацией, загрязнением почвы, воды, атмосферного воздуха отходами промышленности и бытовой химии.

**Бронхиальная астма** – это хроническое неинфекционное заболевание дыхательных путей воспалительного характера. Встречается как у взрослых, так и у детей. Астма нередко начинается в детстве или в юности, а значит, накладывает существенный отпечаток на судьбу молодого человека. Она может ограничивать профессиональный выбор, физические возможности, нарушать психологический статус. У серьезно болеющего человека существенно суживаются возможности для профессиональной и социальной деятельности.

Условно различают внутренние и внешние факторы риска бронхиальной астмы. Если хотя бы один из родителей страдает астмой, то вероятность появления астмы у ребенка гораздо выше, чем у человека со здоровыми родителями – это является **внутренним фактором риска**.

Бытовые аллергены (домашняя пыль), шерсть животных, перо птиц, аллергены тараканов, грибковые, пыльцевые, пищевые аллергены, курение (пассивное и активное) – всё это **внешние факторы риска**.

Но есть и **триггера (факторы, провоцирующие обострение астмы)**: вирусные респираторные инфекции, физическая и психоэмоциональная нагрузка, сильные стрессы, экологические воздействия (табачный дым, резкие запахи), непереносимые продукты, парфюмерия и т.п.

Во многих случаях началу приступа предшествуют **ранние симптомы-предвестники**: кашель, свистящее дыхание, стеснение в груди, чувство усталости, головная боль, раздражительность, сердцебиение, зуд, першение в горле, чихание.

**Для профилактики бронхиальной астмы следует придерживаться следующих рекомендаций:**

- используйте гипоаллергенную косметику;
- откажитесь от табакокурения (в том числе пассивного);
- создайте вокруг себя благоприятную экологическую обстановку (по возможности);
- поддерживайте чистоту в доме;
- устраните контакты с возможными аллергенами.

***В рамках проведения Международного «Астма-дня» будут работать «прямые» телефонные линии, на ваши вопросы ответят:***

***3 мая с 13:00 до 14:00 по телефону 6-54-35 врач общей практики (заведующий) отделения общей практики поликлиники УЗ «Речицкая ЦРБ» Шумская Марина Евгеньевна;***

***6 мая с 10:00 до 12:00 по телефону 9-13-55 врач педиатр ЦДП «Гармония» Хорошко Алла Владимировна.***

*Виктория Кохановская,  
заведующий отделением общественного здоровья  
ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»*