

Что такое ХОБЛ?

Хроническая обструктивная болезнь лёгких (ХОБЛ) — это хроническое воспалительное заболевание дыхательной системы.



ХОБЛ возникает под воздействием различных экологических факторов, главным из которых является табакокурение.

Заболевание характеризуется неуклонным прогрессированием и постепенным снижением функции лёгких с развитием хронической дыхательной недостаточности.

Причины ХОБЛ

курение (как активное, так и пассивное) — главный фактор развития заболевания;

вредные факторы производства — длительное воздействие пыли, паров кислот и щелочей, других химических частиц, содержащихся в воздухе. Наиболее часто ХОБЛ развивается у шахтёров, металлургов, шлифовщиков и полировщиков металлических изделий, электросварщиков, работников целлюлозно-бумажной промышленности и сельского хозяйства, где воздействие пылевых факторов наиболее агрессивно;

вредные факторы окружающей среды (например, дым в результате сжигания биоорганического топлива).



Симптомы ХОБЛ



1

Кашель со слизистой мокротой, чаще в утренние часы. В период обострения с присоединением инфекционного процесса увеличивается количество и качество (приобретает гнойный характер) мокроты, нарастает одышка.

2

Одышка: больным тяжелее выдохнуть, чем вдохнуть. На ранних стадиях одышка возникает при нагрузке, по мере прогрессирования заболевания беспокоит и в покое.

3

По мере прогрессирования заболевания присоединяются симптомы со стороны других органов и систем (сердечно-сосудистой системы, мышц, костей).



Что делать?

Совет № 1

Откажитесь от курения.

Следите за чистотой воздуха в своем доме, на работе, в местах отдыха.

Совет № 2

Совет № 3

Будьте физически активными, ходите пешком не менее 30 минут в день, подойдёт «скандинавская ходьба».

Правильно питайтесь.

Совет № 4

Совет № 5

Найдите новое хобби.

Центр медицинской профилактики РК
185000, г. Петрозаводск, ул. Свердлова, 20 и пр. Лесной, 40.
Телефоны: 8-963-745-68-32, 8-953-533-27-72.
e-mail: rk-2016@bk.ru

Всем пациентам, имеющим полис ОМС, помощь оказывается бесплатно!



Хроническая обструктивная болезнь лёгких

