



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ХАНТЫ-МАНСЙСКОГО
АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ



ХРОНИЧЕСКАЯ ОБСТРУКТИВНАЯ БОЛЕЗНЬ ЛЁГКИХ



Задумывались ли Вы, какой ценностью является возможность просто дышать? Просто – без всяких усилий. Около 16 вдохов и выдохов здоровый человек совершает за одну минуту, абсолютно не придавая этому никакого значения. Как не странно, но именно это и является недостижимой мечтой больного хронической обструктивной болезнью легких.

Хроническая обструктивная болезнь легких – занимает 4-е место в списке причин смертности на нашей планете и по праву считается самым наглядным последствием курения. А информированность людей о данной патологии оставляет желать лучшего. Это хроническое заболевание, при котором у человека развивается серьезное затруднение дыхания. Оно не излечимо и постоянно прогрессирует.

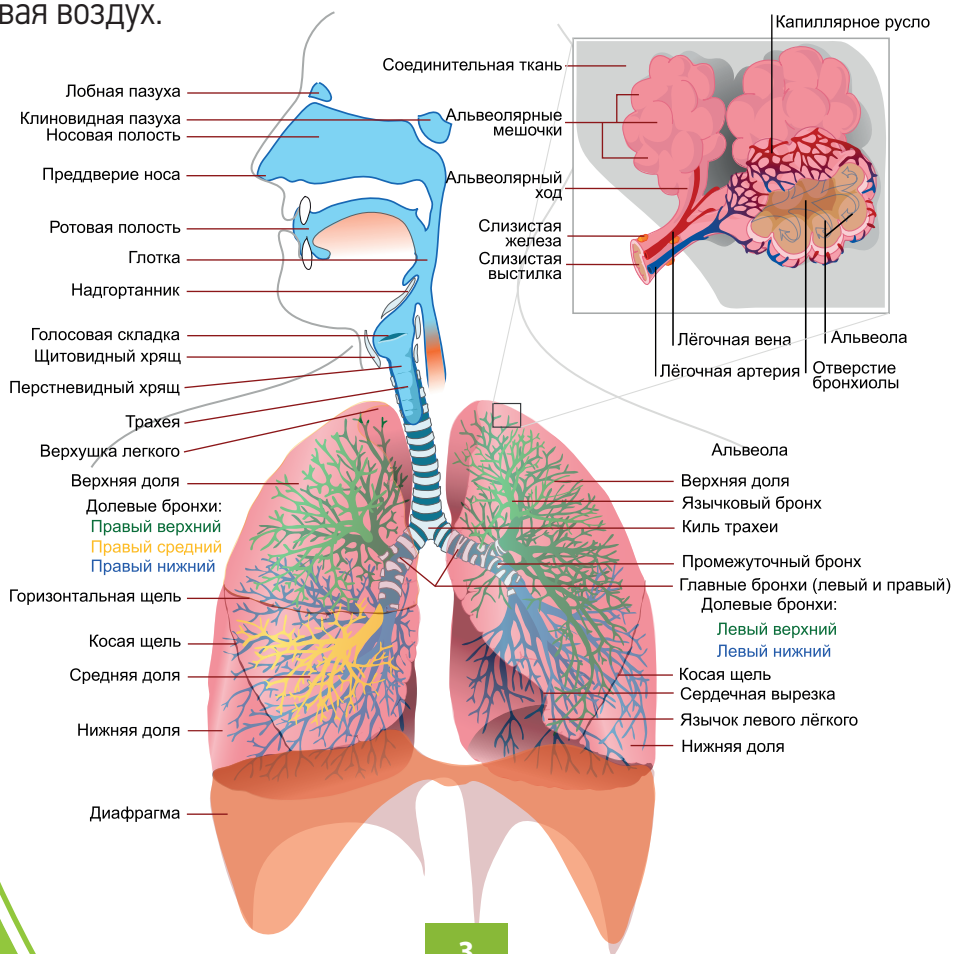
Что вызывает ХОБЛ?

80–90 процентов людей, страдающих ХОБЛ, либо курят, либо длительное время регулярно курили. Специалисты считают, что такой диагноз можно поставить каждому курильщику уже после пяти лет табакокурения. Гораздо реже встречаются другие причины развития обструктивной болезни легких: сильное загрязнение воздуха, вдыхание паров химикатов и пыли.

Как работают лёгкие?

Чтобы понять, почему развивается ХОБЛ, надо знать, как работают легкие. Система бронхов внутри легкого напоминает перевернутое вверх корнями дерево или соцветие брокколи. Вместо ее цветов – воздушные мешочки, называемые альвеолами. В их стенках происходит обмен кислорода и углекислого газа из легких в кровь и обратно.

И дыхательные пути, и **альвеолы** обладают упругостью – они могут расширяться при вдохе и сужаться при выдохе, выталкивая воздух.



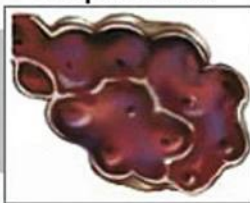
Что происходит при ХОБЛ?

Постоянное раздражение дыхательной системы человека табачным дымом или загрязненным воздухом приводит к хроническому воспалению. Возникающий вследствие этого склероз бронхов приводит к снижению эластичности стенок, а затем и сужению просвета бронхов. Это создает препятствие для прохождения воздуха. Из-за воздействия табачного дыма разрушаются перегородки между альвеолами (это называется эмфиземой). Разрушенные альвеолы объединяются между собой, образуя одну большую полость. Вследствие этого уменьшается площадь поверхности, на которой происходит обмен кислорода и углекислого газа. В результате дыхание человека становится более частым и тяжелым – появляется **одышка**.

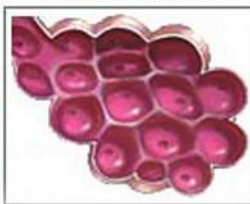
Большинство больных с ХОБЛ страдают и от хронического обструктивного бронхита, и от эмфиземы. Легкие таких больных похожи на черные сморщенные черносливины.



Альвеола с эфиземой



Вид нормальной альвеолы



Каковы симптомы ХОБЛ?

- Затрудненное дыхание
- Кашель, при котором выделяется много мокроты.
- Постоянное чувство усталости
- Частые инфекции дыхательных путей (грипп, ОРВИ и т.д.)

Иногда при ХОБЛ кашля практически не бывает. Но если присутствуют другие перечисленные выше симптомы, речь может идти о развитии эмфиземы легких.

Как протекает ХОБЛ?

ХОБЛ очень медленно прогрессирует, часто человек просто привыкает к своей физической ограниченности и максимально избегает любой физической нагрузки. У больного уменьшаются дыхательные объемы, что особенно заметно при быстрой ходьбе или другой нагрузке. Постоянное воспаление и застой мокроты способствует частым инфекционным заболеваниям дыхательных путей. Болезнь прогрессирует годами, нередко человек обращается за помощью из-за одышки и кашля уже с признаками инвалидности.

Основным методом диагностики является спирометрия (исследование функции внешнего дыхания). Спирометрию можно пройти в центре здоровья.

ХОБЛ **не лечится**. Если повреждения легких и дыхательных путей уже произошли, восстановить их функции невозможно. Можно только принять меры, чтобы замедлить развитие болезни.

**Лучший способ не заболеть ХОБЛ
или замедлить её развитие – не курить вообще
или бросить как можно раньше.**

Желающие бросить курить могут обратиться в кабинеты медицинской помощи при отказе от курения в медицинских организациях (информация о кабинетах на сайте www.cmphmao.ru в разделе «Здоровый образ жизни») или в Федеральный консультативный телефонный центр помощи в отказе от курения 8-800-200-0-200 по России звонок бесплатный.



*По материалам официального сайта
министерства здравоохранения
«Здоровая Россия» www.takzdorovo.ru*

БУ «Центр медицинской профилактики»
Адрес: г. Ханты-Мансийск, ул. Карла Маркса, 34
Web-сайт: www.cmphmao.ru
Тел.: +7 (3467) 318-466
2015 год