

# БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА У ВЗРОСЛЫХ



Бронхиальная астма – хроническое рецидивирующее заболевание, при котором преимущественно поражаются дыхательные пути. Характеризуется изменённой реактивностью бронхов. Обязательным признаком болезни является приступ удушья и астматический статус. В большинстве случаев дебют заболевания приходится на детский и юношеский возраст. Однако болезнь может начать развиваться в любом возрасте.

Пульмонологи индивидуально подбирают препараты для лечения каждого пациента. Терапию проводят лекарственными средствами, зарегистрированными в РФ, которые оказывают эффективное действие и обладают минимальным спектром побочных эффектов.

Бронхиальная астма характеризуется:

- Усиленной или неадекватной реакцией бронхов (гиперреактивностью) на аллерген;
- Чрезмерной продукцией бронхиального секрета;
- Хроническим и затяжным течением;
- Рецидивирующим (приступообразным) характером;
- Одышкой;
- Свистящими хрипами;
- Приступами сухого кашля.

Несмотря на многочисленные исследования, посвященные данной теме, проблема диагностики и лечения бронхиальной астмы остается до сих пор актуальной. Истинную распространенность и заболеваемость астмой трудно оценить. Это, вполне может быть связано с тем, что в разных странах используют определенные диагностические критерии, специфичные только для этого региона. Быстрая урбанизация, загрязнение окружающей среды, химизация сельского хозяйства и постоянное использование неорганических пищевых добавок – все это привело к стремительному росту аллергизации населения земного шара.

Основные причины развития заболевания

Бронхиальная астма – заболевание мультифакторное, то есть у него имеются разные причины развития – как внешние, так и внутренние. Традиционно, считается, что БА вызывается специфическим аллергенами:

Пищевыми (мед, цитрусы, орехи, бобовые, морепродукты, яйца)	Пыльцевыми
Грибковыми	Бытовыми (перьевые подушки, домашняя и библиотечная пыль)

Шерстью животных	Клещами
------------------	---------

Для того чтобы возникла гиперчувствительность трахеи и бронхов, количество аллергенов во время контакта с ними должно быть очень большим. В дальнейшем, если период сенсибилизации все же прошел, достаточно лишь малой части аллергена, чтобы наступил приступ бронхиальной астмы.

На втором месте после аллергенов находятся фармакологические агенты:

Нестероидные противовоспалительные средства	Бета-адреноблокаторы
Разные красители	Аспирин – это классический препарат, способный провоцировать острый бронхоспазм. Типичный приступ аспириновой БА сочетается с вазомоторным ринитом и риносинуситом

Факторы окружающей среды также

Четвертой причиной развития БА считаются производственные отходы.

Бронхоспазм может быть обусловлен воздействием многообразных соединений, используемых в промышленности:

1. Солей тяжелых металлов (никеля, хрома, платины);
2. Древесной и растительной пыли (кедра, дуба, какао);
3. Полимеров;

4. Бытовой химии;
5. Различных красок и растворителей.

Физическая нагрузка может провоцировать появление симптомов бронхоспазма и бронхообструкции. В механизме развития, при данном виде бронхиальной астмы, лежат температурные изменения, которые возникают в бронхах в результате усиления вентиляции и последующего охлаждения, и сухости вдыхаемого воздуха.

Кроме того, общеизвестным фактором является то, что психоэмоциональная лабильность может как усугубить, так и улучшить состояние больного. Это напрямую связано с изменением тонуса блуждающего нерва. Блуждающий нерв отвечает за двигательную активность гладких мышц трахеобронхиального дерева.

### **Профилактика приступов бронхиальной астмы**

Профилактика бронхиальной астмы бывает первичной и вторичной.

Первичная профилактика бронхиальной астмы направлена на предотвращение появления заболевания. Вторичная профилактика подразумевает комплекс мер, призванных облегчить самочувствие пациента, предотвратить острые приступы удушья, появление осложнений. Первичная профилактика бронхиальной астмы обязательно должна выполняться людьми, которые находятся в категории повышенного риска заболеть (в первую очередь детьми).

*В группу риска входят люди с:*

- генетической предрасположенностью к появлению аллергии;
- вторичным появлением крупа;
- перенесенными аллергиями в анамнезе;
- симптомами атопического дерматита;
- условиями труда, способствующими появлению заболевания (работа в пыльных помещениях, с химическими веществами, включая бытовые химсредства, парфюмерию);
- бронхообструктивным синдромом, проявляющем себя при острых респираторных вирусных инфекциях;

- вредной привычкой курения.

*Первичная профилактика бронхиальной астмы предусматривает следующие мероприятия:*

- закаливание и выполнение комплекса упражнений для физического оздоровления и укрепления иммунитета;
- умеренное использование аэрозольных средств в доме;
- правильное поведение беременных женщин для крепкого здоровья их будущего малыша;
- рациональное питание с минимальным употреблением продуктов, обладающих гистаминлибераторной и аллергенной активностью, исключение вредных профессиональных условий, отказ от курения, предупреждение появления ОРВИ и других заболеваний, употребление лекарственных препаратов строго по назначению лечащего врача, в последующем — кормление грудью;
- отказ от активного и пассивного курения;
- частые прогулки на свежем воздухе;
- проживание в местности с благоприятной экологической обстановкой;
- минимальный контакт с химическими средствами в домашнем обиходе.

## **Вторичная профилактика бронхиальной астмы**

*Вторичная профилактика приступов бронхиальной астмы основана на:*

- устранении хронических синуситов, инфекционных поражений дыхательной системы и других патологий;
- исключении контактов с аллергенами;
- достаточно частом выполнении влажной уборки места проживания;
- регулярном проветривании всех помещений и просушке постельного белья, подушек и одеял в мороз или жару на свежем воздухе;
- исключении предметов, склонных к накоплению пыли (ковры, старая мебель, паласы, мягкие игрушки);
- исключении взаимодействия с домашними питомцами или комнатными растениями, если они провоцируют приступы удушья;
- отказе от разведения домашних рыбок, сухой корм для которых часто провоцирует аллергические реакции;
- устранении очагов плесени дома, а также излишней влажности;
- выборе подушек с искусственными материалами для наполнения;

- исключении из рациона питания продуктов, признанных аллергенами;
- проведение комплекса мероприятий по предотвращению простудных заболеваний и ОРВИ;
- тщательном соблюдении личной гигиены;
- осторожном применении лекарственных препаратов;
- выполнении упражнений по дыхательной гимнастике;
- дополнительном укреплении иммунной защиты с помощью массажа, иглокалывания;
- отказе от вредных привычек.

Профилактика бронхиальной астмы также подразумевает санаторно-курортный отдых, четкое выполнение рекомендаций врача, своевременную [диагностику](#) при появлении первых признаков заболевания.