

Школа здоровья "Бронхиальная астма"



Бронхиальная астма - это хроническое инфекционно-аллергическое воспалительное заболевание дыхательных путей, которое характеризуется приступами одышки, затруднения дыхания и др.

При устранении аллергена и при адекватном лечении все симптомы проходят. Различают внешние и внутренние факторы, которые способствуют развитию астмы.

Аллергенами могут быть любые вещества: домашняя пыль, шерсть животных, продукты (мед, citrusовые, специи и др.), плесень, пыльца растений, предметы бытовой химии, лекарства, табачный дым и др.

Факторы риска

Существует прямая зависимость от наследственного фактора. Т.е. если в семье кто-то из родственников имеет диагноз бронхиальная астма, то у детей вероятность заболеть астмой очень высока. Помимо этого существует такой фактор, как повышенная чувствительность дыхательных путей, т.е. состояние, при котором просвет бронхов сужается слишком легко или слишком мощно в ответ на аллергены. Так же важным фактором является половая принадлежность больного. В детском возрасте мальчики болеют бронхиальной астмой чаще чем девочки. Однако во взрослом возрасте распространенность бронхиальной астмы среди женщин выше, чем среди мужчин.

Факторы, которые вызывают обострение бронхиальной астмы

К таким факторам относят: воздействие физической нагрузки, холодного воздуха, раздражающих газов, изменения погоды, эмоциональные нагрузки и стрессы. они не могут стать причиной бронхиальной астмы, однако если такой диагноз поставлен, они могут приводить к возникновению приступов.

Зная факторы возникновения бронхиальной астмы, можно избежать этого недуга!

Причины

Причины увеличения распространенности астмы в детском возрасте многообразны. Имеет значение среда как внутри жилища, так и вне дома, в особенности это касается аэроаллергенов, в частности, домашнего клеща. Наличие большого количества насекомых, например, зеленых мотыльков или тараканов, также может иметь отношение к астме. Важной причиной является климат, поскольку количество аллергенов тесно связано с климатической характеристикой местности: влажный и теплый климат благоприятствует размножению клещей и плесени.

Профилактика

Из питания бронхиальной астмой должны быть исключены пищевые продукты, являющиеся причиной болезни. Важным фактором профилактики лекарственной аллергии является полное исключение из применения лекарственных препаратов, использование которых вызывает приступы удушья или другие аллергические проявления.

Следует проводить ежедневную влажную уборку, устранить из жилых помещений ковры, мягкую мебель, ковровые дорожки. Книги должны находиться в застекленных шкафах или полках. Целесообразно ограничить использование дома синтетических моющих средств, бытовых химических аэрозолей.

Не следует содержать в доме животных, птиц, аквариумы. У больных с выявленной сенсibilизацией к аллергенам пера птиц рекомендуется в качестве набивного материала в подушках использовать синтепон или аналогичные материалы.

Дети, больные бронхиальной астмой, нуждаются в постоянном для контроля над течением заболевания и оценки эффективности проводимой терапии.

Регулярность наблюдения зависит от тяжести периода заболевания.

План мероприятия оздоровительного школы здоровья «Артериальная гипертония»

№	Наименование мероприятий	Сроки проведения	Ответственные исполнители
1.	Ознокмление с планом школы здоровья, провести тренинг «Знакомство» среди участников	Январь	психологи
2.	Провести лекцию на тему: «Почему возникает приступ бронхиальной астмы? Аллергия и бронхиальная астма»	Февраль	Аймақтық дәрігер
3.	Провести психологический тренинг среди участников школы здоровья «Эффективное общение»	Март	Психологи
4.	Провести занятия по теме: «Здоровое питание, пирамида питания и объемы	Апрель	Уч.врач , уч.медсестра Насрединова А,

	порций»		Медсестра ЗОЖ Жанысова А.О.
5.	Провести обучающий семинар по теме: «Научить участников пользоваться пиклоуметром, дозированным ингалятором и спейсером»	Май	уч.медсестра Насрединова А.А.
6.	Провести психологический тренинг по теме: «Профилактика стрессов и привитие навыков по стрессоустойчивости»	Июнь	Психологи
7.	Провести лекцию о соблюдение здоровый образ жизни и заниматься физической активности	Июль	Уч.врач, уч.медсестра Медсестра ЗОЖ
8.	Ознакомить членов школы социальной услуги поликлиники	Август	Соц.работники
9.	Наблюдать и контролировать состояния здоровья пациентов группа риска	В течение года	Врач кардиолог, уч.врачи,уч.медсестры.
10.	Обеспечить пациентов информационно-образовательными материалами	В течение года	Врач кардиолог, уч.врачи,уч.медсестры, медсестра ЗОЖ
11.	Подготовить и сдать отчет о проведение школа здоровья БА	В конце года	Медсестра ЗОЖ





