

БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

ОРВИ / ОРЗ

хронический
бронхит

пневмония

бронхиальная
астма

эмфизема

рак легких

ОРВИ – ОДНИ ИЗ САМЫХ ЧАСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

Острые респираторные вирусные заболевания – ряд заболеваний преимущественно верхних дыхательных путей, вызываемых вирусами

Проявления ОРВИ:

слабость, недомогание, головная боль

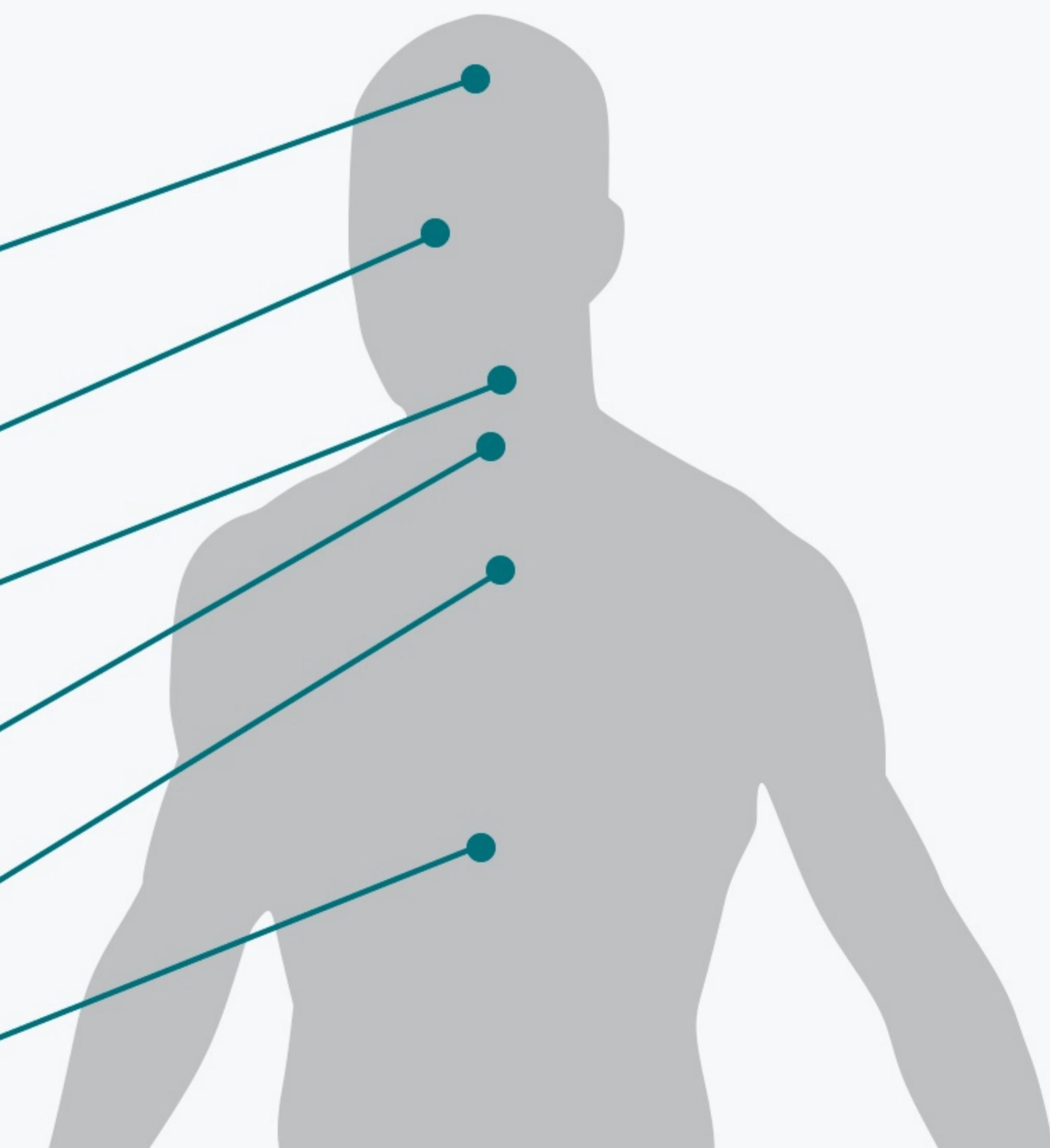
насморк

боль в горле

осиплость или потеря голоса

кашель

повышение температуры тела



ПРОФИЛАКТИКА ОРВИ

- 1)** Избегайте переохлаждений. Особенno важно держать в тепле ноги и не вдыхать воздух открытым ртом в холодную погоду. Не следует долго находиться под прямым потоком воздуха вблизи кондиционера и на сквозняках
- 2)** Избегайте тесного контакта с больным ОРВИ
- 3)** Носите маски в общественных местах
- 4)** Промывайте нос и рот водой после посещения общественных мест

**ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ ОРВИ
РЕКОМЕНДУЕТСЯ ОБРАЩАТЬСЯ ЗА МЕДПОМОЩЬЮ
В ПОЛИКЛИНИКУ ИЛИ ВЫЗВАТЬ ВРАЧА НА ДОМ
(ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ СВЫШЕ 38,5°С). НЕ СЛЕДУЕТ
ЗАНИМАТЬСЯ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

ЧТО ТАКОЕ ХОБЛ?

ХРОНИЧЕСКАЯ ОБСТРУКТИВНАЯ БОЛЕЗНЬ ЛЕГКИХ – ЭТО ЗАБОЛЕВАНИЕ, ПРИ КОТОРОМ НАРУШАЕТСЯ ПРОХОЖДЕНИЕ ВОЗДУХА ПО БРОНХАМ И ПОПАДАНИЕ КИСЛОРОДА И ЛЁГКОГО В КРОВЬ

ХОБЛ выявляют на основании симптомов болезни (в первую очередь, **одышка, а также кашель и отхождение мокроты**), исследования функции легких (снижение скорости прохождения воздуха по бронхам при спирометрии), а также некоторых других исследований



КУРЕНИЕ – ГЛАВНЫЙ ФАКТОР РИСКА И ПРИЧИНА РАЗВИТИЯ ХОБЛ

Табачный дым содержит никотин, раздражающие и канцерогенные вещества, которые вызывают воспаление, **разрушающее ткани лёгких и бронхов**

Использование любых средств доставки никотина представляет потенциальную угрозу для здоровья и увеличивает риск развития заболеваний дыхательной системы

А длительный стаж пассивного курения
приводит к повреждению лёгких.

ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ – ГЛАВНЫЙ ПРИНЦИП ЛЕЧЕНИЯ ХОБЛ!

ПНЕВМОНИЯ: КАК РАСПОЗНАТЬ?

Пневмония – острое заболевание, при котором в лёгких развивается воспаление. Оно вызывается микроорганизмами (возбудителями), чаще всего бактериями (пневмококк, микоплазма и др.) и вирусами (грипп, коронавирус и др.)

Главные симптомы пневмонии:

- кашель и мокрота
- боль в груди при кашле, дыхании
- повышение температуры тела (обычно выше 38°C), озноб
- слабость, повышенная утомляемость
- сильное потоотделение по ночам

Развитию пневмонии могут предшествовать симптомы простуды (боль в горле, насморк и др.).

ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

- 1)** Откажитесь от вредных привычек (курение, употребление алкоголя)
- 2)** Занимайтесь физической нагрузкой и проводите больше времени на природе
- 3)** Соблюдайте принципы здорового питания
- 4)** Регулярно проходите профилактические осмотры и диспансеризацию

Вакцинация позволяет не только предотвратить развитие заболеваний, но и справляться с особенно тяжёлыми случаями. **Крайне важно проходить вакцинацию от COVID-19, гриппа и пневмококковой инфекции.**

**СОХРАНИМ
ЗДОРОВЬЕ
ЛЁГКИХ!**



12 ноября

**ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ
БОРЬБЫ С ПНЕВМОНИЕЙ**