

Школа бронхиальной астмы





Цели:

- Дать пациенту представление о бронхиальной астме
- Повышение эффективности лечения
- Контроль за течением болезни путем обучения пациента



План занятия:

1. Анатомия дыхательных путей
2. Причины возникновения бронхиальной астмы
3. Как развивается бронхоспазм?
4. Симптомы
5. Что такое пикфлоуметр?
6. Что такое спирометрия?
7. Лечение
8. Профилактика

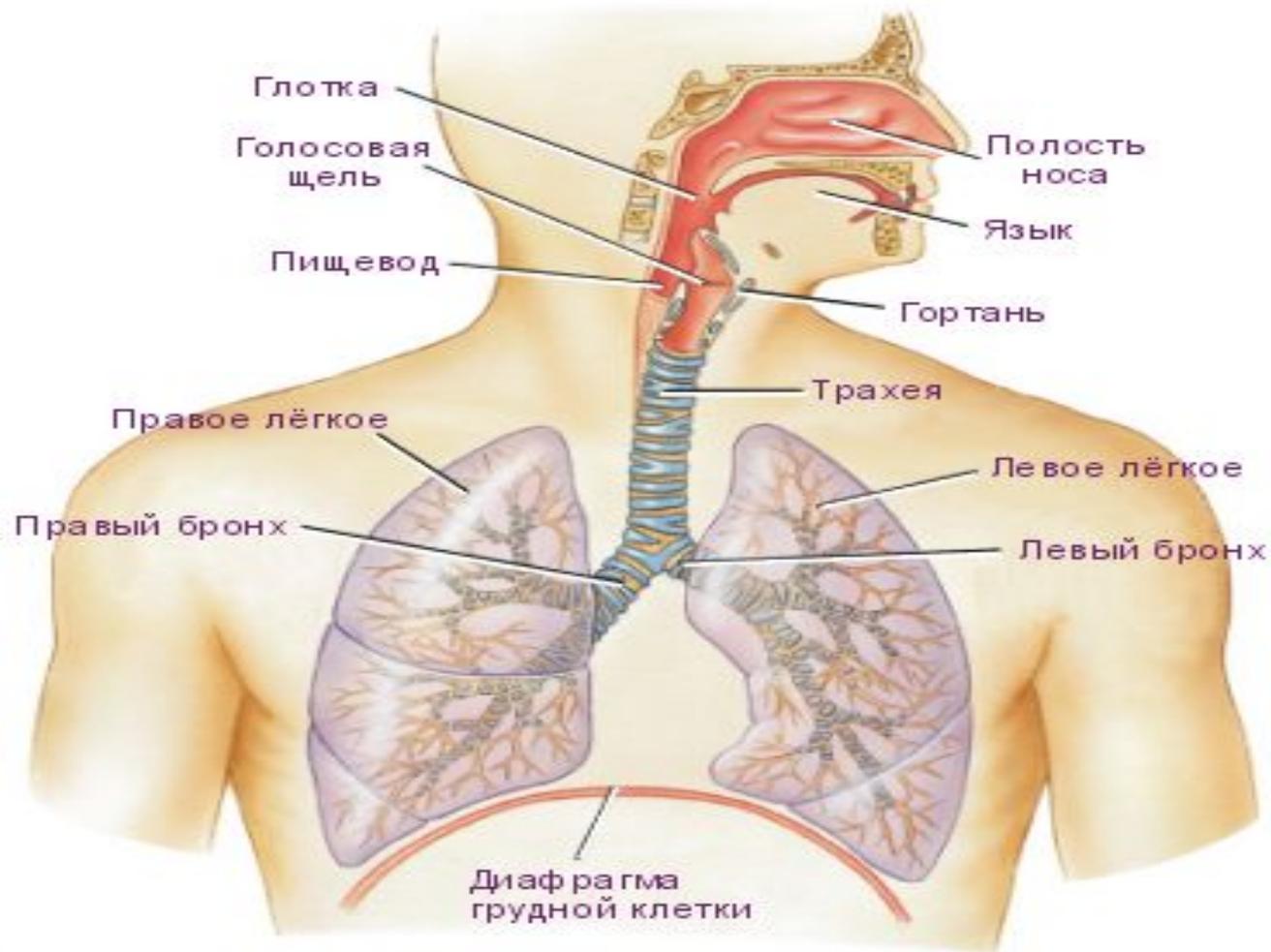




Методы информирования

1. Теоретический материал
2. Видеоматериалы
3. Наглядные муляжи
4. Плацебо препараты

Как устроена дыхательная система?





Что такое бронхиальная астма?

- **Хроническое** воспалительное заболевание бронхов , при котором периодически возникает **обратимое** сужение дыхательных путей- бронхоспазм .

Причины возникновения астмы

АЛЛЕРГЕНЫ



Шерсть и перхоть животных



Клещ домашней пыли



Тараканы



Пыльцевые аллергены



Продукты питания



Профессиональные аллергены



Грибки, плесень

ПРОВОКАТОРЫ



Курение



Физическая нагрузка



Загрязнение окружающей среды



Респираторные инфекции



Метеофакторы



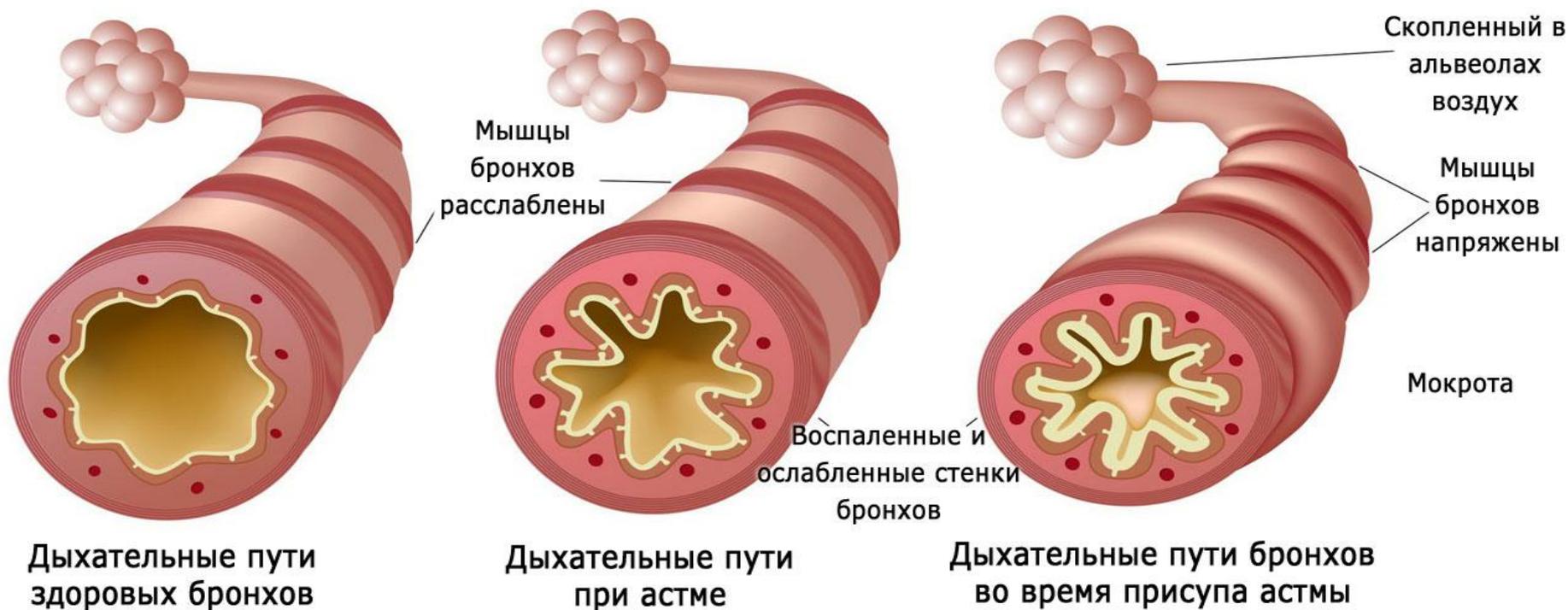
Лекарства

Сфинкс



Как развивается бронхоспазм?

Бронхиальная астма



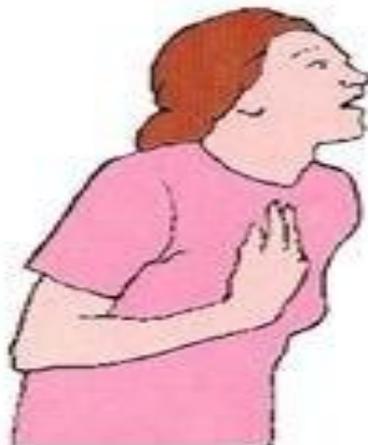
СИМПТОМЫ



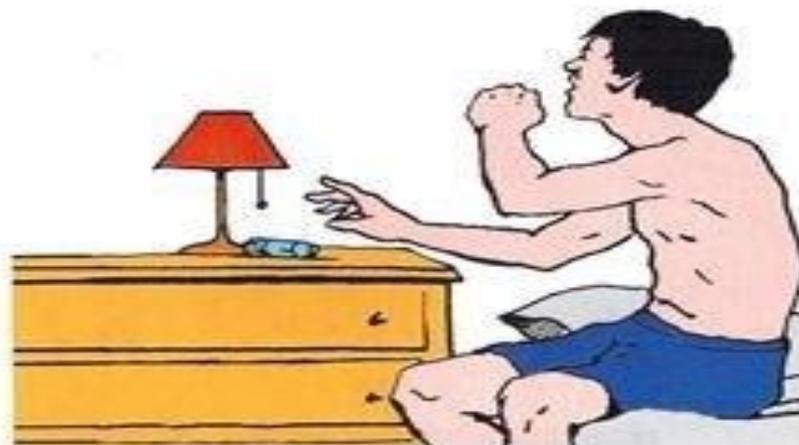
Заложенность в груди



Кашель



Удушье



Ночные пробуждения из-за кашля или затрудненного дыхания



Что такое обострение астмы?



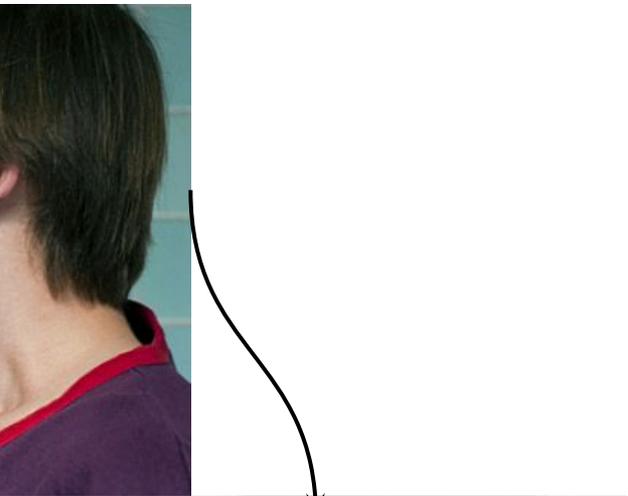
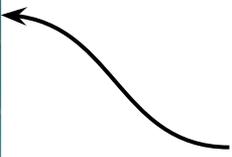
- **Кашель***
- **Одышка**
- **Эпизоды хрипов**
- **Дискомфорт в грудной клетке**

Усиление □!!!

Что такое пикфлоуметр

Прибор позволяющий оценить, с какой скоростью человек может выдохнуть воздух, и таким образом оценить степень сужения дыхательных путей.







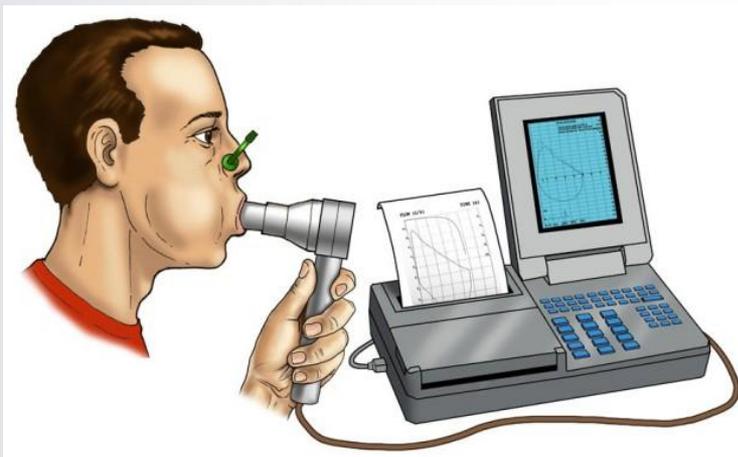
Дневник самоконтроля

- Самоконтроль необходим для того, чтобы Вы могли вовремя распознать обострение и предупредить его дальнейшее развитие. ведение дневника самоконтроля и пикфлоуметрии поможет вашему врачу объективно оценить ваше состояние и правильно скорректировать проводимую терапию.

Дата															
	Утро	Вечер	Утро	Вечер	Утро	Вечер	Утро	Вечер	Утро	Вечер	Утро	Вечер	Утро	Вечер	
700															700
600															600
500															500
400															400
300															300
200															200
100															100
	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье		
Проявления астмы															
Заметки															

Спирометрия

- Исследование функции внешнего дыхания



- Принципиально важное исследования для более раннего выявления заболевания, соответственно и более раннего и адекватного назначения необходимой схемы лечения.



Основные моменты

- Исследование проводится натощак
- Перед исследованием необходим отдых в положении сидя в течение 15 минут
- Одежда должна быть свободной
- Не надо пользоваться ингаляционными бронхорасширяющими препаратами в течение 8 часов
- Не надо принимать кофе, чай и иные кофеинсодержащие напитки и препараты в течение 8 часов



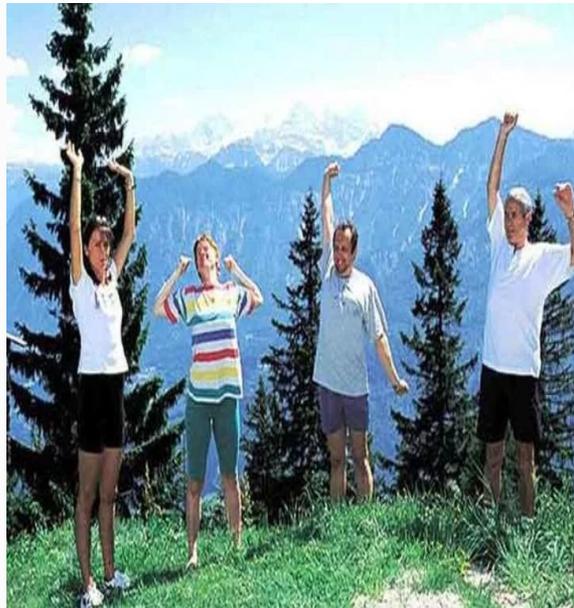


Лечение бронхиальной астмы

- Немедикаментозное лечение
- Медикаментозное лечение
 - а) симптоматическое лечение
 - б) основное лечение

Немедикаментозное лечение

- Гипоаллергенная диета: отказ от любых продуктов, провоцирующих аллергию.
- Санаторно-курортное лечение



Пищевая аллергия – основные аллергенные продукты
(которые вызывают аллергические реакции):



Вишня



Молоко



Соя



Сухофрукты



Клубника



Яйца



Ракообразные



Сельдерей



Пшеница



Диета при астме

Ограничить потребление:

- Соль
- Специи, уксус
- Соленые, копченые продукты
- Цитрусовые, ананасы, манго

• Рекомендуется:

- Молочные продукты
- отварное или приготовленное на пару мясо;
- овощные и фруктовые салаты;
- отвары из овса и шиповника;
- фрукты





Медикаментозное лечение лечение

Базисное лечение-
основное лечение , которое
проводится **постоянно** ,
непрерывно

Неотложное лечение-
ситуационное лечение,
проводится **при приступах**
удушья.



Бронхорасширяющие препараты

Бета 2 агонисты короткого действия

Препараты неотложной помощи: Сальбутамол, Фенотерол, (Вентолин, Асталин, Беродуал)

В течении 5 минут расширяет бронхи при удушии, расслабляя гладкомышечные клетки бронхов.

Действует в течении 6 часов

Показания к применению:

- приступы удушья
- перед выходом на улицу в холодную погоду
- Перед физической нагрузкой
- Побочные эффекты: учащение сердцебиения



Бронхорасширяющие препараты

Бета 2 агонисты длительного действия

- Препараты основного(базисного) лечения:
Формотерол, Сальметерол.

В течении 20 минут оказывает
бронхорасширяющий эффект ,который
длится в течении 12 часов.

Показания к применению: основное лечение
бронхиальной астмы и ХОБЛ



Глюкокортикостероиды

- Препараты базисного лечения бронхиальной астмы: флутиказон, будесонид, беклометазон.
- Принимаются постоянно в обязательном порядке.
- Снимают хроническое воспаление бронхов, тем самым устраняют приступы удушья, одышку, кашель.



Противовоспалительные препараты

Глюкокортикостероиды

Таблетки

Принимаются при тяжелых обострениях астмы.

Преимущества: оказывает быстрый системный противовоспалительный эффект.

Недостатки: приводит к язвенной болезни желудка, остеопорозу

Инфузии

Принимаются при тяжелых обострениях астмы.

Преимущества: оказывает быстрый системный противовоспалительный эффект.

Недостатки: приводит к язвенной болезни желудка, остеопорозу

Ингаляции

Принимаются постоянно в независимости от обострений.

Преимущества: оказывает **только местный** противовоспалительный эффект.

Недостатки: кандидоз полости рта





Меры профилактики астмы

- Полный отказ от курения
- Своевременно лечить респираторные инфекции
- Частая влажная уборка жилого помещения и проветривание
- Исключение предметов интерьера накапливающих пыль
- Исключение контакта с домашними животными (кошки, собаки..)
- Исключение из рациона питания высокоаллергенных продуктов



- Соблюдать правила личной гигиены
- Пользоваться гипоаллергенными моющими средствами
- Здоровое и правильное питание с минимальным количеством пищевых добавок
- Принимать лекарственные средства только после консультации с врачом







«И самое лучшее лекарство
не поможет больному, если он
отказывается его принять»

М.
Сервантес

