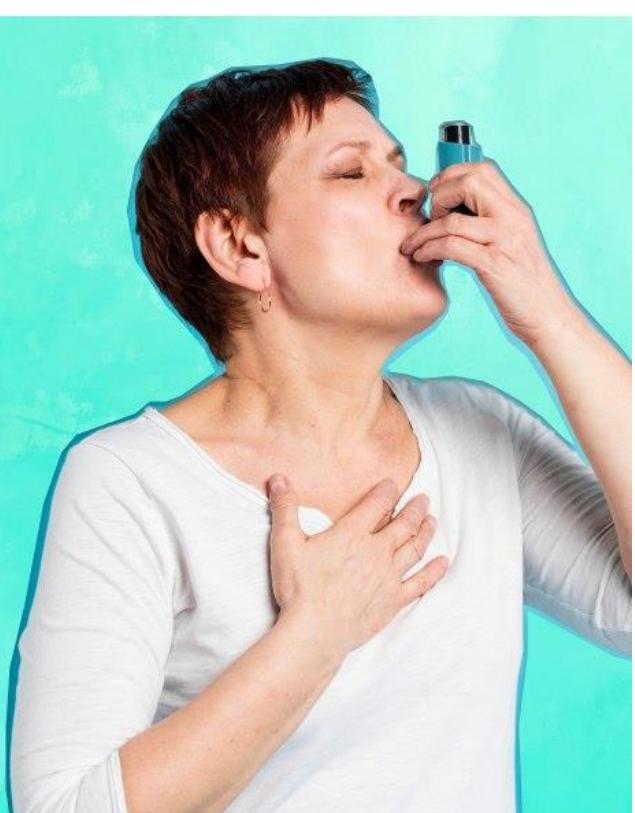




# БРОНХИАЛЬНАЯ **АСТМА -**

хроническое воспалительное заболевание дыхательных путей, проявляющееся приступами одышки, которые зачастую сопровождаются кашлем и могут перерастать в приступы удушья.





# АЛЛЕРГИЯ

повышенная  
чувствительность  
организма  
к какому-либо  
веществу.





ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ  
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК



# ПРИЧИННЫМИ ФАКТОРАМИ



бронхиальной астмы  
и аллергии могут быть  
растения, цветы, деревья,  
травы, домашняя пыль,  
продукты питания, бытовые  
и производственные  
химические препараты,  
лекарственные препараты,  
даже перхоть и слюна  
животных.



# АСТМА И АЛЛЕРГИЯ ФАКТОРЫ РИСКА



- 💡 курение (активное и пассивное), особенно в детском возрасте и во время беременности;
- 💡 приём медикаментов, воздействие химических веществ и употребление аллергенных продуктов питания во время беременности;
- 💡 неконтролируемый приём гормональных контрацептивов и антибиотиков;
- 💡 преобладание в питании продуктов с синтетическими добавками;
- 💡 стрессы и неблагоприятные факторы окружающей среды.



# КАК ЗАЩИТЬСЯ

- Избегайте пищевых продуктов и лекарственных веществ, вызывающих у вас аллергию;
- Не держите в доме животных: аллергены животных обнаруживаются в помещении еще в течение 6 месяцев;
- Избегайте вещей, способных накапливать пыль. Вещи, от которых нельзя избавиться, должны быть накрыты чехлами;
- Используйте мебель, которую можно вытираять;





# КАК ЗАЩИТЬСЯ

- Стирайте постельное белье в горячей воде** (выше 60 °C) не реже 1 раза в 2 недели;
- Влажная уборка** в доме должна проводиться ежедневно;
- Во время уборки** больному бронхиальной астмой предпочтительней находиться в другом помещении или на улице;
- Используйте вытяжку** над газовой печкой в период приготовления пищи;
- Избегайте контакта** с сигаретным дымом и лакокрасочными изделиями.



**ПРИ НАЛИЧИИ СИМПТОМОВ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ НУЖНО ОБРАТИТЬСЯ К ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ**