

Что такое хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ)?

(Памятка для населения)

Казалось бы, давно избавился от очередной простуды, а кашель все сохраняется и мешает чувствовать себя здоровым человеком. Что это? Астма, бронхит, что-то еще? Окружающие начинают пугать различными диагнозами..... А, может быть, вы курите и кашель появляется тогда без всякой простуды?..

В России насчитывается около 11 миллионов больных ХОБЛ. В настоящее время эта болезнь занимает 5 место среди причин смертности в мире. От ХОБЛ умирает в 2,2 раза больше людей, чем от рака легких.

Как все начинается? С хронического кашля, преимущественно по утрам, с небольшим количеством мокроты. На кашель и мокроту человек часто не обращает внимания и не чувствует себя больным. Однако спустя некоторое время, постепенно появляется одышка: сначала при подъеме на пятый этаж, потом – на третий, а затем – даже при подъеме на две ступеньки.

Что же произошло? Симптомы указывают на болезнь, которая сопровождается сужением бронхов и является не просто бронхитом, а **хронической обструктивной болезнью легких**. Это значит, что болезнь поражает не только бронхи, но и легочную ткань.

Каковы причины? Одной из основных причин является курение (как активное, так и пассивное). Чем больше и дольше человек курит, тем выше риск заболеть хронической обструктивной болезнью легких. ХОБЛ подвержены и жители мегаполисов (за счет загрязнения атмосферного воздуха), и домохозяйки (вследствие загрязнения воздуха внутри помещений) и люди, имеющие профессиональные вредности в виде воздействия на них пыли и химических веществ на рабочих местах. Также развитию ХОБЛ способствуют частые инфекции дыхательных путей.

Что происходит в бронхах и легких при ХОБЛ? Длительное воздействие вредных факторов, таких как табачный дым, приводит к сужению бронхов за счет отека, спазма и повышенной выработки слизи. Развиваются необратимые воспалительные изменения стенки бронхов, повышенная воздушность легкого (эмфизема), нарушаются механизмы защиты бронхов от инфекции.

Если к хроническому кашлю присоединилась одышка, и она постепенно нарастает, то вам необходимо как можно быстрее обратиться к врачу, пульмонологу или терапевту.

Как узнать: злостный ли вы курильщик? ИНДЕКС курящего человека (ИКЧ) = количество сигарет, выкуренных в день × 12. Если ИКЧ больше 120, то риск легочных заболеваний велик. Если ИКЧ больше 200, то вы — злостный курильщик и кандидат на диагноз: **ХРОНИЧЕСКАЯ ОБСТРУКТИВНАЯ БОЛЕЗНЬ ЛЕГКИХ**