

Бронхиальная астма Что делать?

Памятка для пациента

Дыхательные пути человека – какие они?

- ◆ Дыхательная система состоит из **дыхательных путей и легких**.
- ◆ Дыхательные пути подразделяют на верхние и нижние.
- ◆ Верхние: полость носа, носовая и ротовая части глотки.
- ◆ Нижние: гортань, трахея и бронхи.

Бронхиальная астма – что это?

- ◆ Бронхиальная астма (БА) – заболевание, при котором **в бронхах** происходит **НЕ инфекционное воспаление**.
- ◆ Это воспаление возникает чаще всего в результате **контакта с аллергенами или раздражающими агентами** (в том числе, профессиональными факторами).
- ◆ **В результате** воспаления выделяются вещества, которые приводит к **спазму бронхов, их отеку, накоплению слизи**.

Аллергены, которые могут вызывать бронхиальную астму

- ◆ шерсть, перхоть и слюна животных,
- ◆ пыльца растений,
- ◆ домашняя пыль,
- ◆ грибки (споры плесеней),
- ◆ профессиональные аллергены,
- ◆ пищевые продукты и пищевые добавки.

Когда впервые появляется заболевание?

БА развивается чаще в детстве или у подростков, однако может начаться в любом возрасте.

Как протекает заболевание?

◆ **Симптомы:**

- кашель (преимущественно в ночное время и при физической нагрузке),
- одышка (изменения частоты дыхания),
- повторные эпизоды затрудненного дыхания,
- чувство сдавления (стеснения) в груди,
- повторяющиеся эпизоды свистящего дыхания (особенно на выдохе).

◆ Эти симптомы могут усиливаться ночью и/или ранним утром.

◆ Бронхиальной астме часто сопутствует аллергический насморк (ринит), который возникает из-за аллергического воспаления в слизистой оболочке носа.

Какие исследования назначает врач?

Врач ставит диагноз по рассказам пациента о своих ощущениях, на основании осмотра, а также ряда исследований.

Исследования (конкретный план необходимых пациенту исследований определяет врач):

- ◆ **Спирометрия** (оценка функции легких) - выявляет сужение бронхов. Может быть назначена и после начала применения бронхорасширяющих препаратов для оценки эффективности.
- ◆ Бронходилатационный тест.
- ◆ Тесты на выявление бронхиальной гиперреактивности (БГР) – бронхоконстрикторные тесты.
- ◆ Бронхоконстрикторный тест с физической нагрузкой (при подозрении на «астму физического усилия»).
- ◆ Мониторирование исследований пиковой скорости выдоха (ПСВ) с помощью пикфлоуметра (при невозможности провести спирометрию).
- ◆ Специфическое аллергологическое обследование.
- ◆ Лабораторные исследования:
 - Общий развернутый (клинический) анализ крови
 - общий иммуноглобулин Е в крови (при первичной диагностике и в процессе наблюдения).

Пикфлоуметрия

- ◆ Это определение пиковой скорости выдоха ПСВ – максимальной скоростью, с которой воздух может проходить через дыхательные пути во время максимального быстрого выдоха после максимально глубокого вдоха.
- ◆ Это важный и простой метод диагностики и последующего контроля бронхиальной астмы (оценка ответа на терапию, анализ провоцирующих факторов, составление индивидуального плана действий).

Аллергологическое тестирование и анализ крови

- ◆ Аллергологическое тестирование - выявление аллергена, на который человек реагирует
- ◆ Анализ крови может показать повышение количества клеток под названием эозинофилы, что подтвердит аллергический характер процесса.
- ◆ Иногда в крови определяют иммуноглобулин E, который повышается при аллергических заболеваниях. Возможно определение также специфического иммуноглобулина E – белка, специальным образом настроенного на взаимодействие с аллергеном.

Цели лечения

Главная **цель лечения** астмы - **достижение контроля над заболеванием**, который складывается из:

- наблюдения за симптомами
- регулирования факторов риска неблагоприятных исходов
- обеспечения хорошего уровня физической активности
- минимизации риска обострений
- уменьшения возникновения побочных эффектов от лечения
- предупреждения формирования фиксированной бронхиальной обструкции.

Лечение астмы должно представлять собой **непрерывный процесс**, включающий:

- ◆ оценку состояния больного
- ◆ обязательный контроль ответа на проводимое лечение - отслеживание степени выраженности симптомов бронхиальной астмы у больного - до какой степени они были уменьшены или устранены путем терапии.
- ◆ своевременную коррекцию терапии (медикаментозную и немедикаментозную)

С помощью современных методов лечения можно контролировать симптомы астмы и жить полноценной жизнью!

Как лечат бронхиальную астму?

Лечение астмы включать в себя не только медикаментозную терапию, это должен быть комплексный подход.

◆ Ограничения контактов с виновным аллергеном:

- Рекомендуется исключить контакт с домашними животными, сухим кормом для рыбок,
- Постельные принадлежности нужно использовать только синтетические (пух, перо, шерсть, вата должны быть исключены),
- Не держать цветы в горшках с открытой землей,
- Пыль: убрать ковры, книги держать под стеклом, а пылесос использовать только с фильтром HEPA. Во время уборки человеку, страдающему аллергией к домашней пыли, следует уходить из помещения или надевать маску.
- Болеющему бронхиальной астмой следует обсудить со специалистом возможность профессиональной вредности на рабочем месте.

◆ Общие мероприятия по укреплению здоровья:

- Отказаться от курения,
- Снизить избыточный вес,
- Регулярные физические тренировки,
- Профилактическая противогриппозная вакцинация (исключение сопутствующей патологии, которая может ухудшить течение астмы).

◆ **Медикаментозная терапия.** Терапия подбирается путем ступенчатого подхода в соответствии с уровнем контроля.

Медикаментозная терапия

- ◆ Основная задача лечения астмы – достижение **контроля** над болезнью при применении **наименьшего возможного количества лекарственных препаратов**.
- ◆ Лекарственное лечение бронхиальной астмы **назначает врач** – оно состоит из бронхорасширяющих препаратов и средств, подавляющих аллергическое воспаление. В том числе ингаляционные «гормоны» и комбинированные препараты
- ◆ Терапия подбирается путем ступенчатого подхода в соответствии с уровнем контроля: **оценка** состояния пациента производится приблизительно **через 1-2 месяца** стартовой терапии, а далее – каждые 3-12 месяцев. На каждом этапе терапия может быть, как усилена, так и уменьшена.
- ◆ В качестве препаратов скорой помощи, применяющихся по потребности, используют аэрозоли, содержащие быстродействующие бронхорасширяющие лекарства (препараты для лечения обструктивных заболеваний лёгких).

Ингаляционные «гормоны»

- ◆ В качестве лечебных, противовоспалительных препаратов применяют **ингаляционные глюкокортикостероиды (ингаляционные «гормоны»)**.
- ◆ Они являются основными средствами для лечения бронхиальной астмы, которые **эффективно подавляют аллергическое воспаление** в бронхах.
- ◆ Ингаляционные «гормоны» **безопасны** и не вызывают каких-либо значимых осложнений.
- ◆ Основными неприятностями при их применении являются осиплость голоса и «молочница» во рту.
- ◆ Для профилактики рекомендуется полоскание рта и горла каждый раз после ингаляции таких лекарств.
- ◆ Ингаляционные «гормоны» применяются ежедневно и очень долго.
- ◆ Они выпускаются в виде аэрозоля и в виде порошков, упакованных в капсулы или в ингалятор.

Комбинированные препараты

- ◆ Как дополнение к ингаляционным «гормонам», **для усиления их действия**, применяются также бронхорасширяющие препараты (препараты для лечения обструктивных заболеваний лёгких) 12-ти или 24-х часового действия.
- ◆ Комбинации ингаляционных глюкокортикостероидов и таких препаратов помогают более эффективно справиться с болезнью.
- ◆ **Существуют ингаляторы, которые содержат сразу два таких лекарства.** Врач может посоветовать некоторые из таких ингаляторов применять **как базисное лечение, а также как препарат скорой помощи** по потребности, так называемая терапия единым ингалятором.
- ◆ Такое назначение позволяет справиться с болезнью, которая плохо поддается лечению при применении традиционных схем дозирования.

Что делать, если болезнь плохо поддается базисному лечению?

- ◆ В некоторых случаях врач дополнительно назначает противовоспалительные препараты, а в особо тяжелых – добавляют иные бронхорасширяющие средства.
- ◆ При упорных случаях болезни врач может назначить консультацию специалиста, занимающегося особым видом лечения, позволяющим бороться с иммуноглобулином E путем введения моноклональных антител.
- ◆ Врач-аллерголог-иммунолог, выявив аллергию, может назначить аллергенспецифическую иммунотерапию, когда в виде инъекций под кожу или в виде капель или быстрорастворимых таблеток под язык, вводится в очень малых дозах аллерген, виновный в аллергической реакции.

Обострение бронхиальной астмы

- ◆ **Обострение БА – грозная ситуация, недооценивать которую нельзя.**
- ◆ Если бронхорасширяющие препараты быстрого действия становятся неэффективными, интервал между их приемом начинает сокращаться – необходимо незамедлительно обратиться к врачу или вызвать скорую помощь.
- ◆ **Промедление в этом случае чревато серьезными осложнениями!**



**Залогом успеха лечения
бронхиальной астмы является
дисциплинированное соблюдение
рекомендаций и назначений врача
в полном объеме!**

