

БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ. ГИГИЕНА ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ.

КиМ

Каткова Л.М.



Причины заболеваний органов дыхательной системы

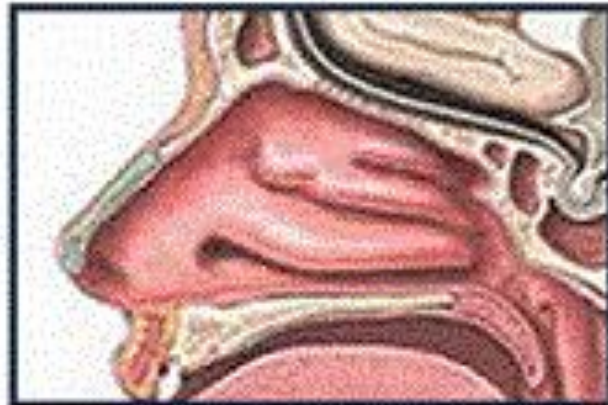
К наиболее частым причинам заболеваний органов дыхательной системы относятся следующие:

- микроорганизмы (бактерии, вирусы, грибы, реже — паразиты). Наибольшая роль среди этих возбудителей принадлежит бактериям, которые вызывают такие серьезные заболевания, как бронхит и пневмония, а также вирусам, в том числе вирусам гриппа
- различные аллергены, в том числе бытовые, аллергены животных, пыльца растений и т.д.
- экологические факторы
- наличие заболеваний других органов и систем

Основные заболевания органов дыхания

- Насморк, или **ринит**, — это воспаление слизистой оболочки носа.
- **Синусит** - накапливается слизь, и при плохом ее оттоке воспаление может перейти в гнойное отделяемое.

Без ринита

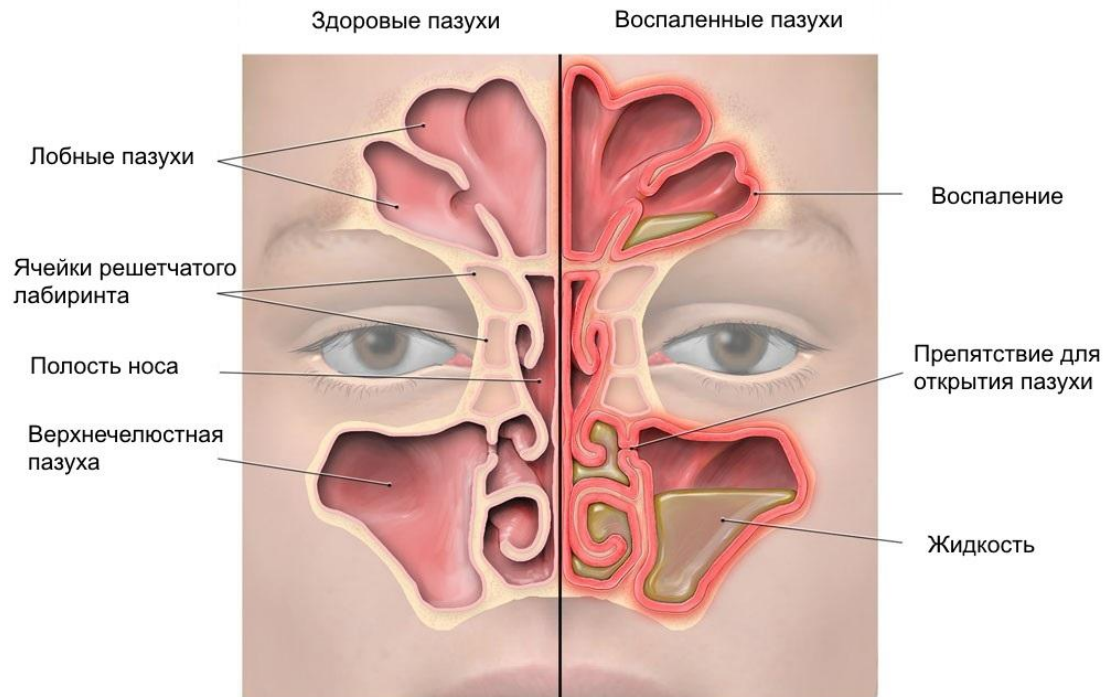


Вазомоторный ринит



Основные заболевания органов дыхания

В зависимости от того, какая пазуха поражена, выделяют воспаление лобного синуса — **фронтит**, — и верхнечелюстного синуса — **гайморит** (по названию этой пазухи — **гайморова пазуха**).



Основные заболевания органов дыхания

Ангина или тонзиллит - заболевание, которое характеризуется воспалением одного или нескольких лимфоидных образований глоточного кольца (чаще нёбных миндалин) и принадлежит к числу широко распространенных заболеваний глотки.

Для этого заболевания характерны: сильная боль в горле при глотании; резкое повышение температуры, озноб; головная боль; боли в мышцах и суставах (при тяжелой форме - боли в сердце, сердцебиения); у детей возможны тошнота, рвота, боли в животе.



Дифтерия

Самой частой формой дифтерии (90—95 % всех случаев) является дифтерия ротоглотки. При локализованной форме налёты только на миндалинах. Интоксикация слабо выражена, температура до 38—39° С, головная боль, недомогание, незначительные боли при глотании. Наиболее типична плёнчатая (сплошная) форма дифтерии, при которой плёнка с очерченными краями покрывает всю миндалину, трудно снимается шпателем; при попытке её снятия, поверхность миндалина кровоточит.



Основные заболевания органов дыхания

- Ларингит и фарингит — воспаление глотки. Главный признак — «першение» в горле, осиплость голоса, кашель.
- Трахеит — воспаление трахеи, основным признаком которого служит сухой кашель. Он обостряется ночью или рано утром, а также усиливается при вдохе, смехе, физической нагрузке. Может незначительно повышаться температура тела.
- Бронхит — воспалительное заболевание бронхов. При бронхите пациента мучает сухой кашель, который постепенно переходит во влажный. Может повышаться температура тела, пациент чувствует общее недомогание.



Основные заболевания органов дыхания

- Пневмония — инфекционно-воспалительное заболевание легких, при котором наиболее ярким симптомом является кашель с выделением мокроты. Также при пневмонии больной жалуется на слабость, одышку, повышение температуры тела.
- Плеврит — воспаление плевры — оболочки, покрывающей легкие. Основным симптомом — боль в боку, которая усиливается при кашле или вдохе.



Грипп и ОРВИ



Грипп и ОРВИ (острые респираторные вирусные инфекции) вызываются вирусами и передаются воздушно-капельным путём (бытовой путь передачи гриппа, например через предметы обихода).

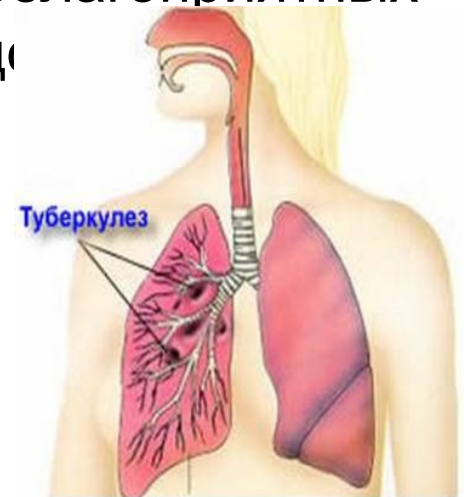
Вирусы гриппа содержатся в слизи, выделяющейся из носа больных людей, в их мокроте и слюне. Во время чихания и кашля больных людей миллионы невидимых глазу капелек, содержащих вирусы, выбрасываются в воздух. Если они проникают в дыхательные органы здорового человека, он может заразиться гриппом или ОРВИ. При общении с людьми, больными гриппом, нужно прикрывать рот и нос ватно-марлевой повязкой (или маской), которая пропускает воздух, но задерживает капельки, в которых находятся возбудители болезни.

Основным методом профилактики против гриппа является прививка.

Туберкулёз

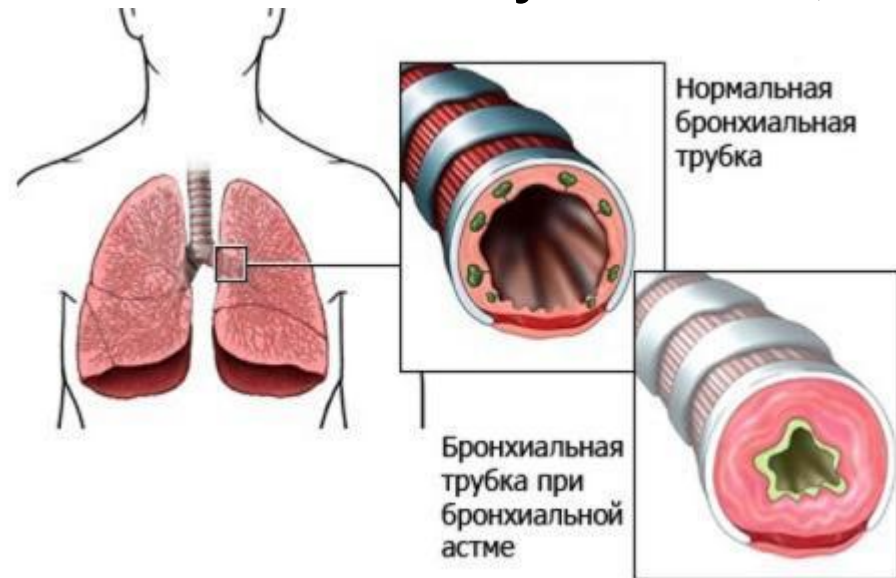
Туберкулёз лёгких вызывает бактерия — палочка Коха (туберкулёзная палочка). Туберкулёзная палочка широко распространена в природе. Она может находиться во вдыхаемом воздухе, в каплях мокроты, на посуде, одежде, полотенце и других предметах, которыми пользовался больной (туберкулёз распространяется не только капельным путём, но и с **пылью**).

Обычно иммунная система здорового человека активно подавляет развитие палочки Коха. Однако при неблагоприятных условиях (антисанитарные условия, сырость, недоедание, сниженный иммунитет) болезнь может перейти в острую форму, приводящую к физическому разрушению лёгких.



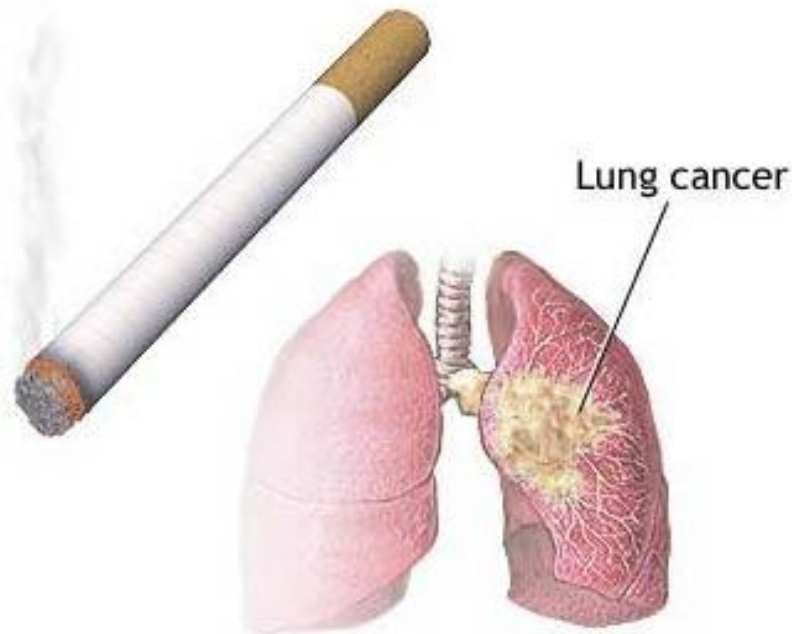
Бронхиальная астма

При этом заболевании сокращаются мышцы, входящие в стенки бронхов, и происходит приступ удушья. Причина астмы — аллергическая реакция на самые, казалось бы, безобидные вещества: бытовую пыль, шерсть животных,



Онкологические (раковые) заболевания

Органы дыхания подвержены также онкологическим (раковым) заболеваниям. Чаще всего они возникают у хронических курильщиков.



Диагностика заболеваний органов дыхания

Для ранней диагностики заболеваний лёгких применяют флюорографию — фотографирование изображения грудной клетки, просвечиваемой рентгеновским излучением. Флюорографию нужно делать хотя бы раз в два года. Это позволяет выявить целый ряд опаснейших заболеваний на ранних стадиях.



Профилактика инфекционных заболеваний органов дыхания

- ограничить контакты с уже больными людьми;
- уменьшить степень воздействия на эти органы вредных примесей, содержащихся в воздухе: пыли, выхлопных газов, выбросов промышленных предприятий, табачного дыма, так как все эти примеси, отрицательно влияя на органы дыхания, делают их более восприимчивым возбудителям инфекционных заболеваний;
- обтирание, купание, воздушные ванны





Гигиена органов дыхания

1) Вдох и выдох должны быть ровными, размеренными и спокойными.

Это способствует гармоничному развитию дыхательной и сердечно-сосудистой системы.

2) Необходимо стараться дышать только через нос.

Это необходимо потому, что при дыхании через нос происходит согревание, обеззараживание и фильтрация воздуха от крупных частичек пыли.

3) При чихании и кашле необходимо закрывать рот и нос платком или локтем.

Это необходимо для того, чтобы не заражать окружающих людей микроскопическими капельками слюны. В локоть чихать необходимо из-за того, что если чихать или кашлять в ладонь - обязательно будет происходить повторное заражение.

Гигиена органов дыхания



4) Необходимо стараться как можно чаще прогуливаться на свежем воздухе.

Это способствует нормальной циркуляции крови в организме, и нормальному содержанию кислорода в крови.

5) Необходимо соблюдать правильную осанку.

Правильная осанка - это залог правильных с точки зрения физиологии вдохов и выдохов, которые в свою очередь обеспечивают здоровое и гармоничное развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

6) Старайтесь дышать полной грудью в местах где воздух чистый и свежий и поверхностно, где он загрязнён.

Это необходимо для предотвращения попадания болезнетворных агентов в дыхательную систему.

Спасибо за внимание

