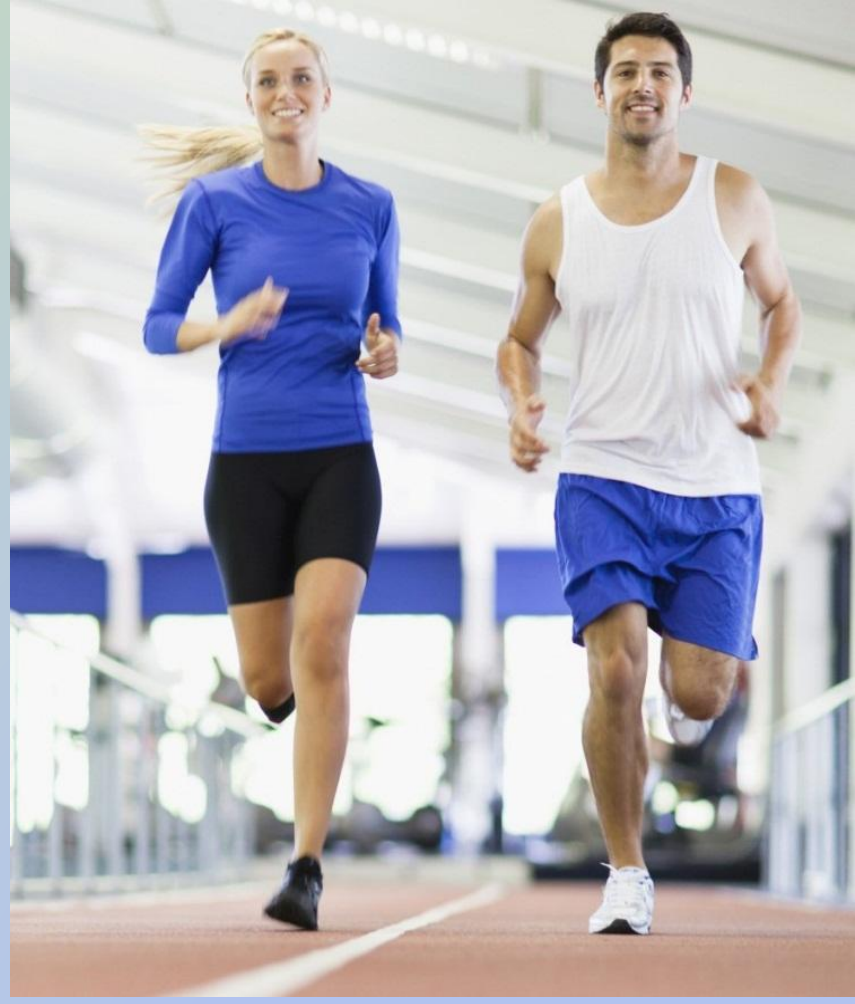


ВАМ СЛЕДОВАЛО БЫ ЗНАТЬ…

Ибо Ты устроил внутренности мои, и соткал меня во чреве матери моей. Славлю Тебя, потому что я дивно устроен. Дивны дела Твои, и душа моя вполне сознает это.

Псалом 138:13–14

Заболевания дыхательных путей

Воспаление легких

Статистическая справка:

- В РФ воспаление легких за год переносит более одного миллиона человек.
- 5% заболевших воспалением легких погибает.
- Пневмония в России является шестым заболеванием по смертности.
- Ежегодно в России медицинскую помощь в условиях стационара получает около 500 000 пациентов с пневмонией.
- Среди госпитализированных лиц пожилые люди составляют от 22% до 51% против 5-12% у молодых.
- Люди в возрасте старше 65 лет дольше остаются в больнице.
- У людей в возрасте 60 лет и старше в 70–80 случаях из 100 воспаление легких возникает на фоне другого хронического заболевания дыхательных путей.
- Массовые случаи вспышки пневмонии чаще всего случаются зимой во время разгара ОРВИ.
- Пневмония наиболее опасна для детей, а также для взрослых, страдающих различными заболеваниями.

Симптомы пневмонии

- непрерывный кашель с выделением слизи, в основном бесцветной; впоследствии она приобретает желто-красный или зелёный цвет;
- жар, лихорадка, повышенная потливость;
- озноб даже в жаркой комнате или в тёплой постели;
- тяжелое, прерывистое дыхание, хрипы, слышимые на расстоянии.
- острые боли в области груди, особенно в моменты кашля или глубокого вдоха при ощущении нехватки воздуха;
- учащенное сердцебиение, аритмия;
- упадок сил, ощущение «ватного» тела.

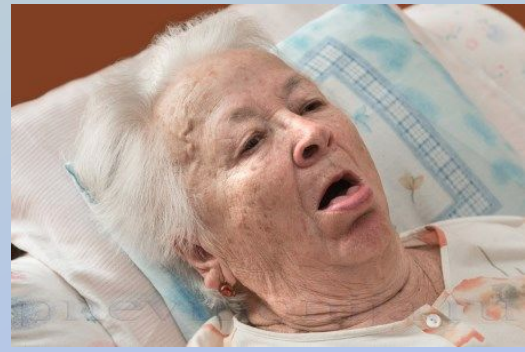
Симптомы пневмонии

У взрослых пневмония может иметь несколько иной характер, чем у детей:

- **более сухой кашель,**
- **отсутствие озноба или лихорадки**
- **сильная усталость,**
- **потеря аппетита,**
- **потливость.**

Факторы риска развития пневмонии

- Наиболее уязвимая категория людей – дети в возрасте до 1 года и взрослые старше 65 лет.
- неправильное питание,
- употребление алкоголя и курение
- переохлаждение организма
- респираторные вирусные инфекции
- стрессовые ситуации
- застойная сердечная недостаточность
- хронический обструктивный бронхит
- сахарный диабет
- далеко не все заболевшие сразу же обращаются к врачу.



Причины обращения к врачу

- вы не можете устоять на ногах по причине появившихся головокружений;
- во время сильного кашля отделяется мокрота желто- красного или зеленого цвета;
- вы не можете сделать глубокий вдох; а выдох – очень короткий, прерывистый;
- у вас отмечается повышение температуры тела до 38°С и выше, которую никак не удается снизить, и озноб.

Лечение

Как правило, это заболевание лечат с помощью антибиотиков в течение 5–14 дней.
По истечении 2–3 дней после начала приема антибиотиков должна наступить стабилизация состояния больного и улучшение его самочувствия.
Если этого не происходит, значит, лечащий врач должен предложить больному другой, более эффективный антибиотик.

Лечение

Госпитализация необходима в следующих случаях:

- **больным старше 65 лет;**
- **страдающим бронхиальной астмой, стенокардией,**
- **сердечной и почечной недостаточностью,**
- **хроническими заболеваниями печени;**
- **одиноким людям, особенно среднего и старшего возраста;**
- **больным с плевритом и другими легочными заболеваниями;**
- **тем, кто не может свободно дышать и постоянно чувствует удушье, одышку, боль в груди;**
- **больным, у которых болезнь длится более 10 дней и которые в домашних условиях не выздоравливают, и т. д.**

Профилактика заболевания

Последние исследования доказали, что применение минеральных соединений цинка может успешно предотвратить риск возникновения пневмонии у детей.
Такие соединения содержатся в бобовых и злаковых культурах. Их применение, как показала практика, снижает риск развития пневмонии у детей на 41%. В США детям рекомендуют ежедневно принимать 5 мг цинка. Детям в возрасте 1–4 лет следует принимать 10 мг цинка ежедневно.

Профилактика заболевания

Цинк в растительных продуктах			
продукт	способ приготовления	порции	мг.
Овсянка	вареная	1 ст.	2,3
Тофу	твердое, сырое	1/2 ст.	2,0
Кешью	сушеные	1/4 ст.	1,9
Подсолнечника семена	жареные	1 ст.	1,7
Нут	вареный	1/2 ст.	1,3
Чечевица	вареная	1/2 ст.	1,3
Арахис	сырой	1/4 ст.	1,2
Миндаль	целый	1/4 ст.	1,1
Фасоль	вареная	1/2 ст.	1,0
Горох	вареный	1/2 ст.	1,0
Кукуруза	желтая, вареная	1 ст.	0,9
Грецкие орехи	сырые	1/4 ст.	0,9

Профилактика заболевания

- Постарайтесь избегать контактов с заболевшими,
- в холодное время года находитесь постоянно в тепле,
- пейте много тёплой жидкости,
- тепло одевайтесь,
- не переохлаждайте организм,
- держите ноги в тепле и сухими,
- не прибегайте к самолечению антибиотиками,
- обращайтесь к врачу,
- проверьте состояние вашей иммунной системы

«Мне было показано 3 января 1875 года (Здесь следует с радостью упомянуть о благодатном явлении Святого Духа сестре Уайт вечером 3 января 1875 года. Она была тяжело больна воспалением легких и прикована к постели на целую неделю, так что врачи из Института здоровья уже начали опасаться за ее жизнь. Находясь в таком состоянии, она последовала совету, данному в пятой главе Послания Иакова, и, проявив немалую веру, подобно тому человеку из Евангелия, который протянул к Иисусу свою высохшую руку, она добилась-таки избавления от болезни и боли и вскоре после этого имела видение, длившееся десять минут».

Свидетельства для церкви (21-25). Том 3