



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



**Заболевани
я
дыхательн
ых 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°C и выше, которую никак не удастся 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