



Астма: путь к спасению

— Татьяна Борисовна, как часто к вам на прием приходят пациенты с таким диагнозом?

— Довольно часто. Последнее время много обращается молодых людей, которым необходимо подтвердить диагноз для военкомата. Но в основном на прием приходят женщины: как правило, представительницы прекрасного пола щепетильнее относятся к своему здоровью, чем мужчины, а потому чаще спешат к доктору.

— Что такое бронхиальная астма и как она проявляется?

— Астма — это хроническое аллергическое воспаление легких. Болезнь протекает длительно. Сначала могут быть незначительные проявления, которые человек старается не замечать, а затем возникает приступ — резкое затруднение дыхания. Больному кажется, что не хватает воздуха, не получается вдохнуть, при этом каждый вдох сопровождается кашлем или свистящими хрипами. В основном, как раз когда возникает приступ, человек и понимает, что у него астма, тогда он уже вынужден обратиться к врачу. Хотя лучше всего прийти на прием при первых признаках.

— Какие симптомы должны насторожить?

— Во-первых, может начаться ночной кашель. То есть днем человек чувствует себя хорошо, у него нет никаких признаков простуды, а ночью возникает кашель — это отличительная черта бронхиальной астмы. Кроме того, нарушается сон. Больной кашляет, просыпается, встает, немного походит, выпьет воды — и вроде бы кашель проходит. Как только ложится в постель — все возвращается. Это проявление бронхоспазма. Ночной кашель может быть постоянным, а может появляться один-два раза в неделю. У некоторых кашель продолжается несколько ночей подряд, потом симптомы исчезают и появляются примерно через месяц.

Во-вторых, может быть кашель после физических нагрузок, а также одышка, затрудненное дыхание, свистящие хрипы. Конечно, есть и другие болезни с похожими симптомами, — например, так проявляются заболевания сердечно-сосудистой системы, поэтому нужно обязательно пройти полное обследование. Многие люди считают одышку проявлением старости. Некоторые не могут подняться без остановки и до второго этажа: им нужно отдохнуть. На самом деле, так быть не должно, это ненормально даже для человека в возрасте.

— Если астма — это аллергическое воспаление, значит, аллергики более расположены к ней?

— Действительно, замечено, что у людей, страдающих астмой, раньше обязательно были какие-то проявления аллергии — аллергические риниты, высыпания на коже, реакция на цветение, на шерсть животных и так далее. У человека, склонного к аллергии, есть большой риск развития бронхиальной астмы. Стоит отметить, что здесь большую роль играют поллютанты — те аллергены, которые мы вдыхаем: пыль, домашний клещ, живущий практически везде, шерсть животных, грибки, чьи споры летают в

Бронхиальная астма — одно из самых распространенных и тяжелых аллергических заболеваний. Эта патология может развиваться у любого человека, но в большей степени — у людей, склонных к аллергии.

Сегодня на медицинском учете стоит около тысячи взрослых жителей нашего города, страдающих от астмы, и еще более 300 детей. И это только официальные данные. Возможно, многие просто стараются не замечать первые проявления симптомов и не обращаются к врачу.

О том, что необходимо знать об астме и как предотвратить ее появление, рассказывает аллерголог-иммунолог поликлиники "Авиценна", аспирант кафедры педиатрии с курсом неонатологии Государственного института усовершенствования врачей (г. Новокузнецк) Т.Б. ГУБИНСКАЯ.

воздухе. Приступы астмы, связанные с пищевыми аллергенами, возникают реже.

Бывает так, что некоторые вещества способствуют приступам астмы, хотя и не являются главной причиной развития болезни. Например, у человека есть реакция на определенный аллерген, а резкий запах — дым сигарет, духи, краска, освежитель воздуха — может рефлекторно вызвать бронхоспазм.

Часто провоцирующим элементом становятся простудные заболевания, когда человек вроде бы уже переболел, а кашель тянется несколько недель. Спровоцировать приступ астмы могут также сильные эмоции, физическая нагрузка.

— У одной из наших читательниц возникла такая проблема: недавно она приобрела новый диван, обивка которого показалась ей сильно пахнущей. Через несколько часов у женщины появился кашель, сухость во рту и носу, жжение в носоглотке. Может ли это быть началом астмы?

— Вполне возможно, что у нее как раз такой случай. Если женщина уже имеет на что-то аллергию, то сильный запах, конечно, мог вызвать бронхоспазм. Ей необходимо обратиться к врачу и начать лечение, как можно скорее.

— А можно ли полностью излечиться от аллергической бронхиальной астмы?

— Вылечиться нельзя, но можно добиться контроля над болезнью. Сделать это можно только совместными усилиями врача и пациента, ведь, к сожалению, чудо-таблетки, которую бы выпил и все прошло, еще не изобрели. Если вам поставлен такой серьезный диагноз, то нужно настроиться на большую работу над собой: предстоит изменить свой быт, привычки, делать контрольные измерения, вести дневник и так далее. В этом плане обычно проще лечить детей, чем взрослых. За малышами следят мамы и выполняют все указания врача, а некоторые взрослые просто отмахиваются от лечения. Например, бывает случаем, когда люди с астмой не умеют правильно пользоваться ингаляторами, поэтому не всегда могут правильно вдохнуть лекарство. Этому пациенту должен обучить врач.



— При лечении астмы часто назначаются гормональные препараты. Не опасно ли ими пользоваться? Какие могут быть побочные эффекты и как их избежать?

— Есть два вида терапии: базисная — это лекарства, которые лечат болезнь, и неотложная — средства, снимающие приступ. Гормональные препараты, действуя на слизистые, снимают воспаление. Если же их не применять, заболевание может быстро прогрессировать, вплоть до возникновения такого приступа, который станет смертельным.

Пациенты, которые приходят на прием с ярко выраженными симптомами, почему-то обычно стараются лишь снять приступ, но не вылечить. Если человек "сидит" на ингаляторе, то есть пользуется каким-либо бронхолитиком более трех-четырёх раз в день, то он и не лечится вовсе. В таком случае больше вреда, чем пользы. Каждый больной должен точно знать, какая терапия ему необходима, какими нужно пользоваться лекарствами и в каких случаях.

Раньше, действительно, при астме назначались гормональные препараты, которые всасывались в системный кровоток и влияли на надпочечники, на гормональные функции. Сейчас используются препараты современного уровня, действующие только на легочную ткань. К сожалению, совсем без гормонов при лечении астмы обойтись нельзя. Особенно в запущенном случае, когда у человека сильно снижена функция легких.

Страдающий астмой один раз в три месяца обязательно должен побывать на осмотре врача, даже если у него в течение долгого времени не было приступов. Если у пациента нет бронхоспазмов, доктор может уменьшить дозу или подобрать другое лекарство. В каждом случае лечение проводится индивидуально. Иногда, бывает, человеку хватает шести месяцев терапии, смены бытовых условий, исключающих аллерген, и он может бессимптомно обходиться без лекарств. Бывает, пациент не может отказаться от гормональных препаратов и получает их в течение нескольких лет, но врач все равно старается подобрать для него наименьшую эффективную

дозу. Принимать одно и то же лекарство в одном и том же количестве в течение пяти — десяти лет нельзя. Контроль за приемом препаратов должен вестись постоянно.

При неправильном использовании ингаляторов возможно появление инфекции в полости рта. Помогает этого избежать простой способ — нужно прополоскать рот водой после использования лекарства.

Каждый астматик должен знать, при каких симптомах нужно срочно обращаться к врачу. Необходимо прийти на прием, если более одного раза в неделю появляется затруднение дыхания днем в покое или при контакте, физической нагрузке, а также ночью — свыше двух раз в неделю.

— А может ли астма быть противопоказанием к беременности? Передается ли она по наследству?

— Противопоказанием к беременности астма не является. Единственное — если на данный момент присутствует тяжелая степень болезни, то придется сначала "убрать" ее симптомы, а потом уже планировать беременность. По наследству астма не передается, передается склонность к атопии. Это значит, что если у родителей есть какие-то проявления аллергических реакций, то в 70 процентах случаев они возникают и у ребенка. Если аллергия наблюдается только у мамы, то возможность ее возникновения у ребенка уменьшается до 40 процентов. Однако бронхиальная астма может появляться и у детей, родители которых не имеют аллергических проявлений. Здесь все индивидуально.

— Должен ли астматик придерживаться специальной диеты?

— Все зависит от того, на какое вещество у человека аллергия. Если на пыльцу деревьев, сорных трав, злаковых, то нельзя есть яблоки, груши, черешню, вишню. Если есть реакция на шерсть животных — исключите из питания мясо кролика. Самое главное — ограничить потребление продуктов с большим количеством химических консервантов, красителей и добавок.

— Есть ли методы профилактики астмы: как ее предотвратить?

— Лучший метод профилактики — раннее обращение к врачу. Если у вас есть аллергические проявления, то запишитесь на консультацию: доктор объяснит, что нужно сделать, чтобы не допустить их развития. Лучше всего пройти обследование — аллергопробы в большинстве случаев дают хороший результат. Некоторым людям хватает принятия небольших мер для того, чтобы в дальнейшем не допустить развития болезни. Ваше здоровье — в ваших руках!

Уважаемые читатели, поликлиника "Авиценна" желает здоровья вам и вашим близким! Записаться на консультацию специалистов поликлиники можно по телефонам 3-31-32, 4-03-33 (регистратура) или обратиться по адресам: ул. Брянская, 12 и 13. Аллерголог-иммунолог Татьяна Борисовна Губинская ведет прием по понедельникам с 15.30 до 18.00.

Беседовала
Анна ЧЕРЕПАНОВА.