

Школа
с хронической
обструктивной болезнью легких

Определение

- Хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ) - заболевание характеризующееся персистирующим ограничением воздушного потока, которое обычно прогрессирует и является следствием хронического воспалительного ответа дыхательных путей и легочной ткани на воздействие ингалируемых повреждающих частиц или газов.

Этиология ХОБЛ (факторы риска)

Экзогенные (ведущие):

- Длительное и интенсивное курение
- Загрязнение воздуха агрессивными вредными промышленными поллютантами
- Инфекционные агенты

Эндогенные:

- Выраженный дефицит α_1 -антитрипсина
- Гиперреактивность бронхов
- Возраст старше 45 лет
- Частые или хронические заболевания ЛОР- органов, ОРЗ
- Генетически обусловленные дефекты ресничек, альвеолярных макрофагов бронхиальной слизи
- Низкий уровень жизни, плохое питание

Патофизиология ХОБЛ

- **Воспаление дыхательных путей**

ХОБЛ характеризуется повышением количества нейтрофилов, макрофагов, лимфоцитов.

- **Ограничение воздушного потока и легочная гиперинфляция**

Фиброз и сужение просвета дыхательных путей;

Потеря эластичной тяги вследствие альвеолярной деструкции;

Потеря альвеолярной поддержки просвета малых дыхательных путей;

Накопление воспалительных клеток, слизи и экссудата плазмы в бронхах;

Сокращение гладкой мускулатуры бронхов;

Динамическая гиперинфляция при физической нагрузке.

Эпидемиология ХОБЛ

- ХОБЛ является одной из глобальных проблем, по распространению она вариабельна- в Чили свыше 20%, в Мексике около 6%. Распространенность ХОБЛ II стадии и выше, по данным исследования BOLD, среди лиц старше 40 лет составила 10,1%; в том числе для мужчин 11,8% и для женщин 8,5%. В России 15,3% в общей популяции.

По данным ВОЗ, ХОБЛ является 3-й лидирующей причиной смерти в мире, ежегодно от ХОБЛ умирает около 2,8 млн. человек, что составляет 4,8% всех причин смерти

Основной причиной смерти пациентов с ХОБЛ является прогрессирование основного заболевания.

Симптомы ХОБЛ:

- Симптомы ХОБЛ
- · Кашель постоянный, чаще по утрам
- · Мокрота трудно отходит
- · Одышка (т.е. затрудненное дыхание)
- 1) Возникает при физической нагрузке,
- 2) При простой ходьбе
- 3) В покое, в обычной повседневной жизни.

Лечение

Цели лечения:

- **Устранение симптомов и улучшение качества жизни**
- **Уменьшение будущих рисков, т.е профилактика обострений**
- **Замедление прогрессирования заболевания**
- **Снижение летальности**

Лечение

Фармакологические методы

1. Бронходилататоры
2. Комбинации ИГКС+ДДБД
3. Ингибиторы ФДЭ-4
4. Теофиллин
5. Вакцинация против гриппа и пневмококковой инфекции

Нефармакологические методы

1. Прекращение курения
2. Легочная реабилитация
3. Кислородотерапия
4. Респираторная поддержка
5. Хирургическое лечение

Лечение

- Рекомендуется обучать пациентов с ХОБЛ правильному применению ингаляторов в начале лечения и затем контролировать их применение во время последующих визитов.
- Рекомендуется использование спейсеров при назначении ДАИ
- У пациентов с тяжелой ХОБЛ отдавать предпочтение ДАИ (в т.ч. со спейсером) или жидкостному ингалятору.

Факторы:

- Факторы, приводящие к развитию ХОБЛ
- · 90% - курение!
- · Другие: промышленные аэрополлютанты, инфекции, профессиональные факторы, открытый огонь.

Причины, чтобы бросить курить:

Курение...почему важно бросить курить?

- Неприятный запах изо рта
- Поражение десен, зубов, кожи
- Снижение потенции, развитие заболеваний ЖКТ, сердца, сосудов (инфаркт, инсульт, гангрена конечностей)
- Рак различных органов (гортань, легкие)
- Финансовые затраты

Методы лечения табакокурения

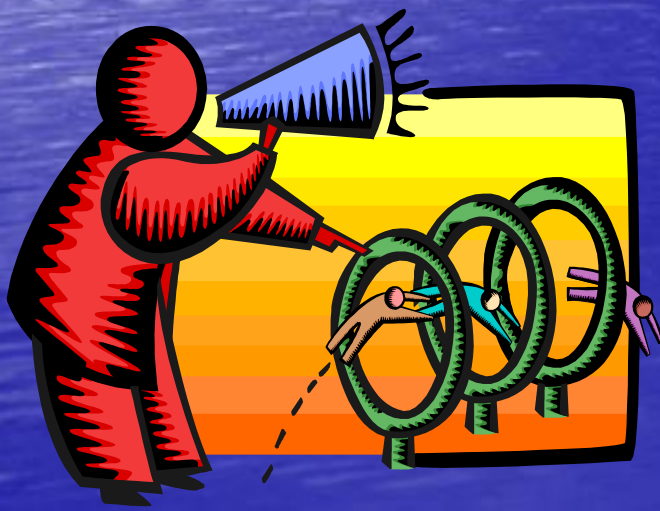
■ *поведенческие методы:*

- методы самопомощи,
- рациональная психотерапия и врачебные рекомендации,
- групповые методы психологической поддержки,
- гипнотерапия,

■ *методы*

физиологического воздействия:

- медикаментозные
- ✓ никотин заместительная терапия (табекс),
- ✓ лечение психотропными средствами (адаптол)
- не медикаментозные
- ✓ методы рефлексотерапии



Гимнастика при ХОБЛ

- Дыхательная гимнастика при ХОБЛ
- Расслабив мышцы шеи и плечевого пояса, сделать неглубокий, обычный вдох, через нос на 2 счёта, рот закрыт. Затем сделать губы «трубочкой», как будто собираетесь свистеть или быстро задуть пламя свечи. Сделать выдох, выдохать медленно и тихо через сомкнутые губы, на 4 счёта.

БРОСАЙ КУРИТЬ!!!



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ**

