**Кто чаще всего страдает астмой**

**Основные факты об астме**

С 7 по 12 ноября Минздрав РФ объявил днями профилактики заболеваний органов дыхания. Среди таких болезней по распространенности бронхиальная астма занимает второе место.  В Оренбургской области около 11 тыс. пациентов с бронхиальной астмой. А во всем мире более 348 млн пациентов страдают воспалением дыхательных путей.

Заведующая пульмонологическим отделением городской клинической больницы № 1 г. Оренбурга Анна Николаевна Боркина рассказала об основных факторах риска развития бронхиальной астмы

В детском возрасте бронхиальная астма чаще развивается у мальчиков, в подростковом и взрослом – у женщин. Вероятность астмы возрастает при наличии астматиков в семье, особенно близких родственников – родителей или братьев/сестер.

**Каковы факторы риска развития бронхиальной астмы?**

1. **Наличие аллергических заболеваний**

Астма чаще развивается у людей, страдающих другими аллергическими заболеваниями, в частности аллергическими дерматитами и ринитом (сенной лихорадкой). Распространённость этого заболевания возрастает в условиях урбанизации, возможно, из-за воздействия множественных факторов, связанных с образом жизни.

1. **Нарушения здоровья на раннем этапе жизни**

Такие нарушения влияют на развитие лёгких и могут повышать риск астмы. К ним относятся низкая масса тела при рождении, недоношенность, воздействие табачного дыма и других источников загрязнения воздуха, а также вирусные респираторные инфекции.

1. **Контакт с аллергенами**

Риск астмы увеличивается при контакте с целым рядом аллергенов и раздражающих веществ, присутствующих в окружающей среде, в том числе при загрязнении воздуха в помещениях и атмосфере, присутствии клещей в домашней пыли, плесени, аллергенов домашних животных, аллергенов тараканов, грибковых аллергенов, пыльцы растений. А также при контакте с химическими веществами, выхлопными газами или пылью на производстве – озоном, диоксидами серы и азота, продуктами сгорания дизельного топлив.

1. **Избыточная масса тела**

Повышенному риску развития астмы подвергаются дети и взрослые с избыточной массой тела или ожирением.

1. **Диета**

Большое потребление продуктов высокой степени обработки, увеличенное поступление омега-6 полиненасыщенной жирной кислоты и сниженное антиоксидантов (в виде фруктов и овощей) и омега-3 полиненасыщенной жирной кислоты (в составе жирных сортов рыбы) могут спровоцировать развитие астмы.

Чаще всего основными симптомами бронхиальной астмы являются кашель, хрипы, одышка и чувство сдавленности в груди. Они носят эпизодический характер и часто усугубляются в ночное время или во время физической нагрузки. Симптомы астмы могут усугубляться и под воздействием других распространенных провоцирующих факторов: вирусных инфекций (простуды), пыли, дыма, пара, изменения погоды, пыльцы трав и деревьев, шерсти животных и перьев птиц, сильно пахнущих мыла и духов.

У больных астмой, не получающих надлежащего лечения, могут развиваться нарушения сна, усталость в течение дня и низкая концентрация внимания. Если симптомы являются тяжелыми, людям может потребоваться неотложная медицинская помощь, и они могут быть помещены в больницу для лечения и мониторного наблюдения. В наиболее тяжелых случаях астма может привести к смерти.

 [**Тяжёлый приступ бронхиальной астмы**](https://gkb57.ru/illness/78/)**, отсутствие эффекта от терапии, нарушение сознания служат показанием к госпитализации – необходимо срочно вызвать скорую помощь.**