

Профилактика ХОБЛ

- ▶ Прекращение курения улучшает состояние здоровья, со временем уменьшаются кашель и одышка, улучшаются показатели вентиляционной функции легких.
- ▶ Лица, отказавшиеся от курения, живут дольше, чем те, кто продолжает курить
- ▶ Риск возникновения болезни после прекращения курения уменьшается с течением времени

Пройди тест на выявление риска ХОБЛ

	ДА	НЕТ
1 Вы кашляете несколько раз в сутки большинство дней?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Вы откашливаете мокроту большинство дней?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 У Вас одышка появляется быстрее по сравнению с людьми Вашего возраста?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Вы старше 40 лет?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Вы курите в настоящее время или курили раньше?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Если Вы ответили «Да» 3 и более раз – обратитесь к участковому врачу!

ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ПОМОЩИ ПРИ ОТКАЗЕ ОТ КУРЕНИЯ ОБРАЩАЙТЕСЬ:

- ▶ Кировский областной наркологический диспансер.
г. Киров, Студенческий проезд, 7,
(8332) 53-66-62 – прием взрослого населения,
(8332) 53-00-97 – помощь детям и подросткам,
(8332) 45-53-70 – телефон «горячей линии» Кировского областного клинического наркологического диспансера (круглосуточно);
- ▶ 8-800-200-0-200 – круглосуточная горячая линия по вопросам здорового образа жизни (звонок для жителей России – бесплатный);
- ▶ к врачу психиатру-наркологу по месту жительства;
- ▶ в кабинет отказа от курения и/или кабинет медицинской профилактики по месту жительства.

Профилактика ХОБЛ

- ▶ Прекращение курения улучшает состояние здоровья, со временем уменьшаются кашель и одышка, улучшаются показатели вентиляционной функции легких.
- ▶ Лица, отказавшиеся от курения, живут дольше, чем те, кто продолжает курить
- ▶ Риск возникновения болезни после прекращения курения уменьшается с течением времени

Пройди тест на выявление риска ХОБЛ

	ДА	НЕТ
1 Вы кашляете несколько раз в сутки большинство дней?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Вы откашливаете мокроту большинство дней?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 У Вас одышка появляется быстрее по сравнению с людьми Вашего возраста?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Вы старше 40 лет?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Вы курите в настоящее время или курили раньше?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Если Вы ответили «Да» 3 и более раз – обратитесь к участковому врачу!

ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ПОМОЩИ ПРИ ОТКАЗЕ ОТ КУРЕНИЯ ОБРАЩАЙТЕСЬ:

- ▶ Кировский областной наркологический диспансер.
г. Киров, Студенческий проезд, 7,
(8332) 53-66-62 – прием взрослого населения,
(8332) 53-00-97 – помощь детям и подросткам,
(8332) 45-53-70 – телефон «горячей линии» Кировского областного клинического наркологического диспансера (круглосуточно);
- ▶ 8-800-200-0-200 – круглосуточная горячая линия по вопросам здорового образа жизни (звонок для жителей России – бесплатный);
- ▶ к врачу психиатру-наркологу по месту жительства;
- ▶ в кабинет отказа от курения и/или кабинет медицинской профилактики по месту жительства.



Что нужно знать о ХОБЛ

(хроническая обструктивная болезнь легких)

ХОБЛ - это ограничение воздушного потока за счет прогрессирующего сужения дыхательных путей в ответ на воздействие/вдыхание вредных частиц или газов. ХОБЛ – это системное заболевание. Помимо органов дыхания страдают сердце, сосуды, почки и др.



КУРЕНИЕ – главная причина возникновения хронической обструктивной болезни легких

 **300 000**
человек

▶ В России ежегодно погибает от болезней, связанных с потреблением табака более

 на **10-15** лет

▶ В среднем курящие люди сокращают себе жизнь

 в **6** раз

▶ У курильщиков риск заболеть хронической обструктивной болезнью легких (ХОБЛ) выше

 в **10** раз
и более

▶ У курильщиков выше риск развития рака легких

Факторы, предрасполагающие к ХОБЛ

- ▶ факторы внешней среды:
 - пассивное курение
 - профессиональные вредности
 - загрязнение воздуха биологической, минеральной пылью, газами, дымом

эндогенные факторы:

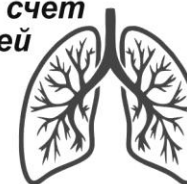
- ▶
 - бронхиальная гиперреактивность и астма
 - тяжелые респираторные инфекции в детском возрасте
 - врожденный дефицит альфа-1-антитрипсина (связан с развитием ХОБЛ не более чем в 1% случаев).



Что нужно знать о ХОБЛ

(хроническая обструктивная болезнь легких)

ХОБЛ - это ограничение воздушного потока за счет прогрессирующего сужения дыхательных путей в ответ на воздействие/вдыхание вредных частиц или газов. ХОБЛ – это системное заболевание. Помимо органов дыхания страдают сердце, сосуды, почки и др.



КУРЕНИЕ – главная причина возникновения хронической обструктивной болезни легких

 **300 000**
человек

▶ В России ежегодно погибает от болезней, связанных с потреблением табака более

 на **10-15** лет

▶ В среднем курящие люди сокращают себе жизнь

 в **6** раз

▶ У курильщиков риск заболеть хронической обструктивной болезнью легких (ХОБЛ) выше

 в **10** раз
и более

▶ У курильщиков выше риск развития рака легких

Факторы, предрасполагающие к ХОБЛ

- ▶ факторы внешней среды:
 - пассивное курение
 - профессиональные вредности
 - загрязнение воздуха биологической, минеральной пылью, газами, дымом

эндогенные факторы:

- ▶
 - бронхиальная гиперреактивность и астма
 - тяжелые респираторные инфекции в детском возрасте
 - врожденный дефицит альфа-1-антитрипсина (связан с развитием ХОБЛ не более чем в 1% случаев).