

Врачебная практика показывает, что аллергии достаточно плохо поддаются лечению. Однако, можно легко избежать аллергического заболевания, если придерживаться простейших профилактических правил.

В карточках предлагается информация от ГБУЗ "Центральный общественного здоровья и медицинской профилактики" МЗ КК о том, как защититься от аллергии.

Берегите себя и свое здоровье!



ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗКК

БРОНХИАЛЬНАЯ



АСТМА -

хроническое
воспалительное
заболевание
дыхательных путей,
проявляющееся
приступами одышки,
которые зачастую
сопровождаются
кашлем и могут
перерасти в
приступы удушья.





ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК



БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА



ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК



АЛЛЕРГИЯ

повышенная
чувствительность
организма
к какому-либо
веществу.





ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК



ПРИЧИННЫМИ ФАКТОРАМИ

бронхиальной астмы
и аллергии могут быть
растения, цветы, деревья,
травы, домашняя пыль,
продукты питания, бытовые
и производственные
химические препараты,
лекарственные препараты,
даже перхоть и слюна
животных.





ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗКК



КАК ЗАЩИЩАТЬСЯ

✓ Избегайте пищевых продуктов и лекарственных веществ, вызывающих у вас аллергию;

✓ Не держите в доме животных: аллергены животных обнаруживаются в помещении еще в течение 6 месяцев;

✓ Избегайте вещей, способных накапливать пыль. Вещи, от которых нельзя избавиться, должны быть накрыты чехлами;

✓ Используйте мебель, которую можно вытирать;





ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



КАК ЗАЩИЩАТЬСЯ

- ✓ Стирайте постельное белье в горячей воде (выше 60 °С) не реже 1 раза в 2 недели;
- ✓ Влажная уборка в доме должна проводиться ежедневно;
- ✓ Во время уборки больному бронхиальной астмой предпочтительней находиться в другом помещении или на улице;
- ✓ Используйте вытяжку над газовой печкой в период приготовления пищи;
- ✓ Избегайте контакта с сигаретным дымом и лакокрасочными изделиями.



ПРИ НАЛИЧИИ СИМПТОМОВ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ НУЖНО ОБРАТИТЬСЯ К ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ

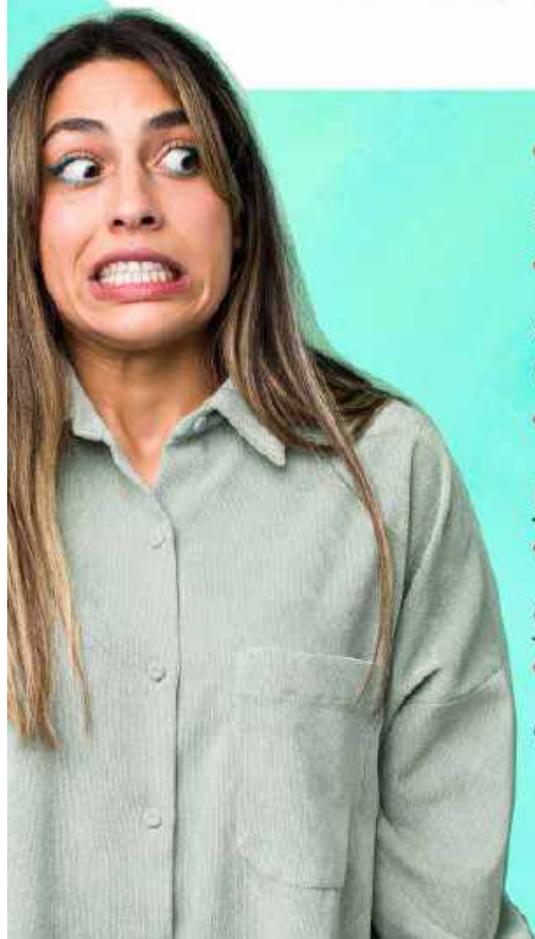


ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК



АСТМА И АЛЛЕРГИЯ

ФАКТОРЫ РИСКА



-  курение (активное и пассивное), особенно в детском возрасте и во время беременности;
-  приём медикаментов, воздействие химических веществ и употребление аллергенных продуктов питания во время беременности;
-  неконтролируемый приём гормональных контрацептивов и антибиотиков;
-  преобладание в питании продуктов с синтетическими добавками;
-  стрессы и неблагоприятные факторы окружающей среды.