

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЛЁГКИХ (25 СЕНТЯБРЯ)

Здоровье легких и прочих органов дыхательной системы — основной гарант человеческого благополучия. Их четкая, слаженная, высокопроизводительная работа — залог оптимального качества жизни.

Лёгкие, как и другие внутренние органы человека, могут быть подвержены болезням, инфекционного или иного характера.

Пневмония. Даже сегодня, несмотря на достаточно высокий уровень развития современной медицины, разные по причинам, течению болезни, объединенные под собирательным названием «воспаление легких», порой приводят пациента к самому трагическому финалу. Чаще всего фатальной пневмония оказывается для самых обездоленных, лиц без определенного места жительства, обитателей домов престарелых, стариков, детей. А также для инвалидов и тех, чьё здоровье было подорвано хроническими заболеваниями органов дыхания, кардиопатологиями, травмами и т. д.

Хроническая обструктивная болезнь легких

Слово «болезнь» употребляется именно во множественном числе, объединяя по сути различные стадии собственно обструктивной болезни и некоторых других патологий.

Туберкулез. Это ранее известное в народе под метким названием «чахотка» очень серьезное заболевание легких, как много веков назад, продолжает уносить человеческие жизни. Здоровью людей все чаще стали угрожать резистентные или устойчивые к лекарственным препаратам формы патологии.

Рак легкого. Каждый год в мире эту патологию впервые диагностируют у миллиона пациентов. Успех лечения при раке легких напрямую ассоциирован со скоростью обращения за медицинской помощью. Если заболевание диагностировано, и борьба с ним начинается на ранних стадиях, реальная надежда на выздоровление есть у 80% пациентов. Когда человек не обращает внимание на тревожные симптомы, упорно не идет на прием к врачу или игнорирует медицинские рекомендации, шансы выжить стремительно сокращаются.

Огромную роль в предупреждении различных патологий легких отводят специфической профилактике, которая позволяет сформировать иммунитет к определенной болезни. Различные вакцины разработаны специально для защиты от определенных инфекций. Например, сегодня есть прививки от возбудителя туберкулеза, пневмонии и т. д.

Важно! Для ранней диагностики заболеваний лёгких применяют флюорографию, это позволяет выявить целый ряд опаснейших заболеваний на ранних стадиях. Среди негативных факторов на первое место можно поставить курение (в том числе, пассивное). Рак легких — самая распространенная форма злокачественных образований в мире. Наилучшей профилактикой рака легких считается отказ от курения.

Необходимо постоянно повышать сопротивляемость организма инфекциям, систематически закаливая его. Существуют разнообразные

комплексы закаливания: обтирание, купание, воздушные ванны и т. п. Закаливание должно быть длительным и постепенным, только в этом случае можно добиться желаемого результата. При постепенном возрастании степени воздействия на организм закаливающих факторов происходит повышение устойчивости всех систем организма к неблагоприятным климатическим факторам: холоду, сырости. Очень хорошие результаты даёт специальная физкультура, укрепляющая дыхательную мускулатуру и улучшающая вентиляцию лёгких.

Внимательно и бережно относитесь к своему здоровью!