УДК 616.233—002

А.Т. БАРМАГАМБЕТОВА
КГП на ПХВ Атырауская городская поликлиника №3
г.Атырау

О СОСТОЯНИИ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ БРОНХИТОМ В РК, ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА

Бронхит – заболевание, которое ходит в десятку самых распространенных причин обращения за медицинской помощь. В последнее время неосложнённый острый бронхит более рассматривается как воспалительный, а не инфекционный процесс, в связи с чем противовоспалительная терапия представляется более оправданной, нежели антимикробная.
Ключевые слова: *бронхит, воспаление легких, заболевания дыхательной системы, кашель, мокрота.*

Бронхит (лат. bronchitis, от бронх + -itis — воспаление) — заболевание дыхательной системы, при котором в воспалительный процесс вовлекаются бронхи. Входит в десятку самых распространенных причин обращения за медицинской помощь. В большинстве случаев острого бронхита его причиной является инфекция, например вирусная или бактериальная, и требуется лечение антибиотиками.

Острый бронхит — острое диффузное воспаление слизистой оболочки трахеобронхиального дерева, характеризующееся увеличением объёма бронхиальной секреции с кашлем и отделением мокроты. Острый бронхит обычно длится около 10 дней. Заболевание обычно начинается с сухого кашля, который может быть сильным, особенно ночью, и может тем самым лишать страдающего этой болезнью нормального сна и отдыха. Через несколько дней сухой кашель переходит во влажный кашель, который может сопровождаться небольшим повышением температуры, усталостью, головными болями. Жар, недомогание, состояние усталости и апатии могут пройти всего через несколько дней, но кашель может длиться и несколько недель. Следует обязательно обратиться к врачу, если больной выкашливает вместе с мокротой кровь, чтобы исключить такие тяжёлые заболевания, как туберкулёз или рак лёгких [1].

Лечение: В большинстве случаев острый бронхит вызывается вирусной, а не бактериальной инфекцией, и острая стадия обычно проходит без применения антибиотиков сама собой в пределах недели. Антибиотики могут применяться при лечении бронхита, имеющего бактериальную природу, а иногда и в качестве вспомогательного средства при подозрении на возможные осложнения или сопутствующие заболевания.

В последнее время неосложнённый острый бронхит более рассматривается как воспалительный, а не инфекционный процесс, в связи с чем противовоспалительная терапия представляется более оправданной, нежели антимикробная. Так, в ходе рандомизированного плацебо-контролируемого исследования, проводившегося в Испании (протокол ВААР), была показана бóльшая эффективность противовоспалительного лечения (ибупрофен по 600 мг через 8 часов в течение 10 дней) в сравнении с плацебо и антибиотикотерапией (комбинация амоксициллин + клавулановая кислота 500/125 мг через 8 часов в течение 10 дней)[2].

Существуют эффективные немедикаментозные способы лечения кашля, в том числе острого бронхита, которые полезно применять как при наличии назначенного врачом медикаментозного лечения, так и в его отсутствие.

Больному необходимо как можно больше отдыхать и много пить. Требуется достаточное количество не содержащих кофеина напитков, таких как вода или соки или травяной чай (до 2 — 4 литров жидкости в день). В условиях холодного климата для лечения кашля по традиции рекомендуется тёплое питьё: чай с малиной, мёдом, липовым цветом; подогретая щелочная минеральная вода.

Так как воспалению бронхиальных путей как правило сопутствует и воспаление глотки, то во время бронхита рекомендуется мягкая, неострая, не вызывающая раздражение горла пища.

В качестве согревающего противокашлевого средства применяется растирание тёплым камфорным маслом.

Поскольку в сухом воздухе состояние больного бронхитом может усугубиться, обязательно нужно принимать меры для повышения влажности воздуха в помещении. Для этого можно или использовать комнатные увлажнители воздуха, или простое домашнее средство: по мере высыхания постоянно развешивать в комнате больного влажные полотенца либо простыни. Это особенно важно в холодном климате, когда осенью и зимой внутренние помещения отапливаются и воздух в них очень сухой.

В холодном климате важно также обращать внимание на температуру тела и одежду. При бронхите может наблюдаться нарушение терморегуляции организма и как правило повышается потообразование, причём выделение необычно сильного пота может происходить даже при небольшом, привычном физическом усилии. Больному бронхитом необходимо быть одетым по погоде, чтобы не мёрзнуть и не застудиться, но также необходимо в случае пропотевания принимать душ и обязательно менять влажную одежду на сухую.

Чтобы не усугублять состояние при кашле и способствовать скорейшему заживлению воспалённых бронхиальных путей, курильщикам настоятельно рекомендуется резко уменьшить количество сигарет (а если возможно, то лучше совсем бросить курить), и во всяком случае воздерживаться от курения в том помещении, где они сами живут или работают.

В период выздоровления, когда восстанавливается самочувствие и близкая к нормальной температура, но ещё мучает кашель и всё равно часто нарушается сон, рекомендуется не стремиться к длительному лежанию в постели, а в перерывах сна совершать недолгие прогулки на свежем воздухе в теплый период года — по лесу или парку или вблизи моря. Это поможет откашливанию болезненной мокроты и улучшит общее состояние, и в конечном итоге поможет скорее нормализовать сон больного и восстановить его силы.

Хронический бронхит -диффузное прогрессирующее поражение бронхиального дерева с перестройкой секреторного аппарата слизистой оболочки с развитием воспалительного процесса, сопровождающегося гиперсекрецией мокроты, нарушением очистительной и защитной функции бронхов. Бронхит считается хроническим, если кашель с выделением мокроты продолжается не менее трёх месяцев в году в течение двух лет и более. Хронический бронхит является самым распространённым хроническим неспецифическим заболеванием дыхательной системы.

Основные причины хронического бронхита: длительное раздражение бронхов вредными факторами (пыль, окись углерода, различные химические вещества), рецидивирующая респираторная инфекция (вирусы, палочка инфлюэнцы, пневмококки), длительное воздействие сырого и холодного воздуха. Реже хронический бронхит вызывается некоторыми генетическими отклонениями. Хронический бронхит может быть вторичным на фоне воспалительных заболеваний лёгких и верхних дыхательных путей.

Необходимость гигиены дыхания очень хорошо и точно выразил В. В. Маяковский: «Нельзя человека закупорить в ящик. Жилище проветривай чище и чаще»!

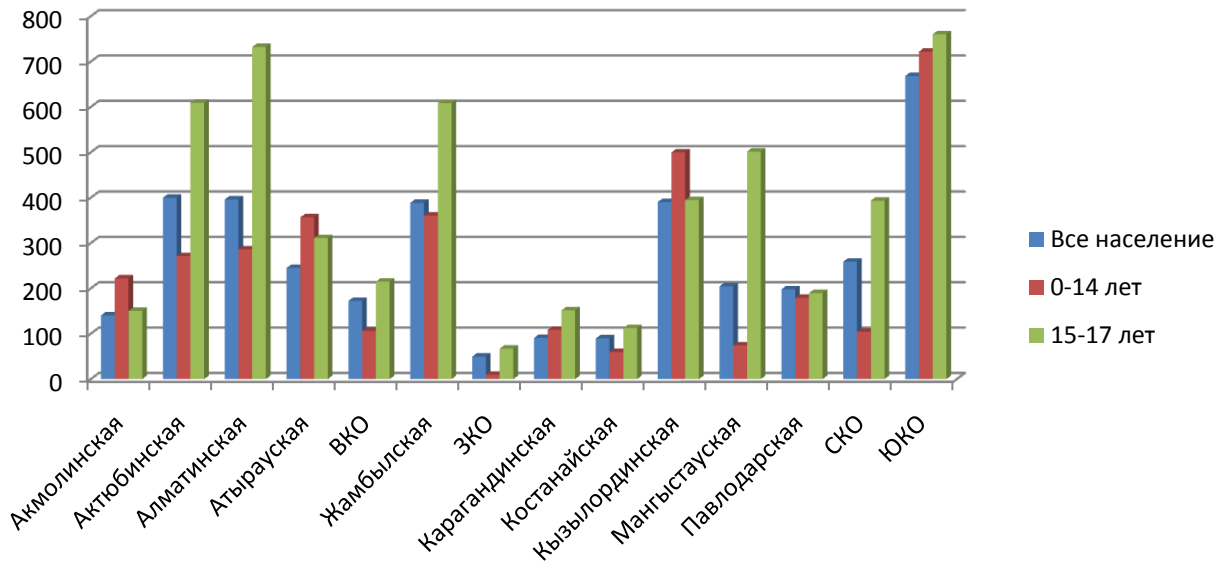
Для сохранения здоровья необходимо поддерживать нормальный состав воздуха в жилых, учебных, общественных и рабочих помещениях, постоянно их проветривать.

Зеленые растения, выращиваемые в помещениях, освобождают воздух от избытка углекислого газа и обогащают его кислородом. На производствах, загрязняющих пылью воздух, используются промышленные фильтры, специализированная вентиляция, люди работают в респираторах — масках с фильтром для воздуха.

Большой вред организму наносит курение, так как в табаке и табачном дыме содержится никотин — сильный растительный яд, действующий отрицательно на центральную нервную систему. Вредное действие никотина на органы дыхания проявляется в уменьшении жизненной емкости легких, в хроническом раздражении слизистых оболочек дыхательных путей, вызывающем хронический бронхит курящего.

Среди болезней, поражающих органы дыхания, есть инфекционные, аллергические, воспалительные. К инфекционным относятся грипп, туберкулез, дифтерия, пневмония и др.; к аллергическим — бронхиальная астма, к воспалительным — трахеит, бронхит, плеврит, которые могут возникнуть при неблагоприятных условиях: переохлаждении, действии сухого воздуха, дыма, различных химических веществ или, как следствие, после инфекционных заболеваний [3].

В Казахстане в целом если сравнивать с 2010 годом, то можно заметить незначительное снижение уровня заболеваемости (2010-313,5 случая на 100.тыс населения и 2011 – 321,0) Как видно из рисунка 1 в 2011 году наблюдается высокий рост заболеваемостью в Южно-Казахстанской области как среди взрослого населения, так и среди подростков и детей (рис.1).



Среди населения показатели заболеваемости бронхитом в ЮКО равны 668,2 случая на 100000 населения, что превышает в 2 раза республиканский показатель (321,0), среди подростков – 760,3 и детей – 722,0 случая [4].

На втором месте среди всего населения занимает Актюбинская область (399,8) и на третьем месте Алматинская область (396,1).

Среди подростков от 15-17 лет на втором месте Алматинская (732,3) и далее Жамбылская области (608,5).

Среди детей от 0-14 лет на вторм месте Кызылординская (499,8) и Жамбылская области (360,4).

Анализируя данные можно отметить, что высокие уровни заболеваемости бронхитом в основном южных регионах республики связаны с климато-экологическими проблемами.

Предупредить заболевания органов дыхания можно самому, придерживаясь некоторых гигиенических требований.

1. В период эпидемии инфекционных заболеваний своевременно пройти вакцинацию (противогриппозную, противодифтерийную, противотуберкулезную и др.)
2. В этот период не следует посещать многолюдные места (концертные залы, театры и др.)
3. Придерживаться правил личной гигиены.
4. Проходить диспансеризацию, то есть медицинское обследование.
5. Повышать устойчивость организма к инфекционным заболеваниям путем закаливания, витаминного питания.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1 Заболевания органов дыхания: Николай Мазнев. — СПб.: Рипол Классик, Дом. XXI век, 2010 г.- 64 с.
2 Llor C., Moragas A., Bayona C. и др. Effectiveness of anti-inflammatory treatment versus antibiotic therapy and placebo for patients with non-complicated acute bronchitis with purulent sputum. The BAAP Study protocol // BMC Pulm Med. — 2011. — Т. 11. — № 38.
3 Лечение заболеваний органов дыхания: Николай Мазнев. — СПб.: Рипол Классик, Дом. XXI век. - 2010 г.- 64 с.
4 Статистический сборник «Здоровье населения РК и деятельность организаций здравоохранения в 2011 году». - Астана: 2012 г.

А.Т. БАРМАГАМБЕТОВА

ҚР БРОНХИТ АУРУШЫЛДЫҒЫ ЖӨНІНДЕ, ЕМДЕУ ЖӘНЕ АЛДЫН АЛУ

Түйін: Бронхит – бұл медициналық көмекті жиі қажет ететін және ең кең таралған аурулардың ондығына кіреді.Соңғы кездері асқынбаған өткір бронхит, инфекциялық процесс емес қабыну ретінде қарастырылады, сондықтан қабынуға қарсы ем, микробқа қарсы емге қарағанда орынды болып саналады.
Түйінді сөздер: бронхит, өкпе қабынуы, тыныс алу ағзаларының аурулары,жөтел,қақырық

A.T. BARMAGAMBETOVA

ABOUT A CONDITION OF INCIDENCE OF BRONCHITIS IN KAZAKHSTAN, TREATMENT AND PREVENTION

Resume: Bronchitis – a disease which the help goes to ten the most common causes of the address for medical. Recently the uncomplicated acute bronchitis is more considered as inflammatory, instead of infectious process in this connection anti-inflammatory therapy is represented to more justified, than antimicrobic.
Keywords: bronchitis, pneumonia, diseases of respiratory system, cough, phlegm.