



Нелёгкие болезни легких

Ежегодно по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) проходит Всемирный день борьбы против хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ).

ХОБЛ — это представляющая угрозу для жизни болезнь легких, препятствующая нормальному дыханию. Главной причиной ХОБЛ является табачный дым (включая пассивное воздействие дыма). Согласно прогнозам ВОЗ, к 2030 году по причине ХОБЛ ежегодно могут умирать до 8,3 млн человек. В странах с высоким и средним уровнями дохода табачный дым является самым серьезным фактором риска, тогда как в странах с низким уровнем дохода заболевание вызвано воздействием загрязненного воздуха внутри помещений, например, в результате использования в качестве топлива биомассы.

Показатели смертности от ХОБЛ среди курильщиков максимальны, у них быстрее развивается обструкция дыхательных путей и одышка. Согласно данным статистических исследований, курильщики в четыре раза чаще болеют пневмонией, чем некурящие. Скорее всего, это объясняется тем, что вызванные курением изменения тканей легких и дыхательных путей делают их более уязвимыми для микробов.

Факторами риска профессиональной природы, значение которых установлено, являются пыли, содержащие кадмий и кремний. Профессии с повышенным риском развития ХОБЛ - шахтеры; строители, работа которых предполагает контакт с цементом; рабочие металлургической промышленности (горячая обработка металлов); железнодорожники; рабочие, занятые переработкой зерна, хлопка и производством бумаги. А курение значительно усиливает неблагоприятное действие профессиональных факторов.

Основные симптомы ХОБЛ:

- Кашель - ежедневный или перемежающийся.
- Выделение мокроты.
- Одышка— прогрессирующая, постоянная (каждый день), усиливающаяся при физической нагрузке, нарастающая при респираторных инфекциях.

Диагноз и лечение ХОБЛ

Диагноз ХОБЛ подтверждается исследованием, которое называется спирометрия. Оно показывает, какое количество воздуха человек может вдохнуть и выдохнуть, и как быстро воздух может входить в легкие и выходить из них.

Различные формы лечения ХОБЛ могут содействовать облегчению симптомов и повышению качества жизни людей, страдающих этой болезнью. Так, например, лекарства, способствующие расширению основных дыхательных путей в легких, могут облегчить одышку. В связи с тем, что ХОБЛ развивается медленно, наиболее часто болезнь диагностируется у людей в возрасте 40 лет и старше. Очень важно как можно раньше выявить заболевание.

Преимущества ранней диагностики ХОБЛ:

- Раннее начало адекватной терапии.
- Лучший эффект от терапии.
- Профилактика обострений.
- Снижение темпов прогрессирования.

Основные методы лечения ХОБЛ

Отказ от курения

Рекомендуется полный отказ от курения (в том числе пассивного).

Лекарственная терапия. На сегодняшний день имеется огромное количество препаратов для лечения ХОБЛ, препарат, который необходим именно вам, в вашей ситуации способен подобрать только опытный врач-терапевт или пульмонолог. Не стоит забывать, что важнейший способ лечения заболевания ХОБЛ — это ингаляция лекарственных препаратов, которые способны расширить бронхи, уменьшить воспалительные процессы в них, устранить одышку. В большинстве случаев ингаляторы необходимо использовать практически постоянно или неопределенно долго.

Реабилитация. Для больных с ХОБЛ также необходимы тренирующие программы, которые ведут упор на физическую активность на всех стадиях течения процесса. Они способны уменьшить одышку и усталость пациента.

Профилактика ХОБЛ

Своевременное прохождение диспансеризации позволяет обнаружить предпосылки к возникновению болезни или выявить отклонения на начальной стадии. Именно поэтому так важно следить за своим здоровьем и проходить диспансеризацию.

«СОГАЗ-Мед» напоминает, каждый, кто имеет на руках полис обязательного медицинского страхования, имеет право бесплатно детально обследовать состояние своего здоровья. Диспансеризация взрослого населения проводится: раз в 3 года в возрасте от 18 до 39 лет включительно; ежегодно в возрасте 40 лет и старше, а также в отношении отдельных категорий граждан. Годом прохождения диспансеризации считается календарный год, в котором гражданин достигает соответствующего возраста.

Для граждан, перенесших COVID-19, предусмотрена углубленная диспансеризация с дополнительными видами исследований и консультаций врачей - специалистов. Ее можно пройти в течение года после заболевания, но не ранее 60 дней после выздоровления. Направления на дополнительные обследования должны выдаваться в течение трех дней.

Вторичная профилактика ХОБЛ, направленная на снижение риска обострения болезни.

Больному рекомендуется:

- Укреплять иммунитет и знать факторы, провоцирующие обострение.
- Проводить бронхолитическую терапию.
- Осуществлять вакцинацию и ревакцинацию против пневмококковой и гриппозной инфекции.
- Проводить периодические курсы витаминной терапии, лечебной физкультуры и дыхательной гимнастики.
- Правильно использовать ингаляторы при ХОБЛ.
- Периодически проходить лечение в специализированных санаториях и курортах. Это даст возможность поддерживать легочную ткань в нормальном состоянии, обеспечивать ее функциональность на оптимальном уровне.

По вопросам порядка получения медицинской помощи в рамках системы ОМС, застрахованные «СОГАЗ-Мед» могут обратиться к страховому представителю по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный), в мобильном приложении «СОГАЗ ОМС» (для Android) или уточнить информацию на сайте sogaz-med.ru.

Генеральный директор АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед» Толстов Дмитрий Валерьевич отмечает:

«Страховые медицинские организации помогают людям узнать о своих правах в системе ОМС и воспользоваться ими. Мы верим, что повышение правовой грамотности застрахованных приведет к улучшению качества медицинского обслуживания и позволит всей системе обязательного медицинского страхования выйти на более высокий уровень. Ответственное отношение к своему здоровью – личное дело каждого, а наша задача – помочь людям узнать о своих правах и получить качественную бесплатную медицинскую помощь».

«СОГАЗ-Мед» напоминает о важности актуализации данных полиса ОМС в случае изменения персональных или контактных данных (телефон, e-mail). Для этого обратитесь в офис «СОГАЗ-Мед». С полным перечнем адресов офисов и режимом работы Вы можете ознакомиться на сайте «СОГАЗ-Мед».

Это позволит Вам своевременно получать информацию о возможности прохождения профилактических мероприятий (в том числе диспансеризации), а также информационное сопровождение со стороны страховой медицинской организации удобным для Вас способом связи.

Справка о компании:

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» — лидер системы ОМС. Каждый 3-й житель РФ является нашим застрахованным. Подразделения компании успешно работают в 56 российских регионах и в городе Байконуре. Высококвалифицированные специалисты «СОГАЗ-Мед» контролируют качество медицинского обслуживания и защищают права застрахованных в системе ОМС.