

## ЧТО ПРОИСХОДИТ ПРИ ХОБЛ?



Источник: [www.JenaFoto24.de/pixelio.de](http://www.JenaFoto24.de/pixelio.de)

### УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

Ваш лечащий врач обнаружил у Вас заболевание ХОБЛ. Аббревиатура ХОБЛ расшифровывается как хроническая обструктивная болезнь легких (англ. Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)). ХОБЛ является заболеванием легких. Оно не излечивается до конца, но поддается терапии.

### ▶ ЧТО ПРОИСХОДИТ ПРИ ХОБЛ

Легкие имеют форму перевернутого дерева, где трахея служит стволом. Из нее воздух через две основные ветви и множество мелких веточек - бронхов - попадает к "листьям", так называемым легочным пузырькам. Оттуда кислород поступает в кровь. Воздухообмен происходит только в легочных пузырьках. Поэтому очень важно, чтобы воздух, который мы вдыхаем, мог беспрепятственно доходить до них.

При заболевании ХОБЛ мелкие дыхательные пути - бронхи - постоянно сужены. Легочные пузырьки частично разрушены или раздуты, как маленькие шарики. Их больше нельзя вернуть в нормальное состояние.

### ▶ ФАКТОРЫ РИСКА ПРИ ХОБЛ

Основной причиной возникновения ХОБЛ является:

- курение

Дополнительные факторы риска:

- длительное вдыхание пыли, связанное с профессиональной деятельностью, например, в горнодобывающей промышленности
- загрязненный воздух
- частые инфекционные заболевания дыхательных путей в детском возрасте
- некоторые редкие детские болезни дыхательных путей

### ▶ СИМПТОМЫ

Существуют три характерных симптома ХОБЛ:

- одышка (вначале только при нагрузке, позднее также и в спокойном состоянии)
- кашель
- мокрота

У многих пациентов эти симптомы наблюдаются на протяжении многих лет, но им не придают должного значения либо не обращают на них внимания. В этом случае высок риск того, что болезнь останется невыявленной, лечение не будет начато своевременно, и заболевание будет прогрессировать.

### ▶ ЛЕЧЕНИЕ

Лечение ХОБЛ включает в себя как лекарственную терапию, так и немедикаментозное лечение. Эти методы хорошо дополняют друг друга. Какой метод лечения будет избран в Вашем случае зависит от стадии заболевания.

Важными элементами лечения являются:

- исключение воздействия вредных веществ, как например, сигаретный дым, пыль.
- восстановительные меры, в том числе физиотерапия дыхательных путей, физические упражнения, а также семинары для пациентов.
- прием бронходилаторов  
Они расширяют мелкие дыхательные пути (бронхи) и, как правило, вводятся в форме спрея. Это базовые медикаменты при ХОБЛ.
- прием препаратов с содержанием кортизона  
Они применяются, как правило, для предотвращения обострений болезни (приступы ХОБЛ).
- в тяжелых случаях назначается долговременная кислородотерапия.

### ▶ ЧТО ЕЩЕ ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ

При лечении ХОБЛ врач не сможет обойтись без Вашей помощи. В Ваших силах поддержать стабильное состояние Вашего здоровья. В частности:

- Откажитесь от курения сигарет.  
Самая частая причина возникновения ХОБЛ - курение. Если Вы курите, то теперь Вам следует отказаться от этой вредной привычки. Справиться с ней Вам помогут такие меры, как курс отвыкания от табачной зависимости или прием специальных медикаментов. Дополнительную информацию по теме, а также необходимые адреса Вы найдете в "Рекомендациях для пациентов" (см. ниже).
- Ведите активный образ жизни.  
Физические нагрузки, например, легкие пешие прогулки или любой вид тренировок на выносливость, снизят утомляемость и улучшат самочувствие. Спросите совета у Вашего лечащего врача, какой вид физических нагрузок оптимален в Вашем случае, например, занятия в рамках группы дыхательной гимнастики.

- Следите за весом.  
Часто у пациентов, страдающих ХОБЛ, наблюдается нежелательное снижение веса. Или наоборот, болезнь может спровоцировать резкое повышение веса, что является симптомом отклонений в деятельности сердца. Если Ваш вес меняется без Вашего сознательного участия или Вы теряете больше двух килограммов в течение полугода, Вам следует обратиться к лечащему врачу.
- Обратиться к врачу следует и в том случае, если Вы плохо себя чувствуете на протяжении более суток.  
Обострениям необходимо быстро противодействовать. Поэтому, если Вы в течение более суток страдаете одышкой или кашлем сильнее обычного или откашливаете большее количество мокроты, чем обычно, то Вам нужно обязательно обратиться к врачу. Визит к врачу необходим также при общем недомогании: быстрой утомляемости, чувстве разбитости или повышенной температуре.
- Если есть подозрение, что заболевание возникло в связи с профессиональной деятельностью, то как можно раньше проинформируйте об этом врача по месту работы или профессиональное страховое товарищество (нем. Berufsgenossenschaft).

### ▶ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Данная информация для пациентов основана на последних научных разработках. Она обобщает важнейшие пункты рекомендаций для пациентов на тему "ХОБЛ".

#### Ссылки по теме

Рекомендации для пациентов по теме "ХОБЛ"

[www.patienten-information.de/patientenleitlinien](http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien)

Организации взаимопомощи и партнеры, участвовавшие в разработке рекомендаций:

[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe), [www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### Контактные данные организаций взаимопомощи

Контактные данные организаций взаимопомощи по Вашему месту жительства Вы можете узнать в обществе NAKOS (Национальный контактный и информационный центр для создания и поддержки групп взаимопомощи):

[www.nakos.de](http://www.nakos.de), Тел. 030 3101 8960

#### Рекомендации для пациентов

В "Рекомендациях для пациентов" специальная информация, предназначенная для врачей, изложена понятным для неспециалистов языком. Они дают важные базовые сведения о причинах заболеваний, методах обследования и лечения. Разработка врачебных рекомендаций (так называемых "Национальных рекомендаций по медицинскому обеспечению") и соответствующих версий для пациентов осуществляется Федеральной врачебной палатой (BÄK), Федеральным объединением врачей больничных касс (KBV) и Комиссией научно-медицинских обществ (AWMF).

DOI: 10.6101/AZQ/000066

Ответственный за содержание:  
Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)  
Совместный институт BÄK и KBV  
Тел.: 030 4005-2500 • Факс: 030 4005-2555  
Электронная почта/Ansprechpartner: [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)  
[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)  
[www.aeqz.de](http://www.aeqz.de)



С рекомендацией