

Здравствуйте, дети,

У вас астма - заболевание легких. При правильном лечении вы можете заниматься всем, чем занимаются ваши друзья.

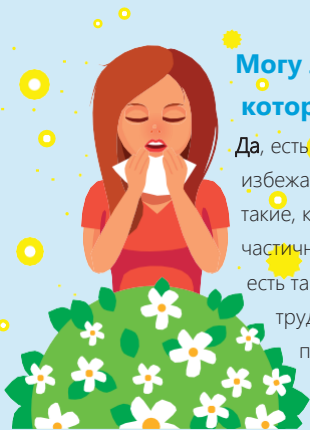


Можно ли правильно лечить астму?

Да, прежде всего важно избежать тех факторов, которые провоцируют симптомы. Кроме того, есть лекарства для ингаляций и возможность узнать много нового о своем заболевании в рамках увлекательной программы обучения.

Могу ли я избежать тех ситуаций, которые усугубляют мою астму?

Да, есть такие раздражители, которых легко избежать, например шерсть животных, есть такие, которых можно избежать лишь частично, например клещи домашней пыли, и есть такие, которых можно избежать с трудом или совсем не избегать, например пыльца. Лучше всего посоветоваться с врачом или пройти курс обучения.



Должен ли я регулярно ингалировать некоторые лекарства?

Да, это так называемые "защитные" препараты. Они обеспечивают отсутствие симптомов в повседневной жизни и позволяют вам заниматься любыми делами. Однако они помогают только в том случае, если вы принимаете их регулярно и знаете, как это делать правильно. Это очень быстро и занимает не более 5 минут в день. Не забудьте прополоскать рот после процедуры!

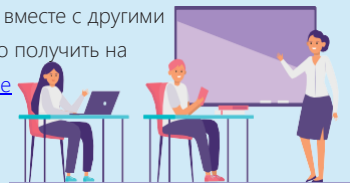
Что делать,

если мне вдруг стало трудно дышать?

Конечно, на этот случай у вас есть средство экстренной помощи - спрей, который всегда должен быть с вами. Он надежно и быстро поможет вам. Вы также должны всегда сообщать об этом родителям, взрослым в школе или другим воспитателям, которые смогут быстро оказать помощь. Вы также можете использовать определенные техники дыхания. Этому можно научиться на курсах по обучению астме, и это описано в вашем плане действий в экстренных ситуациях.

Могу ли я узнать больше об астме?

Да, существует специальная программа обучения для детей с астмой. Здесь вас проинформируют, и вы сможете узнать много нового о своей астме вместе с другими детьми. Информацию можно получить на сайте www.asthaschulung.de и у вашего педиатра.



Здесь вы можете сохранить информацию для родителей и детей, а также подробную информацию в справочниках для родителей



Обзор всех
информацио
нных



Инструкция для
родителей
Астма II



Обзор всех
справочников
для родителей

Herausgeberin: Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin

Alle Rechte vorbehalten.

Bildnachweis: PARI GmbH: Titel | 123rf: Igor Yaruta: S. 2 | AG Asthaschulung: S. 4 | iStock: Iconic Bestiary: S. 5 | SurfupVector: S. 6

Idee: WAG Prävention / Allergie und Impfen | **Realisation:** iKOMM GmbH, Bonn
Gestaltung: kippcconcept gmbh, Bonn



Информация для родителей и детей

Бронхиальная астма (часть II)

Как можно эффективно лечить астму?
Что я могу сделать для предотвращения
заболевания и что я могу предпринять
в экстренных случаях?

Эта брошюра предоставляется бесплатно компанией GPA. Она не предназначена для перепродажи получателям и третьими

Уважаемые родители,

Астма - самое распространенное хроническое заболевание детского и подросткового возраста. Однако астма хорошо поддается лечению, что позволяет добиться нормального качества жизни. Эта брошюра предназначена для того, чтобы дать вам несколько советов и информацию о методах лечения. В другой брошюре (Астма, часть I) рассказывается о причинах и особенностях астмы. Если вы хотите узнать больше, попросите "Справочник для родителей" от GPA (www.gpau.de).

Каковы основы лечения?

Лечение основывается на 4 "столпах":

1. избегание провоцирующих факторов, если они вам известны
2. продолжительное лечение воспаления бронхиальных труб
3. оказание экстренной помощи при появлении симптомов
4. обучение и реабилитация

Можно ли избежать триггеров?

И да, и нет. У большинства детей с астмой есть аллергия, которая, в свою очередь, влияет на тяжесть заболевания. Если избегать этих аллергических триггеров, астма часто улучшается, но не исчезает полностью. Некоторые аллергены можно легко избежать, например, шерсть животных. Однако есть и такие триггеры, которых можно избежать лишь частично, например клещи домашней пыли, а также те, которых трудно или невозможно избежать, например пыльца растений.



Требуется ли постоянное лечение астмы?

Да, астма - это хроническое заболевание, характеризующееся преимущественно аллергическим воспалением бронхов. Цель длительного лечения - эффективно предотвратить эти воспалительные процессы. Наиболее успешно это достигается с помощью кортикостероидов в виде ингаляций. Преимущество этой формы лечения заключается в том, что лекарство можно вводить в очень малых дозах. При правильном применении и последующем полоскании рта побочные эффекты отсутствуют или возникают крайне редко и носят в основном локальный характер. Тем не менее, препарат работает только в том случае, если вещество вдыхается регулярно, с использованием правильной техники и в течение длительного периода времени. В некоторых случаях кортикостероид сочетается с другими веществами.

Существуют ли лекарства для неотложной помощи?

Да, каждому пациенту с астмой необходимо лекарство, которое можно использовать при появлении симптомов. Оно быстро помогает, расширяя суженные бронхиальные трубки, и таким образом приводит к улучшению симптомов в течение нескольких минут. Это лекарство необходимо всегда носить с собой. План действий в случае чрезвычайной ситуации объясняет, как правильно его использовать и какую еще помощь можно получить.

Помогает ли антиаллергенная иммунотерапия?

Да, если аллергический триггер определен, и избежать его трудно или невозможно, то аллерген-специфическая иммунотерапия, также известная как гипосенсибилизация, может помочь. Во многих случаях она может предотвратить начало астмы. Обсудите этот вопрос с вашим педиатром.

Как долго длится лечение астмы?

Поскольку астма является хроническим заболеванием, лечение должно проводиться в течение длительного времени (месяцы или годы). Только так можно успешно бороться с воспалением бронхиальных труб, надолго облегчить симптомы и предотвратить возможные долгосрочные последствия. Решение об интенсивности и продолжительности лечения принимается совместно с вашим педиатром во время регулярных осмотров.

Существуют ли специальные курсы обучения по астме?

Да, существует специальная программа амбулаторного обучения для детей и их семей. Она оплачивается больничными кассами, если ребенок включен в так называемую структурированную программу лечения (DMP) астмы. В рамках курса обучения астме обсуждаются все важные аспекты астмы и объясняются многие способы, помогающие справиться с этим заболеванием. Информацию можно найти на сайте www.asthmaschulung.de и у вашего педиатра.



Что еще необходимо?

Если обучения недостаточно или оно не предлагается в вашем регионе, есть возможность пройти медицинскую реабилитацию в подходящей клинике. Как правило, она проводится по заявке и финансируется за счет средств немецкого пенсионного страхования (DRV).

Дополнительную информацию можно найти на домашней странице www.kinder-und-jugendreha-im-netz.de.

Поведение при возникновении

Если у вас случился приступ астмы или вам трудно дышать, постарайтесь сохранять спокойствие и сделайте следующее:

1. начните дышать, облегчая положение и осуществляя торможение губами, и продолжайте это делать непрерывно (этому можно легко научиться).
2. примите лекарства первой помощи и подождите 5-10 минут.
3. если состояние не улучшается: Снова примите лекарство; если назначено, примите кортизон и снова подождите 5-10 минут.
4. если не становится лучше: Сообщите родителям и/или врачу или врачу скорой помощи.

Полный план действий в экстренной помощи можно скачать здесь:

