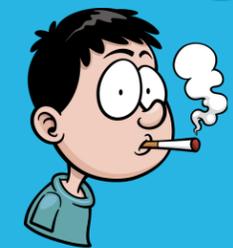
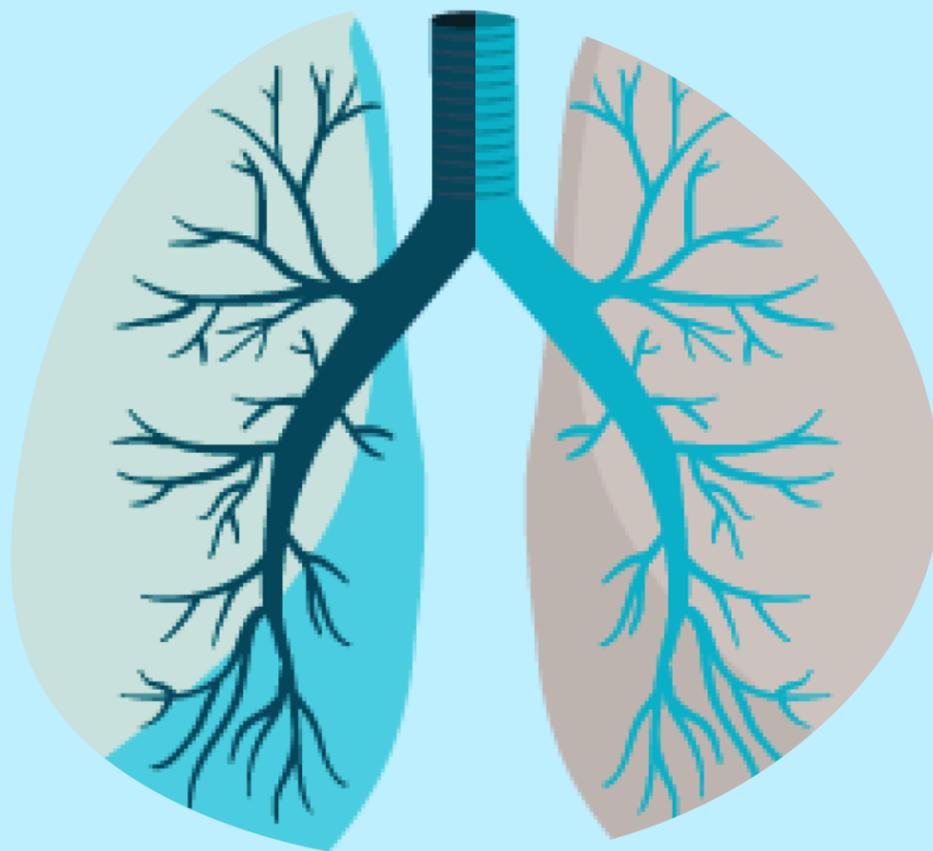


ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ!



- Хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ) занимает третье место среди ведущих причин смерти в мире и в 2019 г. унесла жизни 3,23 миллиона человек.
- Почти 90% случаев смерти от ХОБЛ среди людей в возрасте до 70 лет происходит в странах с низким и средним уровнем дохода (СНСД).
- ХОБЛ стоит на седьмом месте среди причин нездоровья в мире (измеряемого в годах жизни, скорректированных на инвалидность).
- В странах с высоким уровнем дохода более 70% случаев ХОБЛ связаны с табакокурением. В СНСД табакокурение является причиной 30–40% случаев ХОБЛ, а одним из ведущих факторов риска является загрязнение воздуха в помещениях.

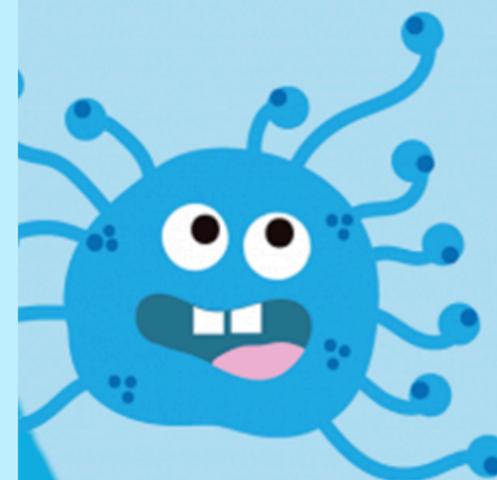
ДЫШИ СВОБОДНО – ЖИВИ ЛЕГКО



При наличии длительного кашля
обратитесь в поликлинику.
Не принимайте лекарственные
препараты самостоятельно!

Государственное
учреждение
«Минский зональный центр
гигиены и эпидемиологии»

БОЛЕЗНИ ЛЁГКИХ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА



К болезням органов дыхания относятся:

- ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь лёгких)
- Пневмония
- Муковисцидоз лёгких
- Туберкулёз лёгких
- Рак лёгких

СИМПТОМЫ



кашель
(с мокротой)



боль в
грудной клетке



одышка



потеря
аппетита

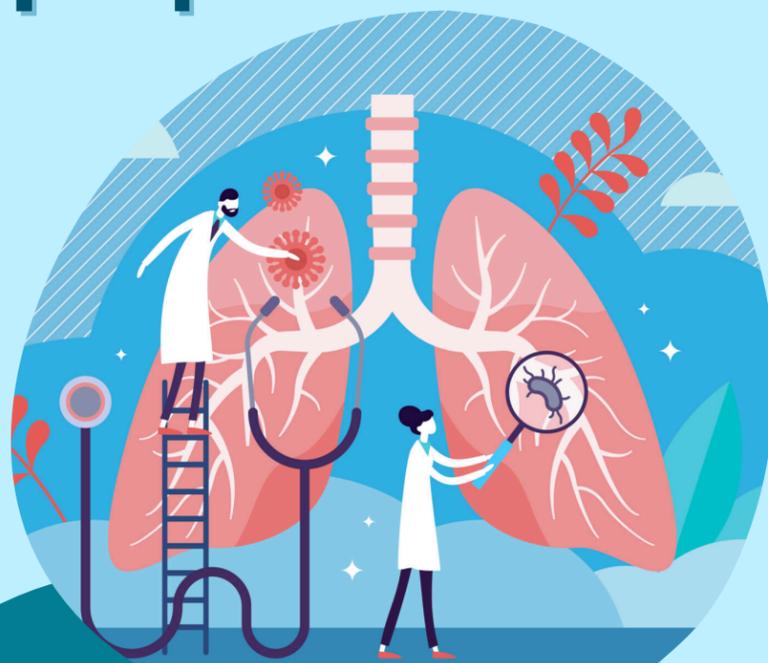


потеря
веса



повышенная
температура

профилактика



- ежедневное занятие физкультурой
- прогулки на свежем воздухе
- правильное и полноценное питание
- соблюдение санитарно-гигиенических норм
- своевременная вакцинация
- регулярное медобследование
- соблюдение респираторного этикета
- отказ от вредных привычек
- полноценный сон
- закаливание организма

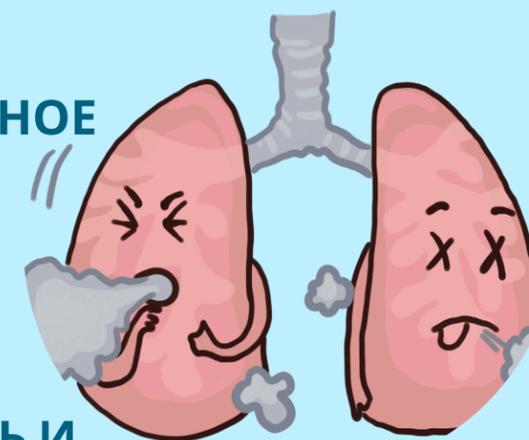
факторы риска:

КУРЕНИЕ И ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ

ВЕЩЕСТВА, РАЗДРАЖАЮЩИЕ ЛЁГКИЕ

НАСЛЕДСТВЕННОСТЬ И ГЕНЕТИЧЕСКИЙ ФАКТОР

ИНФЕКЦИОННЫЕ АГЕНТЫ



СТРЕСС

ОСЛАБЛЕННЫЙ ИММУНИТЕТ

ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ ОРГАНИЗМА

группы риска

- дети до 5 лет
- беременные
- люди старше 65 лет
- лица с хроническими заболеваниями
- работники здравоохранения