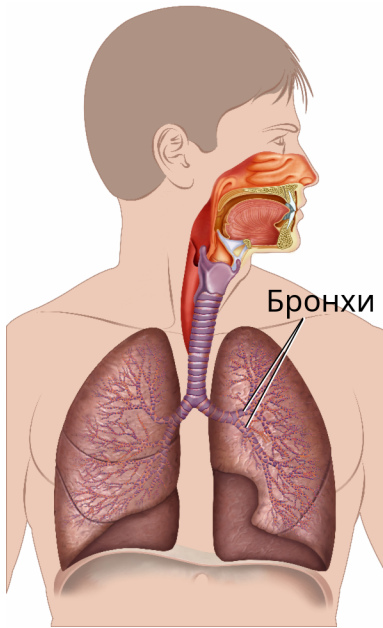


# Приступ бронхіальної астми

## Вступ

Приступ бронхіальної астми, який також називається загостренням бронхіальної астми або гострим бронхоспазмом, — це раптове звуження та стиснення нижніх дихальних шляхів (*бронхів*) у легенях, що може ускладнити дихання. Звуження викликане запаленням і стисненням гладких м'язів, що оточують нижні дихальні шляхи у легенях.

Приступи бронхіальної астми можуть викликати кашель, хрипи, задишку та біль у грудях. В дихальних шляхах може утворюватися додатковий слиз, викликаний запаленням і подразненням. Під час приступу бронхіальної астми може бути важко дихати. Важливо негайно отримати лікування. Приступи бронхіальної астми можуть варіюватися від незначних до небезпечних для життя.



## Які причини?

Можливі причини або тригери цього стану включають:

- Побутові алергени, такі як пил, шерсть домашніх тварин, таргани
- Цвіль, пилок із дерев або трави
- Забруднювачі повітря, такі як побутові миючі засоби, аерозолі, сильні хімічні речовини, сильні запахи та будь-який дим.
- Зміни погоди та холодне повітря
- Стрес або сильні емоції, такі як плач або сильний сміх.
- Вправи або види діяльності, які потребують багато енергії.
- Деякі лікарські препарати або захворювання, такі як:
  - Аспірин або бета-блокатори.
  - Інфекції або запальні стани, такі як грип (*грип*), застуда, пневмонія або запалення носових оболонок (*риніт*).
  - Гастроєзофагеальна рефлюксна хвороба (ГЕРХ). ГЕРХ — це захворювання, при якому шлункова кислота знову потрапляє в стравохід і проникає в трахею (*дихальне горло*), що може подразнювати дихальні шляхи.

## Які ознаки або симптоми?

Симптоми цього захворювання включають:

- Хрипи, які здаються свистом під час дихання.
- Надмірний кашель. Це може відбуватися лише вночі.
- Відчуття стиснення або болю в грудях.
- Утруднене дихання (*задишка*).
- Важко говорити повними реченнями.
- Відчуття, що Ви не можете отримати достатньо повітря, як би важко Ви не дихали (*нестача повітря*).

## Як це діагностується?

Це захворювання може бути діагностовано на основі:

- Фізикального обстеження та Вашої історії хвороби
- Ваших симптомів.
- Аналізів для перевірки інших причин Ваших симптомів або інших станів, які могли спричинити приступ бронхіальної астми. Ці аналізи можуть включати:
  - Рентгенографію грудної клітки.
  - Аналізи крові.
  - Дослідження функції легень (*спірометрія*) для оцінки потоку повітря в легенях.

## Як це лікується?

Лікування цього захворювання залежить від тяжкості та причини приступу бронхіальної астми.

- При легких приступах Ви можете отримувати лікарські препарати через ручний інгалятор (*дозований інгалятор або ДІ*) або через пристрій, який перетворює рідкий лікарський засіб у туман (*небулайзер*). До таких лікарських засобів належать:
  - Препарати швидкої дії для полегшення дихання або препарати невідкладної терапії, які швидко розслабляють дихальні шляхи та легені.
  - Лікарські препарати тривалої дії, які застосовуються щодня для запобігання (*контролю*) Вашим симптомам бронхіальної астми.
- При помірних або тяжких приступах Ви можете отримувати лікування стероїдними лікарськими засобами перорально або шляхом в/в ін'єкції в лікарні.
- При тяжких приступах Вам може знадобитися киснева терапія або дихальний апарат (*штучна вентиляція легень*).
- Якщо приступ бронхіальної астми був викликаний бактеріальною інфекцією, Вам назначать антибіотики.

## Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

### Лікарські препарати

- Приймайте безрецептурні та рецептурні препарати лише відповідно до вказівок Вашого лікаря.
- Якщо Вам призначили антибіотик, приймайте його відповідно до вказівок Вашого лікаря. **Не** припиняйте прийом антибіотика, навіть якщо Вам стане краще.
- Повідомте свого лікаря, якщо Ви можете бути вагітною, щоб переконатися, що Ваші ліки від бронхіальної астми є безпечними для застосування під час вагітності.

### Уникнення тригерів

- Слідкуйте за тим, що спричиняє приступи бронхіальної астми. Уникайте впливу цих тригерів.
- **Не** використовуйте продукти, що містять нікотин або тютюн, такі як сигарети, електронні сигарети та жувальний тютюн. Якщо Вам потрібна допомога, щоб кинути палити, зверніться до свого лікаря.
- Коли багато пилку, забруднене повітря або надмірна вологість, тримайте вікна закритими та використовуйте кондиціонер або перейдіть у місця з кондиціонером.



### План дій при бронхіальній астмі

- Разом зі своїм лікарем складіть письмовий план лікування приступів бронхіальної астми (*план дій при бронхіальній астмі*). Цей план повинен включати:
  - Перелік тригерів бронхіальної астми та способи їх уникнення.

- Перелік симптомів, які можуть у Вас виникнути під час приступу бронхіальної астми.
- Інформацію про те, який лікарський засіб слід приймати, коли та скільки лікарського засобу слід приймати.
- Інформацію, яка допоможе Вам зрозуміти показники пікової швидкості видиху.
- Щоденні дії, які Ви можете вжити для контролю симптомів бронхіальної астми.
- Контактну інформацію Ваших лікарів.
- Якщо у Вас станеться приступ бронхіальної астми, дійте швидко. Дотримуйтесь дій у надзвичайних ситуаціях, зазначених у Вашому письмовому плані дій при бронхіальній астмі. Це може запобігти необхідності їхати до лікарні.

### Загальні інструкції

- Уникайте надмірних фізичних навантажень або фізичної активності, поки Ваш приступ бронхіальної астми не мине.
- Будьте в курсі всіх вакцин, наприклад вакцин проти грипу та пневмонії.
- Приходьте на всі візити подальшого спостереження відповідно до вказівок Вашого лікаря. Це важливо. Бронхіальна астма вимагає ретельного медичного догляду.

### Зверніться до лікаря, якщо:

- Ви дотримувалися свого плану дій протягом 1 години, а показники пікової швидкості видиху все ще становлять 50–79 %. Це відбувається в жовтій зоні, що означає «обережно».
- Вам необхідно приймати свої препарати швидкої дії для полегшення дихання частіше, ніж зазвичай.
- Ваші лікарські препарати викликають побічні ефекти, такі як висип, свербіж, набряк або утруднене дихання.
- Ваші симптоми не покращуються після прийому лікарського препарату.
- У Вас гарячка.

### Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- Ваш показник пікової швидкості видиху менше 50 % від Вашого особистого показника. Це відбувається у червоній зоні, що означає «небезпека».
- У Вас виник біль або дискомфорт у грудях.
- Ваші ліки більше не допомагають.
- Ви кашляєте слизом із кров'ю.
- У Вас підвищена температура тіла, і Ваші симптоми раптово погіршуються.
- Вам важко ковтати.
- Ви відчуваєте сильну втому, і дихання стає втомливим.

**Ці симптоми можуть свідчити про серйозну проблему, яка потребує невідкладної допомоги. Не чекайте, щоб перевірити, чи зникнуть симптоми. Негайно зверніться по медичну допомогу. Зателефонуйте до місцевої служби невідкладної допомоги. Не їдьте самі в лікарню.**

### Підсумок

- Приступи бронхіальної астми виникають внаслідок звуження або стискання дихальних шляхів, що викликає задишку, кашель і гучне дихання (*хрипи*).
- Приступи бронхіальної астми можуть спровокувати різні фактори, такі як алергени, зміни погоди, фізичні вправи, сильні запахи та будь-який дим.
- Якщо у Вас станеться приступ бронхіальної астми, дійте швидко. Дотримуйтесь дій у надзвичайних ситуаціях, зазначених у Вашому письмовому плані дій при бронхіальній астмі.
- Негайно зверніться по допомогу, якщо у Вас виникнуть серйозні проблеми з диханням, біль у грудях або гарячка, або якщо Ваші домашні лікарські препарати більше не допомагають у лікуванні Ваших симптомів.