

*Скворцов В.В.,  
доктор медицинских наук,  
профессор кафедры внутренних болезней  
Волгоградский государственный медицинский университет  
Россия, г. Волгоград*

*Белякова Е.В.,  
кандидат медицинских наук,  
доцент кафедры внутренних болезней  
Волгоградский государственный медицинский университет  
Россия, г. Волгоград*

*Акрамов И.Н.,  
Студент  
4 курс, лечебный факультет  
Волгоградский государственный медицинский университет  
Россия, г. Волгоград*

## **ШКОЛЫ ЗДОРОВЬЯ У ПОДРОСТКОВ, БОЛЬНЫХ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ**

***Аннотация:** В статье рассматривается применение таких форм обучения, как школа здоровья у больных с бронхиальной астмой (БА), или астма-школа. Основным предназначением данных школ является обучение пациентов самостоятельно наблюдать за своим состоянием, уметь управлять своим заболеванием, а также контролировать свое состояние под наблюдением медицинской сестры.*

***Ключевые слова:** бронхиальная астма, астма-школы, терапия бронхиальной астмы.*

**Annotation:** *The article discusses the use of such forms of education as the school of health in patients with bronchial asthma, or asthma school. The main purpose of these schools is to teach patients to independently monitor their condition, to be able to manage their disease, as well as to control their condition under the supervision of a nurse.*

**Key words:** *bronchial asthma, asthma schools, bronchial asthma therapy.*

Бронхиальная астма (БА) – хроническое неинфекционное заболевание дыхательных путей. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), в мире насчитывается порядка 300 млн. больных с БА. [1, 8].

У большинства больных можно выявить наследственные факторы в возникновении БА. Опасность данного заболевания и его сложность течения заключается в том, что симптомы повторяются при эмоциональном напряжении, что представляет угрозу жизни данным пациентам. Для повышения эффективности в проведении терапии пациентам с БА были разработаны астама-школы или школы здоровья у больных с БА. Основной целью данных школ является контроль за течением БА и повышение эффективности в терапии. [1,2,3].

#### **Цели астма-школы:**

1. Рассказать подростку с бронхиальной астмой о данном заболевании, методах лечения бронхиальной астмы на сегодняшний день.
2. Дать понять подростку о тяжести его заболевания и объяснить подход к лечению данного заболевания.
3. Научить подростка с бронхиальной астмой самому понимать приближающееся ухудшение в течении астмы, уметь предотвращать его.
4. Научить пациента самостоятельно оказывать себе помощь при начавшемся приступе астмы.
5. Объяснить о применении таких приборов, как спейсер и пикфлоуметр, для лечения астмы.

6. Помочь пациенту точно выполнить рекомендации медицинской сестры и врача. [2-4].

### **Методика организации занятий в астма-школе**

Школа здоровья для больных бронхиальной астмой – форма занятий с больными, которая проводится регулярно и в течении данных занятий пациенты изучают ряд тем.

Школы проводятся:

- для амбулаторных и стационарных больных;
- как врачами, так и специально обученным средним медицинским персоналом;
- для всех больных бронхиальной астмой, единственное требование – сохраненный интеллект и память; в группу входят больные разные по возрасту и с разным стажем заболевания.
- для больных с тяжелой формой бронхиальной астмы необходимо проводить индивидуальные занятия. [5-7,8].

Набор в астма-школу осуществляется в стационаре. Школы здоровья оповещаются все врачи, составляют список пациентов, нуждающихся в обучении, и направляют их на занятия.

На амбулаторном приеме: участковый врач сообщает больным о дате начала занятий, после чего больных оповещают по контактному телефону о начале занятий.

Количество больных в группе не должно превышать более 10 человек. Предпочтительно обучение пациентов совместно с их членами семьи, имеющих возможность вносить коррективы на образ жизни пациентов.

Для занятий лучше иметь учебный класс, где имеются столы, чтобы пациентам было удобнее производить записи.

К каждому занятию предоставляют демонстрационный материал: плакаты, буклеты, лекарства, видео- и аудиоролики и др.

Количество занятий может быть ограничена 5 уроками, продолжительность не больше 1,5 часов. Общая продолжительность цикла должна составлять не более 10. [7-9].

### **Профилактика бронхиальной астмы**

Профилактика бронхиальной астмы включает в себя первичную и вторичную профилактику. Первичная профилактика направлена на предупреждение возникновения БА. Целью вторичной профилактики является предотвращение развития осложнений при БА, а также приступов удушья у людей, которые болели астмой или болеют в настоящее время. В некоторых случаях выделяют и третичную профилактику бронхиальной астмы, которая исключает летальный исход при осложнённом течении БА.

Первичную профилактику с особым подходом должны проводить у лиц с высоким риском заболевания БА. К этой категории относятся:

- люди, с наследственной предрасположенностью;
- лица, злоупотребляющие курением табачных изделий;
- перенёвшие или страдающие атопическим дерматитом;
- лица с признаками обструктивной болезни лёгких;
- работники, условия труда которых могут способствовать возникновению бронхиальной астмы. [5-8].

Первичная профилактика в таком случае направлена на: улучшение экологии, соблюдение правил личной гигиены, частая уборка помещений, здоровое питание, устранение профессиональных вредностей, введение здорового образа жизни и своевременное лечение респираторных инфекций.

В случае если появляются приступы удушья, то нужно переходить к вторичной профилактике, которая включает в себя: своевременное лечение заболеваний дыхательной системы, отказ от вредных привычек, главным образом от курения, исключить контакт с домашними животными, исключение высокоаллергенных продуктов из рациона питания, проведение дыхательной гимнастики. Больным с БА рекомендовано так же санаторно-

курортное лечение. Благоприятная местность для данных пациентов – Кисловодск, Прибалтика, горный Алтай, Туркмения, южный берег Крыма и европейское Средиземноморье. [9-11]

Если приступы удушья не получилось избежать, и они начали беспокоить чаще, то в таком случае немедленно нужно обращаться за медицинской помощью и госпитализироваться в специализированный стационар. После купирования обострения можно отправиться на санаторно-курортное лечение для получения максимального результата. Это позволит забыть о бронхиальной астме продолжительное время и укрепить здоровье. [11-12].

#### **Использованные источники:**

1. Болезни органов дыхания. Под редакцией Н.Р. Палеева, Медицина, Москва, 2000. 564 с.
2. Внутренние болезни. Под редакцией Н.А. Мухина, В.С. Моисеева, А.И. Мартынова. В 2-х томах. ГЭОТАР-Медиа, 2006.
4. Внутренние болезни. В.И. Маколкин, С.И. Овчаренко М., Медицина, 2005.
5. Внутренние болезни по Т.Р. Харрисону. Под редакцией Э. Фаучи, Ю. Браунвальда. В 10 томах. Практика, Москва, 2005.
6. Внутренние болезни. Система органов дыхания. Ройтберг Г.Е., Струтынский А.В., 2005.
7. Медицинская реабилитация больных с заболеваниями внутренних органов: Руководство для врачей. Клячкин Л.М., Щегольков А.М. – М.: Медицина, 2000. – 328 с.
8. Санаторно-курортное и восстановительное лечение. Сборник нормативно-правовых и методических материалов. М.: Изд. МЦФЭР. Библиотека журнала «Здравоохранение» 2004. – 720 с.

9. Справочник по медико-социальной экспертизе и реабилитации / под ред. М.В. Коробова, В.Г. Помникова. – СПб.: Гиппократ, 2003. – 800 с.
10. Болезни органов дыхания. Руководство под ред. акад. РАМН, проф. Н.Р. Палеева. М., Медицина, 2000.
11. Респираторная медицина, в 2-х томах. Руководство под ред. А.Г. Чучалина, 2007. 1616 с.
12. Игнатъев В.А., Петрова И.В. Неотложная помощь при обострении бронхиальной астмы. СПб, 2008, 27 с.