Острый бронхит

Бронхит

Бронхит - это воспаление бронхов. Инфекция вызывает повреждение и распухание бронхов. Ваш организм борется с инфекцией и в лёгких образуется слизь. Это вызывает затруднения дыхания. Вы отхаркиваете слизь и у вас может появиться присвист или свистящий звук при дыхании.

Бронхит вызывают вирусы. Вирусы простуды вызывают большинство типов заболевания бронхитом. После того как ваш организм справился с вирусом, лёгким требуется долгое время, чтобы восстановиться. Поэтому вы продолжаете кашлять ещё неделю или две. Если вы курите или подвергаетесь воздействию заводской пыли и паров, повышается вероятность заболевания бронхитом, так как ваши лёгкие уже ослаблены. Если вы курите, вашим лёгким требуется больше времени, чтобы восстановиться. Очень редко бронхит вызывается другими причинами, такими, например, как попадание в лёгкие желудочной кислоты или бактериями.

Антибиотики не помогут в большинстве случаев заболевания бронхитом. Не существует теста, который мог бы подтвердить, что ваше заболевание является бронхитом. Почти все случаи заболевания бронхитом вызываются вирусами. Антибиотики не помогают, потому что они не убивают вирусы. Даже если отхаркиваемая вами слизь густая и жёлтая, антибиотики не помогут вам выздороветь быстрее. Приём антибиотиков без необходимости может принести вам вред, создавая более устойчивых к действию антибиотиков микробов. В большинстве случаев бронхит проходит сам по себе.

Бронхит можно спутать с аллергиями, астмой или воспалением лёгких. Если у вас есть другие симптомы, такие как высокая температура, слабость, затруднённое дыхание в лежачем положении и дыхание с присвистом в ночное время или когда вы занимаетесь физической деятельностью, поговорите со своим врачом.

Лучший способ предотвратить заболевание бронхитом - это мыть руки и бросить курить. Вирусы распространяются, когда вы трогаете руками рот, нос и глаза. Частое мытьё рук мылом и тёплой водой поможет предотвратить проникновение вирусов в ваш организм. Если вы бросите курить, вы уменьшите вероятность заболевания бронхитом в будущем. Кроме того, избегайте вдыхать пыль, дым и пары, которые могут нанести вред вашим лёгким.

Удивительные факты:

Многие полагают, что бронхит надо лечить антибиотиками. Между тем, почти все случаи бронхита вызываются вирусами. Против вирусов антибиотики не действуют.

Что делать:

- Бронхит обычно проходит сам по себе, хотя кашель может продолжаться несколько дней или недель.
- Отдыхайте и пейте много воды.
- Не курите.
- Избегайте дыма или паров.
- Пользуйтесь увлажнителем воздуха или вдыхайте влажный воздух. Если вы топите дровами, держите увлажнитель воздуха включенным днём и ночью.
- Применяйте массажи груди и спины.

Звоните своему врачу, если:

- Вы продолжаете дышать с присвистом или кашлять дольше 1 месяца, особенно ночью или когда вы занимаетесь физической деятельностью.
- Вы кашляете и чувствуете себя очень плохо, у вас слабость и держится высокая температура.
- Вы харкаете кровью.
- Вам тяжело дышать в лежачем положении.

Washington State Department of Health

DOH Pub 130-043 Russian 11/2002

Лица, имеющие инвалидность, могут получить этот документ в другом формате по просьбе. Пожалуйста, звоните по телефону 1-800-525-0127.

Разработано в сотрудничестве с:
Отделом здравоохранения округа Tacoma-Pierce / Иллюстрации (c) 2001 и Washington AWARE-Washington State Медицинской ассоциацией

Источники: Центры по борьбе с заболеваниями и профилактике заболеваний, Американская академия семейных врачей и организация Healthwise

Washington State Department of Health

Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) is pleased to provide camera-ready art for printing this educational material. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version**. DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.

- **Do not alter**. We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.

- **For quality reproduction**: Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team