****

**1 МАЯ МЕЖДУНАРОДНЫЙ «АСТМА-ДЕНЬ»**

Международный "Астма-день", провозглашенный Всемирной организацией здравоохранения проводится ежегодно по инициативе проекта "Международная инициатива против астмы” "GINA" с целью привлечения внимания общественности всего мира к проблеме астмы.

Что такое астма?

Астма является хроническим заболеванием, для которого характерны периодически повторяющиеся приступы удушья и свистящего дыхания, тяжесть и частота которых варьируются у разных людей.

У людей, страдающих астмой, симптомы могут наступать несколько раз в день или в неделю, а у некоторых людей состояние может ухудшаться во время физической активности или ночью.

Приступ астмы

Во время приступа астмы эпителиальная выстилка бронхиол разбухает, что приводит к сужению дыхательных путей и сокращению воздушного потока, поступающего в легкие и выходящего из них. Повторяющиеся симптомы астмы часто приводят к бессоннице, дневной усталости, пониженным уровням активности, а также пропускам школьных занятий и невыходам на работу. Коэффициент смертности при астме относительно низкий по сравнению с другими хроническими болезнями.

[Что провоцирует приступ астмы?](https://www.who.int/features/qa/46/ru/)

Ответ: Астма — это хроническое нарушение дыхания, для которого характерны периодически повторяющиеся приступы удушья и свистящего дыхания. Некоторые причины, провоцирующие приступы болезни, являются общими для всех людей с астмой, а другие носят более индивидуальный характер. Несмотря на то, что основополагающие причины астмы полностью еще не выяснены, известно, что самыми значительными факторами риска развития астмы являются вдыхаемые провоцирующие вещества, в том числе:

·        аллергены внутри помещений (например, клещи домашней пыли в постельных принадлежностях, ковры и мягкая мебель, загрязнение воздуха и перхоть домашних животных);

·        аллергены вне помещений (такие как цветочная пыльца и плесень);

·        табачный дым;

·        химические раздражающие вещества на рабочих местах.

Другие провоцирующие факторы включают холодный воздух, крайнее эмоциональное возбуждение, такое как гнев или страх, и физические упражнения. У некоторых людей астму могут спровоцировать и некоторые лекарственные средства, такие как аспирин и другие нестероидные противовоспалительные лекарства, а также бета-блокаторы (используемые для лечения гипертонии, болезней сердца и мигрени). Урбанизацию также связывают с растущей распространенностью астмы, однако точный характер этой связи неизвестен.

По оценкам ВОЗ, во всем мире астмой страдает 235 миллионов человек. Несмотря на то, что астму нельзя излечить, при надлежащем ведении можно держать под контролем болезнь и обеспечивать людям с астмой хорошее качество жизни. К тому же, у некоторых детей с легкими формами астмы с возрастом симптомы болезни проходят.

[Масштабы распространения астмы](https://www.who.int/respiratory/asthma/scope/ru/)

Согласно оценкам ВОЗ, во всем мире от астмы страдают 235 миллионов человек.

Астма является наиболее распространенным хроническим заболеванием у детей.

Астма является проблемой общественного здравоохранения не только в странах с высоким уровнем дохода: она встречается во всех странах независимо от уровня развития. Более 80% случаев смерти от астмы приходятся на страны с низким и средним уровнем дохода.

Имеют место случаи нераспознания астмы и ее недолеченности, что оборачивается значительным бременем для больных и их семей и, возможно, ограничивает деятельность человека на всю жизнь.

[Ведение астмы](https://www.who.int/respiratory/asthma/burden/ru/)

Хотя астма не поддается излечению, надлежащее ведение может взять под контроль эту болезнь и позволить людям жить качественной жизнью. Для облегчения симптомов используются препараты для кратковременного приема. Лица со стойкими симптомами должны ежедневно принимать препараты продолжительного употребления, чтобы взять под контроль воспаление и предотвратить симптомы и обострения. Лекарство не является единственным средством борьбы с астмой. Важно также избегать триггеров астмы — стимулирующих воздействий, которые вызывают раздражение и воспаление дыхательных путей. Благодаря медицинской поддержке каждый пациент-астматик должен усвоить, каких триггеров ему или ей следует избегать. Хотя от астмы не умирает столько же людей, как от хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ) или иных хронических заболеваний, неиспользование надлежащих лекарств или несоблюдение назначенного лечения могут повлечь смерть.

**Основные факты**

* Астма относится к числу серьезных неинфекционных заболеваний. Это хроническая болезнь легких, для которой характерны воспаление и сужение дыхательных путей.
* По оценкам, в 2016 г. во всем мире астмой были больны более 339 миллионов человек (1). Это самая распространенная хроническая болезнь среди детей.
* Большинство случаев смерти, связанных с астмой, происходит в странах с низким и средне-низким уровнем дохода.
* Согласно оценкам ВОЗ, в 2016 г. в мире от астмы умерло 417 918 человек, а число утраченных лет здоровой жизни в связи с этой болезнью составило 24,8 миллиона (2, 3).
* Самыми значительными факторами риска развития астмы являются вдыхаемые вещества и частички, которые могут провоцировать аллергические реакции или раздражать воздушные пути.
* С помощью лекарств астму можно контролировать. Предотвращение воздействия провоцирующих астму веществ также может способствовать облегчению астмы.
* Благодаря надлежащему ведению пациентов с астмой можно обеспечить хорошее качество их жизни.

**Уменьшение бремени астмы**

Несмотря на то, что астму нельзя излечить, надлежащее ведение пациентов позволяет им держать болезнь под контролем и вести жизнь хорошего качества. Для облегчения симптомов используются препараты краткосрочного действия. Для контроля прогрессирующей тяжелой астмы, уменьшения числа приступов болезни и сокращения смертности необходимы лекарственные препараты, такие как ингаляционные кортикостероиды.

Люди с устойчивыми симптомами должны ежедневно принимать лекарства длительного действия для контроля лежащего в основе болезни воспаления и предотвращения симптомов и приступов. Недостаточный доступ к лекарствам и услугам медицинской помощи является серьезным препятствием для успешного контроля заболевания во многих учреждениях.

Лекарства не являются единственным способом борьбы с астмой. Также важно избегать контактов с веществами, провоцирующими астму, — стимуляторами, раздражающими дыхательные пути и приводящими к их воспалению. При медицинской поддержке каждый пациент с астмой должен узнать, каких провоцирующих веществ он должен избегать.

Несмотря на то, что от астмы не умирает так много людей, как от хронической обструктивной болезни легких или других хронических болезней, она может привести к смерти, если не принимать надлежащих лекарств или не соблюдать медицинских предписаний.

Стратегия ВОЗ в области профилактики астмы и борьбы с ней

ВОЗ признает, что астма является одной из важнейших проблем общественного здравоохранения. Организация играет роль координатора международных усилий в борьбе против этой болезни. Целью ее стратегии является поддержка государств-членов в их усилиях, направленных на сокращение числа случаев инвалидности и преждевременной смерти, связанных с астмой.

**Целями программы ВОЗ являются:**

* обеспечение доступа к затратоэффективным медико-санитарным мероприятиям, в том числе к лекарственным средствам, повышение стандартов и доступности медицинской помощи на различных уровнях системы здравоохранения;
* осуществление эпиднадзора в целях определения масштаба распространения астмы, анализа ее детерминант и мониторинга тенденций с упором на малообеспеченные и ущемленные группы населения;
* первичная профилактика для снижения уровня воздействия распространенных факторов риска, в частности табачного дыма, частых инфекций нижних дыхательных путей в детстве и загрязнения воздуха (внутри помещений, на улице и на рабочих местах).

По оценкам ВОЗ, 235 миллионов человек страдают от астмы.

* Астма является самым распространенным хроническим заболеванием среди детей.
* Астма является проблемой общественного здравоохранения не только для стран с высоким уровнем дохода; ею болеют во всех странах, независимо от уровня их развития. Более 80% случаев смерти от астмы происходит в странах с низким и средне-низким уровнем дохода.
* Недостаточный уровень диагностирования и лечения астмы создает значительное бремя для отдельных лиц и семей и, возможно, ограничивает деятельность людей на протяжении всей их жизни.