

Могут ли мне помочь лекарственные препараты?

Да, лекарства могут помочь справиться с астмой. Препараты поддерживающей терапии принимаются ежедневно для предотвращения приступов, в то время как препараты экстренной помощи обеспечивают быстрое облегчение при появлении симптомов. В состав некоторых ингаляторов входят оба этих лекарства одновременно.

1



Поддерживающие (или ежедневные) лекарственные препараты помогают поддерживать здоровье легких и укрепляют их. Ежедневное применение поддерживающих лекарственных препаратов помогает предотвращать приступы астмы.

Помните о том, что у Вас астма, даже тогда, когда чувствуете себя в полном порядке. Важно принимать поддерживающие лекарственные препараты даже тогда, когда Вы чувствуете себя хорошо.

Поговорите со своим поставщиком услуг о том, какие лекарства подойдут Вам лучше всего.

2



Лекарственные препараты экстренной помощи (или быстрого действия) помогают купировать приступ астмы.

Лекарственные препараты экстренной помощи часто бывают в виде ингалятора. Во время приступа астмы ингалятор используют для вдыхания лекарственного препарата.

Что мне делать во время приступа астмы?

- + Сядьте и постарайтесь дышать медленно и равномерно. Постарайтесь сохранять спокойствие.
- + Вдохните 1-2 раза свой препарат быстрого действия и следуйте инструкциям своего плана действий при астме.
- + Если Вы можете определить, что именно спровоцировало приступ астмы (например, домашнее животное или курящий человек), то удалите от себя провоцирующий фактор или покиньте соответствующее место.
- + Если Вам не станет лучше, обратитесь за помощью.

Будьте готовы: поговорите со своим поставщиком услуг о том, что Вам следует делать во время приступа астмы.

Чтобы найти поставщика услуг, который может помочь Вам справиться с астмой, используйте приведенный ниже QR-код:



Care for NYC. No Exceptions.

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

Позвоните, чтобы записаться на прием
1-844-NYC-4NYC



ОСТАВАЙТЕСЬ НА СВЯЗИ. ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ НА НАС.

nychealthandhospitals.org
Russian 03/26

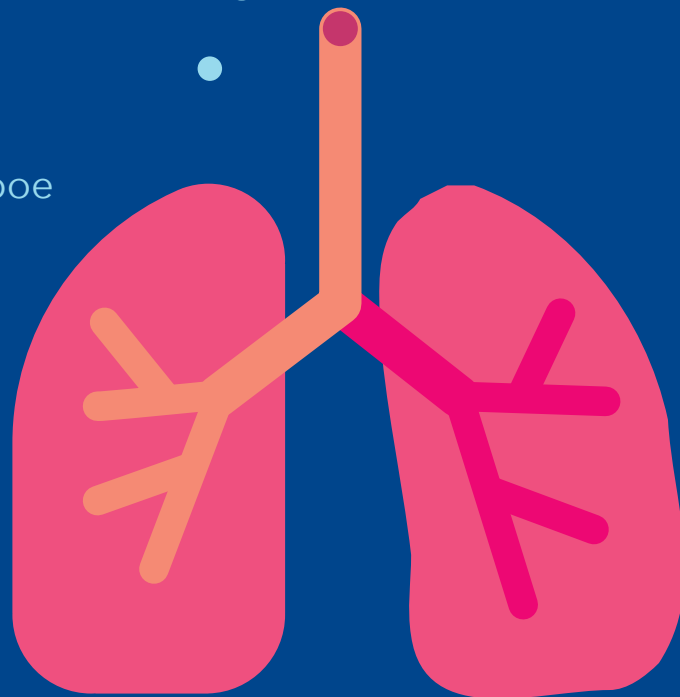
Вы можете контролировать астму

NYC
HEALTH+
HOSPITALS



Что такое астма?

Астма – это заболевание легких, которое затрудняет дыхание. Можно заболеть астмой в любом возрасте.



Каким образом при астме возникает затрудненное дыхание?

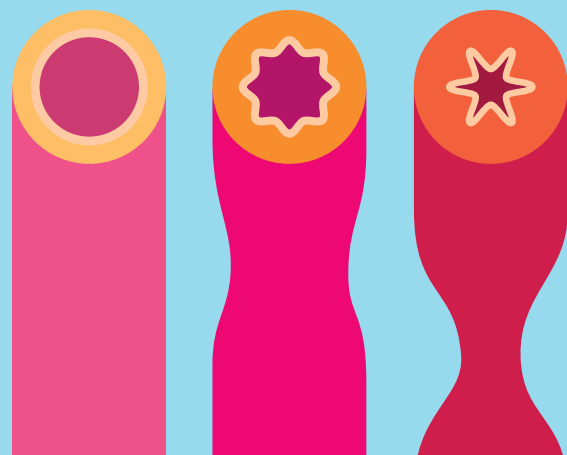
Дыхательные пути представляют собой трубочки, по которым воздух поступает в легкие и выводится из легких. В нормальном состоянии дыхательные пути открыты и свободны, поэтому воздух легко продвигается в легкие и из легких. У человека, страдающего астмой, дыхательные пути сужаются, и становится трудно дышать.

Ваши дыхательные пути

В НОРМЕ

ПРИ АСТМЕ

ПРИСТУП АСТМЫ



Как ощущается астма?

У Вас могут быть некоторые или все из перечисленных ниже симптомов астмы:

- + Кашель
- + Свистящий звук во время дыхания (свистящее дыхание)
- + Одышка
- + Чувство стеснения в груди
- + Повышенная утомляемость

Что такое приступ астмы?

Приступом астмы называется ухудшение симптомов астмы. Во время приступа астмы у Вас могут возникнуть:

СЛОЖНОСТИ ПРИ РАЗГОВОРЕ ИЛИ ХОДЬБЕ



ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ



СВИСТЯЩИЙ ЗВУК ВО ВРЕМЯ ДЫХАНИЯ (СВИСТЯЩЕЕ ДЫХАНИЕ)

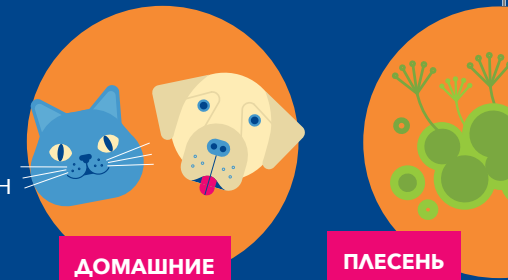


ЧУВСТВО СТЕСНЕНИЯ В ГРУДИ



Почему возникают приступы астмы?

Приступ астмы может быть вызван многими факторами (которые называют провоцирующими факторами или триггерами). Провоцирующие факторы для каждого человека свои. Наиболее распространенные из них:



ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

ПЛЕСЕНЬ



ПЫЛЬ



ЗАГРЯЗНЕНИЕ



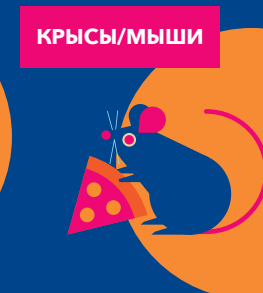
ИНФЕКЦИИ



ХИМИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА, НАПРИМЕР АРОМАТИЗИРУЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА ИЛИ ОСВЕЖИТЕЛИ ВОЗДУХА



ТАРАКАНЫ



КРЫСЫ/МЫШИ



ПРОСТУДА И ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



КУРЕНИЕ



ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ



РАСТЕНИЯ И СЕЗОНЫ

Зная факторы, способствующие ухудшению астмы, Вы сможете лучше контролировать астму. Поговорите со своим поставщиком услуг о том, как избегать провоцирующих факторов.