**1 мая - Международный «Астма-день»**

Бронхиальная астма – хроническое заболевание с рецидивирующим течением, при котором преимущественно поражаются дыхательные пути в результате измененной реактивности бронхов, обусловленной специфическими или неспецифическими, врожденными или приобретенными механизмами.

Основным симптомом бронхиальной астмы является приступ удушья или астматическое состояние, которое возникает в результате спазма гладкой мускулатуры бронхов, повышенной секреции и отека слизистой оболочки бронхов. В настоящее время от 5% до 10% всего населения имеют бронхиальную астму той или иной степени тяжести.

Для предотвращения контакта организма больного с аллергенами необходимо соблюдать определенные правила:

-в помещении, в котором проживает больной необходимо проводить регулярную влажную уборку, сам больной на время уборки должен покинуть помещение;

-из комнаты больного должны быть удалены все ковры, а также другие предметы, в которых может накапливаться пыль и комнатные растения;

-постельное белье больного нужно стирать каждую неделю в горячей воде (60 ̊С) с хозяйственным мылом;

-исключение контакта с домашними животными;

-из пищевого рациона больного следует исключить все продукты вызывающие аллергию.

Правильно спланированные и выполненные меры по профилактике бронхиальной астмы являются эффективным средством предотвращения и лечения этой болезни и значительно уменьшают потребности больного в противоастматических лекарствах.