**Хроническая обструктивная болезнь легких.**

Одним из заболеваний органов дыхания является хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ). В настоящее время распространенность ХОБЛ очень высока, что приводит к снижению качества жизни и инвалидизации людей трудоспособного возраста. По данным ВОЗ, в настоящее время ХОБЛ является одной из лидирующих причин смерти в мире. Ежегодно от ХОБЛ умирает около 2,75 млн человек, что составляет 4,8% всех причин смерти. Причинами такой заболеваемости служит образ жизни людей, чаще всего – курение, их поведение и контакт с разнообразными повреждающими агентами.

Всемирный день борьбы против хронической обструктивной болезни легких отмечается по инициативе Всемирной организации здравоохранения ежегодно в третью среду ноября - в 2018 году 14 ноября. В рамках Всемирного дня борьбы против хронической обструктивной болезни легких проводятся информационные мероприятия по повышению осведомленности населения о данном заболевании, профилактические обследования, акции, направленные на борьбу с курением.

Хроническая обструктивная болезнь легких **–** заболевание, характеризующееся ограничением скорости воздушного потока в легочных путях, которое связано с выраженным хроническим воспалительным ответом легких на действие патогенных частиц или газов. Причиной нарушения физиологической функции дыхательных путей и развития воспаления является снижение **защитной функции ворсинок дыхательных путей под воздействием таких внешних факторов, как пыль, табачный дым. В результате хронического воспалительного процесса формируется** хронический бронхит и эмфизема легких. Хронический бронхит определяется клинически как наличие кашля с продукцией мокроты на протяжении длительного времени. Эмфизема легочной ткани связана с разрушением стенок альвеол (структурных образований легких), постоянного расширения дыхательных путей, что приводит к образованию отека дыхательных путей, уменьшению просвета бронхов, снижению функциональной способности легких.

Курение табака **- это основная причина развития** хронической обструктивной болезни легких. Высокая вероятность возникновения легочной обструкции возникает у людей, находящихся в под воздействием вредных веществ, например, в шахте, на целлюлозно-бумажных, металлургических, хлопкоперерабатывающих предприятиях. Реже причиной развития болезни легких является наследственный фактор, когда нарушение формирования легочной ткани обусловлено генетически, или при рождении недоношенного ребенка, когда легкие ребенка «незрелые» и не способны осуществлять полноценное дыхание.

Хронический кашель - первый симптом хронической обструктивной болезни легких. Однако, он часто недооценивается пациентами, так как считается ожидаемым следствием курения или воздействия неблагоприятных факторов окружающей среды. Нарастание кашля и продукции мокроты происходит чаще всего в зимние месяцы, во время инфекционных обострений. Одышка нередко становится причиной обращения за медицинской помощью и основной причиной, ограничивающей трудовую деятельность. Симптомы ХОБЛ обычно прогрессируют быстро у больных, продолжающих курить. Существенное влияние на клиническую картину заболевания оказывают нервно-психические нарушения, проявляющиеся снижением памяти, депрессией, появлением «страхов», нарушением сна, частыми головными болями в следствии кислородного голодания (гипоксии).

Больные ХОБЛ имеют многочисленные внелегочные проявления заболевания, обусловленные системным эффектом хронического воспаления: нарушение функции скелетных мышц и снижение переносимости физических нагрузок, поражение эндотелия сосудов и формирование атеросклероза, что увеличивает риск сердечно-сосудистых заболеваний. Системное воспаление вносит свой вклад в развитие остеопороза (нарушение минерального состава костной ткани). В процессе развития ХОБЛ клиническая картина может меняться с учетом возникающих осложнений заболевания: пневмонии, пневмоторакса, острой дыхательной недостаточности, легочных кровотечений, развития сердечной недостаточности.

Хроническая обструктивная болезнь легких подтверждается при проведении спирометрии - исследования функции внешнего дыхания. Для своевременной диагностики ХОБЛ это исследование должно проводиться всем пациентам, имеющим:

* курение или контакт с загрязняющими факторами окружающей среды;
* частые инфекционные заболевания дыхательных путей;
* кашель более 2-х месяцев, продукцию мокроты, одышку.

Такие исследования выполняются всем посетителям центров здоровья, при прохождении диспансеризации и медицинского профилактического осмотра (по рекомендации врача).

Помните! Что развитие и прогрессирование хронической обструктивной болезни легких прежде всего зависит от самого человека. Здоровый образ жизни, физическая активность, борьба с табакокурением - основа профилактики хронической обструктивной болезни лёгких.