О распространенности бронхиальной астмы и мифах о ней

Главный внештатный специалист пульмонолог Минздрава России Сергей Авдеев: «На сегодняшний день в России распространенность бронхиальной астмы составляет 7% от общего числа населения.

Лучшая терапия при лечении астмы – базисная терапия. В основном это ингаляционные препараты. Немедикаметозная терапия не является альтернативой медикаментозной, но может служить полезным дополнением к основной терапии. Есть исследования, которые поддерживают эффективность дыхательных упражнений. Например, самой известной является дыхательная гимнастика по методу Бутейко. Исследования по эффективности дыхательных упражнений активно изучаются и в других странах.

Одним из заблуждений по поводу астмы является мнение, что это психосоматическое заболевание. Психоэмоциональный стресс может стать триггером для обострения бронхиальной астмы и ухудшения контроля. Но сама по себе астма является соматическим заболеванием, в основе которого лежат иммуноопосредованные механизмы. В таком случае мы говорим об аллергической бронхиальной астме. Есть неаллергическая астма, не связанная с аллергенами, но при которой точно также есть воспаления дыхательных путей.

Острый стресс дает очевидные физиологические изменения: учащение дыхания, учащение сердцебиения, повышение артериального давления.  Увеличение дыхательного объема приводит к тому, что минутная вентиляция легких, т.е. воздух, который проходит через легкие за единицу времени, становится больше. Это может быть фактором для провокации ухудшения течения бронхиальной астмы. У человека повышается риск бронхоспазма. Примерно такой же механизм возникает при постнагрузочном бронхоспазме.

При многих состояниях, не только в случае бронхиальной астмы, выявляется закономерность, при которой низкий уровень витамина D связан с меньшим контролем над болезнями. При астме такая закономерность была также подтверждена. Существуют исследования на тему заместительной терапии витамином D при бронхиальной астме. Результаты на сегодняшний день противоречивые. Таких исследований больше во взрослой практике. В ряде случаев заместительная терапия витамином D при астме у взрослых показывает положительных эффект: улучшение контроля над астмой, снижение число обострений, небольшое улучшение функций дыхания. Есть ряд работ, не демонстрирующих такого эффекта.

Бронхиальная астма не является противопоказанием для занятий спортом. Многие олимпийские чемпионы имеют диагноз «астма» и получают противоастматическую терапию».

 Источник: <https://minzdrav.gov.ru/news/2022/05/03/18656-glavnyy-vneshtatnyy-spetsialist-pulmonolog-minzdrava-rossii-sergey-avdeev-o-rasprostranennosti-bronhialnoy-astmy-i-mifah-o-ney>.

По материалам сайта ГБУЗ «ВРЦОЗ и МП».