

1 мая Международный «Астма-день»



Самопомощь в случае приступа бронхиальной астмы:

Прекратите физические нагрузки;

Ограничьте взаимодействие с факторами, которые спровоцировали приступ, откройте окно для обеспечения доступа свежего воздуха;

Сядьте с наклоном туловища вперед и опорой вытянутых рук на колени;

Воспользуйтесь ингалятором с препаратом, который расширяет бронхи;

Оставайтесь в покое на протяжении 30 минут.

За медицинской помощью необходимо обратиться в случае:

Сохранения или усиления удушья, даже после двух ингаляций препарата;

Усиления одышки, кашля и появления чувства скованности в грудной клетке;

Затруднение речи (возможность проговаривать слова, и предложения);

Сонливость или спутанное сознание, чувство усталости;

Посинение ногтей или губ;

Увеличение частоты пульса (более 100 ударов в минуту);

Втягивание кожи в межреберных промежутках и возле шеи во время вдоха.

Всегда носите с собой ингалятор с препаратом, который снимает приступ удушья, и следите за тем, чтобы он был полным.

Это поможет вам спасти жизнь.