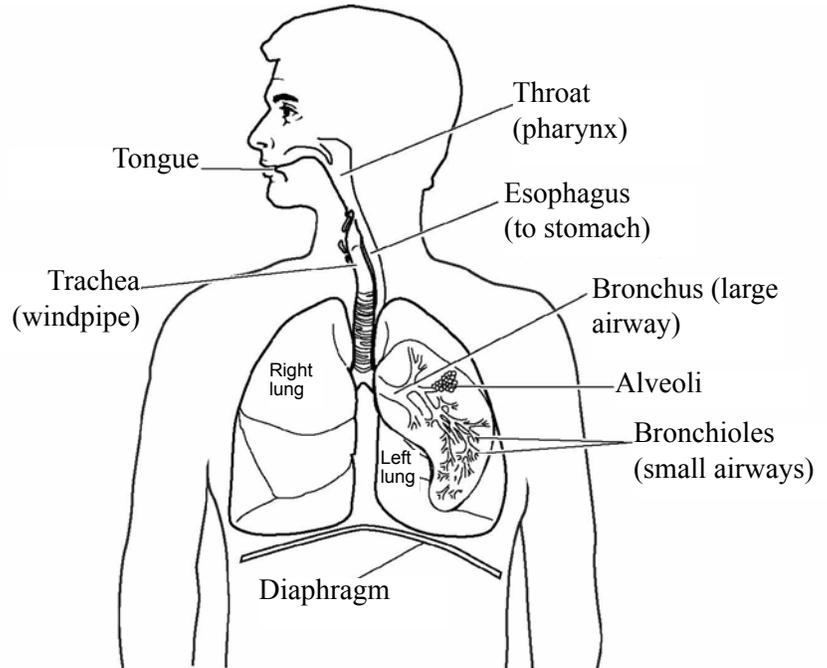


Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)

COPD is a common lung disease. There are 2 main types of COPD:

- **Emphysema** involves the alveoli or small air sacs being irritated. Over time the air sacs get stiff and will not let oxygen into and carbon dioxide out of your blood.
- **Chronic bronchitis** involves the large and small airways getting swollen and full of mucus. The mucus can block the airways and make it hard to breathe.



Many people with COPD have both types.

This disease develops over years. Treatment can ease signs and keep the disease from getting worse.

Causes

The leading causes of COPD are:

- Smoking

Хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ)

ХОБЛ является распространенным заболеванием легких. Существует 2 основных типа ХОБЛ:

- **Эмфизема**, при которой воспаляются альвеолы или альвеолярные мешочки. Со временем альвеолярные мешочки затвердевают и препятствуют поступлению кислорода и выводу углекислого газа из крови.
- **Хронический бронхит**, при котором крупные и малые дыхательные пути опухают и заполняются мокротой. Мокрота может заблокировать дыхательные пути и привести к затрудненному дыханию.

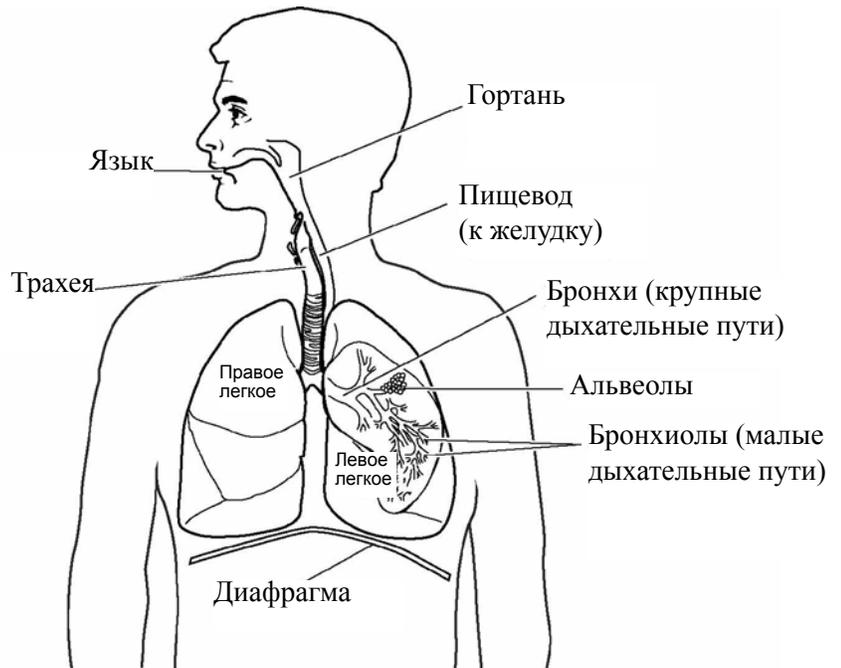
У многих людей, страдающих ХОБЛ, наблюдаются оба типа заболевания.

ХОБЛ развивается на протяжении многих лет. Лечение поможет облегчить симптомы заболевания и замедлить развитие болезни.

Причины

Основными причинами возникновения ХОБЛ являются:

- Курение



- Working in a polluted environment where you breathe in large amounts of dust, fumes, smoke or gases
- Second hand smoke

Signs

The signs of COPD are:

- Ongoing cough with or without mucus
- Wheezing
- Feeling short of breath that gets worse with activity
- Chest tightness

These signs can be serious enough to affect your daily activities.

Your Care

Your doctor will do a medical exam and order tests such as:

- Pulmonary function test to see how well your lungs are working
- Chest x-ray
- CT scan
- Blood test

The damage to your lungs from COPD cannot be reversed and there is no cure. With the help of your health care team, you can manage the disease to slow its progress. To manage your COPD:

- Работа в условиях загрязненной окружающей среды, когда вдыхается большое количество пыли, дыма, испарений или газов
- Пассивное курение

Симптомы

Симптомами ХОБЛ являются:

- Продолжительный кашель с мокротой или без нее
- Хрипы
- Ощущение одышки, которая ухудшается во время физической активности
- Чувство тяжести в груди

Эти симптомы могут достаточно серьезно повлиять на Вашу повседневную активность.

Медицинский уход

Ваш врач проведет медицинский осмотр и назначит обследования, такие как:

- Легочная функциональная проба, чтобы увидеть, как работают легкие
- Рентгенография грудной клетки
- Компьютерная томография
- Анализ крови

Повреждения легких в результате ХОБЛ необратимы и не поддаются полному излечению. Однако с помощью врачей Вы сможете контролировать заболевание и замедлить его развитие. Для борьбы с ХОБЛ следует:

- Stay active.
- Quit smoking.
- Maintain a healthy weight.
- Eat a balanced diet.
- Drink a lot of fluids.
- Control stress.
- Take your medicines such as inhalers, steroids and antibiotics as ordered.
- Do home oxygen therapy if ordered.
- Attend a pulmonary rehab program to learn about COPD and exercise to improve your health.
- Get a flu shot each year and talk to your doctor about getting a pneumonia shot.
- Get treatment right away if you get a cold or other infection in your nose or lungs.

Talk to your health care team about your questions and concerns.

- вести активный образ жизни
- отказаться от курения
- сохранять вес тела в пределах нормы
- придерживаться сбалансированного питания
- потреблять много жидкости
- избегать стрессов
- принимать лекарства, такие как ингаляторы, стероиды и антибиотики в соответствии с указаниями врача
- проводить дома сеансы кислородотерапии, если это предписано
- участвовать в реабилитационных программах для легочных больных, больше узнавать о ХОБЛ и делать упражнения, улучшающие состояние здоровья
- каждый год делать прививки от гриппа и обсуждать с врачом необходимость прививки от пневмонии
- своевременно лечить простудные заболевания, а также другие заболевания носоглотки и легких

Если у Вас есть какие-либо вопросы и опасения, обсудите их со своим лечащим персоналом.

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Russian.