**Как поступить во время обострения бронхиальной астмы?**

***Как распознать и облегчить симптомы – читайте в статье!***

Весна – самое тяжелое время года для болеющих астмой. Цветущие растения, пыль, а также вредные выхлопы от автомобилей, многим мешают жить полноценной жизнью.

Астма – одно из распространенных заболеваний легких. Его причиной становится воспаление, которое вызывает сильный кашель и другие симптомы, например: тяжелое и учащенное дыхание, ночные или утренние приступы удушения.

Все это происходит из-за скопления слизи и появления отека в легких, стенки которых уплотняются. В связи с этим человек испытывает трудности при дыхании. Кроме того, несерьёзное отношение к болезни может привести к летальному исходу.

Симптомы астмы для каждого индивидуальны. Они обсуждаются со специалистом, который в последствии назначает анализы, проводит проверку дыхания и снимает аллергические пробы.

Появление заболевания может коснуться каждого независимо от возраста. У детей – от аллергии, а у взрослых от вредного образа жизни (курения) и от работы на химических производствах.

Для того, чтобы облегчить страдания пациентов, врачи выписывают лекарства, которые снимают отек и выводят мокроту. Главным же правилом будет отказ от вредных привычек. Если аллергия вызвана определенными продуктами питания, придется придерживаться ограничений в еде.

Если вы все же столкнулись с данной проблемой, обратите внимание на следующие правила:

* **Откажитесь от курения!**
* **Вовремя получайте прививки.** Они помогут облегчить весенний период астмы.
* **Избавьтесь от раздражителя.** Если причиной является работа, вам придется оставить ее.
* **Не переживайте!**

Однако, стоит учесть, что данные правила действуют в комплексе со своевременным лечением.

Вы могли не раз слышать о соляных пещерах. На самом деле, они не совсем полезны. Соль, наоборот, может вызвать тяжелый приступ.

Народные средства, к сожалению, не помогут. Их эффективность не доказана. Наоборот, чрезмерное следование народным советам может усугубить ситуацию и привести к еще большему отеку в лёгких.

Кстати, одним из препятствий для лечения заболевания может стать ожирение. Поэтому, врачи советуют правильно питаться и по возможности, заниматься плаванием. Но перед внедрением в свою жизнь последнего, обратитесь за одобрением к специалисту.

Лечение бронхиальной астмы в домашних условиях производить не стоит. Как только вы начали понимать, что болезнь скоро даст о себе знать, отправляйтесь к медицинскому работнику. Его задача состоит в том, чтобы подобрать правильное лечение, которое поможет вам забыть о проблемах с дыханием.

Желаем крепкого здоровья, не болейте!