

**Школа здоровья
бронхиальной
астмы <<Я здоров!>>**



Астма-школа – это оздоровительная школа, которая помогает людям узнать как можно больше о таком хроническом заболевании, как бронхиальная астма. Большинство больных этим недугом практически не обладают какими-либо знаниями о нем.

Чтобы вовремя принять меры в случае начинающегося приступа, сами пациенты и их ближайшие

родственники должны знать все об органах дыхания и о том, какие деструктивные изменения в них могут протекать при поражении бронхиальной астмой.



Роль школы:

- Информировать пациента о заболевании;
- Обучить навыкам самоконтроля;
- Научить пациента распознавать ранние симптомы заболевания;
Обучить пикфлоуметрии и её оценке;

На занятиях пациенты с бронхиальной астмой изучают, как развивается заболевание, каких правил стоит придерживаться в повседневной жизни, чтобы облегчить его симптомы. Кроме того, очень важно научиться принимать экстренные меры в случае возникновения приступа – иногда это может спасти жизнь.

Кто может посещать занятия:

Школа здоровья для больных бронхиальной астмой готова принять каждого человека с данным заболеванием вне зависимости от пола и возрастной категории. При этом неважно, в какой форме протекает болезнь и сколько она длится.

В расчет принимается лишь тяжесть заболевания. Для людей с астмой в тяжелых формах организуются вспомогательные уроки в частном порядке.



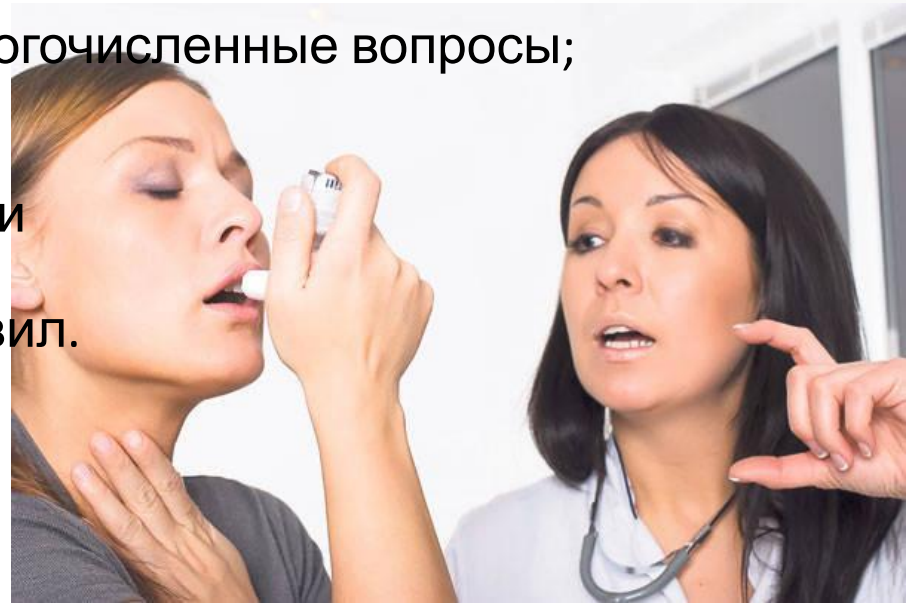
Основные цели и задачи школы

Школа здоровья при бронхиальной астме помогает пациентам достичь следующих целей:

- избежать прогрессирования заболевания;
- получить базовые знания о течении болезни и о приемах самопомощи;
- научиться определять уровень сложности заболевания без чьей-либо помощи;
- ознакомиться с начальными симптомами астматического удушья;
- изучить приемы быстрого купирования приступов астматического удушья;
- изучить способы профилактики обострений;
- получить общие сведения о том, как научиться контролировать приступы заболевания;
- ознакомиться с информацией о новейших способах терапии астмы;
- научиться применять всевозможные приспособления – врач продемонстрирует приемы использования ингалятора, небулайзера и спейсера;
- получить знания о том, как самостоятельно контролировать протекание заболевания;
- выработать повседневные привычки, которые сведут к минимуму риск рецидивирования обострений;

Главные задачи школы здоровья состоят в том, чтобы:

- обеспечить пациентам полноценные условия обучения;
- понятно и подробно ответить на многочисленные вопросы;
- научить практическим приемам;
- убедить пациентов в необходимости ведения здорового образа жизни и соблюдения особого режима и правил.



Если пациенты отнесутся к процессу обучения ответственно и будут следовать рекомендациям врачей, качество их жизни существенно улучшится.

Программа занятий

Занятия проводятся в онлайн трансляции от ведущих специалистов в области лечения бронхиальной астмы, а также видео, фото материалы и статьи.

В программе лекций рассказывают о следующем:

- Что такое астма, какое строение у системы дыхания.
- Правила использования медпрепаратов, в частности кортикостероидов.
- Особенности «ночной» астмы и причины ее обострения.
- Лечение заболевания немедикаментозными способами.

Помимо лекций и бесед, практикуются дискуссии, рассматриваются всевозможные примеры реальных ситуаций. Важнейшим элементом занятий является легкое общение, а также обмен мнениями между пациентами.

Занятие №	Тема для обсуждения
1	Что надо знать о бронхиальной астме? Причины возникновения недуга. Факторы риска появления БА.
2	Алгоритм действий во время удушья. Аллергия и астма. Пикфлоуметрия. Ингаляционная терапия.
3	Терапия и питание при БА.
4	Физическая активность при БА.
5	Профилактические меры для предупреждения приступа.
6	Ночная астма. Пищевая аллергия.
7	Методика массажа и закаливания. Дыхательная и звуковая гимнастика. ЛФК.

Обратная связь

Вы можете оставить вою оценку или отзыв:



Насколько было обучение



**Насколько хорошо были
организованы занятия**



**Соответствие программы занятий
заявленным целям**



**Оцените насколько повлияла данная
программа на вашу жизнь**

