|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| http://www.med-prof.ru/img/middleheader_left.gif | Курить или дышать? | http://www.med-prof.ru/img/middleheader_right.gif |

В погоне за сомнительными атрибутами "успешности", среди которых курение не на последнем месте, современная молодежь закладывает почву для поддержания высокого уровня смертности  населения.

К основным причинам смертности (заболевания сердечно – сосудистой системы, злокачественные новообразования) в последнее время стали относить и активно распространяющуюся обструктивную болезнь легких (ХОБЛ).

По данным ВОЗ, к концу первой четверти нынешнего века ХОБЛ займет пятое место по заболеваемости и третье - в структуре смертности, унося прежде срока в мир иной до 5 млн. человеческих жизней в год.

ХОБЛ – опасное заболевание, развивающееся в результате длительного вдыхания  раздражающих частиц и газов, активно наполняющих, в первую очередь, табачный дым.

Итак, курение является важнейшей причиной не только болезней системы кровообращения, злокачественных опухолей, но и ХОБЛ.

Как же происходит развитие этого опасного заболевания? В процессе дыхания, через легкие проходит значительный объем воздуха, свыше 100 тыс. литров. На внутренней поверхности бронхов есть так называемые "реснички", которые улавливают и выталкивают вредные вещества, попавшие в организм, защищая бронхи от повреждения. Если же человек курит или длительно вдыхает загрязненный воздух, то бронхи вынуждены вырабатывать большое количество слизи. Однако, в нескончаемой борьбе с табачным дымом, реснички погибают, а слизь продолжает вырабатываться. Утраченная способность к выведению слизи, приводит к ее застою, заполнению микробами и поражению бронхов, в конечном итоге. Так развивается ХОБЛ, проявляя себя кашлем с мокротой, одышкой.

ХОБЛ коварен. Процесс развития его продолжителен и проявления очень долго, лет до 40, не дают о себе знать. Однако статистика свидетельствует о том, что признаки болезни на современном этапе появляются и  у молодых людей, что связано с ранним приобщением к курению, в том числе и девушек.

Что же делать, чтобы не допустить развитие патологических изменений в легких, своевременно выявить ХОБЛ?

Выявить патологический процесса позволяет простой метод - спирометрия (исследование функции внешнего дыхания). Показатели исследования помогут, прежде всего выявить нарушения дыхания на начальной стадии заболевания, поставить диагноз ХОБЛ, определить его тяжесть и прогноз.

Учитывая негативное действие курения на дыхательную систему, в том числе и формирование ХОБЛ, прекращение курения – единственно правильный шаг в предупреждении опасного заболевания, сохранении здоровья.