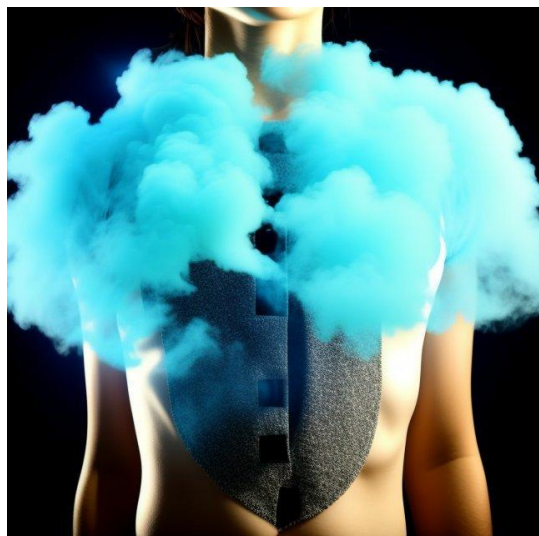


## «Всемирный день легких» (25 сентября 2023 года)



Всемирный день легких отмечается в текущем году 25 сентября. Этот день призван привлечь внимание к важности здоровья органов дыхательной системы и повысить осведомленность о различных заболеваниях, связанных с органами дыхания, в частности, легкими. А также служит напоминанием о том, что *здоровые легкие необходимы для здоровой жизни.*

По оценкам Всемирной организации здравоохранения, в настоящее время хронической обструктивной болезнью легких (ХОБЛ) страдает 210 млн. человек, а к 2030 г. ХОБЛ станет третьей по значимости причиной смерти во всем мире.

Легкие – один из самых важных и загадочных органов в человеческом организме. Человек не может существовать без дыхания, а значит, и без легких. Это один из парных органов человеческого организма, он же самый объемный, но не самый тяжелый.

Легкие человека за тысячи лет эволюции приобрели большой запас прочности. Однако даже в современных условиях эти органы часто страдают от разнообразных недугов. Как и любые другие, болезни легких бывают острыми и хроническими и вызваны как внешними, так и внутренними факторами, их симптомы весьма разнообразны. К сожалению, заболевания легких в последнее время стали достаточно частым и распространенным явлением и представляют собой одну из самых главных угроз для жизни и здоровья человека.

Всемирный день легких служит платформой для информирования людей о рисках, связанных с заболеваниями органов дыхания, и о профилактических мерах, которые они могут предпринять, призывая людей вести здоровый образ жизни.

Неспецифическая профилактика заключается в борьбе с негативными факторами жизни, провоцирующими манифестацию заболеваний легких и определяющими их последующее развитие.

Среди негативных факторов на первое место мы уверенно ставим курение (в том числе, пассивное). У курящих людей риск возникновения хронической обструктивной болезни легких превышает 80-90%. Курение провоцирует не только развитие заболеваний органов

дыхания, но и снижает эффективность многих лекарственных препаратов.

Ежегодные флюорографические обследования по месту жительства – залог вашего здоровья и долгой полноценной жизни!

Не стоит забывать про правильное питание. Ведь несбалансированное питание может привести к дефициту таких полезных элементов, как витамины С и Е, бета-каротин, флавоноиды, магний, селен и омега-3 жирные кислоты, недостаток которых может быть одним из катализаторов заболевания астмой.

При наличии хронических заболеваний легких, необходимо регулярно наблюдаться у соответствующих специалистов по плану диспансеризации и периодически проходить курсы лечения.

**Помните! Только своевременное обращение за медицинской помощью и качественные профилактические меры помогут противостоять заболеваниям легких.**

***В рамках проведения Всемирного дня легких будет работать «прямая» телефонная линия:***

*25 сентября с 9.00 до 12.00 по телефону 8 (0232) 31-03-60 на базе У «Гомельская областная туберкулезная клиническая больница» на интересующие вопросы ответит врач-фтизиатр туберкулезного отделения Жлоба Евгения Сергеевна.*

*Янина Черненкова, врач-гигиенист (заведующий отделением) отдела общественного здоровья государственного учреждения «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»*