Kiegészítések a légzés témaköréhez 1.

A légzőrendszert károsító tényezők 2.

- Por: elsősorban az apró részecskék károsak. A virágpor sok embernél allergiát okoz. Az azbeszt a gépkocsik fékbetéteiből kerül a levegőbe, tüdőrákot okozhat.

- Füst

- Cigarettafüst, a passzív dohányzás is veszélyes. A marihuána füstje erősen károsítja a tüdőt.

- Baktériumok, vírusok, mikroszkopikus gombák.

- Távfűtésnél szoba túlságosan száraz levegője.

- A légkondicionálók megfázást okozhatnak.

Légúti megbetegedések 2.

Tüdőgyulladás 3.

Tüdőgyulladást baktériumok, vírusok, esetleg gombák vagy a tüdőbe került mérgező, illetve idegen anyagok okozhatnak. A tüdőgyulladás nem egyféle betegség, a kórokozótól függően a panaszok is különbözőek. Gyakran a légúti fertőzés terjed át a tüdőre. Gyakran jár magas lázzal, száraz, fájdalmas köhögéssel. A betegség során a léghólyagocskák megtelnek gyulladásos váladékkal. A tüdőgyulladást antibiotikummal kell kezelni.

(A Pneumococcus okozta tüdőgyulladás ellen védőoltás adható, mely az oltottak 70 százalékát megvédi. Időseknek, tartósan betegeknek javasolt a védőoltás.)

Asztma 3.

Rohamokban jelentkező nehézlégzés, a hörgőrendszer allergiás – túlérzékenységi – megbetegedése az asztma. Tulajdonképpen a légutak tartósan fennálló gyulladása. Roham alatt a hörgőcskék simaizmai görcsösen összehúzódnak, ezért akadályozott a kilégzés. Gyakran köhögés kíséri a rohamot. A roham elmúltával megfelelően lélegzik a beteg. A roham alatt hörgőtágító gyógyszert kell használni – legtöbbször belélegezni – a betegnek. Az asztma egyre gyakoribb betegség a szennyezett környezet miatt.

Asztmában a hörgő nyálkahártya – valószínűleg öröklött hajlam miatt – fokozottan érzékeny. Asztmát okozhatnak a táplálék egyes fehérjéi, por, a füst, szőr, virágpor, illetve a fizikai terhelés. Az asztma maga nem előzhető meg, de asztmás rohamok megelőzhetők, a kiváltó tényezők kerülésével. Az asztmások állapota hullámzik, jobb, és rosszabb időszakok váltakoznak. A lelkiállapot is nagy hatással van a betegségre.

Tuberkulózis 3.

A betegséget tuberkulózisbaktérium okozza. Főleg cseppfertőzéssel terjed. Tbc-s tehén forralatlan teje is megbetegítheti az embert. Ép immunrendszerű, egészséges ember szervezete megakadályozza a betegség kifejlődését. A legyengült szervezetben a baktérium elszaporodhat, az érintett szervben gyulladásos gócokat alakít ki, a megtámadott szövet hamarosan elhal. Hőemelkedés, rossz közérzet, fogyás következik be. Kezeletlen betegnél a tuberkulózisbaktériumok szétterjednek a tüdőből és bármely szervet megbetegíthetik.

Magyarországon a tuberkulózis ellen a kötelező újszülöttkori BCG-oltás védi a gyermekeket. A XX. században jelentősen sikerült visszaszorítani a tbc-t hazánkban. Sajnos a hajléktalanok számának emelkedésével – rossz lakókörülmények, legyengült szervezet – ismét gyakrabban fordul elő a betegség. Ma a betegség gyógyítása megoldott: hosszú ideig kell gyógyszereket szedni a betegnek. (A kezelés megkezdése után 2 héttel a tuberkulózis már nem fertőző.)

A tüdőszűrés jelentősége 2.

A tüdőszűrés mellkasi röntgen felvétel elemzésével történik. Felbecsülhetetlen segítség a tüdő tbc-s, rákos megbetegedéseinek korai felismerésében. Ha a rákos betegség elhatalmasodott, kevés a gyógyulás esélye. A fel nem ismert, kezeletlen tbc-sek veszélyesek környezetükre. (A felnőtt lakosság szűrésére évenként vagy kétévenként kerül sor. A behívottak közül sajnos nagyon sokan nem jelennek meg.)