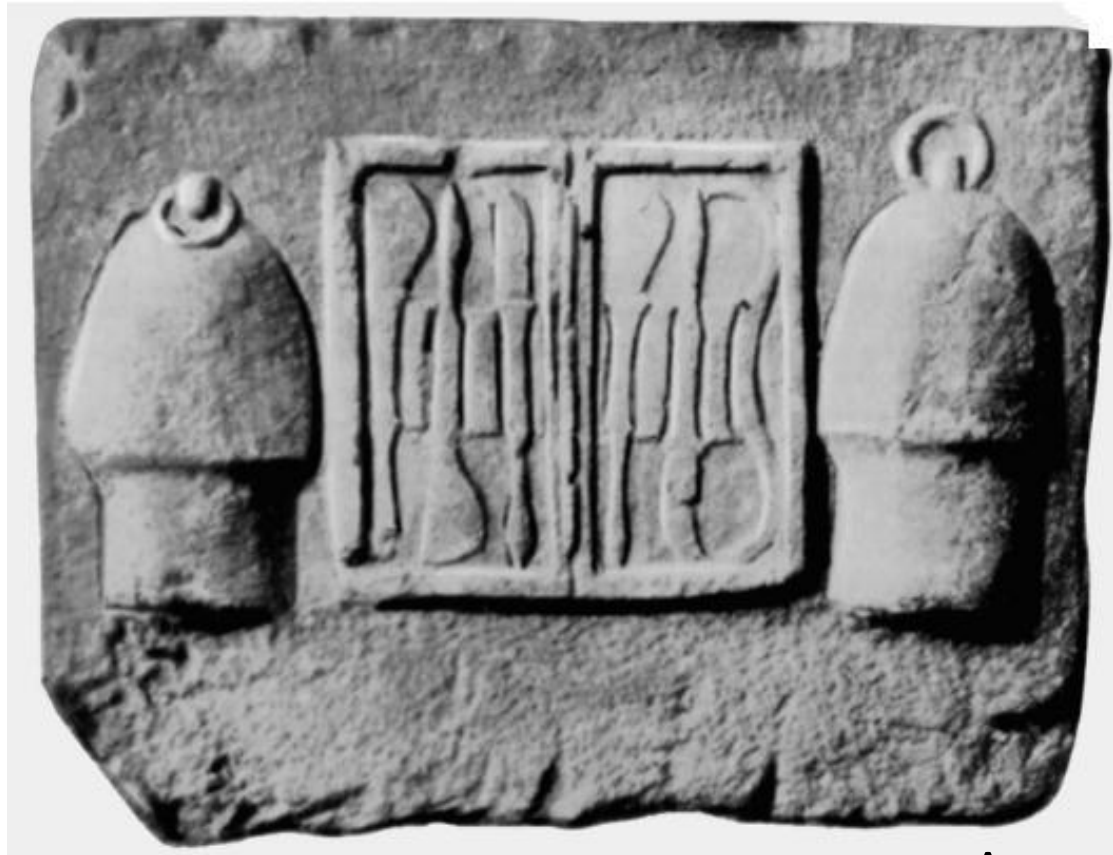


Диагностика и лечение болезней органов дыхания в походных условиях



Александр Бунчук
Турклуб КПИ «Глобус»
8.12.2011

*Сперва хорошая новость: я собираюсь
назвать эту болезнь вашим именем.*

Стив Мартин

Содержание

- Актуальность вопроса (4)
- Анатомия/физиология дыхательной системы(5-6)
- Диагностика и лечение болезней органов дыхания в походе:
 - ОРЗ
 - Синуситы
 - Пневмония

10 ведущих причин смерти

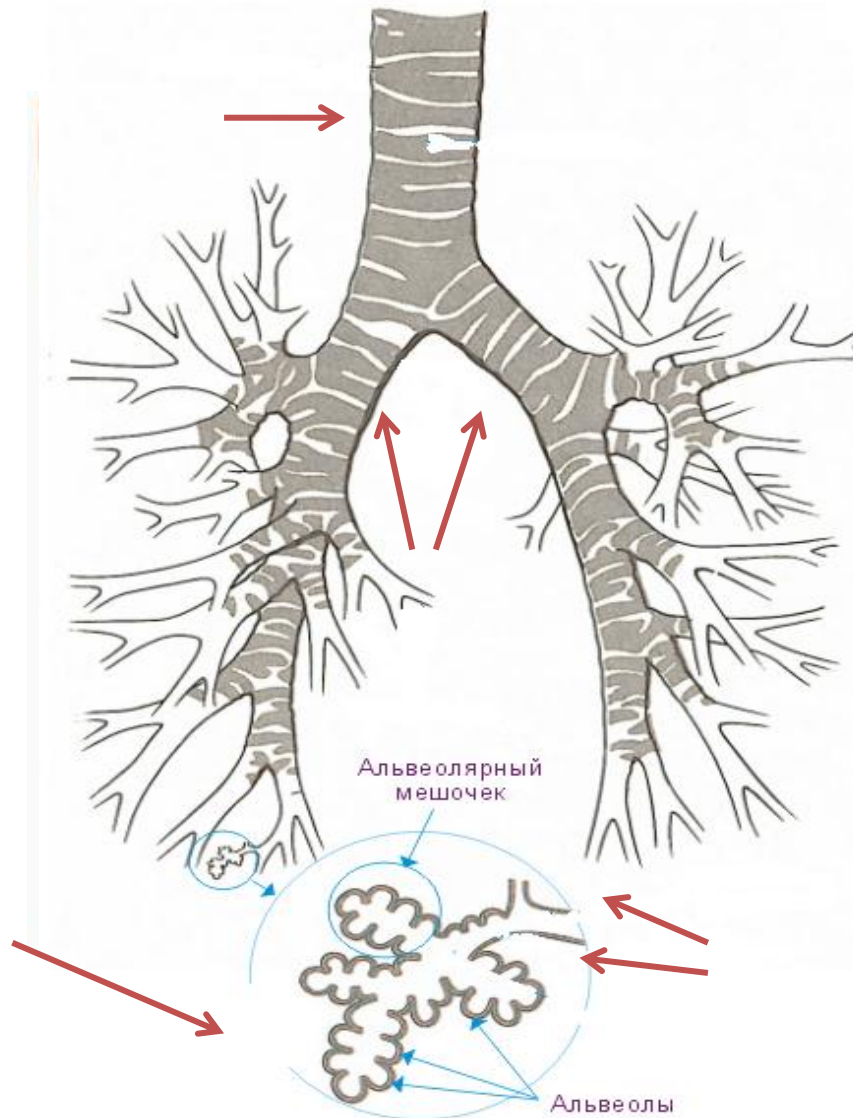
(ВОЗ, 2008 г.)

Весь мир	Число случаев смерти в миллионах	% случаев смерти
Ишемическая болезнь сердца	7.25	12.8%
Инсульт и другие цереброваскулярные болезни	6.15	10.8%
Инфекции нижних дыхательных путей	3.46	<u>6.1%</u>
Хроническая обструктивная болезнь легких	3.28	<u>5.8%</u>
Диарейные заболевания	2.46	4.3%
ВИЧ/СПИД	1.78	3.1%
Раковые заболевания трахеи, бронхов и легких	1.39	<u>2.4%</u>
Туберкулез	1.34	<u>2.4%</u>
Сахарный диабет	1.26	2.2%
Дорожно-транспортные аварии	1.21	2.1%

[prove link](#)

*Заболевания дыхательных путей, всего : **16,7 %***

Анатомия/физиология дыхательной системы



- **Верхние дыхательные пути:**
 - ✓ Полость носа
 - ✓ Полость рта
 - ✓ Глотка
 - ✓ Гортань
 - ✓ Пазухи (синусы)
- **Нижние дыхательные пути:**
 - ✓ Трахея
 - ✓ Бронхи
 - ✓ Бронхиолы
 - ✓ Альвеолы

Где возникло воспаление?

Название

- **Верхние**

- дыхательные пути:**

- ✓ Полость носа



ринит

- ✓ Глотка



фарингит

- ✓ Гортань



ларингит

- ✓ Пазухи



гайморит, фронтит

- **Нижние дыхательные пути:**

- ✓ Трахея



трахеит

- ✓ Бронхи



бронхит

- ✓ Бронхиолы

- ✓ Альвеолы



пневмония

Острое респираторное заболевание (ОРЗ)

Это понятие сборное и включает в себя:

- «**простуда**» - вызывается бактериями, живущими на нашем организме (при ослаблении организма вследствие переохлаждения, усталости и т.д.)= **это чаще всего и бывает в походе!**
- **ОРВИ** (острое респираторное вирусное заболевание)- вызывается вирусами, передающимися от больных = это чаще всего бывает в городе!

«Простуда»

- Повышение T° тела
- Насморк
- Боль при глотании; першение, сухость в горле
- Кашель
- Одышка
- Слабость, отсутствие аппетита
- Потливость
- Заболеванию предшествует переохлаждение, намокание, значительные физ. нагрузки и т.д.

Острые респираторно-вирусные инфекции (ОРВИ)



- Грипп
- Парагрипп
- Аденовирусная инфекция
- Риновирусная инфекция

ОРВИ

Симптомы

- Высокая T° , нарушение общего состояния, частый сухой кашель
- Осипший, охриплый голос; грубый, болезненный кашель
- Насморк при мало нарушенном общем состоянии
- Насморк, боль в горле, конъюнктивит

Заболевание

Грипп

Парагрипп

Риновирусная инфекция

Аденовирусная инфекция

Лечение ОРЗ

- **Ринит** («насморк»):
 - Правильно систематически очищать нос
 - Сосудосуживающие капли/спреи в нос (нафтизин, санорин, галазолин)- **не более 5 дней подряд!**



Лечение ОРЗ

- **Тонзиллит, фарингит («ангина»):**
 - Полоскание горла (лучше после еды, не реже 3-4 р/с, **чем чаще тем лучше!**)
 - Оральные антисептики (Септолете, Стрепсилс, фарингосепт, хлорофилипт) 3-4р/с за 30' до или после еды



Лечение ОРЗ

- **Трахеит, бронхит («кашель»)**

– Муколитики :

- ↑ кол-во мокроты (бромгексин, амброксол) по 1-2 таб. 3 р/с
- ↓ вязкость мокроты (АЦЦ-600)- 1 р/с
- Растительные, комплексные препараты (грудные сборы, трависил)



Важные моменты!

- Тема «обильного теплого питья»- при всех ОРЗ рекомендуют много пить. Мы не в городе. Чем > высота, тем ↑ вероятность отека мозга, легких



Важные моменты!

- **Тема «лечения лихорадки»** . На высоте 7000 м [O_2] в воздухе в 2 р. < меньше чем на уровне моря. При лихорадке, потребность организма в O_2 удваивается при $\uparrow T^\circ$ на каждый градус $> 37^\circ$.

Правило не сбивать, если не выше $38,3^\circ$ здесь не работает!



Когда и чем?

- Высота > 2500 м, T° тела > 37,5°
- Нестероидные противовоспалительные препараты:
 - Парацетамол – 1 таб. 3-4 р/с
 - Нимесулид – 1 таб. 2 р/с
 - Анальгин 2 мл + дексаметазон 1 мл в/м при высокой T тела (39° и >). **Очень высокий риск отека мозга/легких!**
- Аспирин очень нежелательно (синдром Рея, аспириновая астма, аспириновая язва.....)

Важные моменты!

- Тема «антибиотиков»

- В походе показания к назначению АБ расширяются
- При T тела $> 37,2^\circ$, наличии влажного кашля и симптомах предотечных состояний назначение АБ становится крайне желательным
- АБ не заменяют правильную постепенную акклиматизацию



Чем?

- **Цифран** (ципрофлоксацин) – 1 таб. 500 мг 2 р/с
- **Аугментин** (амоксциллин+клавулановая к-та) – 1 таб. 625 мг 2 р/с. *Max разовая- 2 таб., суточная – 6 таб.*
- **Фортум** (цефтазидим) – 1 гр. в/м 2 р/с

АБ принимается не < 5 дней или 2-3 дней после исчезновения симптомов заболевания

Важные моменты!

- **Тема «витаминов»**

- вит. С 1 гр/с первые 3-4 дня болезни, дальше отменяют или снижают дозу до 0,5 гр-0,25 гр/сутки



Синуситы

- Воспаление одной или нескольких придаточных пазух носа
- **Бывают:**
 - *Гайморит*-воспаление верхнечелюстной пазухи
 - *Фронтит*-воспаление лобной пазухи
 - *Этмоидит* – воспаление ячеек решетчатой кости
 - *Сфеноидит* – воспаление клиновидной пазухи

Синуситы

Способствующие факторы:

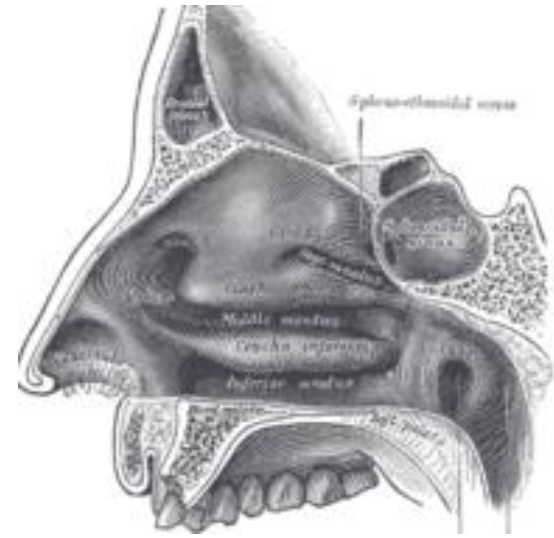
- ОРЗ
- Кариес верхних 4 коренных зубов
- Нарушение носового дыхания (аденоиды, искривление носовой перегородки, хр. ринит)

Симптомы гайморита:

- Насморк
- заложенность носа
- Боль со стороны поражения, головная боль
- ↑Т тела (37, 5-38 и >)
- Общие проявления (слабость, утомляемость, нарушения сна и т.д.)

Синуситы

- **Симптомы фронтита:**
 - Головная боль, больше в лобной области
 - Боль при постукивании в проекции лобной пазухи
 - Боль в глазах
 - Насморк, заложенность носа
 - ↑Т тела, общие проявления (как при гайморите)



Синуситы

- **Лечение:**

- Сосудосуживающие капли в нос (см. [выше](#))
- Антибиотики (см. [выше](#))
- АЦЦ (см. [выше](#))
- Нестероидные противовоспалительные средства (см. [выше](#))

При остром гайморите прогноз в плане продолжения похода неблагоприятный

Пневмония

- *Воспаление легочной ткани инфекционного происхождения с преимущественным поражением альвеол*
- **Может быть:**
 - Очаговая
 - Сегментарная
 - Долевая
 - Тотальная
 - Сливная
 - Односторонняя
 - Двухсторонняя



Пневмония

- **Симптомы:**

- Высокая T° тела ($38,5^{\circ}$ и $>$)
- Кашель (влажный, часто с обильной мокротой)
- Одышка (в покое)
- Плевральная боль (усиливается при дыхании и кашле)
- Выраженное нарушение общего состояния (слабость, отсутствие аппетита, головная боль)

- На высоте, особенно при физ. нагрузках возможно развитие отека мозга/легких с летальным исходом

Пневмония

- **Лечение:**

- Прекращение подъема, немедленный сброс высоты и спуск в долину. При соблюдении безопасности- даже ночью.
- Транспортировка в полусидячем/сидячем положении (носилки, рюкзак)
- Питьевой режим (см. [выше](#))
- Антибиотики внутримышечно (см. [выше](#))
- Муколитики (см. [выше](#))
- НПЗП – **очень важно** взять контроль над T° (см. [выше](#))

Вопросы?



Тестик

- Из чего состоит дыхательная система человека?
- Что такое простуда? Чем она отличается от ОРВИ?
- У одного из ваших участников бронхит с влажным кашлем. $T^{\circ} 37, 1$. Как вы будете его лечить?
- Чем опасны простуды в походе?

Спасибо!

