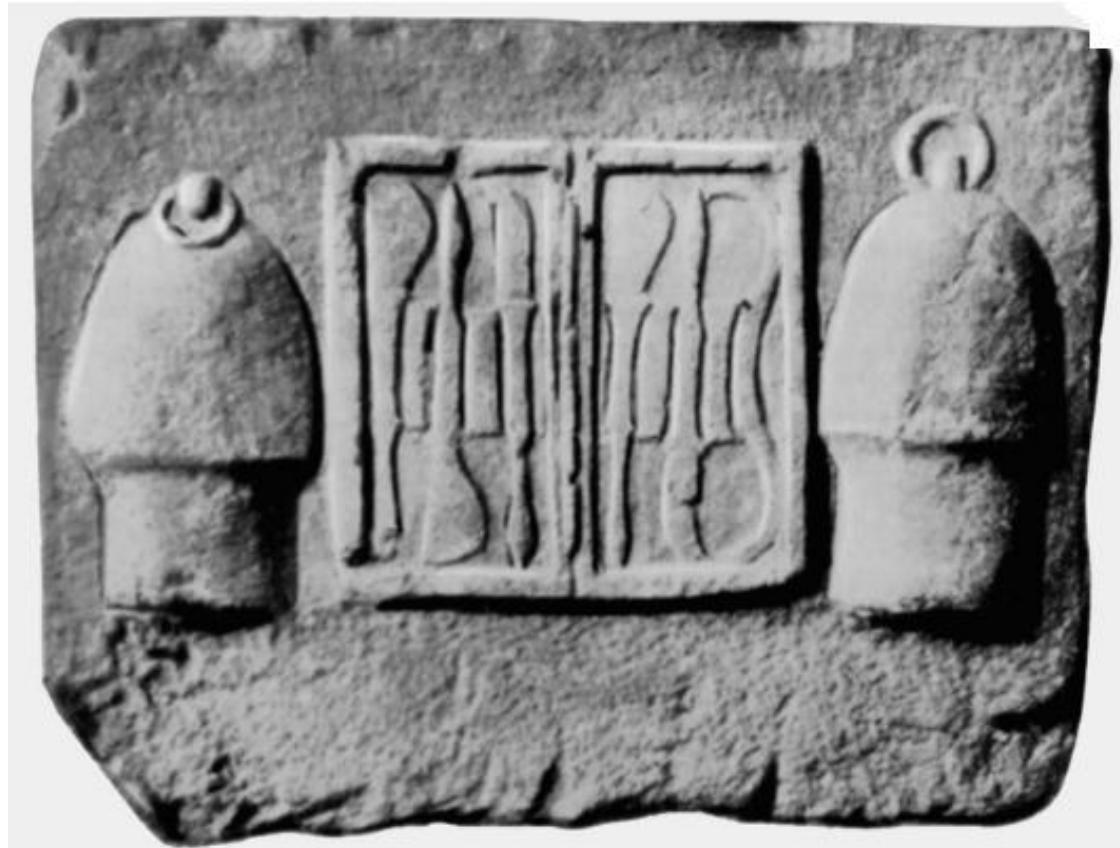


Диагностика и лечение болезней органов дыхания в походных условиях



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.)

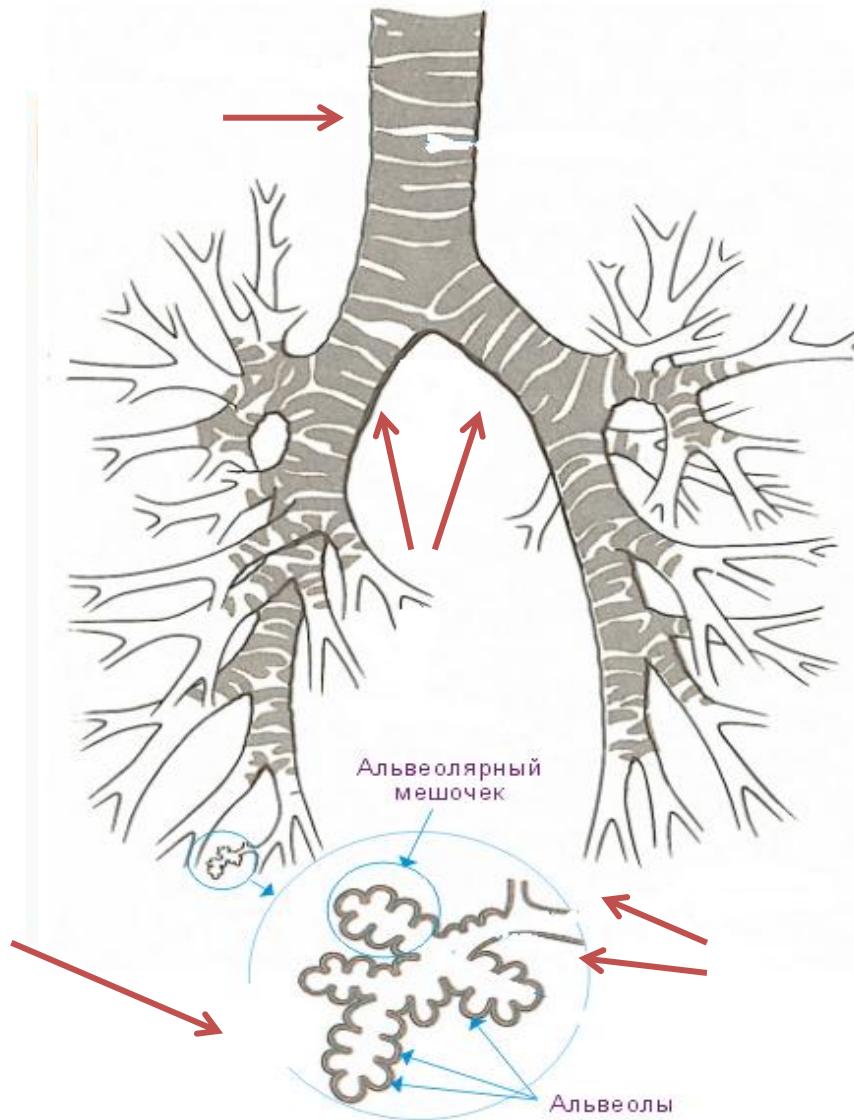
Весь мир	Число случаев смерти в миллионах	% случаев смерти
Ишемическая болезнь сердца	7.25	12.8%
Инсульт и другие цереброваскулярные болезни	6.15	10.8%
Инфекции нижних дыхательных путей	3.46	6.1%
Хроническая обструктивная болезнь легких	3.28	5.8%
Диарейные заболевания	2.46	4.3%
ВИЧ/СПИД	1.78	3.1%
Раковые заболевания трахеи, бронхов и легких	1.39	2.4%
Туберкулез	1.34	2.4%
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 Т° 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	Заболевание
• Высокая Т°, нарушение общего состояния, частый сухой кашель	→ Грипп
• Осипший, охриплый голос; грубый, болезненный кашель	→ Парагрипп
• Насморк при мало нарушенном общем состоянии	→ Риновирусная инфекция
• Насморк, боль в горле, конъюнктивит	→ 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 («кангина»):**
 - 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 «**кобильного 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, Т° 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 Т тела (39° и >). **Очень высокий риск отека мозга/легких!**
- Аспирин очень нежелателен (синдром Рея, аспириновая астма, аспириновая язва....)

Важные моменты!

- Тема «антибиотиков»
 - В походе показания к назначению АБ расширяются
 - При Т 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** (амоксициллин+клавулановая к-та) – 1 таб. 625 мг 2 р/с. *Max разовая- 2 таб., суточная – 6 таб.*
- **Фортум** (цефтаzидим) – 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)

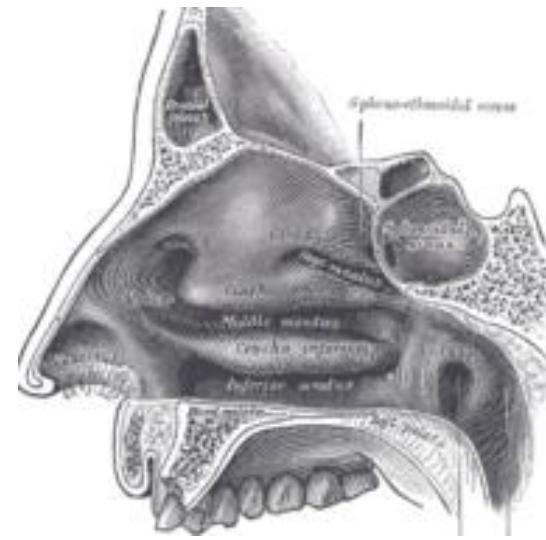
Симптомы гайморита:

- 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 Т° тела (38, 5° 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 положени (носилки, рюкзак)
 - Питьевой режим (см.[выше](#))
 - Антибиотики внутримышечно (см. [выше](#))
 - Муколитики (см. [выше](#))
 - НПЗП – **очень важно взять контроль над Т°** (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. Т° 37, 1. Как вы будете его лечить?
- Чем опасны простуды в походе?

Спасибо!

