

информация о том, кто из учащихся болен астмой, включая информацию о том, какие требуются лекарства? имеются ли в школе средства первой помощи при приступе астмы, включая лекарства, которые могут потребоваться в чрезвычайном случае? Не забудьте сообщить в школу всю информацию об астме вашего ребенка.

Помните, что на астматиков влияет сигаретный дым, так что курящие родители не должны курить в присутствии детей (и не должны разрешать это другим курящим). Помимо того, что у некоторых детей это может вызвать приступ астмы, сигаретный дым также повышает риск заболевания астмой.

За дополнительной информацией обращайтесь в Asthma NSW по телефону (02) 9906 3233 или 1800 645 130 (бесплатно).

Если у вас трудности с английским языком и для того, чтобы позвонить, вам нужна помощь, обращайтесь в Службу устного и письменного перевода (TIS) по телефону 131 450.

Дополнительную информацию на русском языке можно найти в вебсайте Multicultural Communication по адресу <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

Телефонные номера правильны на момент публикации.

Вам может потребоваться проверить эти номера по телефонному справочнику.

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111



Russian
October 4, 1999

АСТМА У ДЕТЕЙ: ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОЙ СИТУАЦИИ

Asthma and children: a guide to coping

NSW HEALTH
DEPARTMENT

АСТМА У ДЕТЕЙ: ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОЙ СИТУАЦИИ

Asthma and children: a guide to coping

Как и в прочих западных странах, в Австралии увеличилось количество детей, больных астмой. Сегодня астмой болеет каждый четвертый ребенок и каждый седьмой подросток, и все большему и большему числу родителей приходится заботиться о заболевшем астмой ребенке.

Когда ребенок болеет астмой - это большой удар для родителей, которые могут испугаться того, что их ребенок никогда не сможет вести нормальный образ жизни. Помимо этого они могут бояться того, что они не знают, что делать в случае приступа астмы у ребенка.

Организация Asthma NSW, предоставляющая поддержку больным астмой и их семьям, считает, что ключевым в этой ситуации является узнать как можно больше об этой болезни и о том, как ее контролировать. Ниже приводятся некоторые разработанные в Asthma NSW рекомендации о том, как распознавать симптомы астмы и что делать, если ребенок заболел астмой.

Признаки того, что у ребенка астма. Для больных астмой характерна повышенная чувствительность дыхательных путей. Когда больной астмой подвергается воздействию таких провоцирующих факторов, как, например, простуда, грипп, погодные изменения, физические упражнения, сигаретный дым, пылевые клещи или шерсть животных, его дыхательные пути сужаются и ему становится трудно дышать. Наиболее известным симптомом астмы является свистящее дыхание, но в числе прочих признаков могут оказаться кашель, который усиливается ночью или после физических упражнений, давящее ощущение в грудной клетке или затрудненное дыхание. Если

ребенок ночью кашляет (постоянно или при простуде), обратитесь к врачу.

Что если врач диагностирует астму? Методы лечения постоянно совершенствуются, и дети, больные астмой, могут вести нормальный образ жизни - при условии, что астма находится под контролем.

Контролирование детской астмы. Астма может легко контролироваться лекарствами и путем избегания провоцирующих факторов. В число лекарств входят принимаемые ежедневно профилактические средства для снижения чувствительности дыхательных путей и лекарства, позволяющие ребенку при наличии симптомов легче дышать. Asthma NSW рекомендует обратиться к врачу, специализирующемуся на лечении астмы; ваши друзья или местные работники системы здравоохранения, например, аптекари или сотрудники центра общественного здравоохранения, могут дать вам адрес такого специалиста в вашем районе. Там вы можете попросить совета насчет того, как контролировать астму в домашних условиях, какими лекарствами контролировать астму, как распознавать признаки усиления астмы и что делать в случае приступа. Если астма у вашего ребенка вызвана физическими упражнениями, спросите у врача, как ее контролировать. Не стесняйтесь задавать вопросы (полезно составить список вопросов, которые следует задать). Если у вас много вопросов, назначьте продолжительную консультацию.

Позаботьтесь о том, чтобы в школе знали, что делать в случае приступа астмы. Многие школы хорошо подготовлены к тому, чтобы справиться с приступами астмы у детей. Но не считайте, что так обстоят дела во всех школах. Следует узнать следующее: обучен ли школьный персонал тому, что следует делать в случае приступа астмы? имеется ли в школе