

# Астма

Астмата е състояние, което засяга дихателните пътища на белия дроб, като ги прави възпалени и оточни. Може да засегне възрастни и деца от всички възрасти. Около половината от индивидите с астма имат първите си симптоми преди 10 годишна възраст.

Състояние, при което няма явна алергична причина, се нарича неалергична астма. Астмата се наблюдава много по-често, когато индивидът влезе в контакт с алерген, към който той/тя са чувствителни. Това се нарича алергична астма. Алергичната астма се среща при девет от десет от всички случаи с астма.



## Кои са симптомите на астма?

При астма може да се наблюдават следните симптоми:

- Затруднено дишане
- Чува се хриптене, свирене
- Суха, дразнеща кашлица
- Стягане в гърдите

Някои пациенти получават епизодични симптоми на алергична астма. Малък брой хора имат постоянни оплаквания. Симптомите могат също така да изчезнат в ранната зряла възраст, но често се появяват отново години по-късно.

## Защо става така?

По време на астматичен пристъп, често в отговор на един или повече алергени, към които индивидът е чувствителен, малките дихателни пътища на белите дробове се свиват, стават възпалени и оточни и произвеждат по-голямо количество слуз. Това причинява стесняване и дразнене на дихателните пътища, като затруднява издишването и води до симптоми на астма.

## Кое провокира симптомите на астма?

При алергичната астма обичайните провокиращи фактори са:

- Микрокърлежите в домашния прах
- Животински отпадни продукти
- Плесени
- Полените от дървесен и тревен произход

Хора, които имат астма, могат да открият, че техните симптоми се провокират от физически натоварвания, високостресов начин на живот или лошо качество на въздуха от замърсяването в градовете.

## Какво мога да направя?

Ако имате симптоми на астма трябва да се обърнете към лекар, който ще Ви посъветва как да облекчите симптомите на астмата и как да ги контролирате чрез лекарства.

Повече може да научите на [www.alergii.com](http://www.alergii.com), [www.todaysallergies.com](http://www.todaysallergies.com) или [www.theucbinstituteofallergy.com](http://www.theucbinstituteofallergy.com)

