

Автор: В. Жураковский, заместитель главного врача по МЭиР



Это явление испытывали на себе многие: когда начинается кашель, распирание в груди, слабость, испарина по всему телу, иногда температура. Вроде бы ходить на работу еще силы есть, а вот к врачу – некогда... А ведь так начинается бронхит, и он может привести к осложнениям.

Часто люди, особенно мужчины, переболев ОРЗ на ногах, машут на себя рукой: а, кашель остался, все пройдет, температуры нет – и ладно. Ан нет, кашель затягивается и затягивается. И человек зарабатывает хронический бронхит.

Следует относиться к любому кашлю серьезно. Особенно если он повторяется и длится больше недели.

### **Чего делать не стоит:**

1. Начинать бесконтрольно принимать антимикробные препараты (антибиотики). Чаще всего причина острого бронхита - вирусы, поэтому нужно лечиться противовирусными препаратами. При приеме антибиотиков снижается чувствительность микроорганизмов к лекарственным препаратам. И в следующий раз назначенное врачом лекарство может не дать эффекта.

2. Тянуть с причиной выяснения бронхита. А они бывают разными: инфекции, курение, вдыхание загрязненного воздуха на вредных производствах, сопутствующее заболевание носа.

Выяснять причину бронхита лучше доверить врачу, ведь под причиной кашля могут скрываться пневмония, бронхиальная астма, туберкулез, бронхоэктатическая болезнь, рак легкого и даже сердечная недостаточность.

## **Как лечить**

На начальном этапе ОРВИ надо попытаться «не пустить» инфекцию ниже в трахею, бронхи и легкие. Можно принимать противовирусные препараты, а также использовать народные средства (лимон, лук, имбирь, красные ягоды, мед, ромашку, липу, сбор на основе багульника), делать холодные ингаляции с эвкалиптом, минеральной водой или физраствором.

Пока кашель не прошел, нельзя употреблять ничего раздражающего слизистую гортани.

Рекомендуются препараты, угнетающие кашлевой рефлекс, но они показаны тогда, когда кашель сильно изнуряет и даже нарушает сон.

На втором этапе кашель сопровождается отделением мокроты- таким способом организм очищает дыхательные пути от микробов. Для избавления от мокроты используют разжижающие препараты (муколитические и отхаркивающие средства).

В группу муколитиков входят препараты на основе бромгексина, амброксола и ацетилцистеина (при их приеме рекомендуется пить больше жидкости), к отхаркивающим средствам относятся сиропы корня солодки и алтея, мукалтин, пертуссин, а также лекарственные растения: подорожник, мать-и-мачеха, чабрец, анис.

