

Всемирный день борьбы с пневмонией.

Всемирный день борьбы с пневмонией (World Pneumonia Day) отмечается каждый год 12 ноября. Он создан при помощи объединения международных правительственных и частных организаций, фондов и людей-активистов. Его цель – не только просветить общественность, но и добиться привлечения внимания к проблеме пневмонии государственных деятелей, врачей-специалистов и граждан. В 2009 году Всемирная организация здравоохранения совместно с ЮНИСЕФ объявили «Глобальный план действий по профилактике пневмонии и борьбе с ней». Цель этого плана — активизация борьбы с пневмонией с помощью комбинированных мероприятий по защите детей, профилактике и лечению болезни.

Именно дети страдают от пневмонии в первую очередь. Это заболевание является главной причиной смертности несовершеннолетних во всем мире. Ежегодно оно уносит жизни около миллиона детей в возрасте до пяти лет. Это больше, чем СПИД, малярия и корь вместе взятые.

Пневмония распространена повсеместно, но больше всего от нее страдают дети в Южной Азии и в Африке. Впрочем, эту болезнь можно предупредить с помощью довольно простых мер, например, иммунизации и хорошего питания. Поэтому особенно важно периодически напоминать миру о пневмонии и побуждать людей к действиям, способным остановить болезнь: к распространению информации, к взаимодействию с органами власти, к пожертвованиям на иммунизацию. Именно этим активно занимаются медики и добровольцы во Всемирный день борьбы с пневмонией.

В этот день в учреждениях здравоохранения проходят различные мероприятия. Проводятся медицинские осмотры. Добровольцы рассказывают людям о болезни, первых симптомах, профилактических действиях и правильном лечении.

Пневмония - инфекционное заболевание легких, чаще всего оно поражает детей, пожилых людей и людей с ослабленной иммунной системой. Причиной которого является проникновение в организм микроорганизмов. Это одно из самых тяжелых заболеваний дыхательных путей. Его лечение становится с каждым годом все сложнее, поскольку у большинства микробов уже выработался устойчивый иммунитет к современным антибиотикам.

Меры профилактики пневмонии:

- Ведите здоровый образ жизни: занимайтесь физкультурой и спортом, чаще гуляйте на свежем воздухе.
- Не курите в помещении, где могут находиться люди: пассивное курение пагубно сказывается на функции бронхов и иммунитете. А лучше вообще не курите.
- Придерживайтесь здорового полноценного питания с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно ешьте свежие овощи, фрукты, мясо, рыбу, молочные продукты).
- Делайте прививки против гриппа - пневмония часто является его осложнением.
- Одевайтесь по погоде, избегайте переохлаждений, летом - сквозняков.
- Соблюдайте режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.
- В период подъема заболеваемости гриппом (а уж тем более коронавирусной инфекцией) избегайте контакта с больными, носите маски в общественных местах, воздержитесь от посещения мест с большим скоплением людей.
- Мойте руки с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания.