

6 травня — Всесвітній день боротьби з астмою

Щороку у перший вівторок травня світ відзначає Всесвітній день астми – день, покликаний підвищити обізнаність про це хронічне захворювання дихальних шляхів, яке вражає понад 300 мільйонів людей у світі.

Що таке астма?

Астма – це хронічне запалення дихальних шляхів, яке призводить до періодичного утруднення дихання, кашлю, свистячого дихання та відчуття стиснення у грудях. Напади астми можуть бути легкими або загрожувати життю.

Чому важливо про це говорити?

- **Багато випадків залишаються недіагностованими.**
- **Люди часто не знають, що симптоми піддаються контролю.**
- **Вчасна діагностика та правильне лікування можуть значно покращити якість життя.**

Як можна допомогти?

- **Поширюйте інформацію про симптоми та лікування астми.**
- **Підтримуйте людей з астмою – емоційно та інформаційно.**
- **Заохочуйте регулярні консультації з лікарем для контролю стану.**

Цього дня ми закликаємо кожного подбати про своє дихання, дізнатися більше про астму та поділитися знаннями з іншими.

Пам'ятаймо: жити з астмою – не вирок, якщо вона під контролем.