

## LECȚIA 2. Boli influențate de factori de mediu și de propriul comportament: alergiile, astmul.

**Boală** – modificare anatomică și / sau funcțională a echilibrului organismului.

Clasificare:

1. După durata de acțiune: boli acute și boli cronice;
2. După organele afectate: boli digestive, boli respiratorii, boli cardiovasculare, boli neurologice etc.;
3. După cauze;
4. După modul de transmitere.

Factori ce pot produce, favoriza sau pot ajuta la prevenirea lor: factorii de mediu, propriul comportament.

### **Alergiile:**

- Apar în urma expunerii la alergeni, aproximativ 20% din oameni prezintă alergii, unele fiind transmise ereditar;
- Reacțiile alergice sunt amplificate de stres, emoții puternice;

**Alergeni:** respiratori (polen, praf, fungi atmosferici, păr de animale), alimentari (ou, lapte, căpșuni, fragi, grâu etc.), alergeni proveniți de la insecte (venin de albină, viespe), viermi paraziți (trichină, limbric), medicamente (penicilină și derivate), alergeni chimici (vopsea de păr, latex, produse cosmetice, cretă, ricin etc.)

### **Simptome:**

- La nivelul sistemului respirator: secreții nazale abundente, astm bronșic, senzație de sufocare;
- La nivelul ochilor: înroșire, lăcrimare abundentă, mâncărime;
- La nivelul pielii: erupții, eczeme, dermatite de contact;
- Șocul anafilactic – reacție alergică foarte puternică, reprezintă o urgență medicală; persoanele afectate trebuie să aibă asupra lor o doză de adrenalină (epinefrină).

**Prevenire:** evitarea alergenilor, tratamente care previn sau reduc alergiile, menținerea curățeniei.

### **Astmul:**

- Afecțiune cronică a căilor respiratorii care îngreunează respirația; căile respiratorii se îngustează temporar, apar tusea seacă, respirația dificilă, șuierătoare;
- **Tipuri de astm:** astm bronșic, astm alergic, astm profesional (ultimele două se pot agrava noaptea);
- **Cauze** necunoscute, de obicei factori genetici și factori de mediu (polen, mușgai, praf, fum de țigară, alergeni, medicamente etc.);
- **Crizele de astm** – se declanșează în anumite condiții, expunere la factori declanșatori sau factori sezonieri (polen) sau întâmplători (aer rece, păr);
- **Tratamentul** de întreținere (previne crizele) și tratamentul de urgență (le ameliorează) presupune folosirea unui inhalator special, recomandat de medicul specialist.