С 6 по 12 мая проходит Неделя здоровья легких, приуроченная к Всемирному дню борьбы с астмой.

Для того, чтобы сохранить здоровье легких, необходимы:
 отказ от курения
 физическая активность
 здоровое снижение веса
 забота о своем здоровье
 выходные на природе

 Астма - это хроническое неинфекционное воспалительное заболевание дыхательных путей, при котором из-за отека слизистой сужается просвет бронхов.
Это вызывает кашель, хрип, одышку и чувство сдавленности в груди.

Меры профилактики астмы:
 исключение контакта с аллергенами ежедневные прогулки на свежем воздухе на протяжении двух и более часов использование гипоаллергенной косметики, средств бытовой химии, постельных принадлежностей, продуктов питания  физическую активность, занятия лечебной физкультурой