

# Medycyna Komórkowa

MONDAY, SEPTEMBER 9, 2024 • NOWY SYSTEM OPIEKI ZDROWOTNEJ • MEDYCINA-KOMORKOWA.COM



## Jak radzić sobie z przewlekłymi chorobami płuc

Patrząc statystycznie, każdy z nas zna przynajmniej jedną osobę, która cierpi na przewlekłą obturacyjną chorobą płuc, w skrócie POChP. Obecnie, co dziesiąta osoba w Polsce jest dotknięta POChP. Choroba ta charakteryzuje się zwężeniem oskrzeli. Chorzy nią dotknięci cierpią na poważne problemy z oddychaniem. Ich oskrzela zwężają się i tracą stabilność.

Ze względu na powstawanie niewielkich blizn w ścianach oskrzeli, POChP nie można cofnąć i dlatego choroba ta staje się poważnym problemem. Każdy wydech powoduje nieprzyjemny ucisk na oskrzela, co mocno utrudnia oddychanie. Równocześnie powietrze gromadzi się w płucach i nie może być wydychane. Płuca powiększają się co powoduje uciążliwy ból. Ale to jeszcze nie wszystko. Pogarsza się również transport tlenu w organizmie, co wywiera poważny wpływ na nasze serce. Może bowiem dojść do duszności, a nawet do trwałego uszkodzenia dróg oddechowych i pęcherzyków płucnych. W najgorszym przypadku POChP może prowadzić nawet do śmierci.

Aby POChP nie postępowała i nie rozwijały się inne choroby, specjaliści zalecają długotrwałą terapię. **Terapia taka powinna obejmować zmianę stylu życia z regularnymi ćwiczeniami fizycznymi, rezygnację z palenia papierosów, zdrową dietę i leczenie objawowe ostrych dolegliwości.** Również pewne mikroskładniki odżywcze mogą wywierać pozytywny wpływ na POChP i spowolnić lub nawet zapobiec wystąpieniu kolejnych chorób. **Synergistyczne połączenie magnezu, L-argininy, wapnia i witaminy E pomaga złagodzić napięcie mięśni, naczyń krwionośnych i tkanek. Obrzęk oskrzeli może zostać zmniejszony, naczynia krwionośne rozszerzają się, a komórki mięśniowe rozkurczają. Prowadzi to do poprawy oddychania i transportu tlenu w organizmie.**

POChP jest poważną chorobą, której należy poświęcić należytą uwagę. Niezwykle ważna jest profilaktyka. Mikroskładniki odżywcze stanowią tutaj nieodzowną pomoc, która może spowolnić rozwój POChP. Warto już teraz o tym pomyśleć!