

## **ПРАКТИЧНЕ ЗАСТОСУВАННЯ ТЕОРЕТИЧНОГО МАТЕРІАЛУ**

*Біолгія + Медицина*

### **Хвороби легень: чим небезпечний затяжний кашель**

Збільшення числа пацієнтів з респіраторними захворюваннями пов'язано з екологічними, генетичними і професійними факторами. А також зі способом життя. На Національному конгресі з хвороб органів дихання обговорили нові наукові дані. Хвороби легень стоять на четвертому місці серед причин смертності в усьому світі.

До гострих інфекцій нижніх дихальних шляхів відносяться пневмонія (запалення легеневих альвеол), а також гострий бронхіт, капілярний бронхіт, грип і кашлюк. Ці захворювання - одна з основних причин захворюваності і смертності дітей і дорослих у всьому світі. З симптомами хвороби можна ознайомитись прочитавши статтю «Підступна і небезпечна пневмонія» на сайті Новини Тернополя <https://te.20minut.ua/Zdorovya/pidstupna-i-nebezpechna-pnevmoniya-10676068.html>

### **Як грип допомагає пневмонії**

Відомо, що грип (вірусна хвороба) часто супроводжує бактеріальна інфекція. В результаті до грипу додається пневмонія.



Рис. 2 Вірус грипа.

Як вірус може допомагати бактеріям? Наприклад, він може відволікати на себе імунітет. Або діяльність вірусу змінює структуру тканин дихальних шляхів, так що бактеріям стає простіше в них проникнути.

Але вчені довели, що вірус може і безпосередньо допомагати бактеріям. Віруси здатні налипати на поверхню клітин бактерій. А налипнувши, допомагати бактеріям закріпитися в клітинах. Це було видно і в експериментах на клітинних культурах, і в експериментах на мишах: у статті в Nature Microbiology йдеться, що тварини з більшою ймовірністю вмирали від інфекції, якщо їх заражали вірусно-бактеріальними комплексами, ніж вірусом або бактерією окремо. Тобто можна стверджувати, що відбувається

симбіоз між бактеріями та вірусами, при якому вони отримують взаємну вигоду.

Можливо, з урахуванням цих результатів вдасться створити нові, більш ефективні ліки як проти грипу, так і проти бактеріальних легеневих інфекцій.



### **ДОПОМОЖИ СОБІ САМ**

Три важливих рекомендації, які допоможуть твоїм легеням бути здоровими.

1. Більше гуляйте, займайтеся дихальними вправами.

Корисні легкі пробіжки. Не забувайте про фізичні вправи.

2. Вакцинація.

Це допоможе уникнути ускладнень після грипу - одного з найнебезпечніших чинників розвитку легеневих захворювань.

3. Курінню ні!

Ведіть здоровий спосіб життя. Куріння - прямий шлях до розвитку захворювань легенів, а також серця і судин.