



Pran Laj ak Pi Bon Sante, Respire Pi fasil

Premye nan yon Seri Enfòmasyon pou Moun ki Gen Anpil Laj ak Moun nan Fanmi an kap Okipe yo

Èske ou te konnen Maladi Obstriktif Respiratwa Kwonik (COPD) se katriyèm nan maladi ki touye plis moun nan Etazini, epi li retire lavi anviwon 119 000 moun chak ane?¹ An 2000, COPD te lakòz 726 000 moun entène lopital epi 1,5 milyon moun te ale nan sèvis ijans lopital.¹ COPD genyen ladan li bwonchit kwonik ak anfizèm, ki se maladi poumon ki mache ansanm souvan, epi karakteristik yo se bouche pasaj lè a, sa ki fè li difisil pou moun lan respire. Yon gwoup moun ki an danje anpil pou yo devlope COPD, se moun ki fimen, men sèlman, yo konnekte maladi sa a tou avèk pousyè ak lafimen moun respire nan travay yo. Nan pami sentonm yo, genyen tous kwonik, flenm kap fèt pi plis, lestomak sere, souf wo, epi difikilte pou respire.

Konsekans Ekonomik COPD ak Maladi Opresyon

Lajan sa koute pou trete moun nan tout kategori laj yo se anviwon \$32 milya pou COPD, epi \$14 milya pou maladi opresyon. Pifò nan lajan sa a depanse nan tretman medikal pou atak grav yo, lè moun oblije goumen pou yo respire. 1 COPD a parèt pi souvan sou moun ki gen anpil laj, epi li ba yo gwo pwoblèm nan kalite lavi y-ap viv la. An mezi moun ki nan

jenerasyon "bebiboum" lan ap grandi, pral genyen plis nan moun ki gen anpil laj yo ki pral soufri COPD ak maladi opresyon.

Danje nan Anviwonman an, Deklanchè COPD ak Maladi Opresyon

Lè Deyò a

Si yon kote gen polisyon nan lè a, sa kapab lakòz yon gwo danje pou moun ki gen anpil laj, espesyalman si yo malad nan poumon yo. Patikil ki nan polisyon yo kapab fè maladi nan poumon tankou COPD ak opresyon vin pi grav, epi yo kapab lakòz konsekans grav pou sante moun, ki kapab fè yo oblije entène yo lopital oswa fè yo mouri twò bonè. Ozonn kapab fè maladi nan poumon yo pi grav tou, epi sa kapab lakòz moun ale nan sèvis ijans oubyen entène lopital.

Lè Anndan Kay

Polisyon ki anndan kay ak nan bilding yo kapab pa bon tou pou moun ki gen COPD ak maladi opresyon. Anpil nan moun ki gen anpil laj yo pase jiska 90 pousan nan tan yo anndan kay, epi souvan yo rete lakay yo. Danje ki konn nan anviwonman an souvan, ki kapab lakòz yon atak COPD oswa maladi opresyon, se lafimen sigarèt (kit se moun kontinye depi paj 1

Maladi Obstriktif Respiratwa Kwonik (COPD) se katriyèm nan maladi ki touye plis moun nan Etazini.

Gen plis pase 2 milyon moun ki gen 65 an oswa plis ki soufri maladi opresyon, epi an 2001 te gen plis pase 860 000 moun ki te gen yon atak opresyon.²

Polisyon ki anndan kay ak nan bilding yo kapab pa bon tou pou moun ki gen COPD ak maladi opresyon.

Kisa ou kapab fè pou kontwole ak diminye danje polisyon nan anviwonman w

Si ou menm oswa yon moun ki pre-w gen sentonm COPD oswa maladi opresyon, ale wè yon doktè epi swiv pwogram pou tretman pwofesyonèl sante-w la ba ou. Sa ki pi enpòtan pou kontwole maladi sa yo, se pran prekosyon davans epi chache pa ale nan kote ki gen danje polisyon. Pran prekosyon pou anpeche, pou kontwole, ak pou diminye kantite fwa sentonm sa yo parèt sou ou menm oswa sou moun ki pre-w, pou nou kapab respire pi fasil.

- Rete lwen lafimen sigarèt
- Rete lwen lafimen ki soti nan fou kote bwa ap boule
- Diminye kantite mwazisi, pousyè, ak ravèt ki lakay ou
- Pa kite chen ak chat rete nan kote moun dòmi
- Enspekte aparèy chofaj ak founo lakay ou chak ane
- Si gen yon tiyo ki koule, ranje li touswit
- Gade enfòmasyon nan Endèks sou Kalite Lè a (AQI)

Diminye kantite aktivite ou fè deyò toutotan ou kapab, nan jou kalite lè a pa bon. AQI a bay rapò sou kalite lè a, ki di-w si lè a kapab aji sou sante-w. Si ou kapab antre sou entènèt, ou kapab aprann plis sou AQI a, nan adrès <http://www.epa.gov/airnow>. Si ou pa kapab jwenn yon òdinatè pou antre sou entènèt, ou ka jwenn plis enfòmasyon sou AQI pou jounen an nan jounal, nan televizyon, ak nan bilten meteyowolojik nan radyo.

lan ki fimèn, kit se lòt moun nan kote a), plim ki soti sou bèt, pousyè ki nan lè a, ak polenn. Nan lòt sous polisyon anndan kay ki kapab lakòz yon atak COPD oswa maladi opresyon, genyen lwil chofaj, gaz, kewozin, chabon, materyo konstriksyon yo, ak materyèl ki fèt ak bwa konprime. Pestisid, pwodwi chimik pou netwayaj, ak polisyon ki anndan kay ak nan bilding yo kapab pa bon tou pou moun ki gen COPD ak maladi opresyon. Matyè ki gen odè iritan yo kapab fè maladi yo pi grav tou.

Aprann plis sou Inisyativ EPA pou Moun ki Gen Anpil Laj la

Inisyativ pou Moun ki Gen Anpil Laj la ap travay sou prekosyon nan anviwonman an pou pwoteje sante moun ki gen anpil laj; pou rive fè sa, lap fè kowòdinasyon ant rechèch, estrateji prevansyon, ak edikasyon piblik la. Pou plis enfòmasyon sou Inisyativ pou Moun ki Gen Anpil Laj la, gade nan adrès <http://www.epa.gov/aging>

Nan sit entènèt sa a, gen yon afich ou kapab rale desann nan òdinatè-w, ki rele "Age Healthier Breathe Easier" [Pran Laj ak Pi Bon Sante, Respire Pi fasil], sou COPD, sou maladi opresyon ak sou moun ki gen anpil laj.



Dènye Remak

- ¹ National Institute on Heart, Lung and Blood, NIH, U.S. DHHS, Mortality and Morbidity Chartbook 2002 on Cardiovascular, Lung and Blood Diseases
- ² National Center for Health Statistics, Centers for Disease Control and Prevention, U.S. DHHS, Summary Health Statistics for U.S. Adults, National Health Interview Survey, 2001. (genyen 2,87 milyon moun ki gen 65 an oswa pi plis doktè deklare yo deja genyen maladi opresyon oswa anfizèm)