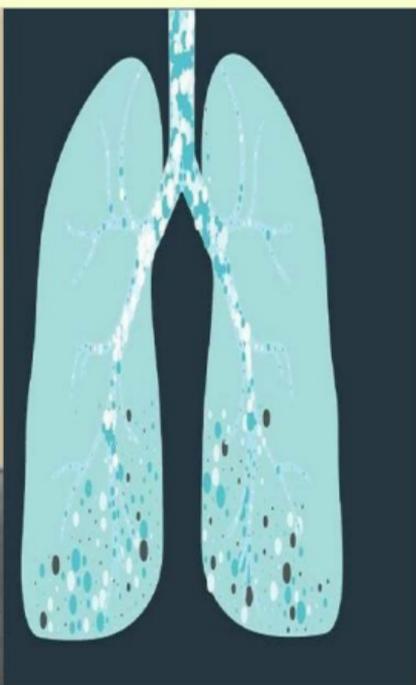


Cura promettente per la fibrosi polmonare idiopatica con rimedi naturali



Amelie Kelly

Cura promettente per la fibrosi polmonare idiopatica con rimedi naturali



Amelie Kelly

Cura promettente per la fibrosi polmonare idiopatica con rimedi naturali

Fibrosi polmonare idiopatica (IPF) è una malattia rapidamente progressiva di causa sconosciuta caratterizzata da un danno polmonare acuto sequenziale con conseguente cicatrizzazione e malattia polmonare allo stadio terminale. Il trattamento al momento rimane ampiamente favorevole. La fibrosi polmonare è una delle condizioni che richiedono un'attenzione urgente.

Quando questo viene trascurato, può portare ad altre serie complicanze polmonari o di sistema. Quel che è peggio è che la vita della persona con questa condizione può essere messa in pericolo.

Questa è la guida completa e più completa sul trattamento e il controllo della fibrosi polmonare idiopatica.

L'eBook si occupa ampiamente di cause, segni e sintomi di fibrosi polmonare, possibilità di sopravvivenza di quelli con fibrosi polmonare, la procedura completa per il trapianto polmonare, diversi tipi di fibrosi polmonare e le migliori opzioni di trattamento per ripristinare rapidamente le funzioni dei

polmoni. Ogni aspetto della fibrosi polmonare è stato discusso in termini puramente profani per una migliore comprensione. Ho scritto l'eBook che copre tutti gli aspetti della fibrosi polmonare e il disagio fisico e mentale accompagnatorio in una lingua semplice al fine di aiutare tutti a capire il problema e farlo trattare in modo appropriato.

L'eBook si occupa ampiamente:

- ☐ I segni e i sintomi della fibrosi polmonare idiopatica
- ☐ Le principali cause
- ☐ Come viene diagnosticata la fibrosi polmonare
- ☐ Diversi tipi di fibrosi polmonare

- ☐ Come progredisce la fibrosi polmonare
- ☐ Un piano di dieta perfetta per la fibrosi polmonare
- ☐ Altre complicazioni sanitarie che potrebbero derivare dall'IPF
- ☐ Procedura di trapianto polmonare
- ☐ Un piano di dieta perfetta per IPF
- ☐ Opzioni di trattamento
- ☐ Aspettativa di vita delle persone affette da fibrosi polmonare
- ☐ Il ruolo dei rimedi domestici e i migliori rimedi naturali che aiutano a guarire la fibrosi polmonare

La parte migliore dell'eBook è la sezione "Rimedi naturali". Un uso corretto e continuo dei rimedi naturali

delineati nell'eBook contribuirà notevolmente a controllare e curare la fibrosi polmonare e ad eliminare completamente tutte le complicazioni di salute che potrebbero verificarsi a causa della condizione. La maggior parte dei rimedi naturali suggeriti sono facilmente disponibili e poco costosi e puoi trovarne molti nella tua stessa cucina. Una volta esaminato l'eBook, avrai una comprensione completa della fibrosi polmonare e potrai consultare il tuo medico in modo informato.

PS: Puoi persino regalarlo ai tuoi familiari e amici che sono stati immensamente affetti da fibrosi polmonare per anni. Questo dono

inestimabile può essere molto utile per loro in quanto può mostrare loro il modo di condurre la vita senza il disagio fisico e mentale per sempre.

Contenuto

- 1. Fibrosi polmonare idiopatica - una panoramica**
- 2. Segni e sintomi**
- 3. Come viene diagnosticata la fibrosi polmonare**

- 4. Tipi di fibrosi polmonare**
- 5. Come progredisce la fibrosi polmonare**
- 6. Un piano di dieta perfetta per la fibrosi polmonare**
- 7. Altre complicazioni sanitarie che potrebbero derivare dall'IPF**
- 8. Opzioni di trattamento**

9. Procedura di trapianto polmonare

0. Tassi di sopravvivenza

1. Rimedi naturali

Fibrosi polmonare idiopatica - una panoramica

La fibrosi polmonare o la malattia polmonare interstiziale è una condizione di cicatrizzazione dei tessuti polmonari, che colpisce più di 5 milioni di persone in tutto il mondo. La fibrosi polmonare può presentarsi come una condizione autoimmune primaria e può verificarsi in concomitanza con una serie di condizioni infiammatorie autoimmuni come la sarcoidosi, lo scleroderma, la granulomatosi di Wegener, l'artrite

reumatoide, il lupus eritematoso sistemico (LES), la malattia mista del tessuto connettivo e la polmonite da ipersensibilità dopo l'esposizione a polveri organiche inalate o sostanze chimiche professionali.

La fibrosi polmonare può anche svilupparsi in condizioni riferite al termine collettivo di pneumoconiosi. Questi disturbi si verificano a seguito dell'inalazione di polveri contaminate da batteri, funghi, virus o prodotti animali o determinati gas e dell'esposizione a radiazioni ionizzanti come la radioterapia utilizzata per il trattamento di tumori al torace.

Trigger ambientali:

Alcuni farmaci, come gli agenti citotossici, la bleomicina, il busalfan e il metotrexato; gli antibiotici nitrofurantoina e sulfasalazina; l'anti-aritmico amiodarone e tocainide; farmaci antinfiammatori come oro e penicillamina; e droghe illecite come cocaina crack, metanfetamina ed eroina possono causare una forma di fibrosi polmonare indotta da farmaci.

Processo di malattia:

La fibrosi polmonare è una malattia infiammatoria del tratto respiratorio inferiore che danneggia il tessuto polmonare e le cellule epiteliali delle sacche d'aria alveolari attraverso un processo caratterizzato da fibrosi

interstiziale diffusa con lieve infiammazione. Nella fibrosi, il tessuto normale diventa sfregiato da infiammazione persistente, causando il tessuto a diventare simile al legno o indurito. Danneggiato, il tessuto polmonare nella fibrosi polmonare non può fornire ossigeno sufficiente per i bisogni del corpo.

Alcune condizioni di fibrosi polmonare rispondono bene al trattamento mentre altre sono progressive e non rispondono al trattamento. Le donne hanno maggiori probabilità di sviluppare una fibrosi polmonare associata a malattie del tessuto connettivo, mentre gli uomini hanno maggiori probabilità di

sviluppare fibrosi polmonare associata all'artrite reumatoide e all'esposizione professionale, ad esempio l'esposizione alla polvere di silice.

Poiché la fibrosi polmonare può presentarsi come un processo graduale, i pazienti con condizione correlata all'esposizione professionale sono in genere più vecchi di 50 anni, mentre i pazienti con esposizione polmonare associata a condizioni reumatologiche sono solitamente colpiti in età precoce. L'incidenza della fibrosi polmonare sembra essere in aumento, con il doppio delle persone diagnosticate nell'ultimo decennio rispetto agli anni precedenti. La sopravvivenza mediana alla diagnosi

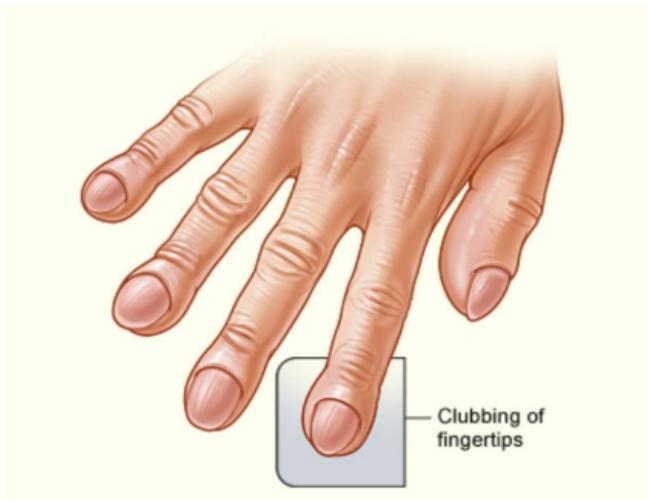
è da 3 a 5 anni con approcci terapeutici convenzionali.

Il modo migliore per sbarazzarsi completamente di tutti i disturbi polmonari è ricorrere alla generosità della Nature e ai rimedi domestici molto efficaci che saranno discussi nei seguenti capitoli di questo eBook in dettaglio.

Fibrosi polmonare idiopatica - una panoramica

I primi sintomi di fibrosi polmonare idiopatica sono solitamente simili a quelli di altre malattie polmonari. Molto spesso, ad esempio, i pazienti soffrono

di tosse secca e dispnea (mancanza di respiro). Con il progredire della malattia, la dispnea diventa il problema principale. Le attività quotidiane come salire le scale, percorrere brevi distanze, vestirsi e persino parlare al telefono e mangiare diventano più difficili e talvolta quasi impossibili. L'allargamento (bastonatura) dei polpastrelli delle dita può svilupparsi. Il paziente può anche diventare meno in grado di combattere l'infezione. Nelle fasi avanzate della malattia, il paziente può aver bisogno di ossigeno tutto il tempo.



I sintomi di fibrosi polmonare includono:

- Persico persistente COUGH
- DYSPNEA (mancanza di respiro) che peggiora con lo sforzo. Questo di solito è il sintomo principale di IPF. All'inizio, potresti essere a corto di

fiato solo durante l'esercizio. Nel corso del tempo, probabilmente ti sentirai senza fiato anche a riposo.

☐ Capacità decrescente per l'attività fisica

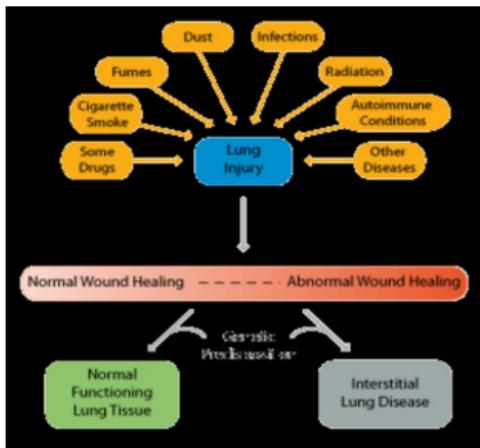
☐ Perdita di peso graduale e non voluta

☐ Fatica

☐ Tortezza toracica, disagio o dolore

☐ Clubbing (allargamento della punta delle dita o talvolta delle dita dei piedi)

Le principali cause di fibrosi polmonare:



Ci sono centinaia di fattori che possono danneggiare i polmoni e portare a fibrosi polmonare, ma alcuni dei più comuni includono:

- **Fattori ambientali o occupazionali:** ci sono un certo numero di tossine e sostanze inquinanti che puoi entrare in contatto sia con il tuo lavoro sia con la vita quotidiana. Anche la polvere di cereali, la canna da zucchero e gli escrementi di animali possono causare

questi problemi.

- **Radiazione:** i danni ai polmoni possono verificarsi in persone alle quali viene somministrato un trattamento con radiazioni per il cancro al polmone o al seno. Questo danno potrebbe non manifestarsi per mesi o anni, dopo il primo trattamento. L'uso della chemioterapia può anche aumentare il rischio di danni ai polmoni.

- **farmaci:** alcuni farmaci possono essere dannosi per i polmoni, compresi alcuni farmaci chemioterapici, alcuni farmaci per il cuore, alcuni farmaci psichiatrici e alcuni antibiotici.

- **Malattia da reflusso gastroesofageo, chiamata anche GERD:** quando gli

acidi dello stomaco risalgono nell'esofago, può causare danni non solo a questa struttura ma anche ai polmoni.

- Infezioni polmonari e altre condizioni mediche: alcune malattie polmonari, come la tubercolosi e la polmonite, possono portare alla cicatrizzazione che aumenta il rischio di fibrosi polmonare. Altre condizioni che possono portare a questa malattia: lupus eritematoso sistemico, artrite reumatoide, dermatomiostosi, poliomielite, sindrome di Sjogren e acidosi. Può anche essere associato a scleroderma.

Ci sono alcune volte in cui la malattia non ha cause note o fattori di rischio. In questi casi, si chiama fibrosi polmonare

idiopatica. Timothy non è mai stato un fumatore, né ha mai dovuto sottoporsi a trattamenti di chemio o radioterapia per nessuna ragione. L'unico fattore che potrebbe aver contribuito alla condizione è il lavoro che svolge in una fabbrica. Inoltre, ha avuto diversi periodi di polmonite negli ultimi inverni, ma non è mai stato così preoccupato fino ad ora.

Come viene diagnosticata la fibrosi polmonare

La diagnosi di fibrosi polmonare può essere estremamente difficile perché la differenza tra fibrosi polmonare

idiopatica e non idiopatica non è sempre chiara e le classificazioni per entrambe le malattie hanno creato confusione. Inoltre, altre malattie, tra cui la broncopneumopatia cronica ostruttiva, l'asma e l'insufficienza cardiaca possono simulare la fibrosi polmonare, quindi i medici devono escludere queste malattie prima della diagnosi.

L'anamnesi, l'esame obiettivo e la radiografia del torace non sono sufficienti per diagnosticare la fibrosi polmonare, ma possono escludere altre malattie.

In conclusione, le indagini che possono essere richieste sono:

X-ray of the chest – questo fornirà

informazioni sul tessuto cicatriziale, tipico per la fibrosi polmonare, ed è utile per determinare lo stadio della malattia e il trattamento. In alcuni casi, la radiografia può essere normale e ulteriori test saranno necessari per spiegare la presenza di dispnea, per esempio.

Scansione polmonare mediante tomografia computerizzata ad alta risoluzione – questo fornisce immagini chiare e dettagliate dei polmoni, a differenza delle scansioni convenzionali o dei raggi X del torace.

Test di funzionalità polmonare – stabilire la funzione polmonare: la quantità di aria immagazzinata nei

polmoni.

ossimetria – questo semplice test viene eseguito attraverso un piccolo dispositivo posizionato su una delle dita e progettato per misurare la saturazione di ossigeno nel sangue. L'ossimetria è il modo più semplice per monitorare la malattia, a volte più accurata della radiografia del torace.

Stress test – viene eseguito sul tapis roulant o su una cyclette, ed è progettato per monitorare la funzione polmonare durante l'attività fisica.

Spesso, la fibrosi polmonare può essere diagnosticata con precisione campionando un piccolo campione di tessuto polmonare (biopsia) analizzato

in laboratorio. Il campione di tessuto può essere ottenuto come segue:

Broncoscopia (biopsia transbronchiale)– lo specialista rimuove un campione di tessuto molto piccolo, solitamente non più grande della punta di un ago - con un tubo piccolo e flessibile (broncoscopio), che viene inserito attraverso la bocca o il naso nei polmoni. In generale, i rischi sono minori, il più delle volte mal di gola e raucedine sono temporanei.

Lavaggio broncoalveolare – il dottore inietta acqua salata (salina) attraverso un broncoscopio in una sezione del polmone e immediatamente aspirerà. La soluzione contiene cellule aspirate da

sacche alveolari. Sebbene i campioni ottenuti con il lavaggio broncoalveolare siano più grandi di quelli della prima procedura, questa procedura non sempre fornisce informazioni sufficienti per la diagnosi di fibrosi polmonare.

Biopsia chirurgica – questa procedura è più invasiva di altre ed è l'unico modo per ottenere un campione di tessuto abbastanza grande per la diagnosi.

Come viene diagnosticata la fibrosi polmonare

La fibrosi del parenchima polmonare può assumere tre forme: fibrosi fibrosa sostitutiva e fibrosi interstiziale.

Fibrosi sostitutiva:

In questa forma il tessuto fibroso viene depositato sulle aree di distruzione polmonare. La fibrosi è spesso localizzata e la sua estensione dipende dall'entità della distruzione parenchimale. Le cause comuni includono tubercolosi polmonare avanzata, bronchiectasie, ascesso polmonare, infarti polmonari, polmoniti, atelettasia, infezioni fungine, malattie pleuriche come versamento pleurico cronico ed empiema, risposta a materiali estranei quali polmonite lipoide e irradiazione del polmone.

Fibrosi del puledro:

Questo è visto nella pneumoconiosi

come la silicosi. L'entità della fibrosi può variare da piccole lesioni nodulari a aree estese (fibrosi massiva progressiva).

Fibrosi interstiziale:

Questo è il risultato finale della malattia polmonare interstiziale. La fibrosi interstiziale può derivare da edema polmonare cronico (che si verifica nella stenosi mitralica), alveolite allergica, disturbi del tessuto connettivo quali sclerosi sistemica progressiva e malattia reumatoide, alveolite fibrosante cryptogenica, danno radioattivo al polmone, sarcoidosi, asbestosi e emosiderosi polmonare idiopatica. In questa forma coesistono la fibrosi

interstiziale e i cambiamenti enfisematosi.

Caratteristiche cliniche:

Fibrosi sostitutiva: La causa più comune è la tubercolosi polmonare cronica. I lobi superiori sono colpiti più frequentemente. Il petto è asimmetrico con l'appiattimento del lato interessato, la caduta della spalla e la diminuzione del movimento. La trachea e le strutture mediastiniche sono tirate verso lo stesso lato, a meno che non siano già state riparate da una malattia preesistente. La nota di percussione è diminuita. Il fremito vocale e la risonanza vocale dipendono dalla gravità della fibrosi. Nella fibrosi estesa sono ridotti. Se un

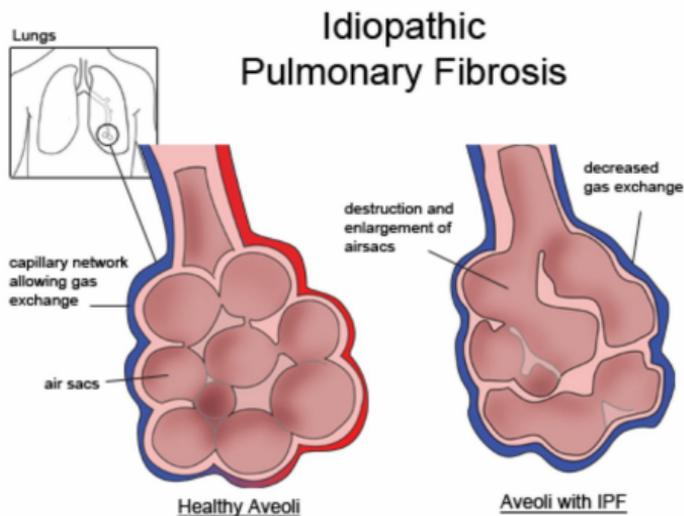
bronco principale si trova in posizione adiacente all'area fibrotica, il fremito e la risonanza vocale aumentano e il suono del respiro diventa bronchiale. Nella fibrosi estesa, in particolare il fobrothorax, i suoni del respiro sono considerevolmente diminuiti. Si possono udire suoni avventizi e questi sono variabili. I sintomi e i disturbi emodinamici dipendono dall'estensione delle lesioni polmonari e dalla causa.

La fibrosi sostitutiva deve essere distinta dal collasso polmonare in cui può esservi uno spostamento ipsilaterale delle strutture della linea mediana. Il collasso polmonare è solitamente di durata più breve e la causa sottostante

può essere evidente.

Altre forme di fibrosi: Poiché questi sono generalizzati, che interessano entrambi i polmoni, non vi è uno spostamento marcato delle strutture della linea mediana. I sintomi sono quelli di difetti ventilatori e diffusivi prevalentemente caratterizzati da dispnea, cianosi, infezioni respiratorie frequentemente e cuore polmonare cronico. L'esame obiettivo può rivelare lanciaante, tachipnea, cianosi e movimenti respiratori diminuiti. I suoni del respiro sono diminuiti. I rantoli diffusi (Crackles) che persistono dopo la tosse sono caratteristici. La

radiografia del torace può mostrare una perdita generalizzata di traslucenza e un aumento della reticolazione. I reperti cardiaci comprendono l'allargamento e ipertrofia ventricolare destra e il secondo suono polmonico indizio che indica ipertensione polmonare.



Cause e prognosi:

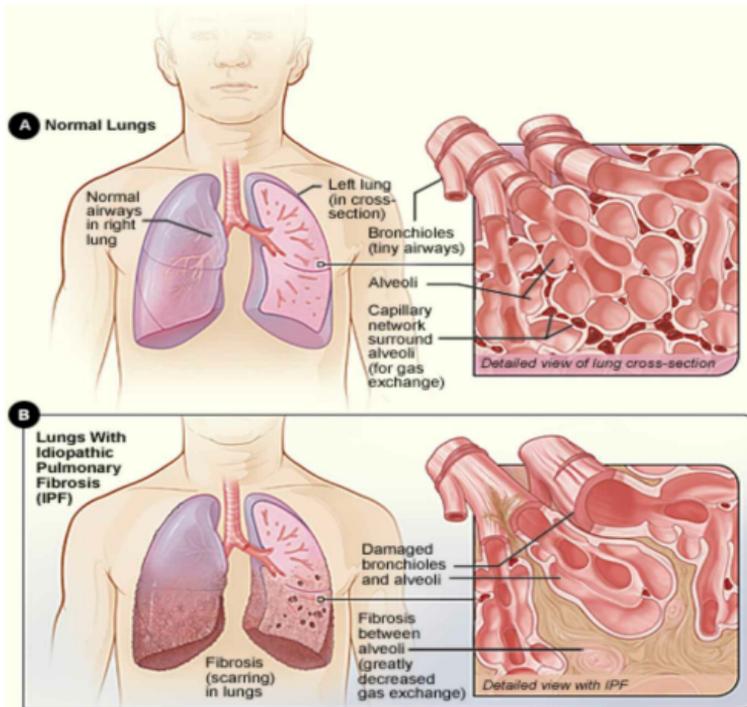
La fibrosi sostitutiva di solito non progredisce ulteriormente. Il decorso della malattia e della solitudine dipendono dall'estensione della lesione, dalla comparsa di infezioni secondarie e dallo sviluppo del cuore polmonare. In generale, con ragionevole cura, la fibrosi localizzata è compatibile con la sopravvivenza prolungata. La fibrosi interstiziale diffusa è progressiva nella maggior parte dei casi e la vita è considerevolmente ridotta. La morte è dovuta a insufficienza respiratoria o insufficienza cardiaca.

Come progredisce la

fibrosi polmonare

Sebbene il decorso della fibrosi polmonare idiopatica sia molto variabile da persona a persona, la malattia di solito si sviluppa lentamente, a volte per anni.

Le fasi iniziali sono contrassegnate da alveolite, un'inflammazione delle sacche aeree chiamate alveoli, nei polmoni. Il compito delle sacche d'aria è di permettere il trasferimento dell'ossigeno dai polmoni nel sangue e l'eliminazione dell'anidride carbonica dai polmoni e dal corpo.



Mentre l'IPF progredisce, gli alveoli si danneggiano e sfregiano, irrigidendo i polmoni. L'irrigidimento rende difficile la respirazione e provoca una sensazione di mancanza di respiro (dispnea), specialmente durante le attività che richiedono uno sforzo extra.

Inoltre, la cicatrizzazione degli alveoli riduce la capacità dei polmoni di trasferire ossigeno. La conseguente mancanza di ossigeno nel sangue (ipossiemia) può causare un aumento della pressione all'interno dei vasi sanguigni dei polmoni, una situazione nota come ipertensione polmonare. L'alta pressione sanguigna nei polmoni mette quindi a dura prova il ventricolo destro, il lato inferiore destro del cuore, che pompa il sangue povero di ossigeno nei polmoni.

Come progredisce la fibrosi polmonare

Se riesci a seguire i principi di base

della buona alimentazione insieme ad alcune altre misure dietetiche, sicuramente contribuirai a controllare la progressione della condizione e aiuterà anche a ripristinare la normalità dei tuoi polmoni.

Lavorare con un professionista della nutrizione:

Una buona alimentazione assume un'importanza fondamentale quando si ha una malattia cronica. Condizioni come l'IPF, che possono rendere difficile mangiare, possono portare a carenze nutrizionali e perdita di peso indesiderata. I pazienti con IPF con appetiti sani ma con una ridotta capacità per l'attività fisica, tuttavia, potrebbero

avere una tendenza verso un guadagno di peso indesiderato. Qualunque sia la fine dello spettro, prendi in considerazione la possibilità di lavorare con un dietista registrato che ha esperienza nella pianificazione di diete per questa condizione. Puoi assicurarti di seguire un piano alimentare nutrizionale che fornisca tutti i nutrienti di cui hai bisogno e ti aiuti a mantenere un peso sano.

Mentre potrebbe sembrare noioso o cliché, una dieta ricca di frutta, verdura, grassi sani e proteine magre è la soluzione migliore. Mangiare in questo modo garantisce che il tuo corpo riceva tutti i nutrienti di cui ha bisogno, nelle

quantità necessarie per un funzionamento ottimale. Mangia almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno, quattro porzioni di prodotti caseari o caseari ricchi di calcio e proteine magre come pollo e pesce. Quando si sceglie frutta e verdura, mangiare una varietà da tutto lo spettro dei colori per ottenere l'intera gamma di antiossidanti e altre sostanze benefiche.

Altre considerazioni dietetiche:

La ricerca della Coalizione per la fibrosi polmonare ha dimostrato che i pazienti con IPF hanno un aumentato rischio di malattia coronarica. Mentre il legame esatto rimane poco chiaro, l'infiammazione presente in questa

malattia potrebbe aumentare il danno delle arterie e la quantità di placca che si forma sulle pareti delle arterie. Assicuratevi di seguire una dieta sana per il cuore a basso contenuto di grassi saturi e grassi trans e ricca di grassi sani come quelli che si trovano nel pesce grasso, noci e semi.

La maggior parte dei medici prescrivono ai loro pazienti il prednisone steroide per ridurre l'infiammazione, secondo l'Istituto Nazionale Cuore, Polmone e Sangue. L'uso di questo farmaco a lungo termine comporta un rischio di ipertensione, glicemia alta e osteoporosi. Tutte queste condizioni hanno una forte componente alimentare e

scelte alimentari migliori possono ridurre il rischio che queste condizioni si sviluppino. Mangia meno sale, carboidrati raffinati e zucchero e molti cibi ricchi di calcio.

Suggerimenti per mangiare:

Uno stomaco pieno può esacerbare le difficoltà respiratorie. Mangiare pasti più piccoli più spesso durante il giorno, piuttosto che tre grandi. Se l'aumento di peso è stato un problema, bere un bicchiere pieno d'acqua prima di ogni pasto per farti sentire più pieno ed evitare di passare lunghi periodi tra un pasto e l'altro.

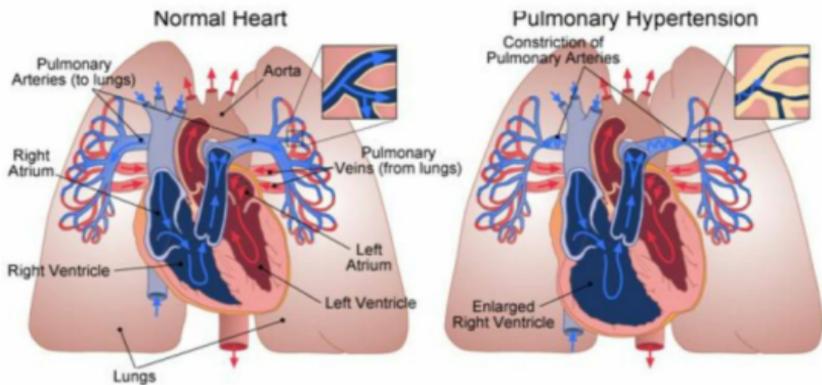
Altre complicazioni sanitarie che

potrebbero derivare dall'IPF

La probabilità di alcune altre complicazioni di salute come risultato dell'IPF è discussa qui:

Diminuzione dei livelli di ossigeno nel sangue (ipossiemia)– Poiché la fibrosi polmonare riduce la quantità di ossigeno che raggiunge il sistema respiratorio, il paziente può manifestare ipossiemia. La mancanza di ossigeno può disturbare il normale funzionamento del corpo e bassi livelli di ossigeno possono essere pericolosi per la vita.

Pulmonary hypertension:



A differenza dell'ipertensione sistemica, questa condizione si verifica solo nelle arterie polmonari. L'esordio si verifica quando i capillari sono compressi da tessuto cicatriziale, che porta ad una maggiore resistenza al flusso sanguigno nei polmoni (resistenza vascolare polmonare). Questo, a sua volta, porta ad alta pressione sanguigna all'interno delle arterie polmonari. L'ipertensione polmonare è una malattia grave che

progressivamente peggiora e alla fine può essere fatale.

Insufficienza cardiaca destra o cardiopatia polmonare acuta – è una condizione grave caratterizzata dall'incapacità del cuore (ventricolo destro) di assicurare e pompare sangue sufficiente a fluire attraverso le arterie polmonari.

Insufficienza respiratoria – Questa è la fase finale della malattia polmonare cronica. Si verifica quando il livello di ossigeno nel sangue è pericolosamente basso, le conseguenze sono: aritmie cardiache e perdita di coscienza.

Opzioni di trattamento

La cicatrizzazione polmonare non può essere curata e nessun trattamento convenzionale si è dimostrato efficace nell'arrestare l'evoluzione della fibrosi polmonare. Tuttavia, alcuni trattamenti possono temporaneamente invertire la malattia e miglioreranno la qualità della vita.

farmaci:

I pazienti con fibrosi polmonare sono inizialmente trattati con corticosteroidi (prednisone), a volte in combinazione con altri farmaci che stimolano il sistema immunitario (metotrexato o ciclosporina). Tuttavia, nessuna di queste combinazioni non si è dimostrata molto efficace.

prednisone:

Un corticosteroide, prednisone, è il farmaco più comune somministrato a pazienti con fibrosi polmonare idiopatica. Circa il 25-35% di tutti i pazienti risponde favorevolmente a questo medicinale. Nessuno sa esattamente come funzionano i corticosteroidi o perché alcuni pazienti fanno bene con il prednisone mentre altri no. I pazienti assumono prednisone per via orale ogni mattina, iniziando con una dose elevata per le prime 4-8 settimane. Man mano che migliorano, prendono gradualmente piccole quantità. I cambiamenti di umore sono uno degli effetti collaterali più comuni del

prednisone; la maggior parte dei pazienti, tuttavia, può gestire i cambiamenti dell'umore - ansia, depressione o insonnia - una volta che sanno cosa sta causando il problema. Un effetto collaterale meno comune è un aumento dei livelli di zucchero nel sangue, osteoporosi, ipertensione, cataratta e aumento della suscettibilità alle infezioni.

Cytosan:

La ciclofosfamide, detta anche citotossano, può essere assunta insieme al prednisone o al posto di esso. Come il prednisone, il citossano viene ingerito ogni giorno.

Uno degli effetti collaterali più gravi

della ciclofosfamide è la leucopenia, una condizione in cui il numero di globuli bianchi scende a livelli pericolosamente bassi. La leucopenia può essere controllata controllando regolarmente il conteggio ematico e regolando la dose di citosano, se necessario.

Altre medicine:

Azatioprina, penicillamina, clorambucile, vincristina solfato e colchicina sono state utilizzate in alcuni pazienti con fibrosi polmonare idiopatica.

Lung Transplantation:

Il trapianto di polmone può essere

un'opzione di ultima istanza per i giovani con fibrosi polmonare grave che non hanno beneficiato di altre opzioni di trattamento. Per adattarsi alle condizioni necessarie per il trapianto dovrebbe smettere di fumare (se fumano) ed essere abbastanza in salute per far fronte alla chirurgia e al trattamento post-trapianto, e avere la volontà e la capacità di sottoporsi al necessario programma di riabilitazione medica dopo il trapianto e di essere pazienti e essere supportati emotivamente finché si aspetta un donatore. Quest'ultima specifica è importante perché le liste di attesa per la donazione di organi sono molto lunghe.

Altri approcci:

Altri trattamenti per la fibrosi polmonare si concentra sul miglioramento della qualità della vita.

Questi includono:

Ossigenoterapia – L'ossigeno non cura le lesioni polmonari, ma contribuisce al processo di respirazione, previene e riduce le complicanze in presenza di un basso livello di ossigeno nel sangue, migliora la qualità del sonno e migliora le condizioni generali del corpo. L'ossigenoterapia riduce i sintomi di insufficienza cardiaca destra.

Riabilitazione polmonare:



– Questo è un programma formale per le persone con malattie polmonari croniche, compresa la gestione medica. Lo scopo della riabilitazione polmonare non è solo quello di trattare la malattia o alleviare i sintomi, ma aiuterà le persone con fibrosi polmonare a vivere una vita soddisfacente. I programmi di riabilitazione polmonare si concentrano sulle tecniche di respirazione, sull'efficacia dell'apprendimento,

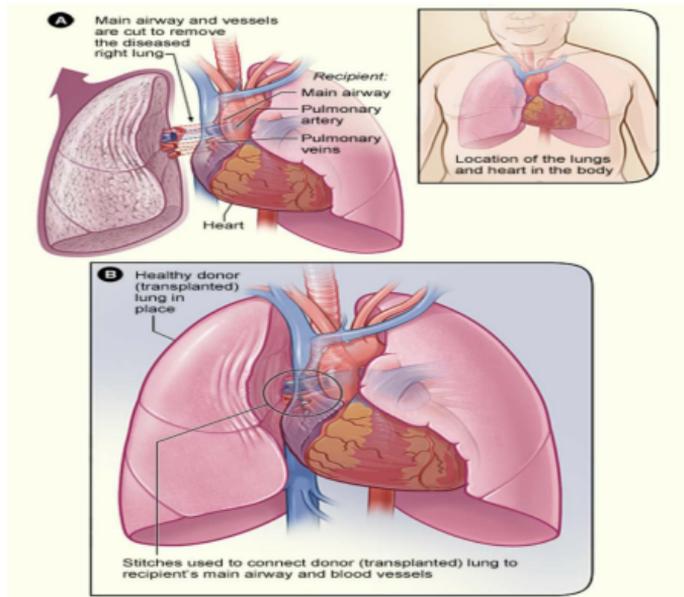
sull'educazione, sul supporto emotivo e sulla consulenza nutrizionale.

Procedura di trapianto polmonare

Quando pianifichi un trapianto di polmoni, c'è molto da fare prima e dopo l'operazione. Prima dell'operazione, lavorerai con il gruppo trapianti per completare una valutazione. Dopo l'operazione, dovrai vedere la tua squadra di trapianto

assicurati che il tuo polmone funzioni bene e rimani in buona salute. Quanto dura un nuovo polmone dipende da molti fattori. Alcuni di questi fattori che puoi controllare. Alcuni non puoi controllare.

Tu e il team dei trapianti lavorerete insieme per mantenere sani te e il tuo nuovo polmone.



Ci sono cinque passaggi necessari per ottenere un trapianto di polmone. Il tuo team di professionisti sanitari lo farà:

1. Decidi se sei abbastanza in salute per ricevere un nuovo polmone.

2. Decidi se sei abbastanza malato da aver bisogno di un nuovo polmone.
3. Preparati per la tua operazione. Questo può richiedere molto tempo e non è garantito il reperimento di un polmone.
4. Eseguire un trapianto di polmone.
5. Aiuta a rimanere in salute dopo il trapianto di polmone.

Esistono quattro tipi principali di trapianti polmonari:

I primi tre dipendono dalla ricerca del donatore giusto che è appena morto ma ha un polmone sano. Il quarto tipo dipende dalla ricerca di due donatori

viventi in buona salute. I tuoi medici determineranno quale tipo di trapianto di polmone è meglio per te e per le tue condizioni.

Trapianto polmonare singolo:

Sebbene tu abbia due polmoni, alcuni pazienti possono vivere una vita normale, sana e attiva con un solo polmone buono. Quando un singolo trapianto di polmone viene eseguito, uno dei polmoni cattivi viene rimosso e un nuovo polmone sano viene messo al suo posto. Questo ti darà dal 50% al 90% della normale funzione polmonare. Probabilmente sono passati anni da quando hai avuto il 50% della normale funzione polmonare. Se ti prendi cura di

te stesso e se il trapianto va bene, sarai in grado di vivere una vita quasi normale con un solo polmone. E non avrai bisogno di ossigeno. I trapianti di polmone singolo sono di solito eseguiti per pazienti con enfisema, fibrosi polmonare, sarcoide e talvolta ipertensione polmonare. Sono fatti anche per altre malattie. Non sono fatti per le persone che hanno una malattia polmonare causata da infezioni.

Doppio trapianto polmonare:

Questa operazione comporta l'assunzione di entrambi i polmoni e la loro sostituzione con nuovi polmoni. Entrambi i polmoni vengono sostituiti contemporaneamente con due buoni

polmoni che di solito provengono dallo stesso donatore di organi. Le persone con infezioni polmonari di solito hanno questo tipo di trapianto. I pazienti con enfisema o ipertensione polmonare possono anche avere questo tipo di trapianto. La funzione polmonare è solitamente dal 60% al 90% del normale dopo un doppio trapianto di polmone.

La parte difficile di un trapianto di doppio polmone è che può essere difficile ottenere due polmoni perfetti da un donatore. Spesso un polmone è stato danneggiato. Per questo motivo, i pazienti spesso devono aspettare più a lungo per i trapianti di doppio polmone rispetto ai trapianti di singoli polmoni.

Trapianto di cuore-polmone:

Questa operazione comporta l'estrazione del cuore e di entrambi i polmoni allo stesso tempo e la creazione di un nuovo cuore e due nuovi polmoni, tutti provenienti dallo stesso donatore. Questa è la forma più rara di trapianto polmonare. È il trapianto più difficile da fare perché è molto difficile trovare tre buoni organi da un donatore. Di solito devi aspettare almeno il doppio del trapianto di cuore-polmone come fai per un doppio trapianto di polmone.

Trapianto di lobo da donatore vivente:

In questa operazione, due donatori viventi sani vi danno ciascuno un lobo (su cinque normalmente presente). In

genere, entrambi i polmoni vengono prelevati e sostituiti con un lobo inferiore destro da un donatore e un lobo inferiore sinistro dall'altro donatore. Questa operazione viene solitamente eseguita su pazienti che sono in rapido declino o che sono così malati da non riuscire a superare un trapianto di successo da un donatore deceduto. L'operazione non viene eseguita su pazienti con enfisema. Di solito, i pazienti hanno fibrosi cistica, qualche forma di fibrosi polmonare o talvolta ipertensione polmonare.

È molto importante mantenersi sani dopo il trapianto. Ecco alcuni

importanti promemoria:

- ☐ Dopo aver lasciato l'ospedale, assicurati di recarti spesso al centro trapianti. Assicurati anche di andare a tutti gli appuntamenti dei tuoi medici. Questo è molto importante! Dovrai farlo solo per alcuni mesi.
- ☐ Prendi le tue medicine correttamente. Questo è estremamente importante!
- ☐ Guarda il tuo peso e assicurati di fare un po' di esercizio regolarmente.
- ☐ Assicurati di dire al personale del centro trapianti se hai problemi a mantenere gli appuntamenti o prendere le medicine.
- ☐ È necessario anche controllare i test

respiratori, la pressione sanguigna, la temperatura e il peso a casa. Riceverai una macchina di prova speciale per fare questo.

La tua salute e la salute del tuo nuovo trapianto polmonare dipendono dal fatto che tu faccia la tua parte.

Quali sono i rischi del trapianto polmonare?

Un trapianto di polmoni può migliorare la qualità della vita e prolungare la durata della vita. Il primo anno dopo il trapianto è il più critico. Questo è quando il rischio di complicanze è più alto.

Negli ultimi anni, la sopravvivenza a breve termine dopo il trapianto di

polmone è migliorata. Dati recenti sui trapianti di polmone singolo lo dimostrano:

- Circa il 78% dei pazienti sopravvive al primo anno
- Circa il 63% dei pazienti sopravvive a 3 anni
- Circa il 51% dei pazienti sopravvive a 5 anni

I tassi di sopravvivenza per i trapianti di doppio polmone sono leggermente migliori. Dati recenti mostrano che la sopravvivenza mediana per i riceventi di polmone singolo è di 4,6 anni. La sopravvivenza mediana per i pazienti con doppio polmone è di 6,6 anni. Parlate con il vostro medico di ciò che

queste cifre potrebbero significare per voi.

complicazioni:

The major complications of lung transplant are rejection and infection.

Rifiuto:

Your immune system will regard your new lung as a "foreign object." It will create antibodies (proteins) against the lung. This may cause your body to reject the new organ.

Per evitare questo, il medico prescriverà farmaci per sopprimere il sistema immunitario. Dovrai prendere questi medicinali per il resto della tua vita.

Rejection is most common in the first 6

months after surgery, but it can happen any time after the transplant. Rejection can happen slowly or suddenly. Your doctor will teach you how to spot possible signs and symptoms of rejection. If you know these signs and symptoms, you can seek treatment right away.

Segni e sintomi di rifiuto includono:

- ☐ Febbre e sintomi simil-influenzali
- ☐ Congestione del torace
- ☐ tosse
- ☐ Mancanza di respiro
- ☐ Nuovo dolore attorno al polmone
- ☐ In generale sentirsi male

If you have any of these signs or symptoms, seek medical care. Your

doctor may prescribe medicines to treat the rejection and prevent complications.

These medicines may cause side effects, such as headaches, nausea (feeling sick to your stomach), and flu-like symptoms. If you have side effects, tell your doctor. He or she may change your medicines or adjust the doses.

Infezione:

Le medicine che prendi per prevenire il rigetto del tuo nuovo polmone possono indebolire il tuo sistema immunitario. Di conseguenza, è più probabile che si verifichino infezioni.

Mentre sei in ospedale, lo staff adotterà misure speciali per impedirti di contrarre infezioni.

Dopo aver lasciato l'ospedale, puoi anche prendere provvedimenti per prevenire le infezioni:

- ☐ Lavati spesso le mani.
- ☐ Prenditi cura dei tuoi denti e delle tue gengive.
- ☐ Proteggi la tua pelle da graffi e piaghe.
- ☐ Stai lontano dalla folla e dalle persone che hanno il raffreddore e l'influenza.

Altri rischi:

L'uso a lungo termine di farmaci che sopprimono il sistema immunitario può causare diabete, danni ai reni e osteoporosi (assottigliamento delle ossa). Questi medicinali possono anche

aumentare il rischio di cancro. Parlate con il vostro medico dei rischi a lungo termine derivanti dall'uso di questi medicinali.

Vivere con un trapianto di polmone

Un trapianto di polmone è l'ultima opzione per le persone con malattia polmonare avanzata. Per avere un trapianto di successo, un paziente deve essere attentamente valutato prima del loro intervento. Dopo l'operazione, il paziente deve essere monitorato attentamente presso il centro trapianti. Per la maggior parte dei pazienti, il trapianto può significare che stanno commerciando in una serie di problemi (la loro malattia polmonare) per una

nuova serie di problemi (rigetto, immunosoppressione e relativi rischi). Idealmente, il polmone del paziente trapiantato funzionerà meglio e il paziente godrà la vita e vivrà più a lungo di quanto avrebbe se non avesse ottenuto il trapianto. La maggior parte dei pazienti è in grado di divertirsi facendo attività fisica, viaggiando, andando a scuola o lavorando e condividendo le responsabilità con amici e familiari.

Tassi di sopravvivenza

L'aspettativa di vita della fibrosi polmonare è gravemente compromessa dal momento che questa malattia da

fibrosi polmonare è progressiva e irreversibile. I pazienti affetti da questa malattia hanno una durata limitata poiché al momento non esiste una cura nota.

L'aspettativa di vita dipende dalla velocità con cui questa malattia progredisce. La malattia polmonare colpisce ciascuno dei malati in modo diverso. In alcuni casi, la progressione è abbastanza veloce, altri casi sono più lenti. Ma ci sono alcuni casi in cui le condizioni del paziente rimangono stabili per anni. Quando la malattia scorre a una velocità maggiore, i tessuti polmonari diventano rigidi e densi rapidamente.

Sulla base della ricerca che è stata

raccolta per molti anni su molti pazienti, questi sono alcuni dei fattori che indicano periodi di sopravvivenza più lunghi:

Diagnosi in giovane età (ad esempio sotto il 50) e identificazione precoce che mostra meno cicatrici dei tessuti polmonari

La mancanza di respiro non è grave

Durante i 3-6 mesi di trattamento, c'è una risposta positiva

Non smoking is a positive attribute

Generalmente, l'aspettativa di vita delle pazienti di sesso femminile è più alta che nei pazienti di sesso maschile

Questi fattori sono anche quelli che

vengono considerati attentamente dal medico per fare prognosi della fibrosi polmonare. Tuttavia, nessuno può prevedere esattamente per quanto tempo una persona può vivere.

Vari studi hanno una aspettativa di vita media della fibrosi polmonare tra i due ei cinque anni nel 30-50% dei pazienti. Una diagnosi molto precoce di questa condizione può aiutare a prolungare la durata della vita di alcuni anni se la diagnosi viene eseguita correttamente in una fase molto precoce.

L'unica consolazione è la ricerca medica e vengono condotte prove cliniche per trattamenti e terapie che possono aiutare a curare la cicatrizzazione dei tessuti

polmonari che potrebbe aggiungere più anni all'aspettativa di vita della fibrosi polmonare.

Come può essere migliorata l'aspettativa di vita della fibrosi polmonare?

Alcuni dei trattamenti di fibrosi polmonare che alleviano la sofferenza e aiutano in misura limitata includono l'ossigenoterapia. Questa ossigenoterapia viene generalmente effettuata da casa. I farmaci possono essere somministrati nel tentativo di migliorare il più possibile la funzione dei polmoni.

Alcuni dei trattamenti di fibrosi polmonare che alleviano la sofferenza e aiutano in misura limitata includono l'ossigenoterapia. Questa

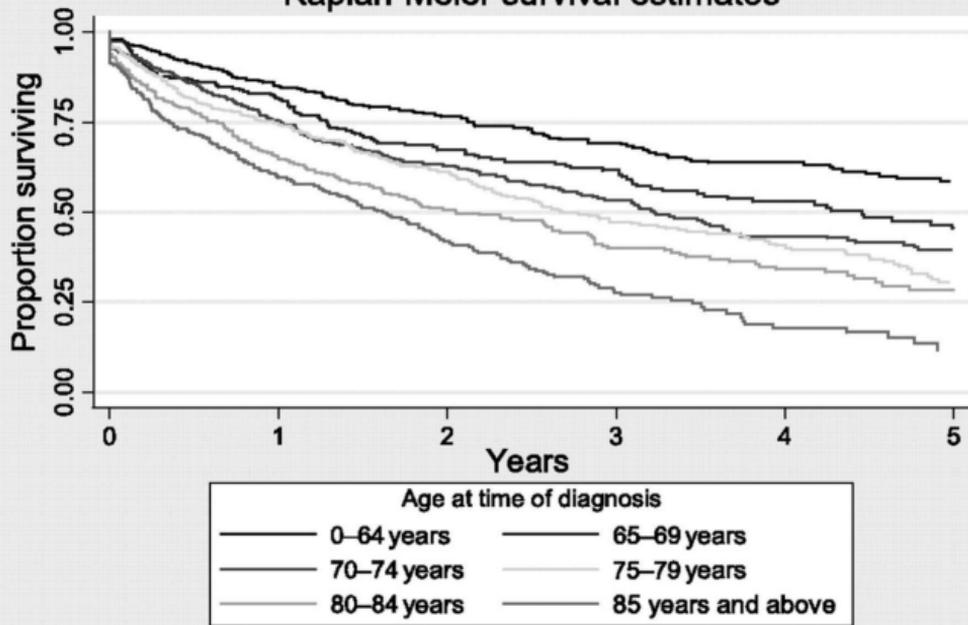
ossigenoterapia viene generalmente effettuata da casa. I farmaci possono essere somministrati nel tentativo di migliorare il più possibile la funzione dei polmoni.

Partecipare a programmi di riabilitazione polmonare che aiutano le persone con malattia polmonare ostruttiva cronica (FRED), nota anche come broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO), è la soluzione ideale per prendere il controllo dei restanti anni di vita e viverci nel modo più

significativo possibile.

La chirurgia del trapianto polmonare può diventare una potenziale via via anche nei casi gravi, come se la condizione del paziente è in stadio avanzato o in fase terminale, la sua previsione di aspettativa di vita non è superiore a 24-36 mesi, e nessuna terapia o terapia disponibile funziona.

Kaplan-Meier survival estimates



Questo stadio avanzato o terminale può essere causato da fibrosi polmonare idiopatica (IPD) o BPCO o altri tipi. Ci si può aspettare un tasso di sopravvivenza del trapianto di polmone a 1 fino a 2 anni dopo il trapianto su circa il 60-80% dei pazienti.

Tuttavia, prima di farlo, potresti voler trovare tante informazioni su questo. Dovresti conoscere anche i suoi criteri perché non tutti sono un buon candidato per la chirurgia dei trapianti polmonari.

I pazienti di malattie di fibrosi di polmoni non sono senza una speranza. Ci sono altri possibili trattamenti o terapie che funzionano bene, come i rimedi naturali di cui parleremo qui. Una cosa che devi sempre fare è continuare a vivere una vita di qualità e avere sempre un atteggiamento positivo e abitudine indipendentemente dal fatto che la fibrosi polmonare possa o meno aumentare l'aspettativa di vita.

Rimedi naturali

I rimedi casalinghi per IPF beneficiranno in larga misura se presi per lungo tempo e in modo coerente. Puoi usarli per prevenire la gravità di questo problema polmonare. Quando hai la sensazione di avere qualsiasi tipo di disturbi polmonari, devi immediatamente smettere di esporsi a un ambiente tossico e smettere di fumare per prevenire un ulteriore peggioramento della condizione. Devi dare il riposo ai polmoni per guarire e riportarlo alle condizioni normali. Sicuramente non vorrete che peggiori.

Ecco una lista di alcuni rimedi

**casalinghi che aiuteranno ad alleviare
il dolore e lenire il tuo sistema
polmonare.**

Serrepeptase:



La serrepeptasi naturale si è dimostrata efficace nel combattere e invertire la presenza di cicatrici nel caso di fibrosi polmonare. Questo è un enzima naturale che non predispone il paziente al sovradosaggio. Quello che succede quando viene ingerito è che la mucosa di un paziente con fibrosi polmonare è

assottigliata. Di conseguenza, c'è un evidente miglioramento con la condizione generale di respirazione della persona. A parte questo, il muco sottile è più facile da espellere rispetto a quelli spessi. Questo enzima naturale ha anche dimostrato di ridurre l'infiammazione polmonare associata alla malattia. Inoltre, il sistema immunitario della persona colpita verrà potenziato quando ingerito questo enzima naturale.

Questo dovrebbe essere assunto a dosi piuttosto elevate, ad esempio almeno 160.000 IUS al giorno, ma la dose doppia è sicura, poiché le persone ne possono assumere grandi quantità, è un

enzima quindi non è tossico. Esempio dose 60.000 UI tre volte al giorno. Questo enzima assottiglia il muco in modo che possa essere espulso dai polmoni e dal sistema linfatico, ridurre l'infiammazione e, a lungo termine, contribuire a ridurre la fibrosi stessa. Inoltre avrà un effetto calmante sul sistema immunitario che sta attaccando i polmoni.

Argento colloidale:



La fibrosi polmonare è a volte causata da microrganismi opportunistici. Ciò

significa che la causa principale della condizione è a causa del processo di infezione. Per invertire o per fermare la presenza di infezione in pazienti con questa malattia respiratoria, l'argento colloidale deve essere utilizzato. Questo trattamento naturale per questa condizione ha proprietà anti-germi. Ciò significa che il presente fungo, gli insetti o i virus presenti nel polmone del paziente con questa condizione verranno uccisi. Ci sono alcuni normali flora o microrganismi presenti nei polmoni di una persona. Tuttavia, l'argento colloidale uccide solo quelli nocivi.

Il suo ruolo principale è quello di eliminare gli insetti, i funghi o qualsiasi

virus noto o sconosciuto nel corpo che molto probabilmente aggraverà e manterrà la condizione. Questo non danneggerà i batteri anaerobici che sono richiesti nell'intestino, a differenza degli antibiotici convenzionali.

Silicio organico:



Quando c'è una presenza di fibrosi polmonare, c'è un danno nel collagene dell'individuo colpito. Il silicio organico come parte del trattamento naturale per questa condizione ha la

capacità di rigenerare o riparare i collagene danneggiati. In particolare, i collagene nel rivestimento polmonare saranno riparati. A parte questo, questo è anche efficace nel rimuovere le tossine intrappolate negli alveoli del sistema respiratorio. Pertanto, questo è anche un potente agente disintossicante. I vasi sanguigni danneggiati nei polmoni possono anche essere riparati con l'aiuto di questo rimedio naturale.

Liquirizia Capsule:



Questi sono forse il supplemento più

efficace per calmare le cellule B iperattive in modo che il sistema immunitario smetta di attaccare i polmoni. Promuove una produzione sana di steroidi naturali da Adrenal. Questi steroidi sono più efficaci degli steroidi e sono nella forma che il corpo ha bisogno per aiutare a superare l'infiammazione, ripristinare la funzione surrenale e riequilibrare il sistema immunitario. La liquirizia ha anche la proprietà di essere una buona espettorante polmonare.

Olio di canapa:





Senza il giusto equilibrio di acidi grassi essenziali freddi pressati a freddo,

qualsiasi programma di ripristino della salute sarà limitato nel suo campo di applicazione, e sono noti per essere un aspetto della risoluzione dell'infiammazione. Solo un cucchiaino al giorno. Mentre l'effetto curativo dell'olio di canapa è indubbiamente impressionante ed efficace, è deplorabile che il suo uso e la sua conoscenza continuino a mancare in molte parti del mondo. Molte persone sono ancora nuove ai vantaggi dell'olio di canapa e rimangono ignoranti nonostante numerose iniziative di sensibilizzazione medica.

Si consiglia inoltre l'uso di olio di fegato di merluzzo un cucchiaino al

giorno, soprattutto se le persone interessate non ricevono regolarmente la luce del sole.

Alimenti ricchi di vitamina C:



L'ingestione di alimenti ricchi di vitamina C è anche un trattamento naturale per la fibrosi polmonare. In questo tipo di malattia polmonare, c'è una diminuzione della capacità del sistema di combattere l'infezione presente. Al fine di aumentare la produzione di globuli bianchi o il componente del sangue che combatte

l'infezione, l'ingestione di alimenti ricchi di vitamina C è vitale. L'acido ascorbico dagli alimenti che si mangia è utile per la maturazione dei potenti leucociti. Gli alimenti che sono ricchi di vitamina C sono arance, uva, bacche, limoni e altri frutti che appartengono alla famiglia degli agrumi.

Ginseng e Suma:





L'esaurimento è un sintomo frequente di qualsiasi malattia polmonare cronica e può essere provocato dalla privazione dell'ossigeno e dallo stress. Ginseng e suma sono due piante che possono aiutare a potenziare la tua energia. La radice di Ginseng, uno stimolante a base di erbe, può migliorare la resistenza e

l'affaticamento continuo, secondo l'erborista Michael Castleman, autore di "The New Healing Herbs", pubblicato nel 2010. Si pensa anche per migliorare la cognizione e l'immunità ai raffreddori. La pianta suma proviene dai tropici, dove si raccomanda di ridurre la tensione nervosa, aumentare l'immunità e fornire ossigeno alle cellule. Secondo Leslie Taylor, naturopata e autrice del libro "The Healing Power of Rainforest Herbs" del 2005, il suma, o ginseng brasiliano, possiede anche proprietà tonificanti, antitumorali e libidostimolanti. L'affermazione di Taylor sugli effetti del suma sul cancro è sostenuta da uno studio apparso nel

numero di marzo 2010 di "Patologia sperimentale e tossicologica."

Nota Suma sembra avere proprietà estrogeniche. Se hai un tumore sensibile agli ormoni, come il cancro al seno, alla cervice, all'utero o alla prostata, dovresti evitare.

Acidi grassi omega-3:



Assumere un integratore di acidi grassi omega-3. Gli acidi grassi omega-3 aiutano a ridurre l'infiammazione, che può aiutare a rendere più facile

respirare. Questi supplementi non cureranno la fibrosi o il danno inverso già fatto, ma potrebbero aiutare a minimizzare la nuova infiammazione.

Marshmallow:



Consumare un supplemento marshmallow. Il centro medico dell'Università del Maryland consiglia di assumere da 2 a 6 g di capsule di radice di marshmallow. O per berlo come un tè, mescoli 2 - 5 cucchiaini. di foglie di marshmallow secche in 5 once.

acqua calda. Bevi il tè due o tre volte al giorno.

antiossidanti:

Gli studi hanno aperto la strada alla comprensione di come vari antiossidanti abbiano il potenziale per prevenire o trattare il danno associato allo stress ossidativo indotto dai radicali liberi. Gli antiossidanti non solo aiutano il fegato

eseguire i suoi processi di pulizia, ma servono anche a proteggere il fegato da danni eccessivi ai radicali liberi.

Gli alti livelli di antiossidanti in un alimento verde di alta qualità sono la prima linea di difesa nella guerra contro i radicali liberi distruttivi che distruggeranno la capacità delle cellule di riparare, rinnovare e ringiovanire.



Frutta e verdura contengono un'ampia varietà di sostanze nutritive, inclusi antiossidanti, fitochimici e carotenoidi, che possono essere di beneficio sia per la salute generale che per la salute del fegato.

Spinaci, pomodori e barbabietole

contengono antiossidanti, vitamine del gruppo B e carotenoidi che migliorano l'efficienza della disintossicazione di Fase I.

L'aglio contiene metionina, che è necessaria per la disintossicazione, e contiene anche selenio, che è un antiossidante che svolge un ruolo nella disintossicazione di Fase I.

Si raccomanda inoltre l'attività antiossidante di beta-carotene, vitamina C, vitamina E e selenio. Migliorare la vostra dieta ed esercizio fisico è un DEFINITE necessario per la salute a lungo termine.

Semi di papaia:



Uno dei rimedi domestici più conosciuti è il consumo dei semi di papaia nera. Macina il seme Prendere I cucchiari di succo di semi e mescolare con qualche goccia di succo di lime fresco. Questa miscela deve essere somministrata una o due volte al giorno per circa un mese come medicinale per questa malattia.

Olio di pesce:



Negli ultimi anni, l'utilità dell'integrazione di olio di pesce è stata studiata in modo più completo. Poiché l'integratore di olio di pesce è già stato associato a una riduzione dell'infiammazione nel corpo, non sorprende che l'integratore sia in grado di aiutare l'organismo in caso di malattia polmonare. Aiutando i polmoni a ridurre l'infiammazione delle cellule durante la malattia, questo può aiutare nella guarigione dei polmoni.

Spirulina:





La spirulina è un'alga blu-verde che cresce nei laghi d'acqua dolce. Usato per secoli dalle popolazioni indigene, gli effetti della spirulina includono la rimozione delle tossine dal corpo e la

fornitura di amminoacidi e oligoelementi per supportare la guarigione. Se il pensiero di mangiare le alghe ti disturba, rilassati - la spirulina è venduta in capsule o pillole nella maggior parte dei negozi di alimenti naturali.

Succo di carote / cetriolo / spinaci:







Fai un succo con le carote mescolate con spinaci o succo di cetriolo tutti i giorni. Questo è un rimedio domestico efficace per la cura dei polmoni. Nella prima combinazione, 200 ml. di succo di spinaci deve essere miscelato con 300 ml. di succo di carota per preparare 500

ml. o mezzo litro di succo combinato. Nella seconda mutazione, 100 ml. ciascuno dei succhi di cetrioli e barbabietole deve essere miscelato con 300 ml. di succo di carota per preparare 500 ml. o mezzo litro di succo combinato.

Nella seconda combinazione, 100 ml. ciascuno dei succhi di cetrioli e barbabietole deve essere miscelato con 300 ml. di succo di carota.

Tè verde:



Il tè verde è un altro integratore naturale che può essere assunto per aiutare con tutti i tipi di fibrosi. Dovrebbe essere preso fino a cinque volte al giorno per aiutare a prevenire l'avanzamento della fibrosi e ricostituire le vitamine di cui il polmone ha bisogno. È ricco di vitamina K, che è importante per il corpo, specialmente nelle prime fasi della malattia polmonare.

Curcuma (Curcuma longa):



La curcuma è un'altra cosa che può essere usata per aiutare la malattia. È

una spezia che aggiunge un sapore piccante al cibo. Protegge tutto il corpo favorendo l'eliminazione di sostanze nocive. Non ci sono effetti collaterali noti per la curcuma. I benefici per la salute della curcuma sono numerosi, ma ora gli studi sugli animali forniscono prove preliminari che suggeriscono che la curcuma cancella le tossine dal corpo, prevenendo il danno ai polmoni.

Apart from using those natural remedies, active involvement in treatment and maintaining a good general health are the main goals for the patient with pulmonary fibrosis.

È importante:

Smettere di fumare – La prima cosa

per una persona con diagnosi di fibrosi polmonare è smettere di fumare. Esistono diversi programmi che utilizzano una varietà di tecniche che si sono dimostrate utili in questo senso. E poiché il fumo passivo è dannoso per i polmoni, non lasciare che gli altri fumino intorno a te.

Costantemente esercitare –

L'esercizio fisico è un'arma a doppio taglio per le persone con diagnosi di malattia polmonare. I medici raccomandano ai pazienti di praticare esercizi di respirazione a breve termine, al fine di mantenere una buona funzionalità polmonare e di ridurre lo stress. Un lieve esercizio fisico può

aiutare. Se sei una persona attiva, parla con il tuo medico di un programma di esercizi che potrebbe essere efficace per te.

Adotta una dieta sana – I pazienti con malattie polmonari possono perdere peso perché possono manifestare disagio durante il pasto, il che porta a consumare piccole quantità di cibo, ma anche perché molta energia viene consumata dallo sforzo respiratorio. Si raccomanda una dieta ricca di sostanze nutritive che contiene grassi, vitamine e minerali essenziali.

Prevenire l'affaticamento – Si consiglia di stimolare almeno 8 ore di sonno a notte per il sistema immunitario.

Controlla l'evoluzione della malattia da reflusso gastroesofageo – è raccomandato: una pausa di almeno tre ore tra un pasto e l'altro, mangiare pasti piccoli ed evitare cibi che scatenano i sintomi.

Mantenere la salute polmonare è parte integrante della vita sana. È essenziale per il mantenimento e la rigenerazione del corpo. La salute polmonare è il risultato di una dieta sana, di uno stile di vita sano e di un'integrazione con almeno i nutrienti antiossidanti per ridurre il carico tossico che il polmone deve affrontare ogni giorno. I polmoni sani sono essenziali per il mantenimento e la rigenerazione del corpo.

DISCLAIMER

**Questo eBook informativo non
sostituisce la prevenzione, la diagnosi
o il trattamento medico professionale.**

**Si prega di consultare il proprio
medico, farmacista o fornitore di
assistenza sanitaria prima di assumere
qualsiasi rimedio o integratore
domiciliare o di seguire qualsiasi
trattamento suggerito qui. Solo il
medico, il medico personale o il
farmacista possono fornirti consigli su
ciò che è sicuro ed efficace per le tue
esigenze specifiche o per**

**diagnosticare la tua particolare storia
medica.**