

Blog

Na blogu piszemy o tym, jak sprawić, by codzienność z POChP była łatwiejsza. Znajdziesz tu praktyczne informacje, ciekawostki, a także przydatną porcję wiedzy na wiele tematów: od sprzątania domu, po kwestie związane z podróżami ☐ Zapraszamy do lektury i systematycznego odwiedzania naszej strony.



Spacer po zdrowie, czyli jak cieszyć się naturą

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które palą lub paliły.



Zaplanuj dobry dzień!

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które pałą lub paliły.



Czar pozytywnych wspomnień, czyli pudełko, które poprawia humor

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które pałą lub paliły.



Drobne cele, wielkie efekty, czyli jak budować satysfakcję i pewność siebie

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które palą lub paliły.



Cierpliwość to klucz do dobrego nastroju, czyli bądźmy dla siebie łagodni

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które palą lub paliły.



Doceniajmy małe cuda! Czy potrafisz znaleźć codzienne małe rzeczy, których suma robi wielką pozytywną różnicę?

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które palą lub paliły.



Dzień na tak, czyli jak dobrze zacząć!

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które palą lub paliły.



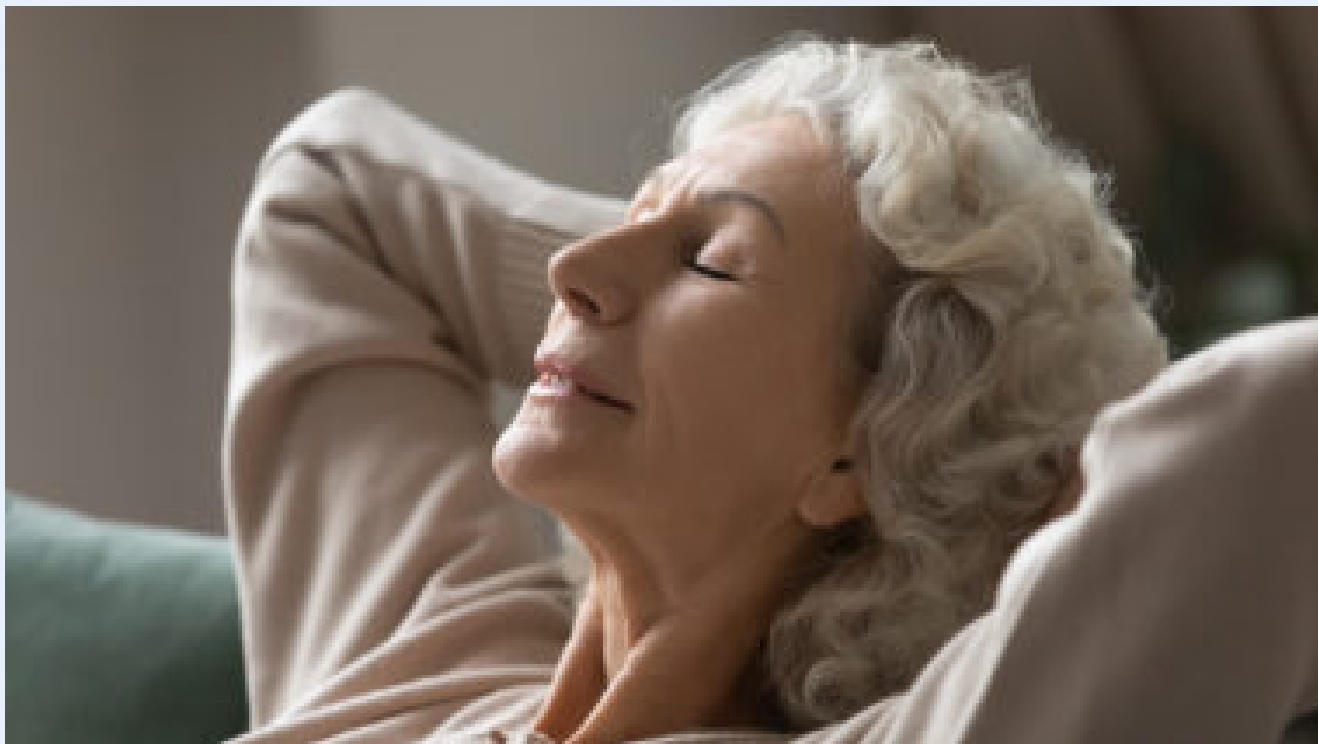
Słowa mają pozytywną moc! Jak rozmawiać o POChP, nie budząc lęku, a budując zrozumienie

Twoje płuca są wrażliwe na substancje drażniące znajdujące się w powietrzu, zwłaszcza jeśli cierpisz na przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POChP).



POChP, a podróże – o czym pamiętać, zanim wyruszysz w drogę

Jeśli oddychanie staje się uciążliwe, tlen może je ułatwić. Przy POChP płuca nie wchłaniają tlenu tak, jak powinny, więc nie mogą go dostarczyć do reszty ciała.



Kilka wskazówek jak oddychać łatwiej, gdy masz POChP

Jeśli oddychanie staje się uciążliwe, tlen może je ułatwić. Przy POChP płuca nie wchłaniają tlenu tak, jak powinny, więc nie mogą go dostarczyć do reszty ciała.

POChP



PRAWDA



FAŁSZ

Mity i fakty o POChP

Większość zdiagnozowanych osób jest w wieku powyżej 60 lat. Niemniej w grupie ryzyka znajdują się osoby po 40 roku życia, które palą lub paliły.



Jak zadbać o dom, gdy mam POChP

Twoje płuca są wrażliwe na substancje drażniące znajdujące się w powietrzu, zwłaszcza jeśli cierpisz na przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POChP).

Materiał wewnętrzny Chiesi

Ostatnia aktualizacja strony 18 kwietnia 2023

Właściciel serwisu

