

# Cudurka KOL – waa cudur aanan la garanayn oo haddana caadi ah

Sigaar maa cabtaa mise waa cabbi jirtay? Neefsashada miyaa ku dhibayso markii hawl culus aad qabato? Hab aan kala go' lahayn miyaa u qunfacdaa? Shanqar miyaa feerahaaga ka yeera? Xaaladahaas waxaa dhici karto in cudur sambabaha ku dhaca [KOL kroniskt obstruktiv lungsjukdom].

Waxaa la xisaabiyay in sannadka 2020 uu cudurka KOL geli doono kaalinta saddexaad ee cudurrada adduunka dartooda loogu geeriyoodo. Tirada dadka ku nool dalka Iswiidan ee qabo cudurka KOL, waxaa lagu qiyaasay in ka badan nus maljuun. Waxaa jiro dad badan oo qabo cudurka oo laakinse aanan ka warqabin. Tiro u dhaxeeyso 2 000 illaa 3 000 qof oo ku nool dalka Iswiidan ayaa sannad kasta u geeriyooda cudurka KOL awgiisa.

## **Shaac-bixinta daahid la'aanta ee cudurka KOL waa muhim**

Calaamadaha cudurka KOL badi ahaan waa dhibaataada neefsashada oo kolba sii darsanayso. Taasoo u sabab ah ciriiriga hunguriga cad, dhaawaca nudaha sambabaha (emfysem) ugu dambeentii waxaa hoos u dhacayso awooda neefsashada. Maadaama cudurka uu han xasilan u soo ifbaxo, dadyoow tiro badan daryeel-caafimaadeed ma raadsadan. Taasoo sababi karto in bukaanku uu dhibaataada isaga dulqaato inkasto xaalad-caafimaadeedkiisa ay kolka ka sii darayso. Haseyeeshe, waa muhim shaac-bixinta daahid la'aanta ee cudurka KOL. Maxaayeelay, waxaa suurtagal noqon karto in tallaabo dhibatadiisa laga qaado.

## **Baritaanka *Spirometri* – waa habka keliya oo lagu xaqiijin karo jiritaanka cudurka KOL**

Haddii da' daada ay 40 sano ka sareeyso, haddii aad sigaar cabto ama aad cabbi jirtay oo tusaale ahaan neefsahada ku dhibayso, sida qunfac, hab culus u neefsanayso, feerahaaga shanqar ka yeerayaan. Xaaladaas waa inaad la xiriirtaa rugta daryeel-caafimaadeedka aad ka tirsan tahay. Kadib ka codsata baaritaanka *spirometriundersökning*. Waxaad ku neefsan doontaa qalab oo cabbiri doono hab-shaqaynta sambabaha. Waa baaritaan fudud oo inyar qaata, waana baaritaanka keliya oo lagu shaac-bixin karo jiritaanka cudurka KOL.

### **Caawinaad ayaa la heli karaa**

Cudurka KOL lama daawain karo. Laakinse cudurka waa la hakin karaa, astamaha isa hoos baa loo dhigi karaa, habka ugu mhuimsan ee cudurka KOL loo haki karo, waxaa waa iyado **sigaar-cabbida la joojiyo**. Dayroowga uu cudurka KOL ku dhacoo tobbankii ba sagaal sigaar bey cabbi jireen ama way cabbaan. **Jir dhaqdhaqaaqa** waa habka ugu muhim san ee lagu ilaalin karo hab-shaqaynta sambabaha. Waxyaalaha **daawada** ay ka caawin karto, waxaa kamdi ah furida mariinka hunguriga cad. Rugta daryeel-caafimaadeedka aad ka tirsan tahay ayaa ku caawini karo.

[www.kol.se](http://www.kol.se)



Boehringer Ingelheim AB, Box 47608, 117 94 Stockholm,  
Tel: 08-721 21 00, Fax: 08-710 98 84, [www.boehringer-ingelheim.se](http://www.boehringer-ingelheim.se)  
[www.kol.se](http://www.kol.se)

Hjärt  Lungfonden