

Bilinmeyen ve fakat olağan bir hastalık KOAH

Sigara içiyor musunuz veya daha önce sigara içtiniz mi? Kendinizi zorladığınız zaman nefes darlığı çekiyor musunuz? Sık sık inatçı bir öksürük sizi rahatsız ediyor mu? Göğsünüzde hırlama var mı? Bu takdirde sizde Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı, KOAH olması ihtimali vardır.

2020 yılında KOAH'ın dünyada rastlanan en olağan üçüncü ölüm nedeni haline geleceği tahmin edilmektedir. İsveç'te yarım milyondan fazla kişide KOAH olduğu hesap edilmektedir. Ancak çoğu kişi farkında olmadan bu hastalığı taşımaktadır. İsveç'te KOAH yüzünden her yıl 2000 ila 3000 arasında kişi hayatını kaybetmektedir.

KOAH'ın tanımının erken yapılmış olması önem taşır

KOAH çoğunlukla nefes alıp vermenin zorlaşması ve gittikçe daha zor nefes alıp vermeye başlanması ile tanımlanır. Bunun özellikle nedeni havayollarının daralması ve akciğer duvarlarının zarar görmüş (amfizem) olmasıdır. İnsan en sonunda yeterli miktarda oksijen alma konusunda zorlanmaya başlar. Hastalık yavaş ilerlediği ve insanın kendisini kademeli olarak daha kötü hissetmeye başlamasına alışması riski bulunduğu için çoğu kişi bu rahatsızlığı yüzünden tedavi olmak için başvuruda bulunmamaktadır. Ancak KOAH'ın tanımının tedavide daha iyi bir sonuç elde edilebilmek için imkân varken ve erken yapılmış olması önem taşır.

KOAH'ın teşhis edilebilmesi için tek seçenek spirometri

40 yaş üstünde iseniz, sigara içiyorsanız veya daha önce sigara içmişseniz ve örneğin öksürük, nefes nefese kalma veya göğüs hırlaması gibi bir solunum rahatsızlığınız varsa bağlı olduğunuz sağlık ocağıyla irtibat kurarak **spirometri testi** yaptırmayı istediğinizi bildirmeniz gerekir. Test akciğerlerinizin fonksiyonunu ölçen bir alete solunum maskesiyle nefes alıp vermeniz şeklinde yerine getirilir. Spirometri testi fazla uzun sürmez. Bu test sizde KOAH olup olmadığının teşhis edilebilmesi için mevcut olan tek seçenektir.

Yardımda bulunulması imkânı vardır

Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığının (KOAH) tedavi edilmesi mümkün değildir. Ancak hastalık seyrinin frenlenebilmesi ve semptomlarının hafifletilebilmesi imkânı vardır. KOAH'ın ilerlemesini engellemek için yapılacak en önemli şey **sigarayı bırakmaktır**. Bu hastalığa yakalanan on kişiden dokuzu sigara içmekte veya daha önce sigara içmiş olan kişilerdir. Akciğer fonksiyonlarının muhafaza etmek için yapılacak en önemli şey **eksersiz** yapmaktır. Havayollarının açık kalmasını sağlayacak diğer bir olanak da **ilaç** kullanmaktır. Bu konuda size bağlı olduğunuz sağlık ocağı yardımcı olacaktır.

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
www.kol.se

Hjärt  Lungfonden