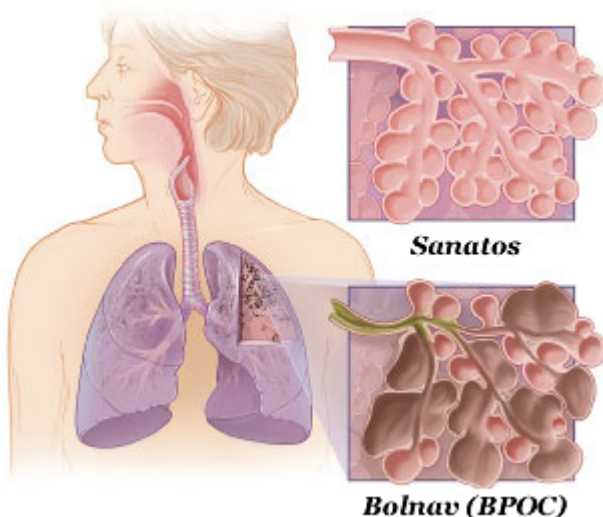


## Ce este BPOC?



BPOC este o boală inflamatorie a căilor aeriene cauzată în principal de fumat, dar și de alte noxe respiratorii care se manifestă prin dificultatea de a respira, tuse cronică cu eliminare de spută. Conform statisticilor realizate la nivel mondial, BPOC este o cauză majoră de mortalitate, în creștere în întreaga lume, mortalitatea prin BPOC ocupând locul 4 după mortalitatea prin boala cardiacă ischemică, AVC și alte boli cardiovasculare, estimându-se ca în 10 ani să ocupe locul 3.

Peste 210 milioane de persoane suferă de BPOC; în România există aproximativ 1 milion de persoane cu BPOC, aprox. 200000 fiind dg conștientizată și slab diagnosticată, rata de

cu această boală, însă boala este insuficient subdiagnostic fiind de 25-50%.

## CARE SUNT CAUZELE BPOC?



### FUMATUL

- este principala cauză a acestei boli
- dacă aveți peste 40 ani și sunteți fumător sau ați fost fumător aveți risc crescut să dezvoltați BPOC



PRAFUL INDUSTRIAL (de cărbune, din construcții sau cel ce rezultă din măcinarea cerealelor)  
SUBSTANȚELE CHIMICE VOLATILE  
POLUAREA CASNICĂ (fum de la arderea combustibililor pentru încălzirea locuințelor, gătit etc.)  
DEFICITUL GENETIC DE ALFA1-ANTITRIPSINĂ

## CE SIMȚIȚI DACĂ AVEȚI BPOC?

Simptomele sau manifestările bolii nu sunt întotdeauna evidente sau ușor de înțeles de pacienți, mai ales în stadiile de început ale bolii, de aceea boala trece de multe ori neobservată și este descoperită în stadiile tardive. Mulți oameni cred că tușesc sau respiră mai greu pentru că fumează, pentru că îmbătrânesc sau pentru că s-au îngrășat.

La pacienții cu BPOC plămâni sunt plini cu aerul care nu a putut fi expirat, iar căile aeriene sunt îngustate de inflamație și prea mult mucus; efortul depus pentru a respira este foarte mare, astfel că respirația devine dificilă, mai întâi la efort, apoi și în repaus, iar capacitatea de a efectua activitățile zilnice este afectată și limitată.

## TUSEA ȘI EXPECTORAȚIA FUMĂTORULUI



Tusea și expectorația fumătorului nu sunt fenomene normale! Aceste semne (tusea, expectorația, oboseala) ar trebui să vă avertizeze că plămâni dumneavoastră suferă și se îmbolnăvesc progresiv.

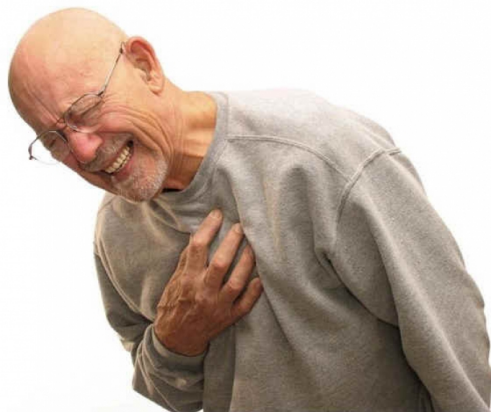
Tusea durează de obicei de mai mult timp, iar fumătorii o consideră ca și consecință “normală” a fumatului, lucru total greșit, căci nu există nici o consecință “normală” a fumatului, “tusea fumătorului” fiind de fapt, bronșita cronică, prima modificare care apare în evoluția BPOC datorată fumatului

Prin tuse organismul încearcă să elimine mucusul în exces,

care apare ca urmare a iritării cronice a căilor respiratorii de către fumul de țigară sau de ceilalți factori care duc la apariția BPOC.

De aceea trebuie să vă verificați starea plămânilor efectuând o spirometrie – investigație care măsoară capacitatea pulmonară .

## OBOSEALA ȘI RESPIRAȚIA DIFICILĂ



- apare și se accentuează în timpul efortului fizic
- se datorează distrugerii structurii plămânilor și îngustării căilor aeriene
- pacienții care suferă de Bpoc nu pot evacua complet aerul din plămâni , apărând astfel în capacitatea de a mai inspira o cantitate suficientă de aer proaspăt, îmbogățit cu oxigen
- odată cu evoluția bolii, respirația grea se transformă în senzația de lipsă de aer, pe care pacienții o pot resimți și la eforturi minime, în timpul activităților zilnice de rutină – când se îmbracă, când se încălță sau când își fac toaleta zilnică

## WHEEZINGUL SAU RESPIRAȚIA ȘUIERĂTOARE

- este zgomotul asemănător unui șuielat, unui fluierat, care se produce atunci când expirați, când eliminați aerul din plămâni
- este un sunet anormal, care semnifică o afectare a sănătății plămânilor dumneavoastră și se datorează îngustării căilor aeriene

Persoanele cu BPOC sunt mai expuse la intercurențe respiratorii, acestea reprezentând acutizări ale simptomatologiei (exacerbări), exacerbări care scad în plus toleranța la efort, determină declinul funcției pulmonare și mortalitatea prematură, reduc calitatea vieții pacientului și alterează starea de sănătate în diferite grade, crescând riscul de spitalizare și de mortalitate, și implicând costuri economice și sociale extrem de ridicate.

BPOC este o boală cronică : nu se vindeca, dar se trateaza. Tesutul pulmonar deteriorat nu se reface, dar evolutia acestei deteriorari poate fi incetinita si tinuta sub control.



Cel mai bun lucru pe care il poate face un fumator este sa se lase de fumat.

Trebuie de asemenea sa se evite infectiile respiratorii.

De aceea, sunt recomandate vaccinurile anti-gripale anual si, pentru pacientii peste 65 de ani, si vaccinarea antipneumococică o dată la 5 ani.



Tratamentul BPOC este relativ facil, utilizându-se dispozitive inhalatorii ce conțin medicamente bronhodilatatoare, care relaxează și deschid caile respiratorii, iar în perioadele de agravare (exacerbare), se adaugă medicamentele anti-inflamatorii, cum ar fi corticosteroizi inhalatori, care pot reduce inflamația accentuată de agravări și pot scădea producția de mucus, în stadiile avansate ale bolii fiind necesară oxigenoterapia și ventilația noninvasivă.

Prima condiție pe care trebuie să o aveți în

vedere dacă bănuiți că ați avea BPOC este să vă prezentați la un medic specialist pneumolog !

Boala este ușor de diagnosticat cu ajutorul spirometriei, investigație care măsoară capacitatea pulmonară.

Atenție! Radiografia pulmonară normală nu exclude diagnosticul de BPOC!



BPOC trebuie tratat cu toată seriozitatea deoarece consecințele bolii netratate sunt dezastruoase, boala mergând spre insuficiență respiratorie și dependența de aparate care furnizează oxigenul.