

Povodom Svetskog dana borbe protiv hronične opstruktivne bolesti pluća, koji se ove godine obeležava 15. novembra i prema podacima Svetske zdravstvene organizacije, u svetu boluje oko 200 miliona ljudi i svake godine umre skoro 3 miliona, što je treći uzrok smrtnosti svetske populacije i četvrti u našoj zemlji. Oko 600.000 osoba u našoj zemlji boluje od hronične opstruktivne bolesti pluća i povećanje svesti ljudi o faktorima rizika za nastanak ovog oboljenja je veoma važno.

Hronična opstruktivna bolest pluća (HOBP) karakteriše se ograničenjem (smanjenjem) protoka vazduha u disajnim putevima. Ograničenje protoka vazduha je progresivno i udruženo sa zapaljenjskom reakcijom pluća na štetne čestice ili gasove. Reč hronična znači da se bolest ne povlači, opstruktivna – da je delimično blokiran protok vazduha u disajnim putevima, reč bolest – oboljenje, a pluća – da se dešava u plućima.

Najčešći uzrok nastanka HOBP je duvanski dim, uključujući cigarete, lulu, cigare i druge oblike pušenja duvana popularne u mnogim zemljama.

Prema mnogobrojnim ispitivanjima 80-90% osoba sa dijagnozom HOBP su hronični pušači ili bivši pušači. Ipak, u jednom znatno manjem procentu HOBP nastaje i kod nepušača jer postoje i drugi faktori rizika za nastanak HOBP, a to su:

- Prašine i hemikalije na radnom mestu (isparenja, iritansi i dimovi) kada je ekspozicija dovoljno intenzivna ili dugotrajna;
- Zagađenje vazduha u zatvorenom prostoru nastalo od sagorevanja bioloških goriva za kuvanje i zagrevanje u slabo provetranim prostorijama;
- Zagađenje vazduha na otvorenom prostoru dodatno opterećuje pluća udahnutim česticama, iako izgleda da je njegova uloga u izazivanju HOBP mala;
- Pasivno pušenje može biti faktor pogoršanja disajnih simptoma;
- Urođeni deficit alfa-1-antitripsina (AAT). To je genetski oblik HOBP i prilično je redak. Prenosi se rođenjem preko jednog ili oba roditelja.

Početak tipičnih simptoma emfizemske bolesti kod osoba sa deficitom AAT je obično u trećoj ili početkom četvrte decenije života, što je znatno ranije nego HOBP kod pušača. Deficit se dijagnostikuje posebnim krvnim analizama. Hronična opstruktivna bolest pluća je oboljenje srednje i starije životne dobi. Ona nastaje posle dugogodišnjeg izlaganja štetnim faktorima, najčešće duvanskom dimu.

Kod bolesnika sa HOBP manji su otvori disajnih puteva. U njih ulazi manje vazduha zato što su zidovi disajnih puteva zadebljali i otečeni, disajni putevi su stisnuti pod uticajem malih mišića koji ih okružuju i u njima se stvara sluz koju bolesnik iskašljava.

Od HOBP najčešće obolevaju pušači ili bivši pušači, osobe koje žive u kućama sa mnogo gasova (sagorevanje u pećima za zagrevanje prostorija) ili one koje su radile na mestima gde je bilo puno prašine i dima. Većina bolesnika sa HOBP ima preko 40 godina, ali mogu oboleti i mlađi ljudi.

Osobe koje boluju od HOBP žale se na kašalj i iskašljavanje sluzavog ili "prljavog" ispljuvka, otežano dišu, guše se, ostaju bez daha prilikom fizičkog napora i potrebno im je duže vreme da se oporave nakon prehlade. Sa napredovanjem bolesti, tegobe postaju sve izraženije. Većina pacijenata kasno se javlja lekaru i smatra da je kašalj normalna pojava zbog pušenja.

Kada se jave lekaru koji dijagnostikuje pravu prirodu bolesti, pacijenti dobijaju savet o daljem lečenju:

- prestanak pušenja (najvažniji i najbolji način da pomognete svojim plućima);
- izbegavanje mesta gde se puši, dima i mirisa koji vam smetaju;
- provetravanje prostorija u stanu;
- redovno uzimanje lekova i
- redovne vežbe disanja.

Zbog čestih epidemija gripa i respiratornih infekcija bolesnicima sa hroničnim opstruktivnim bolestima se preporučuje vakcinacija. Takođe je važno znati i činjenice da simptomi poput hroničnog kašlja i nedostatka daha mogu da ostanu neprimećeni sve dok bolest ne uznapreduje, te da je, uz pomoć pravovremene dijagnostike i primenom adekvatne terapije moguće ukloniti postojeće simptome HOBP radi usporavanja daljeg toka bolesti. HOBP je bolest od koje svake godine oboleva sve više ljudi i predstavlja veliki zdravstveni i socio-ekonomski problem pa je prevencija u smislu prestanka pušenja najbolji način za smanjenje učestalosti tog oboljenja.

