

15. NOVEMBAR- SVJETSKI DAN HRONIČNE OPSTRUKTIVNE PLUĆNE BOLESTI-HOPB

Svjetski dan hronične opstruktivne plućne bolesti u cijelom svijetu se obilježava 15. novembra, s ciljem da se javnost upozna sa simptomima ove bolesti, načinu liječenja oboljelih ali i mjerama prevencije. Prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije (SZO) hronična opstruktivna plućna bolest (HOPB) je četvrti vodeći uzrok smrti, iza kardiovaskularnih, malignih i cerebrovaskularnih bolesti.



Hronična opstruktivna bolest pluća obuhvata skupinu bolesti sa otežanim protokom zraka u plućima.

Najčešći uzrok HOPB-a je pušenje, jer čak 95% pušača ili boluje od ove bolesti ili je njome ugroženo. HOPB je progresivna bolest koja dovodi do pogoršanja plućne funkcije oboljelog čak i uz najbolje liječenje.

Najvažniji pokazatelji koji upućuju na HOPB:
-hronični kašalj: javlja se povremeno ili svakodnevno, često tijekom cijelog dana, rijetko samo noću
-hronično iskašljavanje- svaki oblik dugotrajnog iskašljavanja upućuje na HOPB
-akutni bronhitis- učestalo ponavljanje

Dijagnoza se postavlja kroz razgovor s bolesnikom tijekom kojeg se saznaje više o simptomima i navikama pušenja te analizom plućne funkcije- spirometrijom. Spirometrija je zlatni standard dijagnoze i procjene HOPB-a. U cilju rane dijagnoze potrebno je učiniti spirometrijsko testiranje svih bolesnika sa kroničnim kašljem i iskašljavanjem osobito, ako su izloženi faktorima rizika (aktivni ili pasivni pušač, radno mjesto s onečišćenjem zraka) čak i kada nemaju tegoba.

Što sami oboljeli mogu učiniti?

Prije svega, potrebno je prestati pušiti. Prestanak pušenja usporava progresivan tijek bolesti te smanjuje smrtnost od HOPB-a.

Redovito uzimati lijekove također je važno.

Smanjiti prekomjernu tjelesnu težinu, jer prekomjerna tjelesna težina dodatno opterećuje pluća. Redovito biti fizički aktivan, osobito na svježem zraku.

Izbjegavati zadimljene prostorije, zračiti prostorije u kojima se boravi, ne izlazite vani kada je magla ili pojačano zagađenje zraka.

Vakcinisati se protiv gripe te protiv pneumokoka svakih pet godina, jer se na taj način značajno smanjuje rizik od akutnih pogoršanja.

Bolesnici s težim oblicima trebaju redovito provoditi specifičnu, respiracijsku fizikalnu terapiju koja uključuje i vježbe disanja

**KVALITET ZDRAVSTVENIH USLUGA
Gradačac, 2017.godine**



JAVNA ZDRAVSTVENA USTANOVA
DOM ZDRAVLJA
GRADAČAC

Josipa Šibera b.b., 76250 Gradačac
Tel.: 035/817- 110;
Fax: 035/821 - 350
e-mail: dz.grad@bih.net.ba

15.NOVEMBAR- SVJETSKI DAN HRONIČNE OPSTRUKTIVNE PLUĆNE BOLESTI