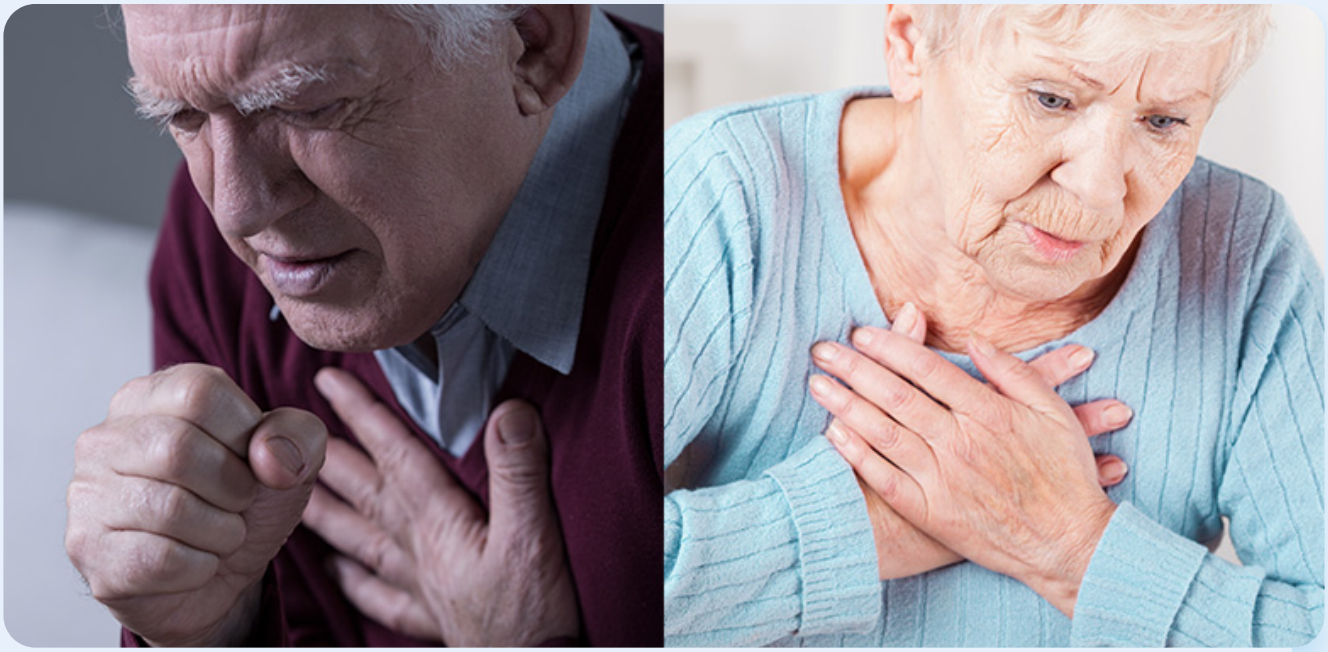
Czym są zaostrzenia dla chorego na POChP?

lek. med. Igor Perehubka

PODZIEL SIĘ



Zaostrzenie przewlekłej obturacyjnej choroby płuc występuje, gdy objawy POChP ze strony układu oddechowego ulegają wyraźnemu nasileniu. Chociaż każdy chory doświadcza zaostrzeń w inny sposób, istnieje wiele możliwych sygnałów ostrzegawczych mogących poprzedzać zaostrzenie POChP np. czujesz, że nie możesz złapać oddechu.

Zaostrzenia mogą trwać kilka dni lub nawet tygodni i mogą wymagać zastosowania antybiotyków, doustnych kortykosteroidów, a nawet hospitalizacji. Zaostrzenia występują zazwyczaj tym częściej im większy jest stopień uszkodzenia płuc. Zaostrzenia najczęściej pozostawiają trwałe, nieodwracalne zmiany w płucach, dlatego ważne jest, aby im zapobiegać.

Zaostrzenia są zwykle spowodowane wirusową lub bakteryjną infekcją płuc. Mogą być również wywoływane przez czynniki drażniące, takie jak palenie tytoniu, narażenia na dym papierosowy lub zanieczyszczenie powietrza. Dodatkowo powodem może być nie stosowanie się do zaleceń lekarza, w tym nieprawidłowe przyjmowanie leków. Jednak w przypadku około 33 procent zaostrzeń POChP nie ma znanej przyczyny.

Objawy zaostrzenia POChP wykraczają poza codzienne nasilenie objawów choroby.

Są często podobne do objawów innych schorzeń, takich jak choroby układu sercowo-naczyniowego (np. choroba wieńcowa, niewydolność krążenia), ciężkie alergie ze strony układu oddechowego, bardzo ciężkie przeziębienie lub infekcja zatok. Jeśli z jakiegokolwiek powodu doświadczasz nasilenia objawów ze strony układu oddechowego takich jak duszność, kaszel, towarzyszy temu uczucie braku siły, dobrze jest zgłosić się do lekarza tak szybko, jak to możliwe.

Najczęstsze oznaki i objawy nadchodzącego zaostrzenia to:

- Częstszy niż zwykle kaszel, świszczący oddech lub duszność silniejsza niż zwykle
- Zmiany koloru, gęstości lub ilości odkrztuszanego śluzu
- Nasilone uczucie zmęczenia utrzymujące się dłużej niż jeden dzień, wyraźnie utrudniające dotychczasowe funkcjonowanie
- Obrzęk nóg lub obrzęk w okolicy kostek
- Trudności w zasypianiu częściej niż zwykle, brak snu
- Częstsze niż zwykle zażywanie leków ratunkowych
- Poczucie potrzeby zwiększenia ilości tlenu, jeśli jesteś na domowej tlenoterapii.

Jeśli wystąpi którykolwiek z powyższych objawów, koniecznie skontaktuj się z lekarzem.

Niezwłocznie zadzwoń po Pogotowie Ratunkowe jeżeli zauważysz niebezpieczne znaki ostrzegawcze, takie jak:

- Ciężka duszność lub ból w klatce piersiowej
- Niebieski kolor ust lub palców
- Zmieszanie/splątanie, dezorientacja lub trudności w mówieniu pełnymi zdaniami
- Silny ból głowy

Mogą to być objawy nagromadzenia dwutlenku węgla we krwi, którego duże stężenie może doprowadzić do zgonu.

Do powikłań związanych z przewlekłą obturacyjną chorobą płuc należą m.in:

- problemy kardiologiczne, takie jak choroby serca i zwiększone ryzyko zawału serca
- tętnicze nadciśnienie płucne, czyli wysokie ciśnienie krwi w tętnicach płucnych
- depresja, ponieważ POChP może wpływać na możliwość robienia rzeczy, które sprawiają Ci przyjemność
- rak płuc, ponieważ osoby chore na POChP często były lub są palaczami tytoniu

Możesz zapobiec zaostrzeniom POChP, stosując pewne praktyki samoopieki. Obejmują one:

- unikanie w domu narażenia na czynniki drażniące płuca
- unikanie tłumów w sezonie przeziębień i grypy, aby nie zachorować
- picie odpowiedniej ilości płynów, aby zapobiec nadmiernemu zagęszczeniu śluzu
- coroczne szczepienie przeciwko grypie, aby zapobiec infekcji dróg oddechowych

- regularne wizyty u lekarza specjalisty, np. pulmonologa
- monitorowanie poziomu tlenu, gdy tylko jest to możliwe za pomocą pulsoksymetru
- praktykowanie zdrowych nawyków, takich jak odpowiednia ilość snu w nocy i zdrowa dieta
- rzucenie palenia lub unikanie biernego palenia
- częste mycie rąk i stosowanie środków dezynfekujących do rąk, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się drobnoustrojów

Kiedy pojawiają się objawy zaostrzenia, łatwo wpaść w panikę, więc bądź przygotowany z wyprzedzeniem. Osoby chore na POChP i ich opiekunowie powinni współpracować ze swoim lekarzem i zespołem medycznym. Kluczem do zapobiegania lub zmniejszania ryzyka zaostrzeń jest zrozumienie wyżej wymienionych czynników ryzyka, znajomość oznak i objawów oraz posiadanie planu działania. Dzięki temu chory na POChP może otrzymać właściwe leczenie na czas, zanim wystąpią powikłania.

Piśmienictwo:
1. https://www.copd.com/
2. https://www.medicalnewstoday.com/
3. https://www.healthline.com/
4. https://mp.pl

PODZIEL SIĘ

Materiał wewnętrzny Chiesi

Ostatnia aktualizacja strony 17 lipca 2025

Właściciel serwisu

Chiesi TOTYLKOASTMA.PL