

Chronische Obstructieve Longaandoeningen (COPD)

COPD is de verzamelnaam voor chronische bronchitis en emfyseem.

1) **Chronische bronchitis** is een luchtwegaandoening die gekenmerkt wordt door langzame, sluipende en onomkeerbare vernauwing van de bronchiën die in de long instaan voor de luchtstroom. De ziekte treft 10 à 20% van de volwassen bevolking en bekleedt de vierde plaats op de ranglijst van de meest voorkomende aandoeningen. Roken is de belangrijkste oorzaak. Chronische bronchitis wordt vaak laattijdig opgespoord, diep in de 40, wanneer de ziekte tekens de levenskwaliteit reeds flink aantasten. Vele patiënten menen dat de symptomen die ze ondervinden te wijten zijn aan het roken of

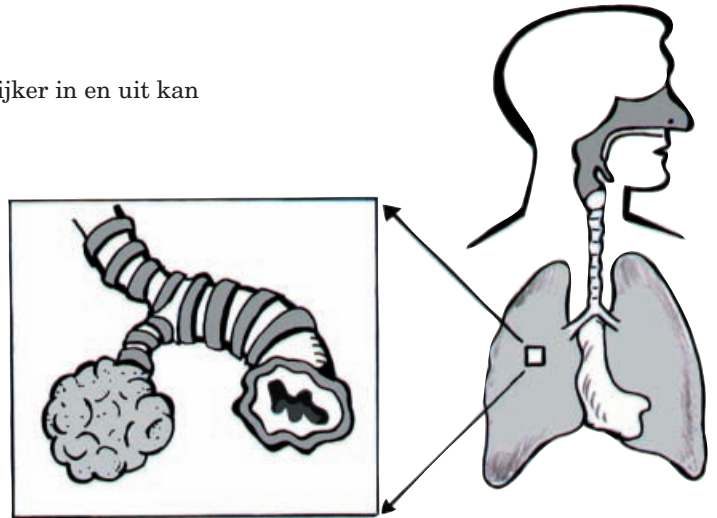
aan het normale verouderingsproces. De diagnose kan nochtans snel worden gesteld door middel van een eenvoudige ademhalingstest: de spirometrie. Naar schatting 85% van de overlijdens door COPD kunnen worden toegeschreven aan roken.

2) **Emfyseem** wordt daarentegen gekenmerkt door uitzetting van de terminale luchtwegen waarbij de wand van de longblaasjes kapot gaat. Het is via de longblaasjes dat de zuurstof in het organisme wordt opgenomen en dat koolstof wordt geëlimineerd.

1. Symptomen en oorzaken

Chronische blootstelling aan één of meerdere irriterende stoffen (sigaret, luchtvervuiling, giftige stof)

- Chronische ontsteking van het slijmvlies dat de wand van de luchtwegen bekleedt, waardoor deze langzaam dikker wordt
- Toename van de slijmaanmaak
- Verlamming van de trilharen die dit slijmvlies moeten verwijderen
- De luchtwegdiameter neemt af waardoor de lucht moeilijker in en uit kan
 - kortademigheid
 - drukkend gevoel
 - piepende ademhaling
 - hoesten (aanvankelijk bij inspanning, daarna geleidelijk bij banale handelingen)
- Om de irriterende stof "weg te wassen" uit de luchtweg, neemt het aantal slijmproducerende klieren toe zodat ook de hoeveelheid slijm sterk stijgt. Dit slijm hoopt op in de luchtwegen vermits de trilharen, de eliminerende roltrap, verlamd zijn.
 - Chronische hoest
 - Overvloedige expectoratie
 - Verhoogd infectierisico (acute bronchitis)



Raadpleeg onmiddellijk uw arts wanneer:

1. De hoest en de fluitende ademhaling verergeren
2. De kortademigheid toeneemt
3. De hoeveelheid opgehoest slijm verhoogt en geel, groen of bruin wordt
4. Bloed in het opgehoest slijm voorkomt
5. U koorts krijgt

Praktische raadgevingen:

1. Allereerst: stop met roken
2. Laat u jaarlijks inenten tegen griep en om de vijf jaar tegen pneumokokkeninfecties
3. Vermijd zoveel mogelijk respiratoire infecties (contact met besmette personen)
4. Blijf binnen bij mist, sterke luchtverontreiniging, koude of grote warmte (ozonpieken)
5. Vermijd plaatsen waar veel wordt gerookt
6. Verlucht uw woning
7. Denk eraan de lucht in huis te bevochtigen, vooral 's winters

Uw arts is de uitgelezen persoon om deze ziekten waarvoor u een zware tol betaalt, te bestrijden.

2. Kan COPD behandeld worden?

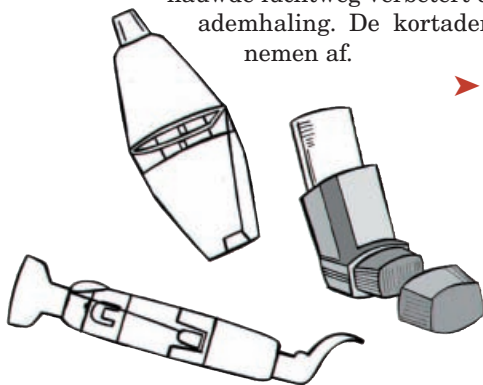
Ja, inderdaad. Helaas kan de behandeling de ademhaling niet herstellen zoals voorheen. Met een aangepaste en nauwgezet gevolgde behandeling kan men niettemin de verdere achteruitgang beperken en afremmen wat uiteindelijk een optimale levenskwaliteit moet toelaten.

Conditio sine qua non: sigaret, sigaar en/of pijp volledig en definitief afzweren. Die onontbeerlijke stap valt soms moeilijk te zetten. Met voldoende wilskracht, hulp en steun van de omgeving en de raadgevingen van uw arts die zonodig een nicotinevervangmiddel kan voorschrijven (patch, kauwgom, zuigtabletten, inhalator, tabletten), slaagt u er uiteindelijk in de strijd te winnen.

Stoppen met roken zorgt op zichzelf reeds voor een spontane verbetering van de ademhalingscapaciteit.

Behandelingsmogelijkheden

- **Luchtwegverwijder** via inhalatie. Door het 'openen' van de vernauwde luchtweg verbetert de luchtstroom en bijgevolg ook de ademhaling. De kortademigheid en het benauwd gevoel nemen af.



- **Corticoïden** via inhalatie. Ze verminderen de ontstekingsreactie in het slijmvlies, wat één van de belangrijkste oorzaken is van chronische bronchitis. Grondig onderzoek terzake wordt op dit ogenblik gevoerd.

- **Expectorantia:** met mate te gebruiken om het 'verdrinken' van de longen te vermijden.
- **Hoestremmers:** zo min mogelijk daar hoesten nodig is om het overvloedige slijm dat de bronchiën blokkeert, te verwijderen.
- **Dagelijkse ademhalingskinesitherapie:** zoals een atleet zijn lichaam verzorgt, moet u door training uw ademhalingscapaciteit verbeteren. Regelmatig aangepaste oefeningen uitvoeren is daarom aangeraden.

Begin nooit te roken

Een heel belangrijke boodschap is uiteraard: begin nooit te roken! Dan krijgt u nooit chronische bronchitis! (COPD komt immers maar zeer zelden voor bij niet-rokers.)

De behandeling is in principe onbeperkt in de tijd, maar kan worden geoptimaliseerd met de hulp van de arts.

Prof. Pierre Bartsch, Luik

Nuttige adressen:

www.kanker.be: de website bevat informatie over passief roken, stoppen met roken en de wetgeving die verband houdt met roken. Tabakstop (0800 111 00): telefoonlijn die automatisch informatie en raad geeft. Hier kunt u terecht met uw vragen over tabak, preventie tegen roken, tabaksverslaving en hulpmiddelen om met roken te stoppen.

www.stopsmoking.be: website die tot doel heeft rokers van hun verslaving af te helpen. Een initiatief van een aantal experts en tabakologen, met de steun van GSK Pharma en verenigingen als Domus Medica, VRGT (Vlaamse Vereniging voor Respiratoire Gezondheidszorg en Tuberculosebestrijding) en de BFTK (Belgische Federatie tegen Kanker). De website biedt alle praktische informatie en tips om rokers ertoe aan te zetten te stoppen en hen in hun strijd tegen de tabaksverslaving te steunen met het accent op medische begeleiding.



Mijn behandeling

| Product(en) | Duur van de behandeling: onbekend | | Posologie | Moment van inname |
|-------------|-----------------------------------|---------------------|-----------|-------------------|
| | Begin | Eventuele wijziging | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |