

Brýn nauðsyn að auka árvekni lækna

Alþjóðlegur dagur langvinnrar lungnateppu haldinn hér á landi 19. nóvember



Jón Steinar Jónsson heimilislæknir (til vinstri) og Þórarinn Gíslason lungnalæknir á skrifstofu þess síðarnefnda í Fossvogi.

Á HVERJU ÁRI eru 200-250 Íslendingar lagðir inn á sjúkrahús með langvinna lungnateppu og allar horfur eru á að þeim fari fjölgandi á næstu árum og áratugum. Þessi sjúkdómur er sjötta algengasta dánarorsökin og samkvæmt spá WHO má búast við því að hann færist upp í þriðja sæti áður en langt um líður. Það er því mikilvægt að vekja athygli almennings og lækna á þessum sjúkdómi. Þess vegna stendur alþjóðlegur áhugahópur heilbrigðisstarfsmanna árlega fyrir degi langvinnrar lungnateppu og hann verður haldinn í annað sinn hér á landi þann 19. nóvember næstkomandi.

Langvinn lungnateppa er samheiti ýmissa sjúkdóma í lungum sem eiga það sammerkt að draga úr öndunargetu fólks. Þessir sjúkdómar eru meðal annars langvinn berkjubólga, lungnaþemba og lokastigs asmi. Algengi langvinnrar lungnateppu hefur farið vaxandi, fyrst meðal karla en síðan hjá konum og á undanförunum árum hafa konur verið í meirihluta meðal þeirra sem greinast með langvinna lungnateppu hér á landi. Langalgengasta orsökina eru reykingar en örfáir fá sjúkdóminn sem afleiðingu af vangið og/eða ómeðhöndluðum asma.

Læknar noti öndunarmælana

Í áhugahópnum sem stendur að alþjóðadeginum hér á landi eru fulltrúar ýmissa heilbrigðisstétta, þar á meðal þeir Þórarinn Gíslason lungnalæknir í Fossvogi og Jón Steinar Jónsson heimilislæknir í Garðabæ. Þeir segja að meginstarf þeirra sem vinna á lungnadeildum sjúkrahúsa tengist langvinnri lungnateppu en sjúklingar sem haldnir eru þessum sjúk-

dómi komi yfirleitt seint til greiningar og meðferðar. Þess vegna sé brýn þörf á að auka árvekni almennings, lækna og annarra heilbrigðisstétta gagnvart ein-kennum sjúkdómsins.

„Við sem störfum í heilsugæslunni vitum að þessi sjúkdómur greinist oft seint en við vitum líka að það er til mjög góð meðferð sem bætir horfur sjúklingsins verulega en hún felst í því að hann hætti að reykja. Hins vegar virðist sjúkdómurinn oft sleppa framhjá læknum, sjúklingurinn kynnir einkennin með þeim hætti að við vangreinum hann eða köllum hann öðru nafni. Þess vegna er árveknin mikilvæg því ef við greinum sjúkdóminn snemma er hægt að bæta horfurnar mikið,“ segir Jón Steinar.

Þórarinn tekur undir þetta og bætir því við að á lungnadeildir komi margir með verulega skerta öndunargetu eftir að hafa leitað sér aðstoðar víða í heilbrigðiskerfinu. „Sumir eru með innan við helming þeirrar öndunargetu sem þeir ættu að hafa en öndunargetan hefur aldrei áður verið mæld þótt þeir séu með einkenni sem eru dæmigerð fyrir langvinna lungnateppu. Þessu viljum við breyta,“ segir hann.

Jón Steinar segir að til þess að breyta þessu þurfi tvennt að koma til. „Læknirinn þarf að taka niður betri sjúkrasögu fólks og nota öndunarmæli sem er grunnverkfæri til að greina sjúkdóminn. Nú háttar svo til að það er nýbúið að setja öndunarmæla inn á allar heilsugæslustöðvar en það sem vantar er að læknar temji sér að nota þá að staðaldri. Það má líkja þessu við notkun blóðþrýstingsmæla. Eftir að þeir urðu algengir á sínum tíma leið nokkur tími þar til læknar vöndust á að beita þeim. Nú gera þeir það og við viljum að það sama gildi um öndunarmælana. Margir læknar hafa ekki lært í námi sínu að beita öndunarmælingum, en þurfa að tileinka sér það,“ segir hann.

Lífsgæðin verulega skert

Þórarinn segir að á síðustu tveimur áratugum hafi um 5000 manns legið á sjúkrahúsum á höfuðborgarsvæðinu vegna langvinnrar lungnateppu. „Konur eru í meirihluta þeirra sem greinast með sjúkdóminn en svo virðist sem þær þoli tóbaksreyk verr en karlar. Þetta er ekki sjúkdómur sem fer léttum höndum um þá sem hann fá. Allar rannsóknir, erlendar og innlendar, sýna að lífsgæði þeirra sem fá langvinna lungnateppu eru verulega skert, jafnvel þótt sjúkdómurinn sé ekki á háu stigi. Þeir segja að áður hafi verið talið að 15-20% reykingamanna fengu langvinna lungnateppu en að nýjustu rannsóknir þar sem reykingafólki hafi verið fylgt eftir lengur en áður sýni

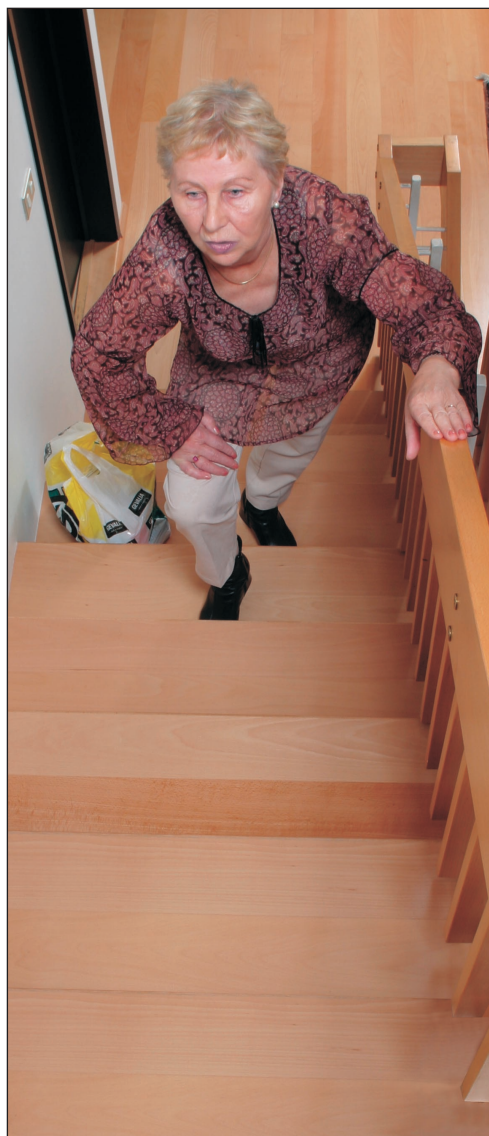
Pröstur Haraldsson

að þetta hlutfall sé í raun mun hærra, eða 40-50%. „Samanburðarrannsókn sem gerð var í 16 löndum Norður-Evrópu og birt árið 2001 sýnir að algengi sjúkdómsins er ekki minna hér en í öðrum Evrópulöndum þrátt fyrir hreinna umhverfi og fáa mengaða vinnustaði. Skýringin er fyrst og fremst sú að daglegar reykingar hafa verið mjög miklar og að Ísland er í öðru sæti meðal Evrópuþjóða hvað varðar óbeinar reykingar. 53% þeirra sem ekki reykja mega þola daglegan tóbaksreyk annarra á heimili eða vinnustað,“ segir Þórarinn.

Þeir vitna í spá WHO um útbreiðslu langvinnrar

lungnateppu þar sem segir að reykingafaraldurinn sem hófst að ráði um miðja síðustu öld sé enn þá að segja til sín í fjölgun þeirra sem greinast með sjúkdóminn. „Stofnunin spáir því að árið 2020 verði 7% allra dauðsfalla af völdum langvinnrar lungnateppu sem verði þá þriðja algengasta dánarorsökin í heiminum.“

Það er því greinilega full þörf á að hvetja til árvækni andspænis þessum sjúkdómi og viðtalinu lýkur á því að þeir félagar ítreka nauðsyn þess að lækna venji sig á að nota öndunarmælana, sérstaklega hjá reykingafólki með óljósa mæði og/eda slímuppgang.



Bara mæði eða langvinn lungnateppa (LLT)?

Einkenni LLT eru:
Hósti • Uppgangur • Mæði við áreynslu

Alþjóðadagur langvinnrar lungnateppu (LLT) í ár er 19. nóvember. Markmiðið er að hvetja fólk að leita læknis ef það hefur einkenni LLT. Þessum tilmælum er sérstaklega beint til reykingafólks eða þeirra sem eru í loftmengun við vinnu eða heima.

Um er að ræða aðþjótlegt átak, að undirlagi Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD), til þess að kynna langvinna lungnateppu. Viðurkenndar leiðbeiningar um sjúkdómseinkenni, stjórn og meðferð við LLT er að finna á www.goldcopd.com og á heimasíðu landlæknis www.landlaeknir.is. Nánari upplýsingar veita hérlendir GOLD fulltrúar, Gunnar Guðmundsson og Þórarinn Gíslason, sérfræðingar í lyflækningum og lungnasjúkdómum.

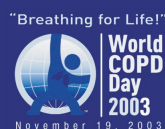
- Langvinn lungnateppa (LLT) er algengur og vangreindur lungnasjúkdómur sem eykst stöðugt ef hann er ekki meðhöndlaður.
- Sjúklingar vanmeta oft áhrif lungnaeinkenna á lífsgæði og telja einkennin eðlilegt ástand sem fylgir reykingum eða aldri.
- Prálátur hósti og uppgangur geta verið áralangur undanfari loftflæðisskerðingar.
- Því fyrr sem unnt er að sjúkdómsgreina – og losna við reyk – þeim mun árangursríkari verður meðferðin.
- LLT sjúkdómsgreiningu þarf að staðfesta með öndunarprófi (*spirometry*). Niðurstöður öndunarprófs gefa til kynna á hve alvarlegu stigi LLT er.

Bara mæði – eða LLT?

Stuðningsaðilar:



Tveim veggspjöldum verður dreift til að minna á alþjóðadag langvinnrar lungnateppu. Þessu er beint til lækna og annarra heilbrigðisstétta en hitt snýr að almenningi.



Alþjóðadagur langvinnrar lungnateppu er 19. nóvember 2003. Þá gefst almenningi kostur á að fara í öndunarpróf í heilsugæslustöðvum, í Læknasetrinu og Landspítala-Háskólasjúkrahúsi í Fossvogi, göngudeild A3.