

# TROMSØ INDREMEDISINSKE SPESIALISTSENTER as (TIS as)

Modifisert fra Norsk Elektronisk Legehåndbok 2009

## Kronisk Obstruktiv Lungesykdom (KOLS)

---

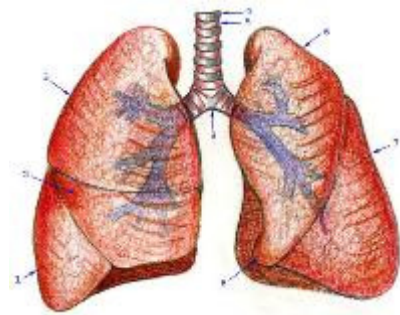
### Lungene

Lungene er to svampaktige organer i brystkassen som er omgitt av en tynn, fuktig hinne kalt pleura. Høyre lunge består av tre lapper, og venstre av to. Omtrent 90% av lungene er fylt med luft, de øvrige 10% består av lungevev.

Når vi puster inn, kommer luften fra munnen via luftrøret (trachea) til de to hovedbronkiene. Hovedbronkiene går til hver sin lunge, der de forgrener seg som et tre til millioner av mindre grener, kalt bronkioler. Bronkiolene ender opp i bittesmå drueklaseaktige luftsekker som kalles alveoler. Det er over 300 millioner alveoler i lungene. Hver enkelt er omgitt av en tynn hinne som skiller dem fra tynne blodkar kalt kapillærer. Kapillærer er de tynneste blodkarene i kroppen. I alveolene kan oksygen i den innåndede luften passere gjennom hinnen og inn i blodet, og gjøre det oksygenrikt. Samtidig kan karbondioksyd, som er en avfallsgass, passere fra blodet ut i alveolene og pustes ut.

Blodet til lungene kommer fra høyre hjertekammer, og etter at det har tatt opp oksygen i lungene, går det til venstre hjertekammer. Derfra pumpes det oksygenrike blodet ut til resten av kroppen.

### Hva er KOLS?



Kronisk obstruktiv lungesykdom (KOLS) er en samlebetegnelse på en gruppe kroniske lungesykdommer som fører til hindret luftstrøm gjennom luftveiene. De vanligste undergruppene av KOLS er kronisk bronkitt og emfysem. Begge disse sykdommene skyldes vanligvis røyking, og mange pasienter har derfor begge sykdommene på en gang. Behandlingen er relativt lik. KOLS utvikler seg over mange år, og de fleste som får KOLS er eldre enn 40 år. For mange er KOLS også endestadiet av astma.

Tilstanden rammer særlig personer som er eldre enn 40 år og som røyker. Det er en hyppig tilstand, og den forekommer hos 10-20% av voksne personer. Sykdommen preges av

- Tungpust
- Hoste
- Hyppige luftveisinfeksjoner
- Redusert fysisk yteevne

Kronisk bronkitt er en vedvarende irritasjon i luftveiene med økt slimproduksjon og hoste. Dette blokkerer luftveiene og gjør det vanskelig å puste.

Emfysem betegner en unormal, varig utvidelse av de minste bronkiolene og alveolene i lungene som følge av ødelagt lungevev. Dette gjør det vanskelig for lungene å ta opp oksygen og skille ut karbondioksyd, og de taper sin elastisitet. Sykdommen preges av tungpusthet, hoste, hyppige luftveisinfeksjoner og redusert fysisk yteevne.

## Symptomer på kronisk bronkitt

Kronisk bronkitt preges av tungpusthet. I tillegg er det vanlig med hosting, sliming og hyppige luftveisbetennelser. Pasientene blir verre når de ligger om natten, og de må ofte sitte delvis oppreist for å få sove. Sent i sykdomsforløpet får pasientene for lite oksygen, noe som kan gi hjertesvikt.

## Symptomer på emfysem

Emfysempasienter har ofte mistet mellom 50% og 70% av lungevevet når symptomene inntreffer. Tungpusthet kommer vanligvis først. I begynnelsen er det vanligvis lite hoste og sliming, og tungpustheten føles best ved utpust under fysisk aktivitet. Etterhvert opptrer tungpusthet også ved svært lett aktivitet, og i hvile. Sent i sykdomsforløpet vil det være uttalt tungpusthet med hurtig pust og lufthunger. Ettersom sykdommen ødelegger lungenes elastisitet, vil pasientene ofte få en tønneformet brystkasse.

## Hva forårsaker KOLS?

Den viktigste årsaken til KOLS er røyking. Over 90% av dem med KOLS røyker eller har røykt.

Langvarig røyking setter i gang en betennelsesprosess som skader slimhinnen i luftveiene. Dette resulterer i innsnevring av luftveiene og tyngre pust. I tillegg produseres det ofte rikelig med tykt slim i luftveiene som forverrer pustingene ytterligere, og som gir økt risiko for luftveisinfeksjoner.

Ved emfysem foreligger tap av lungevev slik at lungene blir mindre elastisk og får redusert evne til å ta opp oksygen fra luften.

## Hvordan diagnostiseres tilstanden?

Sykehistorien er typisk med røyking over mange år, og hoste som øker på fra 40 års alder. Pasienten utvikler etter hvert tung, anstrengt pust og nedsatt fysisk yteevne. Det er også vanlig med hyppige luftveisinfeksjoner.

Lungefunksjonsmålinger vil oftest gi sterk mistanke om sykdommen. Det er målinger hvor du blåser inn i et apparat som kan måle hastigheten luften passerer gjennom luftveiene dine på, og den samlede mengden luft du kan puste inn. Det går også an å måle hvordan ulike medisiner påvirker lungefunksjonen din. På røntgenbilde av lungene ser en ofte typiske forandringer.

## Hvordan behandles tilstanden?

Et viktig mål med behandlingen er å redusere plagene til et minimum. Man ønsker i tillegg normalisert, eller best mulig lungefunksjon. Det finnes ingen helbredende kur.

Det er flere ting du kan gjøre selv:

- KOLS er en god grunn til å slutte å røyke
- Det er viktig med regelmessig fysisk aktivitet
- Reduser luftforurensningskildene ved å unngå røykfylte rom og eksos osv.
- Skaff deg innsikt i sykdommen og hvordan behandlingen skal gjennomføres

Ved medikamentell behandling av KOLS brukes flere typer medisiner:

- Betennelsesdempende medisiner (kortison spray eller inhalator) er viktige i perioder med ekstra mye plager. Ofte gis kortison som en tablettkur.
- Medikamenter som utvider trange luftveier (betastimulator, spray eller pulverinhalator) kan benyttes ved mye slim
- Slimløsende medisin, tabletter eller mikstur kan ha effekt hos noen
- Antibiotika benyttes ved luftveisinfeksjoner forårsaket av bakterier
- Annen behandling som er aktuell er lungefysioterapi for å få hjelp til å få opp slim
- Ved akutte innleggelser på sykehus kan det også være nødvendig å gi oksygen

## **Hvordan er langtidsutsiktene?**

KOLS er en kronisk sykdom som gradvis utvikler seg mot dårligere lungefunksjon. Ved røykeslutt og riktig behandling kan imidlertid denne utviklingen forsinkes betydelig. Du er mer utsatt enn andre for å få forkjølelser og influensa. Det anbefales at du hver høst vaksinerer deg mot influensa.

Dersom man ikke gjør noe for å bedre situasjonen, er det ikke uvanlig at KOLS-pasienter etter en tid utvikler hjertesykdom eller helt sviktende lungefunksjon.