



POChP

POChP

PRZEWLEKŁA OBTURACYJNA CHOROBA PŁUC

rozwija się latami, pacjent jest nieświadomy, że choruje, choć w tym czasie coraz częściej kaszle i męczy się nawet przy niewielkim wysiłku. **Palenie papierosów** odpowiada za **90 proc.** przypadków POChP.



POChP

- towarzyszy pacjentowi **do końca życia**
- jest **czwartą przyczyną zgonów** na świecie.
- szacuje się, że **w Polsce** na POChP **choruje** blisko **2 miliony osób**.

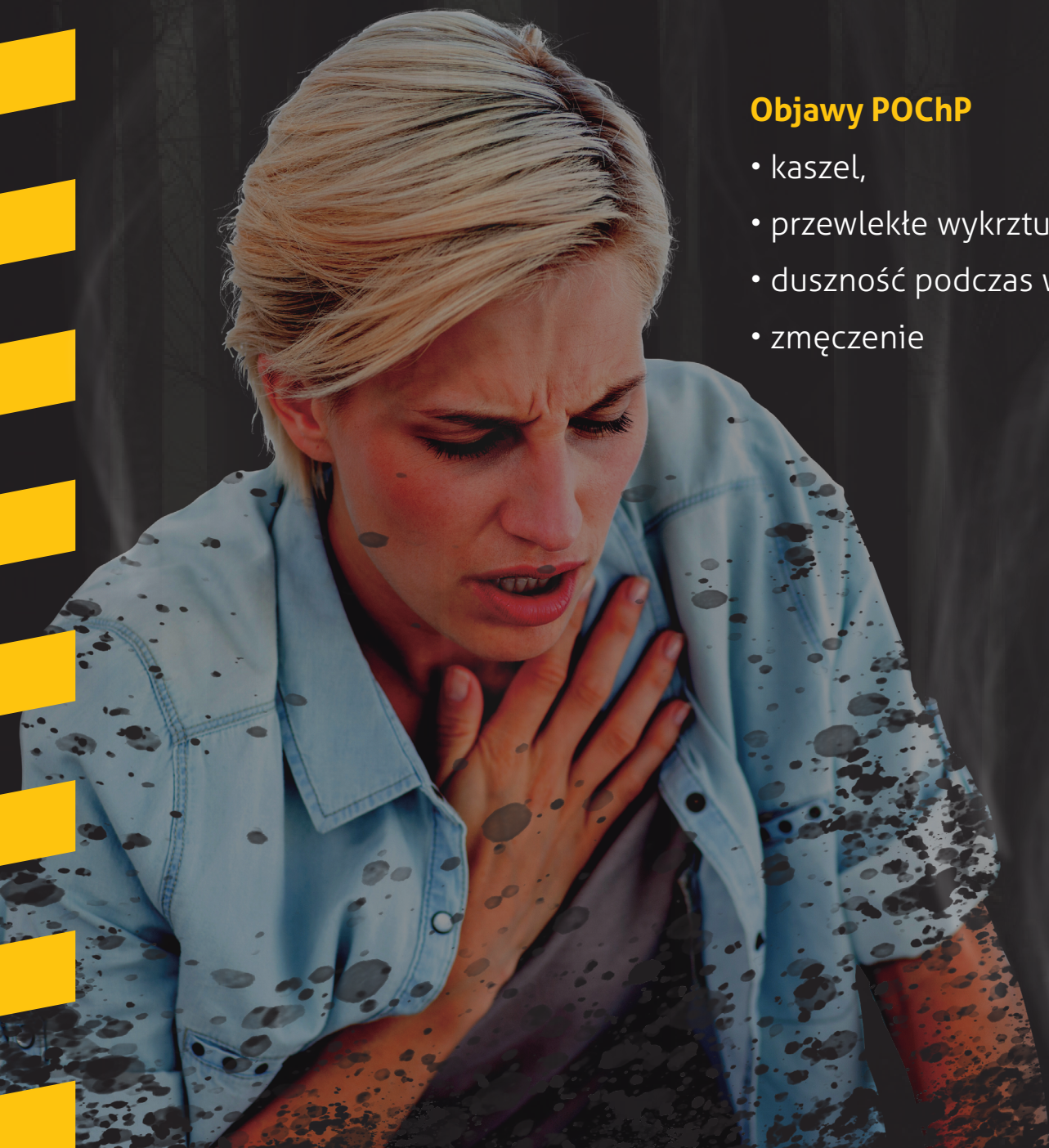
POChP niszczy układ oddechowy:

- Powolnie i systematycznie zmniejsza się objętość płuc
- Często występuje rozedma płuc
- Chory ma zazwyczaj przewlekłe zapalenie oskrzeli



Objawy POChP

- kaszel,
- przewlekłe wykrztuszanie plwociny,
- duszność podczas wysiłku
- zmęczenie



Zapobieganie

Rzuć palenie.

Unikaj zanieczyszczonego powietrza.

Chroń się przed infekcjami górnych dróg oddechowych.

Ćwicz oddech podczas wysiłku fizycznego.

Zadbaj o dietę bogatą w białko, wapń, potas i witaminę C.

Spirometria jest podstawowym badaniem określającym pojemność płuc.

- pozwala ocenić, czy nasze płuca są starsze niż to, co zapisano w naszej metryce
- nie boli
- jest podstawą w diagnozowaniu POChP





Dla chorych na POChP **zaprzestanie palenia tytoniu** jest najskuteczniejszą **metodą leczenia**.

Jest to jednocześnie jedyna, w pełni udowodniona, metoda pozwalająca na zahamowanie postępu choroby!

Leczenie farmakologiczne POChP zależy od obecności objawów i ryzyka wystąpienia zaostrzenia choroby, polega na stosowaniu leków rozszerzających oskrzela, które działają miejscowo.

Niezmiernie ważne miejsce w opiece nad chorym na POChP zajmuje **rehabilitacja oddechowa**.

