



KOLS

Stina Gregersen

Spesialist i Lungemedisin, PhD

Overlege, Vestre Viken, Ringerike sykehus



Kilde: Flickr

KOLS

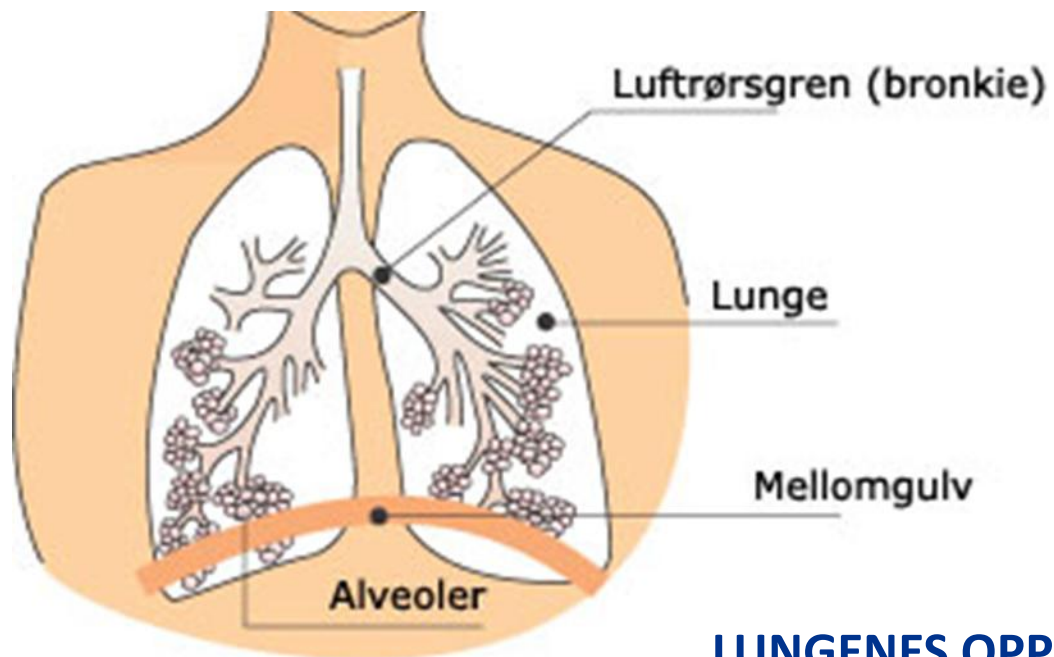
En forkortelse for

- **K**ronisk
 - **O**bstruktiv
 - **L**unge-
 - **S**ykdom
-
- Obstruksjon = hindring

TYPISKE SYMPTOMER

- Tung pust
- Hoste og slim
- Bronkitt og lungebetennelser (KOLS-forverring)
 - som gir forverring av pusten og mer slim og hoste

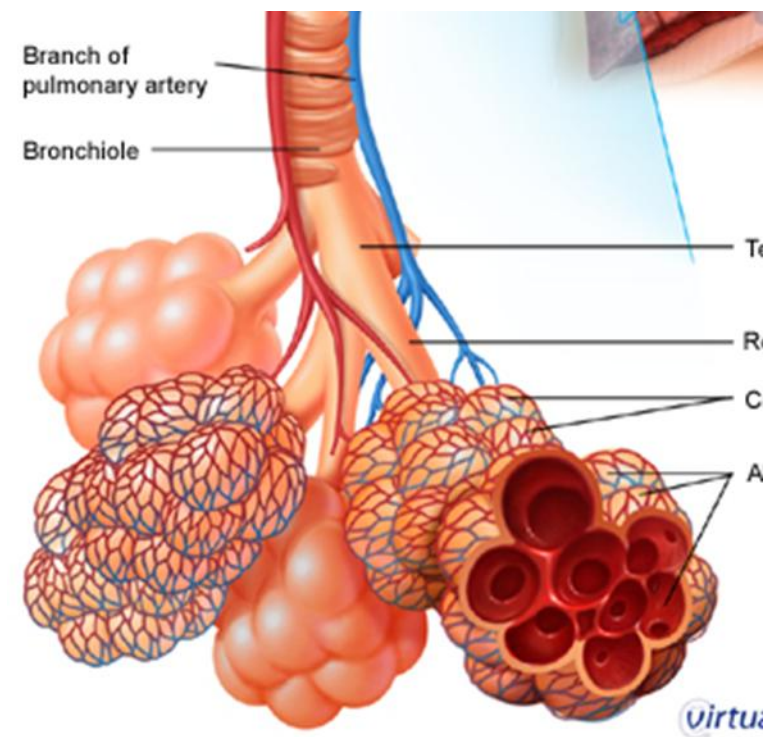
LUNGENES ANATOMI



LUNGENES OPPGAVE

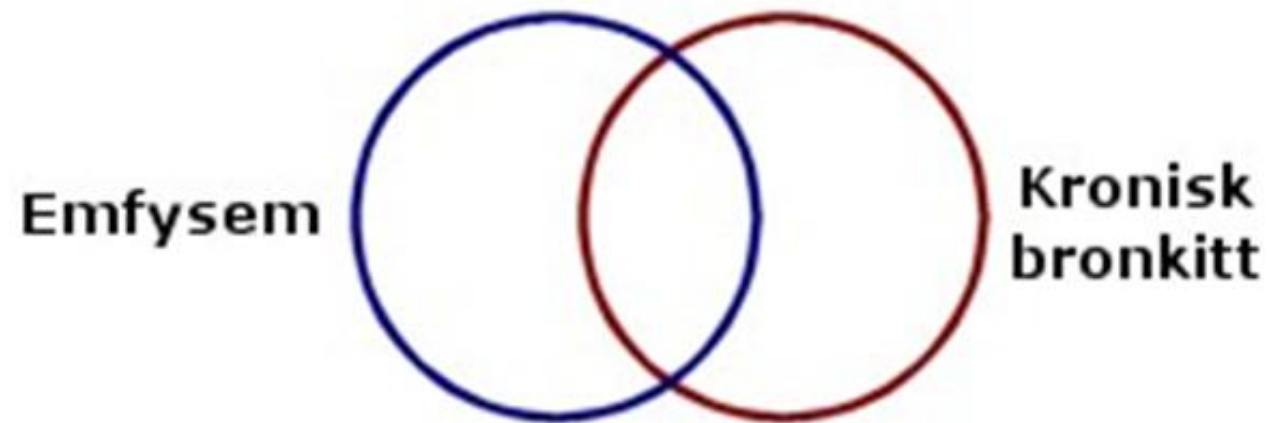
-Surstoff skal fra frisk luft inn i blodet

-CO₂ skal ut av blodet



HVA ER KOLS?

Kronisk bronkitt og emfysem



Kilde: Free Researchgate

Kronisk betennelse i luftveiene

- Trangere luftveier (med noe variasjon)
- Slim og hoste

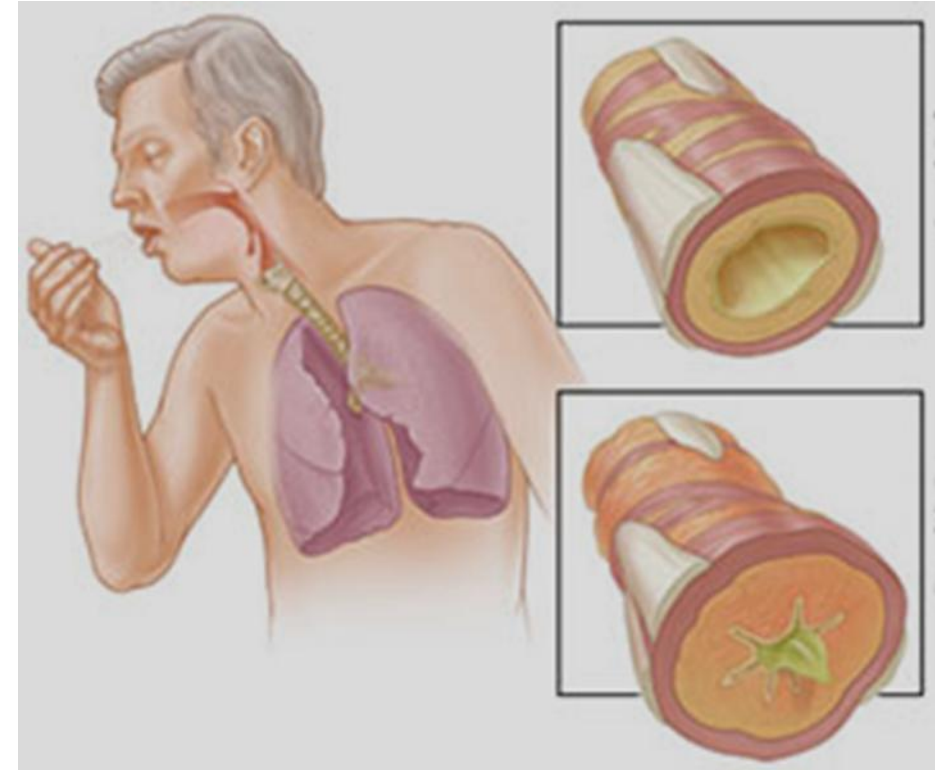
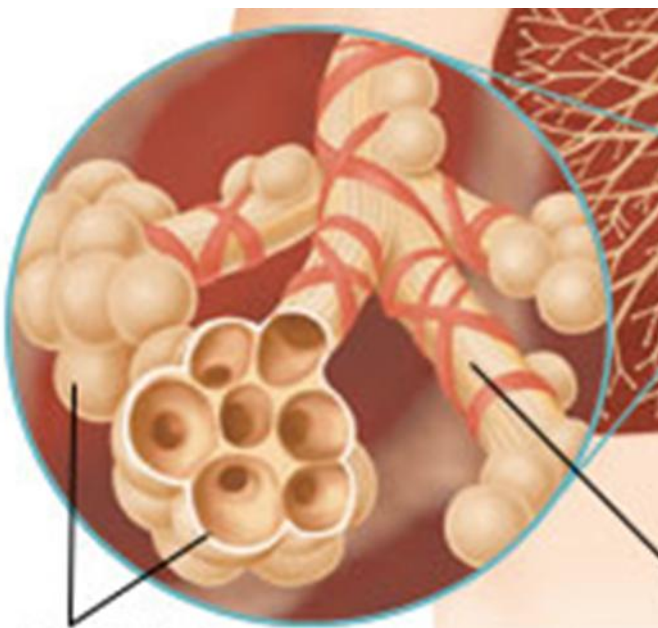


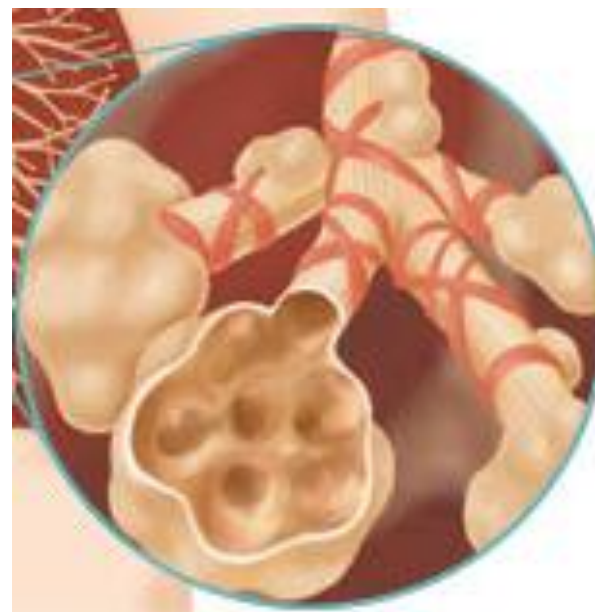
Foto: Privat

EMFYSEM

Lungeblærer ødelegges



NORMAL



EMFYSEM

Foto: Privat

HVORDAN STILLE DIAGNOSEN?

1. Varig redusert lungekapasitet

- Spirometri



Kilde: Legeforeningen

2. Og har vært utsatt for skadelig gass eller støv

- Hos 67% er røyk hovedårsak
- Hos 15 % er eksponering for skadelige stoffer i arbeidet årsak
 - Støv:kvarts, gruvedrift, tunellarbeid
 - Metallholdige gasser

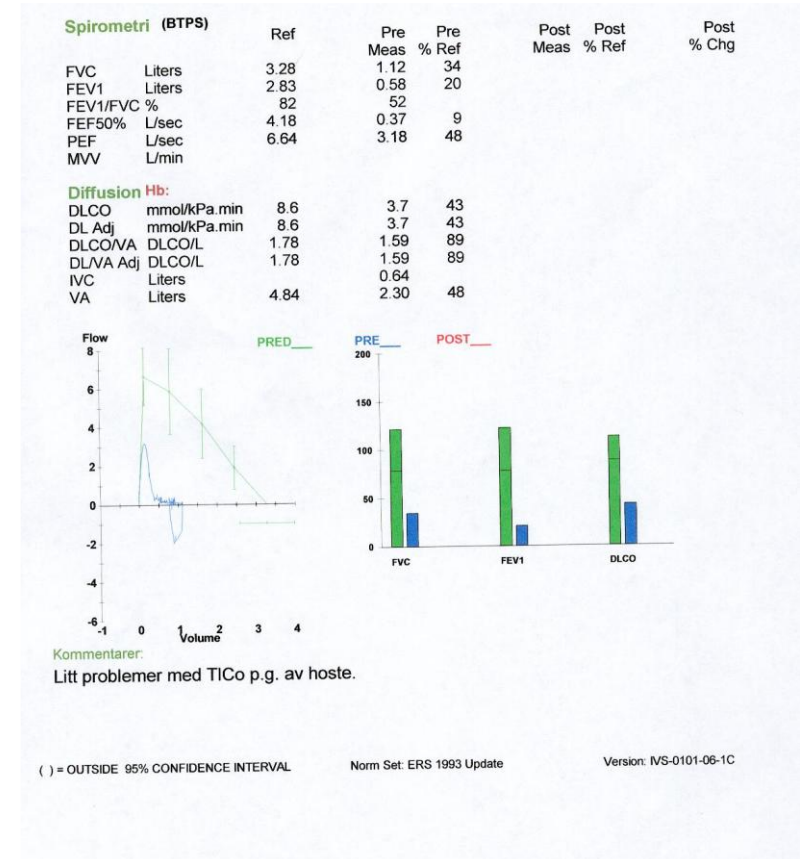
- ✓ Bare 30% av de som røyker får KOLS
- ✓ 250 -300 000 nordmenn har KOLS (1 av 14 mellom 18-72 år)
 - ✓ Men omtrent halvparten vet ikke at de har KOLS
- ✓ KOLS er den sykdommen i verden som øker raskest



Foto: Privat

SPIROMETRI

- ✓ Regner ut forventet lungekapasitet ut ifra kjønn, høyde og alder
- ✓ Måler spirometri
- ✓ Regner ut lungekapasitet i % av forventet



Kilde: Legeforeningen

GASSDIFFUSJONSMÅLING

- ✓ Måler lungenes evne til å transportere surstoff
- ✓ Et mål på grad av emfysem

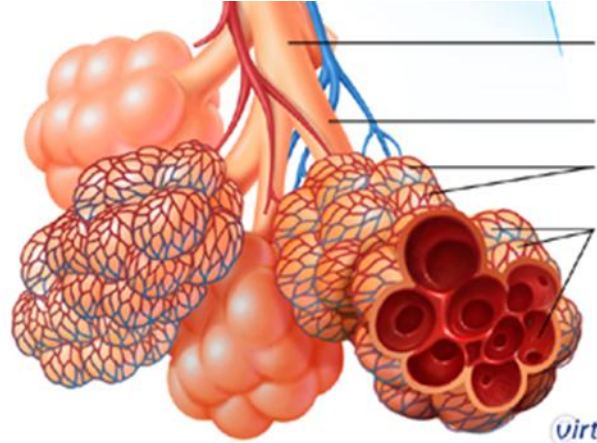


Foto: Privat

SURSTOFFMETNING=O₂ I BLODET



✓ Måler surstoff i blodet



✓ 6 minutter gangtest

✓ Måler surstoff i blod ved anstrengelse

BLODGASS

Viser nivå av surstoff og CO2 i blodet



Kilde: Privat

SYMPTOMER

- ✓ Tung pust
- ✓ Hoste og slim
- ✓ Bronkitt og lungebetennelser
- ✓ Andre mulige symptomer
 - vekttap
 - depresjon
 - beinskjørhet (brudd)
 - muskelsvakhet
 - tannkjøttssykdom
 - hjertesykdom

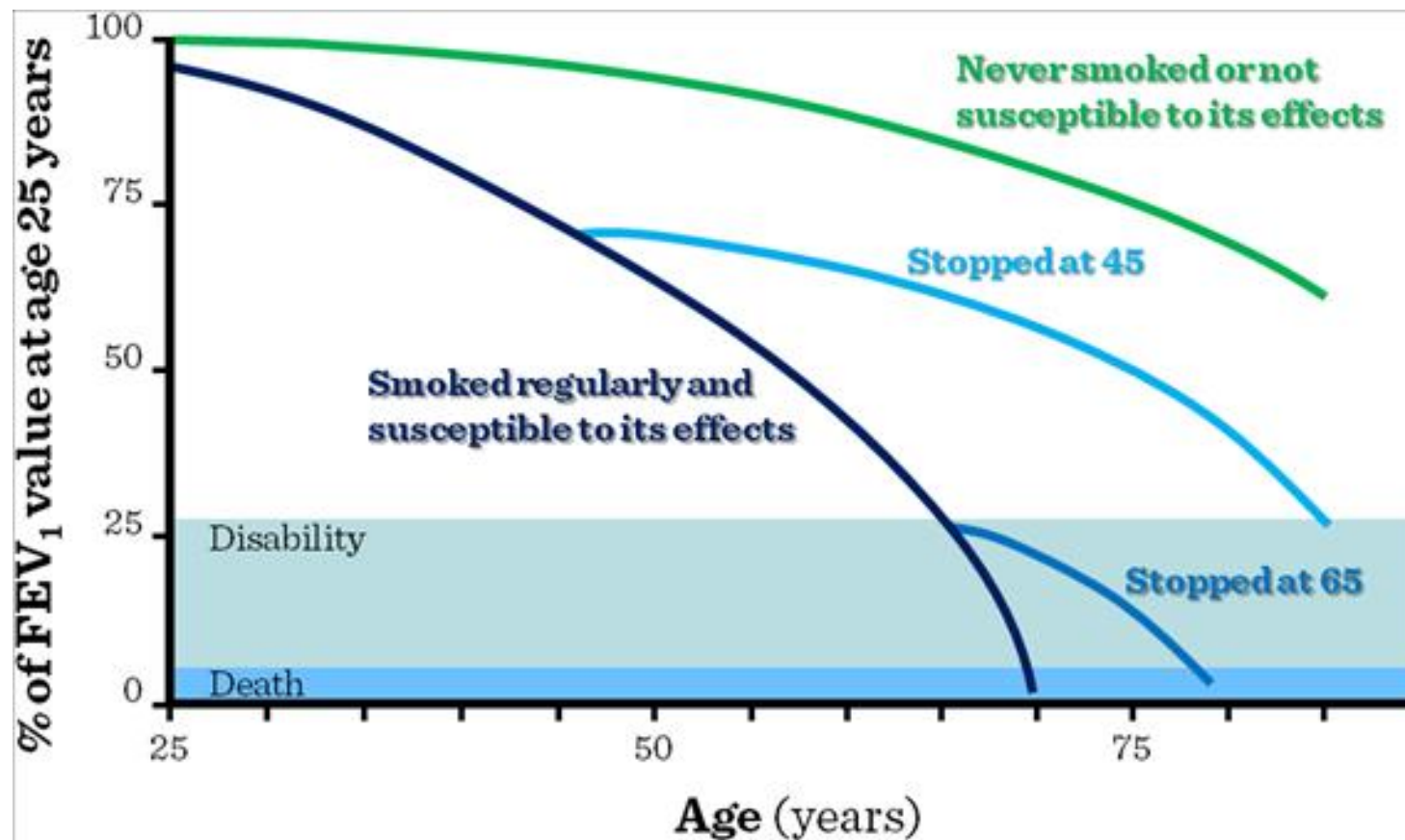


Foto: Privat

BEHANDLING

- ✓ Røykestopp
- ✓ Medisiner
- ✓ Vaksiner
- ✓ Slimmobilisering
- ✓ Pusteteknikk
- ✓ Trening
- ✓ Ernæring
- ✓ Mestrings-strategier
- ✓ Kunnskap
- ✓ **LUNGE-REHABILITERING**

Lungekapasitet



RØYKESLUTT

Hjelper på:

- Kronisk hoste
- Sliming
- Piping
- Tungpust
- Ytterligere tap av lungekapasitet
- For tidlig død



Foto: Privat

MEDISINER

- ✓ Virke på musklene rundt bronkiene
- ✓ Virke betennelsesdempende
- ✓ Virke slimløsende
- ✓ Valg av medisin er avhengig av:
 - Lungekapasitet
 - Grad av tung pust
 - Infeksjoner



Kilde: Quizlet

VAKSINER

Hvorfor?

- En virusinfeksjon utløser ofte en KOLS-Forverring
- Forløpet kan bli mer alvorlig

Hvilke?

1. Pneumokokk (hvert 6. år)
2. Influenza (årlig)
3. COVID (etter anbefaling)
4. RS-virus (antakelig hvert 2. år)



Helsedirektoratet.no

OPPSUMMERING

- KOLS = kronisk obstruktiv lungesykdom
- Består av kronisk bronkitt og emfysem
- Varig redusert lungekapasitet
- Røyking er hovedårsak til KOLS
- Symptomer er tung pust, hoste, slim og infeksjoner

KOLS ER EN KRONISK SYKDOM



Det finnes mange angrepspunkt for bedret funksjon:

- røykestopp
- medisiner
- vaksiner
- trening
- slimmobilisering
- ernæring
- pusteteknikk
- kunnskap om sykdommen

