



# KOLS

Stina Gregersen

Spesialist i Lungemedisin, PhD

Overlege, Ringerike sykehus



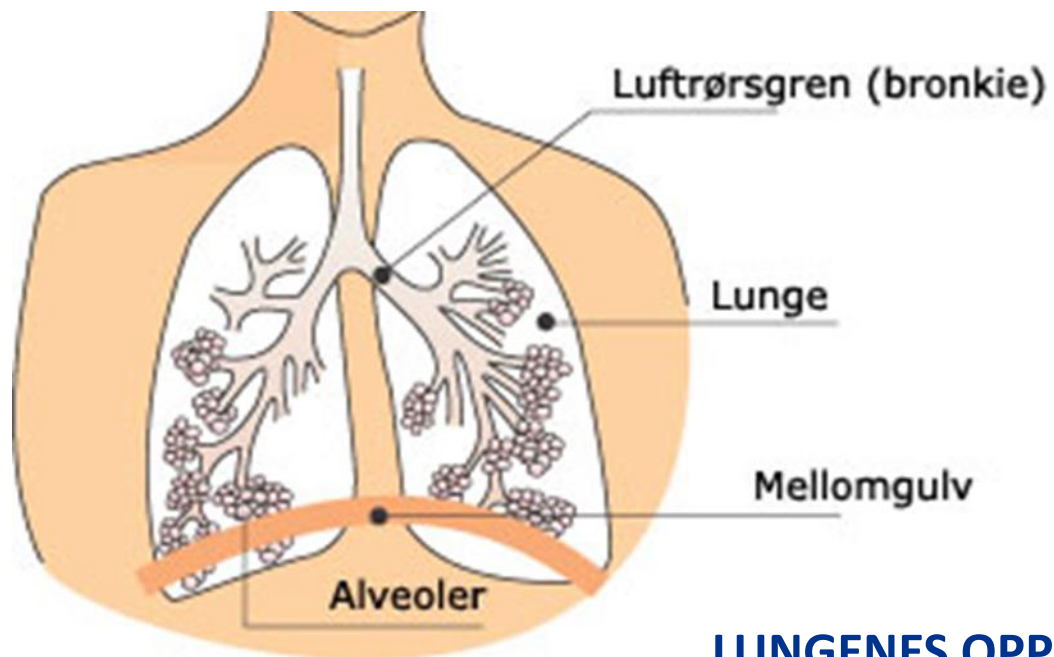
# KOLS

- 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

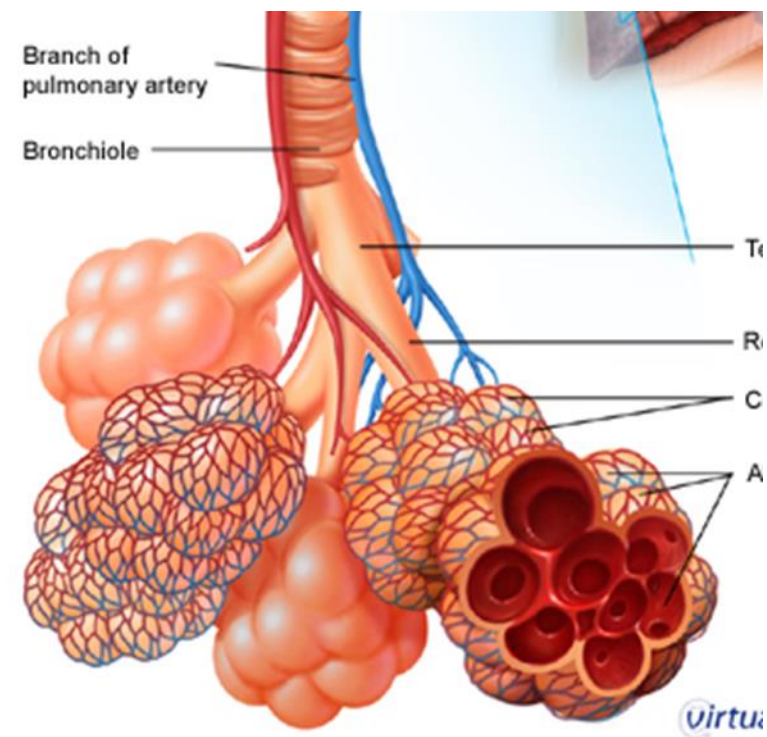
# LUNGENES ANATOMI



## LUNGENES OPPGAVE

-Surstoff skal fra frisk luft inn i blodet

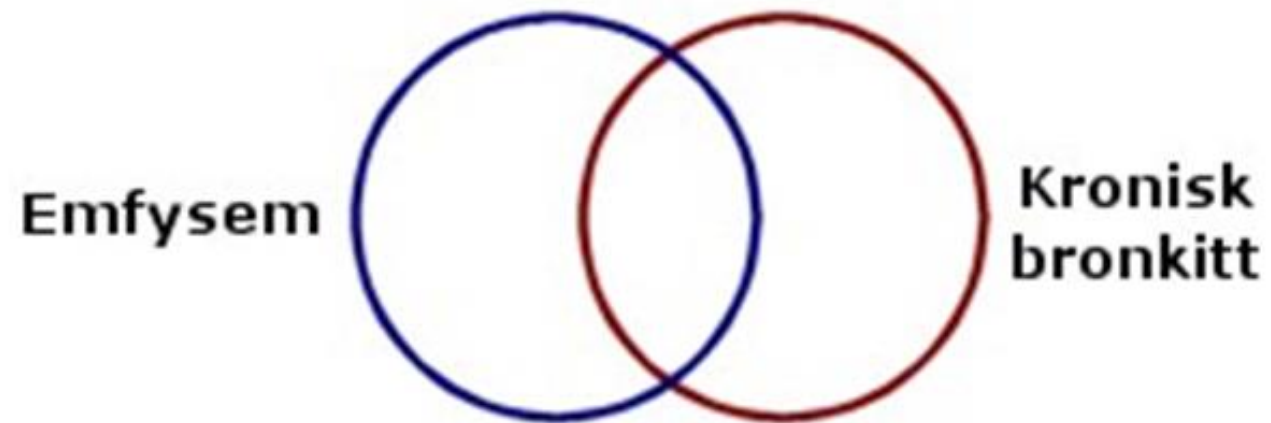
-CO<sub>2</sub> skal ut av blodet



Kilde: Free Researchgate

# HVA ER KOLS?

Kronisk bronkitt og emfysem



Kilde: Free Researchgate

## Kronisk betennelse i luftveiene

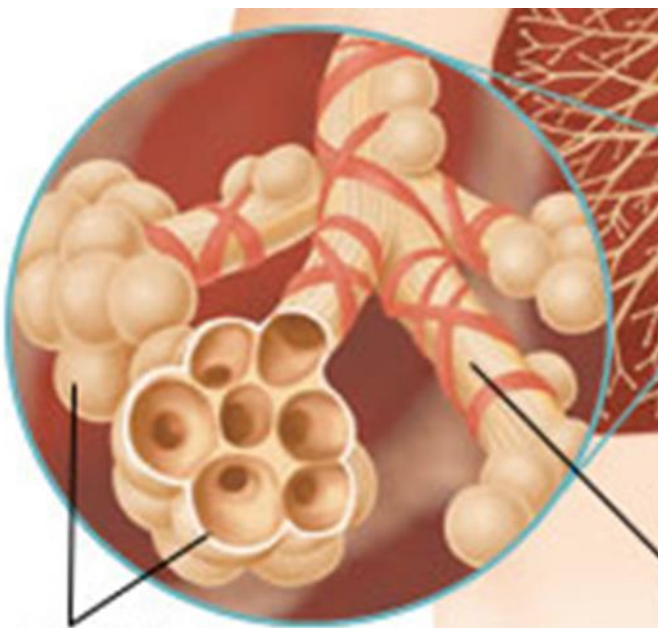
- ✓ Trangere luftveier (med noe variasjon)
- ✓ Slim og hoste



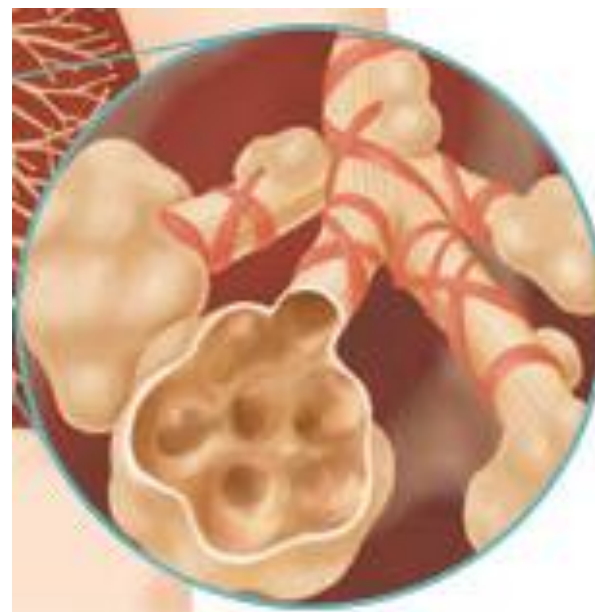
Foto: Privat

# 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

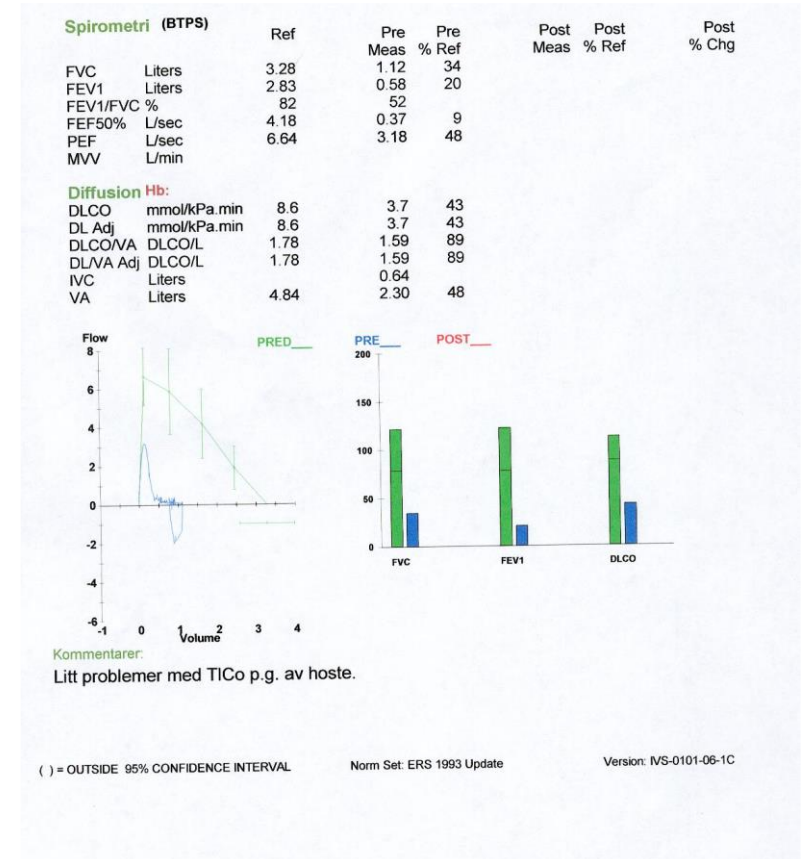
- ✓ Bare 30% av de som røyker får KOLS
- ✓ 250 -300 000 nordmenn har KOLS (1 av 14 mellom 18-72 år)
  - ✓ Men omtrent halvparten vet ikke at de har KOLS
- ✓ KOLS er den sykdommen i verden som øker raskest



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

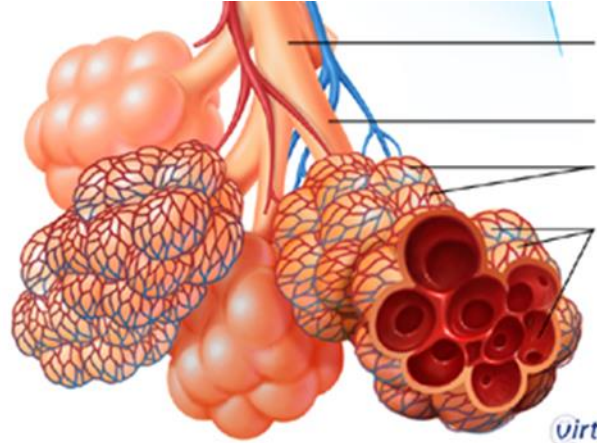


Foto: Privat

# SURSTOFFMETNING=O2 I BLODET



✓ Måler surstoff i blodet



✓ 6 minutter gangtest

✓ Måler surstoff i blod ved anstrengelse

Foto: Privat

# 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
  - tannkjøtt sykdom

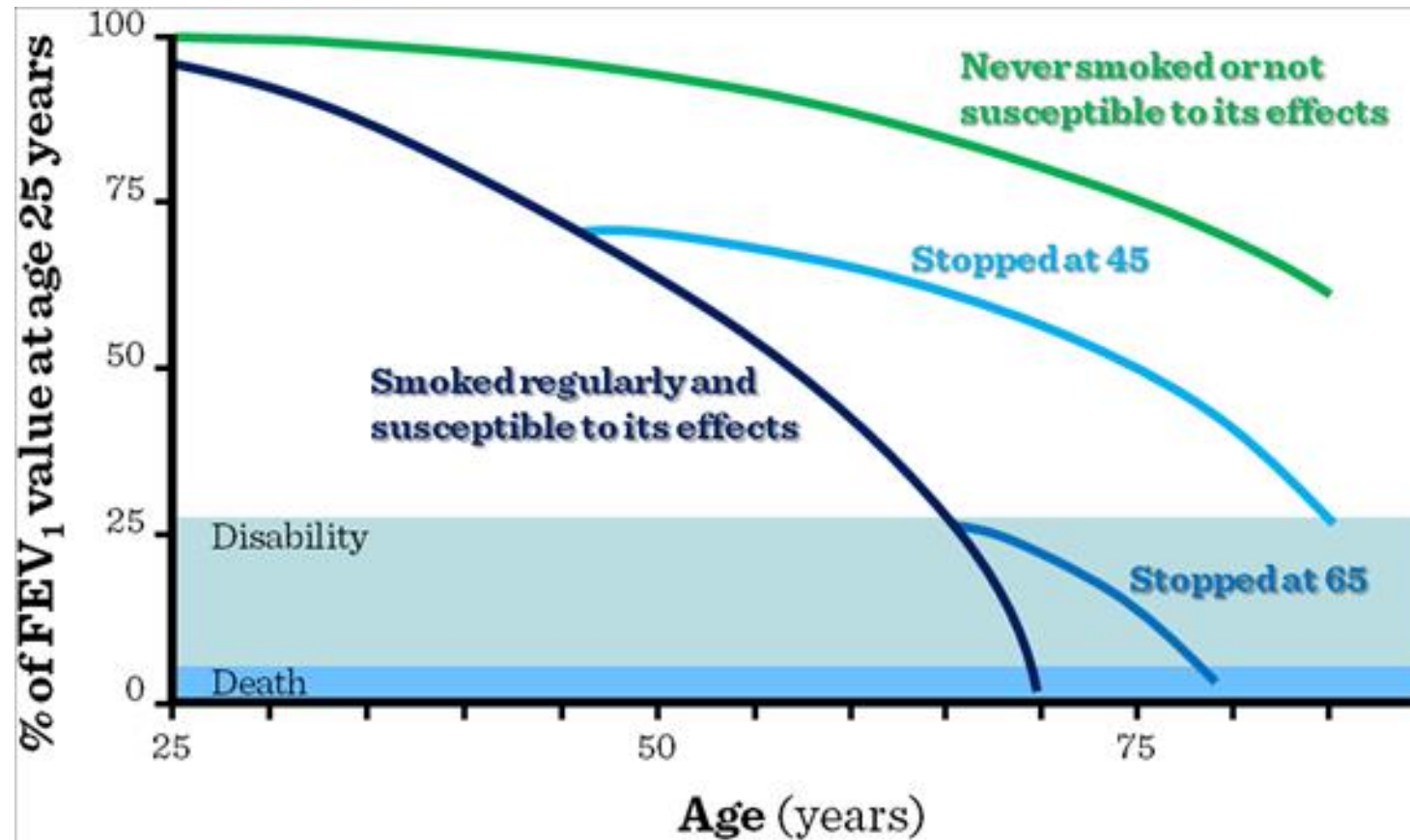


Foto: Privat

# 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



# MEDISINER

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

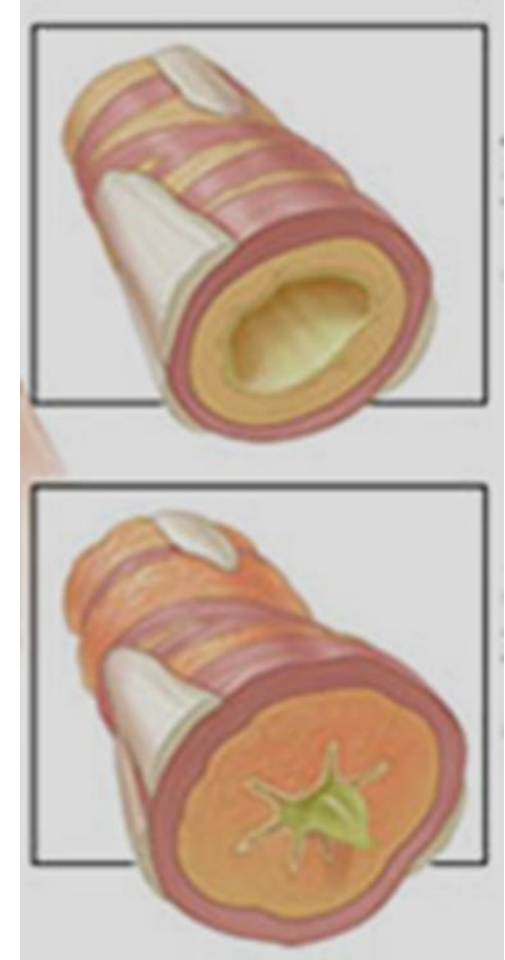


Foto: Privat

# Vaksiner

- Hvorfor?
  - En virusinfeksjon utløser ofte en KOLS-Forverring
  - Forløpet kan bli mer alvorlig
- Pneumokokk ( hvert 6. år)
- Influenza (årlig)
- COVID (etter anbefaling)
- RS-virus (antakelig hvert 2. år)



# OPPSUMMERING

- ✓ KOLS = **k**ronisk **o**bstruktiv **l**ungesykdom
- ✓ 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



# Oppsummering

