

Keuhkohtauma päivän teemalla rohkaistaan tupakoijia testiin

Kansainvälistä keuhkohtaumapäivää vietetään vuosittain 18.11. Tämän vuoden teemalla halutaan rohkaista tupakoijia testaamaan keuhkojensa kunnon. Mitä nopeammin tauti diagnosoidaan, sen paremmin se on hoidettavissa. Nykyisin on saatavilla tehokkaita hoitoja. Tautia ei voida parantaa mutta etenemistä hidastaa. Tärkein hoito on tupakoinnin lopettaminen.

Sairauden oireina ovat yskä, lisääntynyt limaneritys ja räsitusshengenahdistus. Hengitysliitto Helin mukaan jo kymmenen vuotta tupakoineen olisi tärkeää käydä tarkistuttamassa keuhkojensa kunto kivuttomassa spirometriatutkimuksessa. Tutkimuksia tekevät kaikki työterveys- ja terveyskeskuslääkärit.

Tauti etenee salakavalasti ja moni esiastetta sairastavista ei vielä tiedä taudistaan. Usein puhutaan pelkästä ”tupakkayskästä” ja vähätellään oireita. Pitkälle edetessään tauti tuhoaa keuhkokudosta parantumattomasti. Suomessa diagnosoituja keuhkohtaumapotilaita on 200 000, mutta taudin esiastetta kroonistunutta keuhkoputkentulehdusta sairastavia on arvioitu olevan saman verran. Tauti on lisääntynyt viime vuosikymmeninä sekä miehillä että naisilla.

Keuhkohtaumatautiin (KAT tai COPD) tulee suhtautua vakavasti. Maailman terveysjärjestön WHO:n mukaan keuhkohtaumatautiin kuoli kolme miljoonaa maailmanlaajuisesti vuonna 2005. Arviolta 210 miljoonaa ihmistä maailmassa sairastaa tautia. Kuolemien on arvioitu lisääntyvän yli 30 prosentilla, jos riskitekijöihin ei tehokkaasti puututa. Tupakoinnin ohella tupakansavulle altistuminen on myös riskitekijä.

Keuhkohtaumataudin kustannukset Suomessa

Keuhkohtaumataudin aiheuttama kuormitus ja terveysvaikutukset Suomessa vuonna 2006

Hoitajaksot sairaalassa ja terveyskeskuksen vuodeosastolla	9 900
Hoitopäivät sairaalassa ja terveyskeskuksen vuodeosastolla	99 600
Sairaseläkkeellä (vuoden lopussa)	1 820
Kuolleet	1 057

Lähde: Lääkärikirja Duodecim. Keuhkohtaumatauti. Sairauksien ehkäisy. Artikkelin 19.1.2009. Pentti Tukiainen.

FAKTA KEUHKOHTAUMASTA

- COPD tulee englannin kielen sanoista chronic obstructive pulmonary disease
- Suomessa kroonisen keuhkoputkentulehduksen ja keuhkohtaumataudin vuosikustannukset ovat noin 250 miljoonaa euroa.
- Tupakoijista 15-20 % sairastuu keuhkohtaumaan.
- Mitä nuorempana aloittaa, sitä suurempi riski on sairastua.
- Keuhkohtaumataudin kansanterveydellinen merkitys pienenee olemattomiin, jos tupakointi lopetettaisiin.
- Jos tupakoivan henkilön alkava keuhkohtaumatauti todetaan hänen ollessaan 45-vuotias ja tupakointi jatkuu, seurauksena on voimakas toimintakyvyn lasku (invaliditeetti) keskimäärin 65-vuotiaana.
- Sairastuneista enemmän kuin yhdeksän kymmenestä on tupakoijia.

Lähteet:

Kiiskinen U, Vehko T, Matikainen K, Natunen S, Aromaa A. Terveiden edistämisen mahdollisuudet. Vaikuttavuus ja

*kustannusvaikuttavuus. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki 2008.
Lääkärikirja Duodecim. Keuhkohtaumatauti. Artikkelit 26.1.2009. Pertti Mustajoki, sisätautien erikoislääkäri.
Lääkärikirja Duodecim Keuhkohtaumatauti (COPD). Sairauksien ehkäisy. Artikkelit 19.1.2009. Pentti Tukiainen.*

Jopa puolelle pitkään tupakoineista kehittyy keuhkohtaumatauti

Keuhkohtaumatauti (KAT) on hengityselinten krooninen sairaus, joka ahtauttaa keuhkoputkia. Ominaista on keuhkojen toiminnan jatkuva heikkeneminen.

TtT Merja Kanervisto tutki väitöskirjassaan keskivaikeaa, vaikeaa ja erittäin vaikeaa keuhkohtaumatautia sairastavan elämänlaatua toimintakyvyn näkökulmasta. Keskivaikea ja vaikea keuhkohtaumatauti vaikuttaa selvästi fyysiseen toimintakykyyn. Puolisot olivat väitöstutkimuksen mukaan usein ainoat auttajat. Myös vertaistuki, keskustelu toisen samassa tilanteessa olevan kanssa koettiin hyvin tärkeäksi.

Tutkimuksesta kävi myös ilmi, että muut, kuin perheen jäsenet suhtautuivat tautiin ja tautia sairastavan voimavaroihin epäilevästi, koska oireet tulivat esiin vasta rasituksessa. Ulkopuoliset eivät aina ymmärtäneet, miksi pihatakkoot tai kävelylenkki ei sopinut.

Terveydenhuollossa tulisi kiinnittää erityistä huomiota sairastuneen arkipäivässä selviämiseen, ei ainoastaan oireisiin. Fyysisen selviytymisen lisäksi vaikeuksia on yleisesti myös psyykkisellä osa-alueella. Merkittävä huomio on myös se, että muut ihmiset voivat syyllistää keuhkohtaumatautia sairastavia itseaiheutetusta sairaudesta.

Tutkimuksen aineistona oli Kansanterveyslaitoksen Terveys 2000 tutkimusaineistosta 4 718 vastaajaa, 9 haastateltavaa sekä perhekyselyaineistossa 65 vastaajaa.

Lähde:

Tampereen yliopisto. Väitökset 2008. Merja Kanervisto. Keuhkohtaumatautia sairastavan arjessa selviytyminen. (People with COPD in their everyday life)

<http://www.uta.fi/laitokset/kirjasto/vaitokset/2008101.html>