

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2018/2019-18)

DÜNYA KOAH GÜNÜ 21 KASIM

Kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH), havayollarının geri dönüşümlü olmayan ve ilerleyici şekilde daralması nedeniyle akciğerlerdeki havanın dışarı verilmesinin zorlaşmasıyla karakterize hastalıktır.^{1,2} Dünya Sağlık Örgütü'ne göre dünyada orta-ağır derecede KOAH hastası 65 milyon kişi bulunmaktadır. KOAH'ın 2030 yılında ölüm nedenleri arasında üçüncü sıraya yükseleceği öngörülmektedir.³

Türkiye'de KOAH risk faktörleri arasında sigara içme alışkanlığı ve iç ortam hava kirliliği yaygındır.⁴ Bulaşıcı olmayan hastalıklar arasında, en büyük yüke sebep olan hastalıklar arasında KOAH 4. sırada yer almaktadır (sıralama; iskemik kalp hastalığı, bel ve boyun ağrısı, KOAH, diyabet ve doğumsal anomaliler). 2013 yılı hastalık yükü çalışmasına göre KOAH %11 artmıştır.⁵

Aktif ve pasif sigara içiciliği, hava (özellikle partikül) kirliliği, mesleki tozlara maruz kalım, ailevi ve genetik faktörler, akciğerin büyüme ve gelişim durumu, astım/bronşiyal hastalıklar, aşırı duyarlılık, erkek cinsiyet ve kötü sosyoekonomik durum, solunum sistemi enfeksiyonları, beslenme, ek hastalıklar KOAH gelişimini etkileyen risk faktörlerindendir.^{4,6,7} En önemli risk ise tütün kullanımıdır.⁴

Üç önemli belirtisi öksürük, balgam çıkarma ve nefes darlığı olan hastalık genellikle 40-50 yaş sonrası belirti verir⁸ ve bu belirtiler hastalar tarafından çoğunlukla sigara içilmesi, yaşlanma, şişmanlık gibi sebeplere bağlandığından tanı gecikir.^{5,9} Tanı için bazı testler kullanılır (spirometri ve reverzibilite testi).⁴ Hastalığın başlarında merdiven çıkmak, koşmak, ağırlık taşımak gibi aktiviteleri yaparken nefes darlığı yaşanırken, hastalık ilerledikçe basit günlük aktiviteler bile yapılamaz hale gelebilir.^{7,8} Enflamasyon sadece akciğerlerle sınırlı kalmayıp sistemik özellik de gösterir.¹ Solunumla ilgili belirtiler dışında unutkanlık, şiddetli baş ağrısı, hafıza kaybı, kilo kaybı, aşırı sinirlilik ve depresyon, uyku bozuklukları, çarpıntı, diyabet gibi rahatsızlıkların görülmesi ihtimali de artar; ilerleyen aşamalarda kalp yetmezliği dahi görülebilir. KOAH tedavisinin temeli sigaranın bırakılması olduğundan, erken teşhis ve sigaranın bırakılmasıyla hastalığın ilerlemesi büyük ölçüde önlenabilir.^{4,5,7}

KOAH tedavisinin amaçları; belirtilerin giderilmesi, egzersiz kapasitesinin artırılması, yaşam kalitesinin iyileştirilmesi, hastalığının ilerlemesinin önlenmesi, alevlenmelerin azaltılması, tedavisi ve mortalitenin azaltılmasıdır. Tedaviler arasında hastalığın evresine göre ilaçlı ve/veya ilaç dışı (uzun süreli oksijen tedavisi, pulmoner rehabilitasyon, noninvaziv mekanik ventilasyon, cerrahi ve bronkoskopik tedaviler) tedaviler kullanılmaktadır.⁴ KOAH'ın akciğer nakli gerektirebilecek, hatta ölüme kadar götürebilecek ciddiyette bir hastalık olması, hastalığın önlenmesinin ve erken tanının ne kadar önemli olduğunu göstermektedir.

¹[Internet] http://www.toraks.org.tr/uploadFiles/book/file/232201117558-koah_tanimi.pdf Erişim:18.11.2018.

² [Internet] <https://www.awarenessdays.com/awareness-days-calendar/world-copd-awareness-day-2018/> Erişim:18.11.2018.

³ [Internet] <http://www.who.int/respiratory/copd/burden/en/> Erişim:18.11.2018

⁴ Kocabaş A. Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı Epidemiyolojisi Ve Risk Faktörleri, 2010.

<http://www.toraks.org.tr/uploadFiles/book/file/2422011175353-105113.pdf> Erişim:19.11.2018.

⁵ Ulusal Hastalık Yükü Çalışması Sonuçları ve Çözüm Önerileri Raporu, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara, 2017

http://www.tip.hacettepe.edu.tr/ekler/pdf/ulusal_program.pdf Erişim: 19.11.2018.

⁶ [Internet] <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/Kronik%20Hava%20Yolu%202014-2017%20Pdf.pdf> Erişim:18.11.2018.

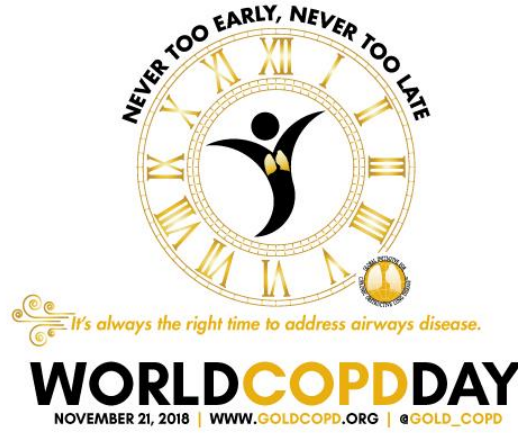
⁷ [Internet] http://www.toraks.org.tr/userfiles/file/KOAH_EPIDEMIOLOJISI.pdf Erişim:18.11.2018.

⁸ [Internet] [http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-\(copd\)](http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-(copd)) Erişim:18.11.2018.

⁹[Internet] <http://www.toraks.org.tr/halk/pdfs/koah-hasta-kitabi.pdf> Erişim:18.11.2018.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2018/2019-18)

Her yıl hastalığın etkileri, önlenabilirliği ve erken tanının önemi hakkında farkındalık yaratmak için **Kasım ayının üçüncü çarşambası** kutlanan Dünya KOAH Günü'nün **2018 yılı teması “Hiçbir zaman çok erken değil, hiçbir zaman çok geç değil** (*Never too early, never too late*)” olarak belirlenmiştir.¹⁰ Bu tema, KOAH'ın herhangi bir aşamada ve her yaşta önlenbilir ve tedavi edilebilir bir hastalık olduğu gerçeğini vurgulamak için seçilmiştir.¹¹



¹⁰[Internet] <https://goldcopd.org/world-copd-day/> Erişim:19.11.2018.

¹¹[Internet] https://www.europeanmedical-group.com/omnipresent/world-copd-day-this-years-campaign-and-trends-in-the-field/?fbclid=IwAR2D_wpbSCPQ-zJzF7lw47tTOpOLc-Cobr3PwHNO40o9dMhu3UOSNZ_R6zw Erişim:19.11.2018.