

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/2024-16)

15 KASIM DÜNYA KOAH GÜNÜ (2023)

KOAH nedir? Nasıl bir hastalıktır?

Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı (KOAH), solunum yollarında tıkanıklığa neden olan amfizem ve kronik bronşit hastalıklarından oluşur.¹ Amfizem, akciğerlerdeki hava keselerinin yapısının bozulmasıdır. Amfizemde akciğerlerdeki havanın vücuttan dışarı atılması daha zordur. Kronik bronşit ise hava yollarının uzun süreli iltihabıdır. Solunum yollarında çok miktarda kalın mukus oluşturarak balgamlı öksürüğe sebep olan ve nefes almayı zorlaştıran bir hastalıktır.^{2,3} Bununla birlikte KOAH sıklıkla önlenemez ve tedavi edilebilir bir hastalıktır.⁴

Dünyada ve Türkiye’de KOAH görülme sıklığı nedir?

Dünya genelinde KOAH sıklığı 40 yaş üstü yetişkinlerde ortalama %11,7 iken, Türkiye’de %19,1 düzeyindedir. KOAH, dünyada üçüncü önde gelen ölüm nedenidir ve 2019’da 3,23 milyon ölüme neden olmuştur. Türkiye’de de tüm ölüm nedenleri arasında üçüncü sırada yer alan solunum sistemi hastalıklarına bağlı ölümlerin %45,6’sı KOAH sebepli ölümlerdir. Küresel düzeyde 70 yaş altı nüfustaki KOAH ölümlerinin yaklaşık %90’ı düşük ve orta gelirli ülkelerde meydana gelmektedir. Tütün ve tütün ürünleri kullanımı yüksek gelirli ülkelerde KOAH vakalarının %70’ten fazlasını oluşturmaktayken, düşük ve orta gelirli ülkelerde KOAH vakalarının %30-40’ından sorumludur. Tütün ürünlerinin yanı sıra ev içi hava kirliliği de kronik obstrüktif akciğer hastalığı için önemli bir risk faktörüdür.^{5,6}

KOAH’ın neden olduğu semptomlar nelerdir?

- ✓ Nefes darlığı
- ✓ Balgamın eşlik ettiği kalıcı öksürük
- ✓ Sık solunum yolu enfeksiyonları
- ✓ Hırıltılı solunum
- ✓ Göğüs ağrısı
- ✓ Kilo kaybı
- ✓ Yorgunluk⁷

¹ CDC – What is COPD? [İnternet] <https://www.cdc.gov/copd/index.html> Erişim: 05.11.2023

² NHS – Overview (COPD) [İnternet] <https://www.nhs.uk/conditions/chronic-obstructive-pulmonary-disease-copd/> Erişim: 05.11.2023

³ NIH – COPD - What is COPD? [İnternet] <https://www.nlm.nih.gov/health/copd> Erişim: 05.11.2023

⁴ American Lung Association – COPD [İnternet] [https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/copd#:~:text=Chronic%20obstructive%20pulmonary%20disease%20\(COPD\)%2C%20which%20includes%20chronic%20bronchitis,is%20often%20preventable%20and%20treatable.](https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/copd#:~:text=Chronic%20obstructive%20pulmonary%20disease%20(COPD)%2C%20which%20includes%20chronic%20bronchitis,is%20often%20preventable%20and%20treatable.) Erişim: 05.11.2023

⁵ WHO – COPD [İnternet] [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-\(copd\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-(copd)) Erişim: 05.11.2023

⁶ Türk Toraks Derneği – 18 Kasım 2020 Dünya KOAH Günü Basın Bildirisi [İnternet] <https://toraks.org.tr/site/news/10102> Erişim: 05.11.2023

⁷ NHS – Symptoms (COPD) [İnternet] <https://www.nhs.uk/conditions/chronic-obstructive-pulmonary-disease->

Bu doküman, Dr. Mehmet Akif ÖZ ve Dr. Murat ÖZBEK tarafından, Prof. Dr. Dilek ASLAN danışmanlığında 08.11.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Öz MA., Özbe M., Aslan D. 15 Kasım Dünya KOAH Günü (2023) Bilgilendirme Notu-HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi 2023/2024-16. [İnternet] <https://halksagligi.hacettepe.edu.tr/>. Erişim: 15.11.2023.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/2024-16)

KOAH için başlıca risk faktörleri nelerdir?

- ✓ Tütün kullanımı (aktif içicilik ya da tütün dumanından pasif etkilenim)
- ✓ Mesleki toz, duman ya da kimyasallara maruz kalma
- ✓ Kapalı ortamda yakılmış odun, gübre veya kömür dumanına maruz kalma
- ✓ Yaşamın ilk yıllarında geçirilmiş şiddetli solunum yolu enfeksiyonları
- ✓ Erken yaşlarda ortaya çıkan astım
- ✓ Alfa-1 antitripsin eksikliği (genetik bir hastalık)⁵

KOAH'ı nasıl önleyelim, hastalık olduğunda nasıl yaklaşalım?

- ✓ Tütün içenlerin tütün kullanmayı bırakması
- ✓ Tütün dumanından pasif etkilenimi önlemek
- ✓ Akciğer rehabilitasyonu için ilgili uzman hekimlere danışmak, önerilerini uygulamak
- ✓ Hekimlerin önerdiği ilaç tedavisini aksatmamak
- ✓ Akciğer enfeksiyonlarına yönelik önlem almak (grip aşısı, pnömokok aşısı gibi)
- ✓ Ek oksijen desteği almak⁸

Dünya KOAH Günü ne zamandan beri kutlanmaktadır, amacı nedir?

Dünya KOAH Günü ilk olarak 2002 yılında kutlanmıştır ve bu tarihten itibaren her yıl kasım ayının ikinci veya üçüncü çarşamba günü kutlanmaktadır.⁹ Amaç KOAH ile ilgili farkındalığı artırmak, bilgi paylaşmak, yeni tedavi stratejileri sunmak ve dünya çapında KOAH yükünü azaltmanın yollarını tartışmaktır.¹⁰

Bu yıl (2023) Dünya KOAH Günü'nün teması nedir?

Bu yıl Dünya KOAH Günü'nün tarihi 15 Kasım 2023'tür ve teması **"Nefes Almak Hayattır – Daha Erken Harekete Geçin"** şeklinde belirlenmiştir. Bu tema ile erken akciğer sağlığının, erken tanının ve erken müdahalenin öneminin vurgulanması amaçlanmıştır. Akciğerlerin sağlığının sürdürülmesi, geleceğe yönelik sağlığın ayrılmaz bir parçasıdır ve daha erken harekete geçmek şu anda her zamankinden daha önemlidir. Bu tema, erken akciğer sağlığının önemi ve daha erken hareket etmenin KOAH'ın önlenmesi ve tedavisini nasıl değiştirebileceği konularına odaklanmaktadır.¹⁰

[copd/symptoms/](https://www.cdc.gov/copd/symptoms/) Erişim: 05.11.2023

⁸ CDC – Basics About COPD [İnternet] <https://www.cdc.gov/copd/basics-about.html> Erişim: 06.11.2023

⁹ Health and Safety Executive – World COPD Day [İnternet] <https://www.hse.gov.uk/copd/worldcopdday.htm> Erişim: 06.11.2023

¹⁰ Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD) - World COPD Day 2023 [İnternet] <https://goldcopd.org/world-copd-day-2023/> Erişim: 06.11.2023

Bu doküman, Dr. Mehmet Akif ÖZ ve Dr. Murat ÖZBEK tarafından, Prof. Dr. Dilek ASLAN danışmanlığında 08.11.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik, vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Öz MA., Özbek M., Aslan D. 15 Kasım Dünya KOAH Günü (2023) Bilgilendirme Notu-HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi 2023/2024-16. [İnternet] <https://halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 15.11.2023.

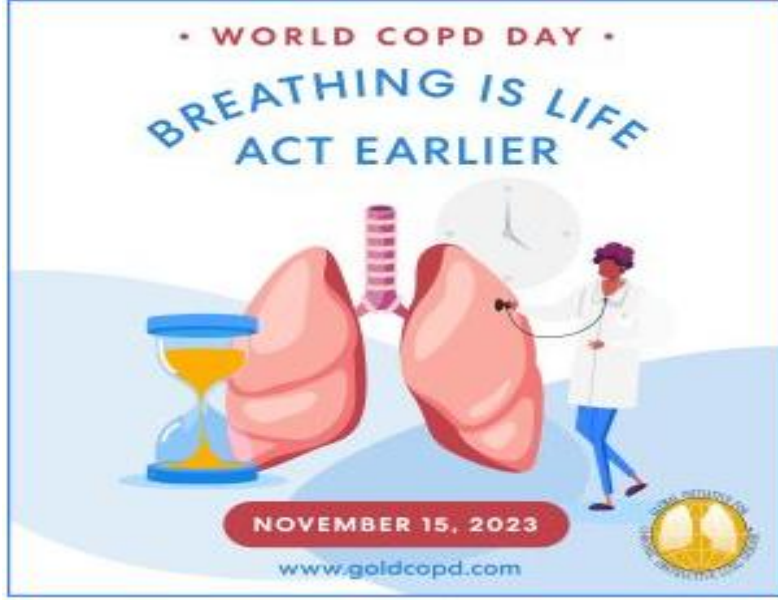
**HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI
TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/2024-16)**

Sonuç olarak; KOAH önlenabilir bir halk sağlığı sorunudur. Bu sorunun çözülmesi için küresel düzeyde çalışmalara gereksinim vardır. İlgili bütün bileşenlerin kolektif çaba içinde olduğunda sorunun çözümü kolaylaşabilir.

15 Kasım

Dünya KOAH Günü

Nefes Almak Hayattır – Daha Erken Harekete Geçin



2023 yılına ait görselin orijinali <https://goldcopd.org/world-copd-day-2023/> adresinde yer almaktadır.