



Πνευμονική εμβολή

Η πνευμονική εμβολή είναι ένας θρόμβος στα αιμοφόρα αγγεία των πνευμόνων και αποτελεί επείγον ιατρικό περιστατικό. **Εάν πιστεύετε πως έχετε πάθει πνευμονική εμβολή, είναι σημαντικό να ζητήσετε αμέσως ιατρική βοήθεια.**

Σημεία και συμπτώματα

Όσο πιο σύντομα διαπιστωθεί η πνευμονική εμβολή, τόσο μεγαλύτερες είναι οι πιθανότητες πλήρους ανάρρωσης. Τα συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Έναν οξύ πόνο στην πλάτη ή στο στήθος σας
- Ξαφνικό αίσθημα δύσπνοιας
- Έντονη ταχυκαρδία
- Αιμόπτυση
- Λιποθυμία ή λιποθυμικές τάσεις
- Οίδημα, ερυθρότητα ή πόνο σε ένα από τα πόδια σας
- Πυρετό συνοδευόμενο από οξύ πόνο στο στήθος ή ξαφνικό αίσθημα δύσπνοιας

Τα άτομα που παθαίνουν πνευμονική εμβολή δεν εμφανίζουν πάντα όλα αυτά τα συμπτώματα. Εάν εμφανίσετε ένα ή περισσότερα από αυτά τα συμπτώματα, είναι σημαντικό να ζητήσετε αμέσως ιατρική βοήθεια.

Τι είναι η πνευμονική εμβολή;

Σε ένα υγιές άτομο, το αίμα λαμβάνει οξυγόνο από τους πνεύμονες και το μεταφέρει σε ολόκληρο το σώμα. Η πνευμονική εμβολή προκύπτει όταν ένα αιμοφόρο αγγείο των πνευμόνων φράσσεται από έναν θρόμβο αίματος, με αποτέλεσμα να μην είναι δυνατή η σωστή κυκλοφορία του αίματος στους πνεύμονες.

Εκτός του ότι μειώνει τα επίπεδα οξυγόνου στο αίμα, η πνευμονική εμβολή μπορεί να επηρεάσει τη μεταφορά του αίματος σε ολόκληρο το υπόλοιπο σώμα και να ασκήσει μεγάλη πίεση στην καρδιά.

Η πνευμονική εμβολή συχνά συνδέεται με την εν τω βάθει φλεβική θρόμβωση (DVT), που έγκειται στον σχηματισμό ενός θρόμβου αίματος στο πόδι (αυτό μπορεί να προκαλέσει πόνο ή οίδημα στο πόδι σας, καθώς και μια αίσθηση θερμότητας κατά το άγγιγμα). Εάν κάποιο τμήμα αυτού του θρόμβου αίματος διασπαστεί και κολλήσει σε ένα αιμοφόρο αγγείο στους πνεύμονες, μπορεί να προκληθεί πνευμονική εμβολή.

Υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να αναρρώσετε εντελώς μετά από μια πνευμονική εμβολή, εάν αυτή διαπιστωθεί εγκαίρως. Ωστόσο, η πνευμονική εμβολή αποτελεί σοβαρό επείγον ιατρικό περιστατικό και ο κίνδυνος διαφέρει για κάθε άνθρωπο.

Η πνευμονική εμβολή επηρεάζει τους πνεύμονες, την καρδιά και το αίμα, συνεπώς η αντιμετώπισή της απαιτεί τη συμμετοχή γιατρών που ειδικεύονται στα εν λόγω διαφορετικά όργανα και συστήματα.

Αιτίες και παράγοντες κινδύνου

Εάν ο γιατρός σας γνωρίζει την αιτία που προκάλεσε την πνευμονική εμβολή, μπορεί πιο εύκολα να εφαρμόσει την κατάλληλη θεραπεία, αλλά σε ορισμένες περιπτώσεις, η αιτία δεν μπορεί να εντοπιστεί. Ορισμένες συνήθεις αιτίες είναι οι εξής:

Χειρουργική επέμβαση

Μπορεί να σχηματιστούν θρόμβοι αίματος γύρω από το σημείο της χειρουργικής επέμβασης και να μεταφερθούν στους πνεύμονες, προκαλώντας πνευμονική εμβολή. Κάτι τέτοιο μπορεί να συμβεί μετά από χειρουργική επέμβαση στα οστά ή στις αρθρώσεις, όπως αντικατάσταση ισχίου/γόνατος.

Εγκυμοσύνη

Οι γυναίκες που εγκυμονούν ή έχουν γεννήσει πρόσφατα, αντιμετωπίζουν μεγαλύτερο κίνδυνο. Αυτός ο κίνδυνος είναι μεγαλύτερος για γυναίκες που έμειναν έγκυες μέσω εξωσωματικής γονιμοποίησης (IVF).

Μείζονες τραυματισμοί

Ένας μείζων τραυματισμός, όπως ένα σπασμένο οστό, μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο πνευμονικής εμβολής.

Καρκίνος

Σε ορισμένους τύπους καρκίνου, υπάρχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να σχηματιστεί θρόμβος αίματος και να προκληθεί πνευμονική εμβολή.

Η ακινησία για μεγάλο χρονικό διάστημα (π.χ. κατά τη διάρκεια πτήσης, κατά τη νοσηλεία ή στο σπίτι)

Η ακινησία για μεγάλο χρονικό διάστημα μπορεί να αυξήσει τις πιθανότητες σχηματισμού θρόμβου στο αίμα. Αυτό μπορεί να προκαλέσει εν τω βάθει φλεβική θρόμβωση (DVT), η οποία με τη σειρά της μπορεί να προκαλέσει πνευμονική εμβολή.

Θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης (HRT) και αντισυλληπτικά από του στόματος

Τα άτομα που χρησιμοποιούν HRT από του στόματος (χάπια HRT) ή το συνδυασμό χάπι (με οιστρογόνο και προγεστερόνη) αντιμετωπίζουν μεγαλύτερο κίνδυνο να παρουσιάσουν πνευμονική εμβολή.

Θρομβοφιλία

Τα άτομα που έχουν θρομβοφιλία (πάθηση στην οποία το αίμα έχει μεγαλύτερη προδιάθεση



στον σχηματισμό θρόμβων) αντιμετωπίζουν μεγαλύτερο κίνδυνο να παρουσιάσουν πνευμονική εμβολή.

Καρδιακή ανεπάρκεια ή κοιλιακή μαρμαρυγή (τύπος μη φυσιολογικής καρδιακής συχνότητας)
Τα άτομα που έχουν διαγνωστεί με κάποια από αυτές τις δύο παθήσεις αντιμετωπίζουν μεγαλύτερο κίνδυνο.

Άλλοι παράγοντες κινδύνου

Ορισμένοι παράγοντες δεν προκαλούν άμεσα πνευμονική εμβολή, αλλά μπορεί να αυξήσουν τις πιθανότητες να προκληθεί. Για παράδειγμα, ο κίνδυνος εμφάνισης πνευμονικής εμβολής αυξάνεται με την ηλικία και σε περίπτωση που είστε υπέρβαρος ή καπνίζετε ή έχετε υψηλά επίπεδα χοληστερόλης ή δεν ασκείστε.

Τα άτομα που έχουν πάθει πνευμονική εμβολή ή DVT στο παρελθόν αντιμετωπίζουν υψηλότερο κίνδυνο, όπως και άτομα με χρόνιες παθήσεις, συμπεριλαμβανομένων καρδιακών προβλημάτων ή προβλημάτων αρτηριακής πίεσης.

Διάγνωση

Ο γιατρός σας θα σας κάνει ερωτήσεις σχετικά με τα συμπτώματα και το ιατρικό ιστορικό σας ώστε να διαπιστώσει εάν έχετε πάθει πνευμονική εμβολή. Επίσης, μπορεί να πραγματοποιήσει εξετάσεις, όπως οι εξής:

Μέτρηση των επιπέδων οξυγόνου στο αίμα

Τα χαμηλά επίπεδα οξυγόνου στο αίμα μπορεί να είναι σημείο πνευμονικής εμβολής. Μπορεί να υποβληθείτε σε εξέταση παλμικής οξυμετρίας για τη μέτρηση των επιπέδων οξυγόνου στο αίμα σας. Πρόκειται για μια απλή, ανώδυνη εξέταση που πραγματοποιείται μέσω ενός αισθητήρα στην άκρη του δακτύλου σας. Επίσης, μπορεί να πραγματοποιηθούν αιματολογικές εξετάσεις για τη μέτρηση των επιπέδων οξυγόνου στο αίμα σας.



Έλεγχος δ-διμερών

Ο γιατρός μπορεί να εξετάσει τα επίπεδα δ-διμερών (τύπος πρωτεΐνης) στο αίμα σας. Εάν αυτά τα επίπεδα είναι υψηλά, μπορεί να σημαίνει ότι έχετε πάθει πνευμονική εμβολή και ο γιατρός σας θα πραγματοποιήσει περισσότερες εξετάσεις.

Ακτινογραφία θώρακος

Μια ακτινογραφία θώρακος μπορεί να αποκλείσει άλλες παθήσεις που μπορεί να προκαλούν τα συμπτώματά σας.

CTPA (γνωστή και ως αξονική υπολογιστική πνευμονική αγγειογραφία) και VQ (σπινθηρογράφημα αιμάτωσης-αερισμού πνευμόνων)

Στη CTPA, εγχύεται μια μικρή ποσότητα χρωστικής ουσίας στο σώμα και γίνεται σάρωση των πνευμόνων με αξονικό τομογράφο για να εντοπιστεί τυχόν πνευμονική εμβολή.

Η CTPA δεν ενδείκνυται για όλους λόγω της χρωστικής ουσίας που χρησιμοποιείται. Για παράδειγμα, δεν ενδείκνυται για άτομα με νεφρική ανεπάρκεια. Άλλη μια πιθανή επιλογή είναι το VQ (γνωστό και ως σπινθηρογράφημα αιμάτωσης-αερισμού πνευμόνων), στο οποίο χρησιμοποιείται διαφορετική χρωστική ουσία για να εξεταστεί η ροή αέρα και αίματος γύρω από τους πνεύμονες.

Υπέρηχος

Ο γιατρός σας μπορεί να πραγματοποιήσει υπέρηχο για να εντοπίσει τυχόν DVT (θρόμβο αίματος στο πόδι σας), η οποία θα μπορούσε να προκαλέσει πνευμονική εμβολή.

Ηχοκαρδιογράφημα

Ο γιατρός σας μπορεί να πραγματοποιήσει ηχοκαρδιογράφημα για να εξετάσει την καρδιά σας, εάν πιστεύει ότι ενδέχεται να έχετε πάθει πνευμονική εμβολή.

Θεραπεία

Μπορεί να χρειαστεί να παραμείνετε στο νοσοκομείο για λίγο (1-3 ημέρες), κατά τη διάρκεια της αρχικής θεραπείας της πνευμονικής εμβολής, ή μπορεί να λάβετε θεραπεία ως εξωτερικός ασθενής και να μην χρειαστεί να διανυκτερεύσετε στο νοσοκομείο. Αυτό εξαρτάται από τη χώρα στην οποία θα υποβληθείτε σε θεραπεία και το πόσο εύκολη είναι η θεραπεία της πνευμονικής εμβολής σας.

Η θεραπεία μπορεί να ποικίλλει από άτομο σε άτομο και εξαρτάται από την κατάστασή σας κατά την άφιξή σας στο νοσοκομείο, καθώς και από το πόσο ξεκάθαρη είναι η διάγνωσή σας.

Ανάλογα με την κατάστασή σας, ο γιατρός σας μπορεί να σας χορηγήσει ένεση θρομβολυτικού φαρμάκου αμέσως μόλις φτάσετε, ώστε να διασπάσει τυχόν θρόμβους αίματος στο σώμα σας. Επίσης, μπορεί να υποβληθείτε σε θεραπεία για καταπληξία (ξαφνική πτώση της ροής του αίματος στο σώμα σας).

Ορισμένα άτομα μπορεί να χρειαστεί να υποβληθούν σε πρόσθετες εξετάσεις και θεραπείες, ανάλογα με την πιο πιθανή αιτία της πνευμονικής εμβολής.

Αποτροπή μελλοντικών πνευμονικών εμβολών

Προτού ο γιατρός σας συνταγογραφήσει φαρμακευτική αγωγή προκειμένου να αποτραπεί τυχόν μελλοντική πνευμονική εμβολή, θα πρέπει να λάβει υπόψη του τυχόν φάρμακα που λαμβάνετε ήδη. Σκοπός είναι να διασφαλίσει ότι δεν θα υπάρξουν αλληλεπιδράσεις (δυσμενείς επιδράσεις που μπορεί να προκύψουν όταν ένα άτομο λαμβάνει περισσότερα από ένα φάρμακα). Ωστόσο, είναι σημαντικό να θυμάστε να διαβάσετε την ετικέτα και να απευθύνεστε στον γιατρό σας σε περίπτωση προβλημάτων.

Αντιπηκτικά φάρμακα

Αυτά τα φάρμακα συμβάλλουν στην αποτροπή του σχηματισμού θρόμβων, πράγμα που μειώνει τις πιθανότητες να εμφανίσετε και άλλη πνευμονική εμβολή.

Η λήψη αντιπηκτικών φαρμάκων μπορεί να επηρεάσει άλλους τομείς της ζωής σας, καθώς δυσχεραίνει την πήξη του αίματός σας όταν απαιτείται (για παράδειγμα, εάν κοπέιτε). Συζητήστε με τον γιατρό σας σχετικά με το πώς μπορεί να σας επηρεάσουν τα αντιπηκτικά φάρμακα και τι πρέπει να κάνετε σε μια επείγουσα κατάσταση. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό σε περίπτωση που είστε ή σκοπεύετε να μείνετε έγκυος ή πρόκειται να υποβληθείτε σύντομα σε ιατρική ή οδοντιατρική θεραπεία.

Συμβουλές και περαιτέρω θεραπεία

Η διαχείριση των αιτιών της πνευμονικής εμβολής μπορεί να συμβάλει στη μείωση του μελλοντικού κινδύνου για εσάς. Για παράδειγμα, ο γιατρός σας μπορεί να σας προτείνει να φοράτε κάλτσες συμπίεσης ώστε να μειωθεί ο κίνδυνος DVT στα πόδια σας.

Μπορείτε επίσης να μειώσετε τον κίνδυνο σταματώντας το κάπνισμα, διατηρώντας ένα υγιές βάρος, ακολουθώντας υγιεινή διατροφή και αυξάνοντας τα επίπεδα σωματικής δραστηριότητάς σας.

Παρακολούθηση

Εάν λαμβάνετε συγκεκριμένους τύπους αντιπηκτικών φαρμάκων για να αποτρέψετε τυχόν μελλοντικούς θρόμβους, ο γιατρός σας μπορεί να σας ζητήσει να επιστρέψετε στο νοσοκομείο ή στην κλινική για παρακολούθηση. Στόχος της παρακολούθησης είναι να διασφαλιστεί ότι λαμβάνετε τη σωστή δόση και ότι δεν υπάρχουν άλλα προβλήματα από τα φάρμακα που λαμβάνετε.

Θα πρέπει να προγραμματιστεί ένα ραντεβού παρακολούθησης με τον γιατρό σας ώστε να ελέγξει τυχόν μακροπρόθεσμες επιδράσεις από την πνευμονική εμβολή, όπως μεταξύ άλλων δύσπνοια. Επίσης, αυτό το ραντεβού είναι μια καλή ευκαιρία να κάνετε ερωτήσεις και να συζητήσετε για οτιδήποτε σας προβληματίζει.

Εάν, ωστόσο, πιστεύετε πως έχετε πάθει και άλλη πνευμονική εμβολή, μην περιμένετε μέχρι το επόμενο ραντεβού σας, αλλά ζητήστε αμέσως ιατρική βοήθεια.



Εγκυμοσύνη και τοκετός

Ο κίνδυνος εμφάνισης πνευμονικής εμβολής είναι μεγαλύτερος για εγκύους και γυναίκες που έχουν γεννήσει πρόσφατα.

Επίσης, η διάγνωση μπορεί να είναι πιο δύσκολη, διότι ορισμένα από τα συμπτώματα της πνευμονικής εμβολής παρουσιάζονται και σε μια φυσιολογική εγκυμοσύνη (όπως η δύσπνοια). Πέραν αυτού, ο γιατρός θα πρέπει να είναι πιο προσεκτικός κατά τη διάγνωση και τη θεραπεία της πνευμονικής εμβολής ώστε να μειώσει τον κίνδυνο για το μωρό και τη μητέρα.

Εκβάσεις

Όσο πιο σύντομα διαπιστωθεί και αντιμετωπιστεί η πνευμονική εμβολή, τόσο καλύτερη είναι η έκβαση. Τα άτομα που έχουν υποβληθεί επιτυχώς σε θεραπεία για πνευμονική εμβολή μπορούν να συνεχίσουν να έχουν φυσιολογική και υγιή ζωή. Ωστόσο, είναι σημαντικό να λάβετε μέτρα για να μειώσετε τυχόν μελλοντικό κίνδυνο και να ζητήσετε θεραπεία για τυχόν υποκείμενες παθήσεις.

Κίνδυνος για τα μέλη της οικογένειας

Εάν παρουσιάσατε πνευμονική εμβολή, οι συγγενείς πρώτου βαθμού σας (γονείς, αδέρφια ή παιδιά) αντιμετωπίζουν μεγαλύτερο κίνδυνο να παρουσιάσουν επίσης πνευμονική εμβολή κάποια στιγμή στη ζωή τους. Αυτή η γνώση μπορεί να βοηθήσει τα μέλη της οικογένειάς σας να κάνει κατάλληλες επιλογές σε επίπεδο ιατρικής περίθαλψης σε συνεργασία με τον γιατρό τους, έτσι ώστε να μειωθεί ο κίνδυνος.

Επιπλέον πληροφορίες

European Lung Foundation | www.europeanlung.org

Το European Lung Foundation (ELF) έχει δημοσιεύσει μια σειρά ενημερωτικών φυλλαδίων (διαθέσιμα σε έως και 29 γλώσσες) σχετικά με τις παθήσεις και την υγεία των πνευμόνων, τα οποία είναι διαθέσιμα για λήψη από τον ιστότοπο του ELF.

Ευρωπαϊκή Πνευμονολογική Εταιρεία | www.ersnet.org | www.ersjournals.com

Η Ευρωπαϊκή Πνευμονολογική Εταιρεία (ERS) δημοσιεύει πληροφορίες και πρωτότυπες έρευνες για επαγγελματίες υγείας και επιστήμονες σε περιοδικά και άλλους ακαδημαϊκούς πόρους.

European Society of Cardiology | www.escardio.org

Η Ευρωπαϊκή Καρδιολογική Εταιρεία (ESC) εξέδωσε κατευθυντήριες γραμμές για επαγγελματίες υγείας σχετικά με την οξεία πνευμονική εμβολή (δημοσιεύτηκαν τον Αύγουστο 2019) σε συνεργασία με την ERS. Αυτές οι κατευθυντήριες γραμμές είναι προσβάσιμες στο κοινό και διαθέσιμες για λήψη από τον ιστότοπο της ESC, καθώς και στο περιοδικό *European Respiratory Journal*.



Το European Lung Foundation (ELF) ιδρύθηκε από την Ευρωπαϊκή Πνευμονολογική Εταιρεία (ERS) το 2000 με σκοπό να φέρει σε επαφή τους ασθενείς, το ευρύ κοινό και τους ειδικούς σε αναπνευστικά νοσήματα, προκειμένου να προωθήσει τις θετικές εξελίξεις στην υγεία των πνευμόνων.



Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο συντάχθηκε τον Οκτώβριο 2019.