

Rozstrzenie oskrzeli

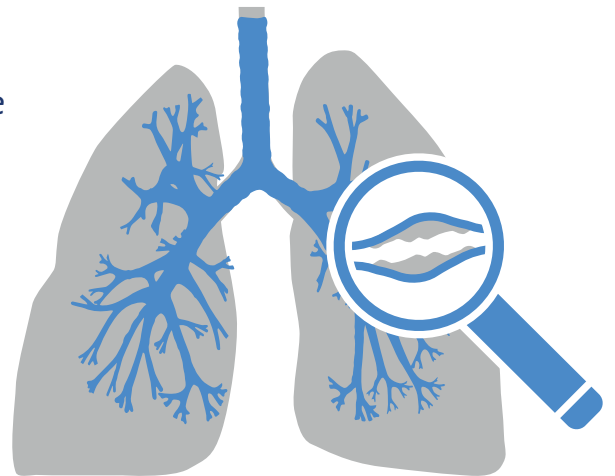
Niniejsze wytyczne wyjaśniają, czym są rozstrzenie oskrzeli, co je powoduje, w jaki sposób się je diagnozuje i leczy. Więcej szczegółowych informacji można znaleźć na stronie internetowej Priorytety pacjentów z rozstrzeniami oskrzeli (Bronchiectasis Patient Priorities): www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis

Czym są rozstrzenie oskrzeli?

Rozstrzenie oskrzeli to długotrwałe schorzenie układu oddechowego. U chorych na rozstrzenie oskrzeli drogi oddechowe (przewody łączące tchawicę z najniższą położoną częścią płuc) są szersze niż normalnie. Prowadzi to do nagromadzenia śluzu (lub plwociny) w płucach, co może grozić wystąpieniem infekcji.

Zakażenia mogą powodować stany zapalne w płucach, które mogą skutkować uszkodzeniem lub zablokowaniem części płuca, dając takie objawy jak zadyszka, ból w klatce piersiowej i zmęczenie.

Rozstrzenie oskrzeli są również znane jako rozstrzenie oskrzeli niezwiązane z mukowiscydozą.



Jakie są przyczyny rozstrzeni oskrzeli?

Wiele różnych czynników może powodować rozwój rozstrzeni oskrzeli. W niektórych przypadkach schorzenie to może być spowodowane ciężką infekcją, np. zapaleniem płuc lub krztuścem przebyłym w dzieciństwie. Wówczas nazywa się je poinfekcyjnymi rozstrzeniami oskrzeli.

Inne choroby, które są często powiązane z rozstrzeniami oskrzeli lub mogą je powodować, obejmują:

- Ciężką astmę z reakcją alergiczną na grzyb o nazwie *Aspergillus* (kropidlak), którą to chorobę nazywamy alergiczną aspergilozą oskrzelowo-płucną (AAOP).

- Schorzenia, w przebiegu których układ odpornościowy atakuje własny organizm, jak w przypadku reumatoidalnego zapalenia stawów lub wrzodziejącego zapalenia jelita grubego.
- Niedrożność lub blokadę dróg oddechowych po zainhalowaniu jakiejś substancji.
- Pierwotną dyskinezę rzęsek – długotrwałą chorobę genetyczną, z którą rodzą się niektóre osoby; powoduje nieprawidłowy rozwój płuc.
- Przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POChP) – długotrwałą chorobę powodującą stany zapalne w płucach, uszkodzenia tkanki płucnej oraz zwężenie dróg oddechowych, utrudniającą oddychanie.
- Niedobór alfa-1-antytrypsyny – chorobę genetyczną, która może powodować problemy płucne i wątrobowe.
- Gruźlicę lub zakażenia prątkami niegruźliczymi – infekcje, które często atakują płuca i są powodowane grupą bakterii nazywaną mykobakteriami.

Lekarz zada kilka pytań i może przeprowadzić badania w celu ustalenia, co jest przyczyną rozstrzeni oskrzeli. Przyczyna choroby często pozostaje niewykryta (wówczas mówimy o idiopatycznych rozstrzeniach oskrzeli). Nie oznacza to, że żadna przyczyna nie istnieje – po prostu nie udało się jej ustalić.

Podstawowe leczenie rozstrzeni oskrzeli wygląda zazwyczaj tak samo, niezależnie od przyczyny. Jednak niektóre przyczyny wymagają włączenia określonego typu dodatkowego leczenia.

W jaki sposób diagnozuje się rozstrzenie oskrzeli?

Częste objawy rozstrzeni oskrzeli to uporczywy kaszel, wykrztuszanie śluzu, duszność oraz częste infekcje płuc.

Objawy te są często obserwowane w przypadku innych częstych chorób płuc, np. POChP lub astmy, dlatego większość chorych jest najpierw badana w kierunku tych schorzeń. Jednakże można jednocześnie mieć dwie lub nawet wszystkie trzy wymienione choroby.

Jeśli pracownik służby zdrowia podejrzewa rozstrzenie oskrzeli, przeprowadzi dodatkowe badania.

Najczęstsze badania wykonywane na początku

- Rentgen klatki piersiowej: rozstrzeni oskrzeli zazwyczaj nie da się zaobserwować na zdjęciu rentgenowskim, lecz może ono pomóc wyeliminować inne choroby.
- Spirometria: jest to badanie polegające na mocnym i szybkim wydechaniu powietrza z płuc do urządzenia. Nie pozwala ono na rozpoznanie rozstrzeni oskrzeli, lecz jest jednym ze sposobów na ustalenie, czy płuca są uszkodzone.
- Próbkę plwociny: lekarz lub pielęgniarka mogą poprosić o wykrztuszenie niewielkiej ilości plwociny do pojemnika w celu przeprowadzenia badania w laboratorium. W wyniku tego badania można wskazać bakterię, która zaatakowała płuca, i określić, jaki antybiotyk najlepiej poradzi sobie z infekcją.
- Badanie krwi: pomoże określić ogólny stan zdrowia.

Badania specjalistyczne

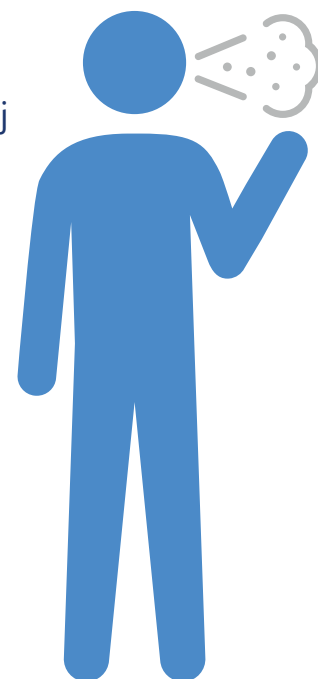
- Tomografia komputerowa: to badanie jest konieczne w celu rozpoznania rozstrzeni oskrzeli. Podczas tego badania ciało jest skanowane promieniami rentgenowskimi pod wieloma różnymi kątami, a następnie komputer tworzy na tej podstawie szczegółowy obraz.
- Badania układu odpornościowego: lekarz może skierować pacjenta na badania krwi w celu sprawdzenia, czy układ odpornościowy działa prawidłowo, oraz by ustalić możliwe przyczyny rozstrzeni oskrzeli, takie jak ciężkie alergię lub brak przeciwciał, które zwalczają infekcje.
- Testy oddechowe: spirometria (zob. powyżej) może być przeprowadzona razem z bardziej szczegółowymi badaniami czynności płuc.

Jakie są objawy rozstrzeni oskrzeli?

Każdy inaczej przechodzi tę chorobę, dlatego nie da się opisać typowego pacjenta z rozstrzeniami oskrzeli.

Jednak zazwyczaj występują niektóre lub wszystkie z następujących objawów:

- Kaszel – często z wykrztuszaniem śluzu (plwociny). Ilość wykrztuszonej plwociny może być bardzo różna, podobnie jak jej kolor (może być biała, żółta, zielona, ciemnozielona lub brązowa).
- Dusznosc – spowodowana upośledzoną pracą dróg oddechowych. W wielu przypadkach dusznosc nie stanowi problemu, lecz czasem chorzy mają zadyszkę podczas wchodzenia pod górę lub po schodach. W ciężkich przypadkach chorzy nie mogą złapać tchu podczas mniejszego wysiłku.
- Uczucie przemożnego zmęczenia – ciało zużywa dużo energii na zwalczanie infekcji, a także na kaszel i oddychanie. Stan ten może się pogarszać u osób, które mają problemy ze snem z powodu innych objawów.
- Dyskomfort w klatce piersiowej – może to być ból, ucisk lub uczucie wypełnienia klatki piersiowej.
- Zakażenia dróg oddechowych, zwane również zaostrzeniem choroby – chory jest bardziej podatny na infekcje, które szybciej atakują drogi oddechowe. Inne objawy mogą ulec zaostrzeniu podczas infekcji.



W przypadku właściwego leczenia i kontrolowania choroby długość życia osób z rozstrzeniami oskrzeli jest normalna. Osoby z rozstrzeniami oskrzeli są bardziej narażone na śmierć z powodu innych chorób, które dotyczą wszystkich ludzi (takich jak choroby serca czy rak) niż z powodu rozstrzeni oskrzeli.

Jak ciężka jest moja choroba?

Rozstrzenie oskrzeli jest skomplikowaną chorobą i nie ma jednego prostego badania czy objawu, które wskazywałyby, czy u danego pacjenta ma ona postać łagodną, umiarkowaną czy ciężką. Jednak prawidłowo kontrolowane rozstrzenie oskrzeli dają niewiele objawów, dzięki czemu chory może prowadzić normalny tryb życia. Rozstrzenie oskrzeli uważa się za cięższe, kiedy objawy zaczynają wpływać na codzienną aktywność chorego.

Czynniki powiązane z cięższymi postaciami rozstrzeni oskrzeli obejmują:

- Duszność: brak możliwości przejścia 100 metrów bez zatrzymania.
- Infekcje dróg oddechowych: trzy lub więcej razy w ciągu roku.
- Bakterie regularnie rozwijające się w próbkach śluzu (plwociny): wskazują na chroniczną infekcję płuc, zwłaszcza jeśli w badaniu często wykrywany jest drobnoustrój o nazwie *Pseudomonas*.
- Jeśli tomografia komputerowa wykazuje, że zajęte są oba płuca lub kilka obszarów w płucach, nie zaś mała część płuca.
- Hospitalizacja: jeśli pacjent musi iść do szpitala z ciężką infekcją dróg oddechowych lub ponieważ potrzebuje zastrzyków z antybiotykiem.
- Utrata wagi: jeśli rozstrzenie oskrzeli powoduje niedowagę.
- Testy wydolności płuc: obniżona pojemność płuc.
- Starzenie się: wraz z wiekiem płuca stają się coraz mniejsze, zaś układ odpornościowy staje się coraz mniej skuteczny, co może wpływać na objawy i stopień nasilenia rozstrzeni oskrzeli.



Są to tylko wskazówki – niektóre osoby mogą cierpieć z powodu kilku spośród powyższych objawów i nadal prowadzić normalne życie, podczas gdy inne mogą nie mieć żadnego z nich, lecz cierpieć z powodu innych ważnych czynników, które sprawiają, że chory czuje się gorzej. Wiele z tych objawów można złagodzić właściwym leczeniem.

Oczekiwana długość życia osób z ciężkimi rozstrzeniami oskrzeli jest krótsza niż normalnie i dlatego osoby te powinny zrobić wszystko, co w ich mocy, by utrzymać swoje płuca w dobrej kondycji.

W jaki sposób leczy się rozstrzenie oskrzeli?

Leczenie pacjentów z rozstrzeniami oskrzeli ma kilka celów:

- Zapobieganie infekcjom dróg oddechowych (zaostrzeniom), podczas których objawy ulegają zaostrzeniu.
- Leczenie objawów.
- Poprawa jakości życia.
- Zatrzymanie postępu choroby.

Zastosowanie właściwego leczenia umożliwi chorym na rozstrzenie oskrzeli utrzymanie stabilnego stanu i skutecznej kontroli objawów przez wiele lat.

Poniżej wymienione są najczęściej stosowane sposoby leczenia rozstrzeni oskrzeli, w tym terapie zalecane lekarzom w europejskich wytycznych w sprawie rozstrzeni oskrzeli. Nie wszystkie wymienione sposoby leczenia są dostępne lub stosowane w każdym kraju europejskim. Wszelkie pytania dotyczące tych sposobów leczenia należy omówić ze swoim lekarzem.

Leczenie stanów zapalnych

- Inhalatory: niektóre inhalatory zawierają lek, który otwiera drogi oddechowe, by ułatwić oddychanie i zmniejszyć stan zapalny w płucach.
- Tabletki: niektóre leki mogą również zmniejszać stan zapalny. Należy do nich rodzaj antybiotyków zwanych makrolidami, które mogą zmniejszać stan zapalny oraz leczyć infekcję.

Leczenie infekcji

- Szczepionki: coroczne szczepienie przeciwko grypie i szczepienie przeciwko pneumokokom (które chroni przed najczęstszą bakteryjną przyczyną zapalenia płuc) jest ważne, ponieważ obniża ryzyko zakażenia się tymi drobnoustrojami.
- Antybiotyki: wszelkie zakażenia dróg oddechowych należy niezwłocznie leczyć antybiotykami przyjmowanymi w postaci tabletek, zastrzyków lub przy pomocy maski (nebulizatora).
- Antybiotyki stosowane zapobiegawczo (w niektórych przypadkach): w przypadku licznych infekcji dróg oddechowych lub ciężkich objawów zastosowane może być długoterminowe leczenie antybiotykami w celu ograniczenia rozwoju bakterii w płucach.
- W takim przypadku dawki są niższe niż te podawane w trakcie infekcji i często przyjmowane są przez



przynajmniej 1 rok, a czasem dłużej. Nie działają one od razu i należy je przyjmować regularnie, by mogły zadziałać w pełni skutecznie. Leki te mogą reagować z innymi tabletkami, dlatego ważne jest, by powiedzieć innym lekarzom, że przyjmuje się regularnie antybiotyki, zanim przepiszą oni inne leki.

- Usunięcie bakterii takich jak *Pseudomonas*: *Pseudomonas aeruginosa* lub *Pseudomonas* to drobnoustrój, który może powodować infekcje u osób cierpiących na rozstrzenie oskrzeli. W przypadku zakażenia bakterią *Pseudomonas* lekarz może zalecić choremu leczenie antybiotykami, by usunąć bakterię lub ją kontrolować, bądź przepisać inny antybiotyk w przypadku przyszłych infekcji dróg oddechowych. Osoby będące nosicielami bakterii *Pseudomonas* mogą być bardziej podatne na infekcje dróg oddechowych i ich komplikacje, ponieważ bakteria ta jest oporna na leczenie antybiotykami i może czasem powodować uszkodzenia w płucach. Wytyczne dla lekarzy zalecają, by osoby będące nosicielami bakterii *Pseudomonas* były częściej monitorowane.

Leczenie w przypadku uszkodzenia płuc

- Fizjoterapia i ćwiczenia oczyszczające drogi oddechowe mogą pomóc pozbyć się śluzu (zapraszamy na stronę „Priorytety pacjentów z rozstrzeniami oskrzeli” w celu uzyskania porady i obejrzenia prezentacji wideo).
- Leki mogą pomóc oczyścić drogi oddechowe ze śluzu (leki mukoaktywne). By uzyskać najlepsze efekty, leczenie należy łączyć z regularnymi ćwiczeniami fizjoterapeutycznymi.
- Inhalatory rozszerzające oskrzela rozluźniają mięśnie dróg oddechowych.
- Systematyczne ćwiczenia pomagają oczyszczać drogi oddechowe z plwociny i wspomagają lepszą pracę płuc.

Warto również rozważyć unikanie palenia tytoniu oraz leczenie pierwotnej przyczyny rozstrzeni oskrzeli, jeśli została ona zidentyfikowana.

Inne rodzaje leczenia

Terapia tlenowa

W przypadku niskiego poziomu tlenu w organizmie pacjenta konieczne może być wdychanie tlenu przez rurkę lub maskę. Terapia ta może trwać krótko (np. w czasie pobytu szpitalu z powodu infekcji dróg oddechowych do momentu, kiedy poziom tlenu u chorego wróci do normy) lub długo, jeśli płuca zostały uszkodzone i nie są już w stanie wchłaniać wystarczająco dużo tlenu.

Chory może również potrzebować dodatkowego zaopatrzenia w tlen podczas lotu. Przed podróżą należy o tym porozmawiać z pracownikiem służby zdrowia w swojej placówce.

Leczenie operacyjne

W większości przypadków rozstrzenie oskrzeli można dobrze kontrolować i leczyć bez zabiegu chirurgicznego. Operacja może być czasem pomocna, jeśli rozstrzenie oskrzeli obejmuje jedynie małą część płuca i usunięcie jej może skutkować wyleczeniem chorego lub jeśli część płuca została poważnie uszkodzona i powoduje liczne infekcje.

Rehabilitacja oddechowa

Czasem proponuje się rehabilitację oddechową jako sposób na poprawę siły fizycznej chorego i złagodzenie wpływu objawów na jego życie.

Rehabilitacja oddechowa to rodzaj leczenia, którego celem jest zmniejszenie fizycznych i emocjonalnych skutków choroby płuc na życie chorego. Jest to spersonalizowany program łączący ćwiczenia fizyczne i edukację dotyczącą tego, w jaki sposób możesz samodzielnie zadbać o to, by zachować najlepszą możliwą kondycję zdrowotną.

Wsparcie w celu zaprzestania palenia

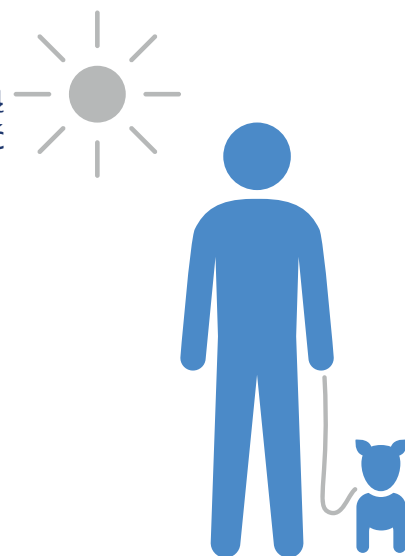
Palenie tytoniu nie powoduje rozstrzeni oskrzeli, lecz może zaostrzać stan choroby i jej objawy.

Dostępna jest pomoc w rzucaniu palenia oraz alternatywy, które ułatwiają zerwanie z nałogiem. Porozmawiaj z pracownikiem służby zdrowia w swojej placówce o tym, w jaki sposób może ci pomóc.

Samokontrola

Samokontrola jest niezwykle ważna w przypadku osób z chorobą przewlekłą taką jak rozstrzenie oskrzeli. Na co dzień można robić wiele różnych rzeczy, by kontrolować stan swojego zdrowia. To między innymi przyjmowanie przepisanych leków oraz wykonywanie ćwiczeń oczyszczających drogi oddechowe zgodnie z zaleceniami, monitorowanie objawów i informowanie pracownika służby zdrowia o wszelkich zmianach, aktywność fizyczna, zdrowe odżywianie, a w przypadku palaczy – rzucenie palenia.

Więcej wskazówek dotyczących samokontroli można uzyskać na stronie „Priorytety pacjentów z rozstrzeniami oskrzeli”.



Opieka specjalistyczna

Leczenie rozstrzeni oskrzeli przynosi najlepsze rezultaty, jeśli jest prowadzone przez zespół pracowników służby zdrowia, którzy mają doświadczenie w leczeniu tej choroby. W wielu krajach istnieją już wyspecjalizowane kliniki zajmujące się osobami z rozstrzeniami oskrzeli.

Kliniki te różnią się nieco między sobą, lecz zawsze oferują:

- Lekarza lub zespół lekarzy posiadających specjalistyczną wiedzę i doświadczenie z zakresu rozstrzeni oskrzeli.
- Fizjoterapeutę lub zespół fizjoterapeutów, którzy uczą, jak wykonywać ćwiczenia oczyszczające drogi oddechowe.
- Pielęgniarki lub innych pracowników służby zdrowia, którzy służą informacją i wsparciem.
- Antybiotyki w inhalatorach lub nebulizatorach bądź inne specjalistyczne leki i antybiotyki dożylne w domu.
- Specjalistyczne badania układu odpornościowego lub organizmu w celu zdiagnozowania przyczyny rozstrzeni oskrzeli.

Niektóre osoby chore na rozstrzenie oskrzeli regularnie odwiedzają kliniki specjalistyczne, podczas gdy inni chorzy bywają w nich raz lub kilka razy, a następnie są przenoszeni z powrotem pod opiekę ich stałego lekarza.

Jeśli sądzisz, że potrzebujesz wizyty u specjalisty, porozmawiaj o tym ze swoim lekarzem. Nie istnieje europejski rejestr specjalistów zajmujących się rozstrzeniami oskrzeli, lecz jeśli nie możesz znaleźć takiego specjalisty, skontaktuj się z Europejską Fundacją na Rzecz Zdrowia Płuc.

Materiały dodatkowe

Priorytety pacjentów z rozstrzeniami oskrzeli | www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis

Informacje i wsparcie dla osób z rozpoznanymi rozstrzeniami oskrzeli oraz ich opiekunów opracowane z udziałem pacjentów i pracowników służby zdrowia z całej Europy. Na tej stronie internetowej dostępna jest bardziej szczegółowa wersja tych informacji oraz nieoficjalna wersja wytycznych Europejskiego Towarzystwa Oddechowego dotyczących postępowania w przypadku rozstrzeni oskrzeli.

Europejska Fundacja na Rzecz Zdrowia Płuc | www.europeanlung.org

Na stronie Europejskiej Fundacji na Rzecz Zdrowia Płuc znajdują się różne wytyczne dotyczące rozstrzeni oskrzeli i chorób powiązanych z tym schorzeniem.

EMBARC | www.bronchiectasis.eu

EMBARC to paneuropejska sieć zajmująca się promowaniem badań klinicznych i edukacją w zakresie rozstrzeni oskrzeli przez udostępnianie protokołów, pomysłów badawczych i wiedzy specjalistycznej.



ELF EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Europejska Fundacja na Rzecz Zdrowia Płuc (ELF) została utworzona przez Europejskie Towarzystwo Oddechowe (ERS), by pacjenci, opinia publiczna i osoby zawodowo zajmujące się chorobami płuc mogli wspólnie działać na rzecz rozwoju medycyny oddechowej. ELF zajmuje się chorobami płuc w całej Europie i zrzesza wiodących ekspertów z branży medycznej, by dostarczać pacjentom informacje oraz podnosić społeczną świadomość w zakresie chorób płuc.



ERS EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY

Niniejszy materiał został opracowany jako część projektu dotyczącego priorytetów pacjentów z rozstrzeniami oskrzeli z udziałem profesora Jamesa Chalmersa oraz członków grupy doradczej zajmującej się rozstrzeniami oskrzeli w fundacji ELF.

Data publikacji: marzec 2018 r.