



**ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΩΝ ΒΡΟΓΧΕΚΤΑΣΙΩΝ  
ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ**  
*κατανοώντας τις επαγγελματικές  
κατευθυντήριες οδηγίες*



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

Οι παρούσες κατευθυντήριες γραμμές περιλαμβάνουν πληροφορίες σχετικά με τις οδηγίες της European Respiratory Society για τη διαχείριση των βρογχεκτασιών σε ενήλικες. Βασίζεται σε μια εκτενέστερη έκδοση που εκπονήθηκε από μια ομάδα ειδικών στο θέμα, η οποία περιλάμβανε επαγγελματίες υγείας και άτομα με προσωπική εμπειρία στις βρογχεκτασίες.

Στις αρχικές κατευθυντήριες γραμμές, οι οποίες απευθύνονται σε επαγγελματίες, λήφθηκαν υπ' όψιν τα καλύτερα διαθέσιμα στοιχεία – τυχαιοποιημένες ελεγχόμενες μελέτες, συστηματικές ανασκοπήσεις και μελέτες παρατήρησης – και δίνονται απαντήσεις σε μια σειρά ερωτήσεων σχετικά με τη διαχείριση των βρογχεκτασιών. Αποτελούν τον χρυσό κανόνα όσον αφορά στην ποιότητα της φροντίδας ενηλίκων με βρογχεκτασίες στην Ευρώπη και μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως μέσο εκπαίδευσης των επαγγελματιών υγείας.

Η παρούσα έκδοση συντάχθηκε για τους ασθενείς και το κοινό προκειμένου να σας βοηθήσει να κατανοήσετε τί συστήνεται στις αρχικές κατευθυντήριες οδηγίες.

## ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΒΡΟΓΧΕΚΤΑΣΙΕΣ

Οι βρογχεκτασίες είναι μια χρόνια πνευμονική πάθηση στην οποία οι αεραγωγοί ενός ατόμου είναι διευρυμένοι περισσότερο από το φυσιολογικό. Το γεγονός αυτό προκαλεί τη συσσώρευση βλέννης (πτυέλων) στους πνεύμονες καθιστώντας το άτομο πιο επιρρεπές στις λοιμώξεις.

Τα πιο συχνά συμπτώματα είναι ο βήχας, η αποβολή πτυέλων με τον βήχα και η δύσπνοια. Τα άτομα με βρογχεκτασίες μπορούν επίσης να εμφανίζουν ιγμορίτιδα (οίδημα στους παραρρίνιους κόλπους), αιμόπτυση, θωρακικό άλγος και αίσθημα μεγάλης κούρασης (κόπωση).

Η θεραπεία των ατόμων με βρογχεκτασίες έχει πολλούς στόχους:

- Πρόληψη των λοιμώξεων του αναπνευστικού(παροξύνσεις) κατά τη διάρκεια των οποίων επιδεινώνονται τα συμπτώματα
- Θεραπεία των συμπτωμάτων
- Βελτίωση της ποιότητας ζωής
- Αποτροπή επιδείνωσης της πάθησης



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

## ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

**Σε ποιες εξετάσεις θα πρέπει να υποβάλλεται ένα άτομο που έχει διαγνωσθεί με βρογχεκτασίες;**

Στις κατευθυντήριες γραμμές συνιστάται τα άτομα που έχουν διαγνωσθεί με βρογχεκτασίες να υποβάλλονται σε αιματολογικές εξετάσεις προκειμένου να διαπιστωθεί εάν οι βρογχεκτασίες συνδέονται ενδεχομένως με κάποιο πρόβλημα στο ανοσοποιητικό τους σύστημα.

Οποιοσδήποτε πάσχει από βρογχεκτασίες θα πρέπει επίσης να εξετάζεται για μια πάθηση που ονομάζεται αλλεργική βρογχοπνευμονική ασπεργίλλωση (ΑΒΠΑ), κατά την οποία το άτομο αποκτά αλλεργία στο *Aspergillus*, ένα κοινό είδος μούχλας. Η εξέταση αυτή περιλαμβάνει συνήθως αιματολογικές εξετάσεις ή δερματική δοκιμασία νυγμού.

Οι εξετάσεις αυτές μπορούν να βοηθήσουν τους επαγγελματίες υγείας να προσαρμόσουν τη θεραπεία σε κάθε άτομο.

Τα άτομα με βρογχεκτασίες που συμμετείχαν στην εκπόνηση των κατευθυντήριων γραμμών επεσήμαναν τη σημασία της κατανόησης της αιτίας της πάθησής τους.

Σε ορισμένες περιπτώσεις, π.χ. εάν κάποιο άτομο έχει άλλα συμπτώματα ή σημεία, μπορεί επίσης να χρειαστεί να εξεταστεί και για άλλες παθήσεις, όπως:

- Άτυπα μυκοβακτηρίδια (NTM)
- Κυστική ίνωση (ΚΙ)
- Πρωτοπαθή δυσκινησία των κροσσών (PCD)

## ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΕΣ ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ

Στις κατευθυντήριες οδηγίες ελήφθησαν υπ' όψιν σε ποιές θεραπείες, εφόσον υπάρχουν, θα πρέπει να υποβάλλονται τα άτομα με βρογχεκτασίες για τη διαχείριση της πάθησής τους σε μακροχρόνια βάση (τρεις μήνες ή περισσότερο), βάσει των καλύτερων διαθέσιμων στοιχείων.

### Αντιφλεγμονώδη φάρμακα

Τα αντιφλεγμονώδη φάρμακα, όπως τα στεροειδή, είναι φαρμακευτικές αγωγές που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση του πόνου, του οιδήματος και του υψηλού πυρετού. Όταν χορηγούνται σε άτομα με παθήσεις του αναπνευστικού, αποσκοπούν επίσης στη μείωση των συμπτωμάτων.



ERS

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



ELF

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

Οι κατευθυντήριες οδηγίες δεν συστήνουν τη συστηματική λήψη εισπνεόμενων στεροειδών από τα άτομα με βρογχεκτασίες, εκτός αν έχουν επίσης άσθμα ή χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ).

Επιπλέον, οι κατευθυντήριες οδηγίες δεν συστήνουν τη λήψη στατινών για τις βρογχεκτασίες, ενός είδους φαρμακευτικής αγωγής που μειώνει τη χοληστερόλη και έχει κάποια αντιφλεγμονώδη δράση, εκτός αν ο ιατρός τους τη λήψη συνιστά τους για την αντιμετώπιση καρδιολογικών παθήσεων.

## **Αντιβιοτικά**

Τα αντιβιοτικά είναι μια ομάδα φαρμάκων που καταπολεμούν τη βακτηριακή λοίμωξη. Ορισμένα αντιβιοτικά δρουν εναντίον συγκεκριμένων ειδών βακτηριδίων, αλλά πολλά δρουν εναντίον πολλαπλών βακτηριδίων. Τα αντιβιοτικά συνιστώνται πάντοτε όταν ένα άτομο με βρογχεκτασίες έχει λοίμωξη του αναπνευστικού. Μερικές φορές, τα άτομα με βρογχεκτασία πρέπει να λαμβάνουν αντιβιοτικά σε τακτική βάση, κάθε ημέρα ή κάθε λίγες ημέρες, για τον έλεγχο της λοίμωξης.

Στις κατευθυντήριες γραμμές συνιστάται η μακροχρόνια θεραπεία με αντιβιοτικά (για τρεις μήνες ή περισσότερο) σε άτομα που εμφανίζουν τρεις ή περισσότερες λοιμώξεις του αναπνευστικού ανά έτος, οι οποίες δεν είναι δυνατόν να προληφθούν μέσω των συνήθων ασκήσεων καθαρισμού των αεραγωγών.

## **Βλεννολυτική θεραπεία**

Τα βλεννολυτικά φάρμακα βοηθούν στον καθαρισμό των πνευμόνων από τη βλέννα.

Στις κατευθυντήριες οδηγίες συνιστάται η βλεννολυτική θεραπεία για άτομα με βρογχεκτασίες, τα οποία δυσκολεύονται να αποβάλουν τη βλέννη με τον βήχα και έχουν κακή ποιότητα ζωής.

Στις κατευθυντήριες οδηγίες δεν συνιστάται μια θεραπεία που ονομάζεται ανασυνδυασμένη ανθρώπινη DNase (μια φαρμακευτική αγωγή που χρησιμοποιείται για τη ρευστοποίηση της βλέννης στους πνεύμονες και χρησιμοποιείται συχνά σε άτομα με κυστική ίνωση) για τα άτομα με βρογχεκτασίες, επειδή οι δοκιμές κατέδειξαν ότι δεν ήταν αποτελεσματική. Ωστόσο, ορισμένα άτομα λαμβάνουν αυτές τις θεραπείες. Εάν έχετε απορίες, θα πρέπει να τις συζητήσετε με τον ιατρό σας.



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

## Βρογχοδιασταλτικά

Τα βρογχοδιασταλτικά είναι φάρμακα που βοηθούν την αναπνοή χαλαρώνοντας τους μύες στους πνεύμονες και ανοίγοντας τους αεραγωγούς.

Οι κατευθυντήριες γραμμές δεν συνιστούν τη συστηματική χορήγηση βρογχοδιασταλτικών μακράς δράσης για άτομα με βρογχεκτασίες.

Ωστόσο, οι κατευθυντήριες οδηγίες συνιστούν τη χρήση βρογχοδιασταλτικών στις ακόλουθες περιπτώσεις:

- Σε άτομα που έχουν συχνά δύσπνοια
- Πριν από τη φυσιοθεραπεία
- Άτομα που έχουν επίσης άσθμα ή ΧΑΠ και λαμβάνουν βρογχοδιασταλτικά για αυτές τις παθήσεις

## Χειρουργική επέμβαση

Η χειρουργική επέμβαση για τη θεραπεία των βρογχεκτασιών περιλαμβάνει συνήθως την αφαίρεση των τμημάτων των πνευμόνων τα οποία δεν είναι πλέον λειτουργικά, προκειμένου να σταματήσει η εξάπλωση της ασθένειας στον υπόλοιπο πνεύμονα.

Οι κατευθυντήριες γραμμές δεν συνιστούν γενικά τη χειρουργική επέμβαση στα άτομα με βρογχεκτασίες.

Υποδεικνύουν ότι η μόνη περίπτωση στην οποία ένα άτομο με βρογχεκτασίες θα πρέπει να υποβάλλεται σε χειρουργική επέμβαση για την πάθησή του, μόνο στην περίπτωση που εξακολουθούν να εμφανίζουν πολλές λοιμώξεις του αναπνευστικού, παρά τη δοκιμή όλων των άλλων θεραπευτικών επιλογών.

Τα άτομα με βρογχεκτασίες που συμμετείχαν στην εκπόνηση των κατευθυντήριων γραμμών θεωρούσαν ότι η χειρουργική επέμβαση αποτελούσε επιλογή μόνο για άτομα για τα οποία δεν υπήρχε κάποια άλλη αποτελεσματική θεραπεία.

## ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

### Καθαρισμός αεραγωγών

Οι τεχνικές καθαρισμού των αεραγωγών είναι χειρωνακτικοί τρόποι χαλάρωσης της παχιάς, κολλώδους βλέννας στους πνεύμονες ώστε να είναι δυνατή η αποβολή της με τον βήχα. Αυτές περιλαμβάνουν διάφορες αναπνευστικές τεχνικές και τη μετακίνηση σε διαφορετικές θέσεις για να καταστεί ευκολότερη η αποβολή της βλέννης.



ERS

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



ELF

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

Στις κατευθυντήριες γραμμές συνιστάται τα άτομα με βρογχεκτασίες που βήχουν συχνά, να εφαρμόζουν ασκήσεις καθαρισμού των αεραγωγών μία ή δύο φορές την ημέρα. Θα πρέπει να μάθουν το σωστό τρόπο εφαρμογής τους από κάποιον εκπαιδευμένο επαγγελματία υγείας.

## **Πνευμονική αποκατάσταση**

Η πνευμονική αποκατάσταση είναι ένα πρόγραμμα που έχει ως στόχο τη μείωση των σωματικών και συναισθηματικών επιπτώσεων μιας χρόνιας πάθησης των πνευμόνων στη ζωή ενός ατόμου. Συνδυάζει την άσκηση με την εκπαίδευση σχετικά με τους τρόπους με τους οποίους μπορείτε να διατηρήσετε όσο το δυνατόν υγιέστεροι. Μπορεί να περιλαμβάνει και άλλες θεραπείες από εργοθεραπευτές, διαιτολόγους, νοσηλεύτες, κοινωνικούς λειτουργούς και ψυχολόγους, όπου είναι διαθέσιμο αυτό το είδος υποστήριξης.

Οι κατευθυντήριες οδηγίες συνιστούν προσαρμοσμένα προγράμματα πνευμονικής αποκατάστασης για τα άτομα με βρογχεκτασίες που δυσκολεύονται στις φυσικές δραστηριότητες. Κατά μέσο όρο η έρευνα δείχνει ότι μετά από πνευμονική αποκατάσταση διάρκειας 6-8 εβδομάδων, τα άτομα με βρογχεκτασίες είναι πιο ικανά για φυσική δραστηριότητα, βήχουν λιγότερο και τείνουν να νιώθουν γενικά καλύτερα. Επίσης, είναι λιγότερο πιθανό να εμφανίζουν λοιμώξεις του αναπνευστικού. Τα συγκεκριμένα οφέλη διαρκούν 3-6 μήνες, ενώ οι θετικές επιδράσεις διαρκούν περισσότερο μεταξύ αυτών που τηρούν τις συμβουλές και τις ασκήσεις που τους παρέχονται κατά τη διάρκεια του προγράμματος, μετά την ολοκλήρωσή του.

## **ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΓΙΑ ΤΙΣ ΛΟΙΜΩΞΕΙΣ ΤΟΥ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ**

**Ποια θα πρέπει να είναι η διάρκεια της αντιβιοτικής αγωγής που χρησιμοποιείται για τη θεραπεία των λοιμώξεων του αναπνευστικού;**

Βάσει της τρέχουσας έρευνας και της πρακτικής, στις κατευθυντήριες γραμμές συνιστάται η χορήγηση αντιβιοτικής αγωγής για 14 ημέρες στα άτομα με βρογχεκτασίες για τη θεραπεία της λοίμωξης του αναπνευστικού. Ωστόσο, μερικοί επαγγελματίες υγείας θεωρούν ότι σε ορισμένες περιπτώσεις η αγωγή μπορεί να είναι πιο βραχυχρόνια ή πιο μακροχρόνια.



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

**Εάν στους πνεύμονες των ατόμων με βρογχεκτασίες βρεθεί ένα δυνητικά λοιμογόνο βακτήριο (ή μικρόβιο), θα πρέπει να χορηγούνται αντιβιοτικά μέχρι την εξάλειψή του;**

Οι συχνές λοιμώξεις των αεραγωγών μπορούν να επηρεάσουν την ποιότητα ζωής ενός ατόμου και να του προκαλέσουν έντονο αίσθημα της αδιαθεσίας.

Στις κατευθυντήριες γραμμές αναφέρεται ότι τα άτομα με βρογχεκτασίες τα οποία έχουν επίσης ένα συγκεκριμένο είδος λοιμογόνου βακτηρίου (ή μικροβίου) στους πνεύμονές τους που ονομάζεται *P. aeruginosa* (ονομάζεται επίσης *Pseudomonas*) θα πρέπει να λαμβάνουν θεραπεία εκρίζωσης – ένα είδος στοχευμένης αντιβιοτικής θεραπείας με στόχο την πλήρη εξάλειψη του μικροβίου, η οποία διαρκεί έως και τρεις μήνες.

## ΤΕΛΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ

Η θεραπεία των βρογχεκτασιών αποσκοπεί στη μείωση των λοιμώξεων του αναπνευστικού και των συμπτωμάτων, στη βελτίωση της ποιότητας ζωής του ατόμου και στον περιορισμό της πιθανότητας να εμφανίσει επιπλοκές, όπως μειωμένη πνευμονική λειτουργία.

Οι επαγγελματίες υγείας και οι ασθενείς που εκπόνησαν τις συγκεκριμένες κατευθυντήριες οδηγίες συμφώνησαν ότι τα πιθανά οφέλη και οι παρενέργειες κάθε θεραπευτικής επιλογής θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη για κάθε άτομο με βρογχεκτασίες. Η ατομική κατάσταση και οι προτιμήσεις του ασθενούς θα πρέπει επίσης να αποτελούν βασικούς παράγοντες.

Είναι σημαντικό να επισημανθεί ότι οι περισσότερες συστάσεις που περιλαμβάνονται στις παρούσες κατευθυντήριες γραμμές ισχύουν υπό προϋποθέσεις, δηλαδή ισχύουν στις περισσότερες αλλά όχι σε όλες τις περιπτώσεις. Εάν ο θεράπων ιατρός σας κρίνει ότι κάποια από αυτές τις συστάσεις δεν ισχύει για εσάς, μπορείτε να του ζητήσετε να σας το αιτιολογήσει.

Αν και οι συστάσεις βασίζονται στα καλύτερα διαθέσιμα δεδομένα, οι ειδικοί αποδέχονται ότι τα περισσότερα από τα στοιχεία αυτά είναι αρκετά χαμηλής ποιότητας.

Επί του παρόντος, πραγματοποιούνται πολλές έρευνες για τις βρογχεκτασίες και οι κατευθυντήριες οδηγίες θα πρέπει να επικαιροποιούνται καθώς δημοσιεύονται νέες έρευνες.



ERS

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



ELF

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

## ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΠΗΓΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ

Η αρχική έκδοση από την ERS αυτών των κατευθυντήριων γραμμών

[www.ers-education.org/guidelines](http://www.ers-education.org/guidelines)

Προτεραιότητες ασθενών με βρογχεκτασίες  
Πληροφορίες και υποστήριξη για άτομα που έχουν διαγνωσθεί με βρογχεκτασίες και για τους φροντιστές τους, που αναπτύχθηκαν με τη βοήθεια ασθενών και επαγγελματιών υγείας από ολόκληρη την Ευρώπη.

[www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis](http://www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis)

### EMBARC

Το EMBARC είναι ένα πανευρωπαϊκό δίκτυο με σκοπό την προαγωγή της κλινικής έρευνας και εκπαίδευσης στις βρογχεκτασίες, μέσω της κοινής χρήσης πρωτοκόλλων, ερευνητικών ιδεών και εξειδίκευσης.

[www.bronchiectasis.eu](http://www.bronchiectasis.eu)

### *Σχετικά με την ERS*

Η European Respiratory Society (ERS) είναι ένας διεθνής οργανισμός που συσπειρώνει ιατρούς, επαγγελματίες υγείας, επιστήμονες και άλλους ειδικούς που εργάζονται στον τομέα της πνευμονολογίας. Είναι ένας από τους κορυφαίους ιατρικούς οργανισμούς στον τομέα της πνευμονολογίας με αυξανόμενο αριθμό μελών από περισσότερες από 140 χώρες.

Αποστολή της ERS είναι η προαγωγή της υγείας των πνευμόνων με σκοπό την ανακούφιση των ασθενών με νοσήματα του αναπνευστικού και την καθιέρωση πνευμονολογικών προτύπων σε παγκόσμιο επίπεδο. Η επιστήμη, η εκπαίδευση και η υποστήριξη αποτελούν τον πυρήνα των δραστηριοτήτων της.

Η ERS συμμετέχει στην προαγωγή της επιστημονικής έρευνας και στην παροχή πρόσβασης σε εκπαιδευτικούς πόρους υψηλής ποιότητας. Επίσης παίζει σημαντικό ρόλο στην υποστήριξη – αυξάνοντας τη γνώση για τα νοσήματα του αναπνευστικού στο κοινό και στους πολιτικούς.

### *Σχετικά με το ELF*

Το European Lung Foundation (ELF) ιδρύθηκε από την ERS με σκοπό να συσπειρώσει τους ασθενείς και το κοινό με τους επαγγελματίες.

Το ELF εκπονεί για το κοινό εκδόσεις των κατευθυντήριων οδηγιών της ERS με σκοπό τη σύνοψη των συστάσεων που απευθύνονται στους επαγγελματίες υγείας στην Ευρώπη σε απλή μορφή προκειμένου να είναι κατανοητές από όλους.

Τα συγκεκριμένα έγγραφα δεν περιέχουν λεπτομερείς πληροφορίες για κάθε πάθηση και θα πρέπει να χρησιμοποιούνται σε συνδυασμό με άλλες πληροφορίες για τους ασθενείς και με τις συζητήσεις με τον ιατρό σας.

**Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις πνευμονικές παθήσεις διατίθενται στον δικτυακό τόπο του ELF στη διεύθυνση: [www.europeanlung.org](http://www.europeanlung.org)**



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION