

Bronchiectázia

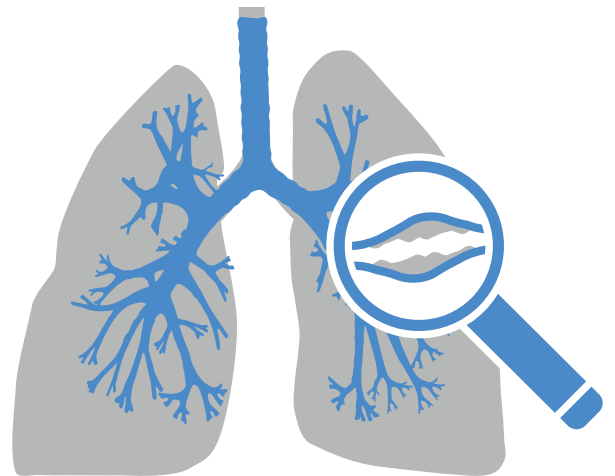
Tento informačný dokument vysvetľuje, čo je to bronchiectázia a ako sa diagnostikuje a lieči. Podrobnejšie informácie sú k dispozícii na webovej stránke Programu priorít pre pacientov s bronchiectáziou:
www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis

Čo je to bronchiectázia?

Bronchiectázia je chronické postihnutie pľúc. Ak máte bronchiectáziu, vaše dýchacie cesty (trubice, ktoré spájajú vašu priedušnicu s dolnou časťou pľúc) sú širšie než normálne. Vede to k hromadeniu hlienu (alebo spúta) a spôsobuje, že máte väčšie riziko vzniku pľúcnych infekcií.

Infekcie môžu zapríčiniť zápal pľúc, čo môže poškodiť alebo zablokovať časti pľúc, čo vedie k príznakom, ako je dýchavičnosť, bolesť na hrudníku a únava.

Bronchiectázia je známa aj ako bronchiectázia bez cystickej fibrózy (bez CF).



Čo spôsobuje bronchiectáziu?

Bronchiectáziu môže spôsobiť množstvo faktorov. V niektorých prípadoch môže byť spôsobená ťažkou infekciou, ako je zápal pľúc alebo detský čierny kašeľ. Toto sa nazýva postinfekčná bronchiectázia.

Ďalšie stavy, ktoré sú často spojené alebo môžu spôsobiť bronchiectáziu, sú:

- Ťažká astma komplikovaná alergickou reakciou na hubu nazývanú *Aspergillus* - nazýva sa alergická bronchopulmonálna aspergilóza (ABPA).
- Stavy, keď imunitný systém napadá telo, ako je reumatická artritída alebo ulcerózna kolitída.
- Obštrukcia alebo upchatie dýchacích ciest po vdýchnutí predmetu.

- Primárna ciliárna dyskinéza (PCD) – vrodené genetické chronické postihnutie, pri ktorom sa pľúca nevyvíjajú normálne.
- Chronická obštrukčná choroba pľúc (CHOCHP) – chronický stav, ktorý spôsobuje zápal v pľúcach, poškodenie pľúcneho tkaniva a zúženie dýchacích ciest, čo sťažuje dýchanie.
- Deficit alfa-1 antitrypsínu – genetické ochorenie, ktoré môže spôsobiť problémy s pľúcami a pečeňou.
- Tuberkulóza (TB) alebo netuberkulózne mykobakteriálne (NTM) infekcie – infekcie, ktoré často postihujú pľúca, spôsobené skupinou baktérií nazývaných mykobaktérie.

Váš lekár vám položí niekoľko otázok a môže urobiť nejaké vyšetrenia, aby zistil, prečo máte bronchiektáziu. Často sa príčina nenájde (a potom sa to nazýva idiopatická bronchiektázia). To neznamená, že neexistuje žiadna príčina, len to, že nie je známa.

Základná liečba bronchiektázie je zvyčajne rovnaká, bez ohľadu na príčinu. Niektoré príčiny však vyžadujú určitý druh dodatočnej liečby.

Ako sa diagnostikuje bronchiektázia?

Bežné príznaky bronchiektázie sú kašeľ, ktorý neustupuje, vykašliavanie hlienu, dychová nedostatočnosť a časté pľúcne infekcie.

Tieto príznaky sa vyskytujú pri iných častejších pľúcnych ochoreniach, ako je CHOCHP alebo astma, takže u väčšiny ľudí sa vyšetrenia zameriavajú práve na ne. Je však možné, že sa vyskytujú súčasne dve, alebo dokonca všetky tri tieto ochorenia.

Ak si váš zdravotnícky pracovník myslí, že máte bronchiektáziu, urobia sa ďalšie vyšetrenia.

Štandardné prvotné vyšetrenia

- RTG hrudníka: bronchiektázia sa zvyčajne nedá vidieť na röntgene, ale toto vyšetrenie môže pomôcť vylúčiť iné ochorenia.
- Spirometria: ide o vyšetrenie pľúc, pri ktorom je potrebné silno a rýchlo fúknuť do stroja a vyprázdniť všetok vzduch z pľúc. Neumožňuje diagnostikovať bronchiektázu, ale je jedným zo spôsobov, ako zistiť, či sú poškodené pľúca.
- Vzorky spúta: váš lekár alebo zdravotná sestra vás môžu požiadať, aby ste vykašľali hlien (spútum) na účely laboratórneho vyšetrenia. Umožňuje to identifikovať baktérie v pľúcach s cieľom nájsť najlepšie antibiotikum, ktoré sa má použiť, ak máte infekciu pľúc.
- Vyšetrenie krvi: celkové posúdenie zdravotného stavu.

Špecializované vyšetrenia

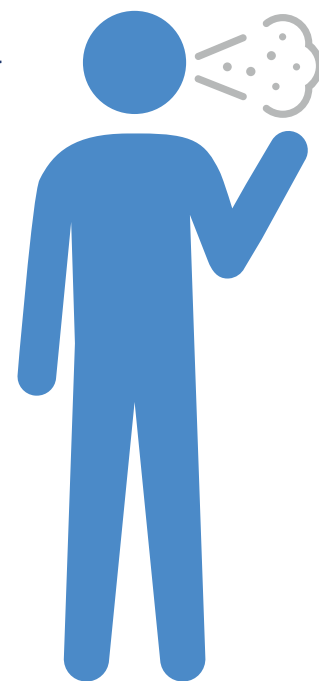
- CT (počítačová tomografia): toto vyšetrenie je potrebné na diagnostiku bronchiektázie. Pri tomto vyšetrení sa urobí množstvo RTG snímok pod rôznymi uhlami a následne z nich počítač vytvorí podrobné zobrazenie.
- Vyšetrenie imunitného systému: váš lekár môže nariadiť vyšetrenie krvi, aby skontroloval, ako funguje váš imunitný systém, a vyšetril možné príčiny bronchiektázie, napríklad nedostatok protilátok, ktoré bojujú proti infekciám alebo ťažkým alergiám.
- Dychové vyšetrenia: môže sa urobiť spirometria (pozrite vyššie) spolu s ďalšími podrobnejšími pľúcnyimi vyšetreniami.

Aké sú príznaky bronchiektázie?

Pocity každého človeka sú odlišné, takže nie je možné opísať typickú osobu s bronchiektáziou.

Budete však mať niektoré alebo všetky nasledujúce príznaky:

- Kašeľ, ktorý často zahŕňa vykašliavanie hlienu (spúta). Množstvo vykašliavaného spúta sa môže veľmi líšiť, rovnako ako aj jeho farba (ktorá môže byť biela, žltá, zelená, tmavozelená alebo hnedá).
- Dýchavičnosť spôsobená poškodenými dýchacími cestami. V mnohých prípadoch nie je dýchavičnosť problémom, ale niekedy si ľudia môžu všimnúť, že sa zadýchajú pri chôdzi do kopca alebo hore schodmi. V závažných prípadoch sa ľudia môžu aj počas menej namáhavého cvičenia dostať do dychovej nedostatočnosti.
- Pocit veľkej únavy – telo spotrebuje na boj s infekciami, ako aj na kašeľ a dýchanie, veľké množstvo energie. Môže sa to zhoršiť, ak ľudia majú ťažkosti so spánkom kvôli iným príznakom.
- Nepříjemné pocity na hrudníku – môže to byť bolesť, napätie alebo pocit plnosti v hrudníku.
- Hrudné infekcie, tiež nazývané exacerbácie – môžete ľahko chytiť infekcie, ktoré rýchlejšie zasiahnu váš hrudník. Iné príznaky sa môžu zhoršiť počas infekcie.



Pri správnej liečbe a monitorovaní má väčšina ľudí s bronchiektáziou normálnu dĺžku života. Ľudia s bronchiektáziou skôr umierajú pre iné ochorenia, ktoré postihujú všetkých ľudí (ako je srdcové ochorenie alebo rakovina), než by zomreli priamo pre bronchiektáziu.

Ako závažný je môj stav?

Bronchiektázia je komplikovaný stav a neexistuje jedno vyšetrenie alebo príznak, ktorý by potvrdil, či je váš stav mierny, stredný alebo závažný. Ak je však vaša bronchiektázia dobre liečená, mali by ste mať len málo príznakov a mali by ste byť schopní viesť normálny život. Vaša bronchiektázia bude považovaná za závažnejšiu, keď príznaky začnú ovplyvňovať vaše každodenné aktivity.

Faktory spojené so závažnejším stupňom bronchiektázie zahŕňajú:

- dychová nedostatočnosť: nemôžete prejsť ani 100 metrov bez zastavenia,
- Infekcie hrudníka: tri alebo viac za rok,
- Kultivácia baktérií na vzorkách hlienu (spúta): to naznačuje, že vaše pľúca sú postihnuté chronickou infekciou, najmä ak sa pravidelne zistí prítomnosť baktérie nazývanej *Pseudomonas*,
- Ak CT vyšetrenie ukazuje, že sú postihnuté obe pľúca alebo viac častí pľúc, nielen malá časť pľúc,
- Hospitalizácie: ak ste museli ísť do nemocnice s ťažkými infekciami hrudníka alebo potrebujete injekcie antibiotík,
- Úbytok hmotnosti: ak vám bronchiektázia spôsobuje chudnutie,
- Funkčné vyšetrenie pľúc: znížená kapacita pľúc,
- Starnutie: pľúca sa s pribúdajúcim vekom prirodzene zmenšujú a imunitný systém sa stáva menej efektívnym, čo môže mať vplyv na príznaky a závažnosť bronchiektázií.



Toto sú len pomocné parametre – niektorí ľudia môžu mať niekoľko z nich a stále žijú normálnym životom, zatiaľ čo iní nemusia mať nič z vyššie uvedeného, ale majú iné významné faktory, ktoré spôsobujú, že sa cítia lepšie. Mnohé z týchto faktorov sa môžu zlepšiť účinnou liečbou.

Ľudia s ťažkou bronchiektázou sú vystavení riziku skrátenia dĺžky života, a preto by mali urobiť všetko pre to, aby udržali svoje pľúca zdravé.

Ako sa diagnostikuje bronchiektázia?

Liečba pre ľudí s bronchiektázou má niekoľko cieľov:

- ak chcete zabrániť infekciám hrudníka (exacerbácie), počas ktorých sa príznaky zhoršujú,
- na liečbu príznakov,
- na zlepšenie kvality života,
- ak chcete zastaviť zhoršovanie stavu.

S dobrou liečbou je možné, aby ľudia s bronchiektáziou zostali veľa rokov stabilní a mali dobrú kontrolu nad svojimi príznakmi.

Nasledujú niektoré z bežne používaných druhov liečby bronchiektázie vrátane tých, ktoré sa odporúčajú lekárom ako súčasť európskych usmernení pre bronchiektáziu. Nie všetky tieto liečebné postupy sú dostupné alebo používané vo všetkých európskych krajinách. Ak máte akékoľvek otázky týkajúce sa týchto liečebných postupov, poraďte sa s lekárom.

Liečba zápalu

- Inhalátory: niektoré inhalátory obsahujú liek, ktorý otvára dýchacie cesty, aby uľahčoval dýchanie a znižoval zápal v pľúcach.
- Tablety: niektoré lieky môžu tiež zmierňovať zápal. Patrí sem aj typ antibiotík zo skupiny makrolidov, ktoré môžu zmierňovať zápaly a liečiť infekcie.

Liečba infekcie

- Očkovacie látky: každoročné očkovanie proti chrípke a pneumokokovej infekcii (chráni pred najčastejšou bakteriálnou príčinou pneumónie) je dôležité na zníženie rizika týchto infekcií.
- Antibiotiká: akékoľvek infekcie na hrudníku sa majú rýchlo liečiť antibiotikami – užívajú sa ako tablety, cez masku (rozprašovač) alebo ako injekcie.
- Preventívne antibiotiká (v niektorých prípadoch): ak máte veľa hrudných infekcií alebo veľmi závažné príznaky, môžete dostávať dlhodobú antibiotickú liečbu na potlačenie bakteriálnej infekcie v pľúcach.



- Dávky sú nižšie ako dávky určené na liečbu infekcie a často sa podávajú najmenej 1 rok a niekedy aj dlhšie. Nebudú fungovať hneď, a aby boli plne účinné, musia sa užívať pravidelne. Tieto lieky môžu interagovať s inými liekmi, preto je dôležité povedať iným lekárom, že pravidelne užívate antibiotiká, skôr ako vám predpíšu iné lieky.
- Potláčanie baktérií, ako je *Pseudomonas aeruginosa*. Je to baktéria, ktorá môže spôsobovať infekciu u ľudí s bronchiektáziou. Ak chytíte *Pseudomonas*, váš lekár vám môže odporučiť liečbu antibiotikami, aby ste sa pokúsili zbaviť sa tejto infekcie alebo ju dostať pod kontrolu, alebo aby ste v budúcnosti pri hrudnej infekcii použili iné antibiotiká. Ľudia s *pseudomonádovou* infekciou môžu mať niekedy viac hrudných infekcií a komplikácií z dôvodu rezistencie voči antibiotikám a niekedy môže nastať poškodenie pľúc. Odporúčania pre lekárov uvádzajú, aby boli osoby s *pseudomonádovou* infekciou sledované pravidelnejšie.

Liečba poškodenia pľúc

- Fyzioterapia a cvičenia na čistenie dýchacích ciest môžu pomôcť odstrániť hlien (navštívte webovú stránku Bronchiectasis Patient Priorities, kde nájdete rady a videoprezentáciu).
- Lieky môžu pomáhať odstraňovať hlien (mukolytiká). Tie by sa mali kombinovať s pravidelnými fyzioterapeutickými cvičeniami, aby boli čo najúčinnnejšie.
- Inhalačné bronchodilatanciá uvoľňujú svaly dýchacích ciest.
- Pravidelné cvičenie pomáha odstraňovať spútum a povzbudzuje pľúca, aby pracovali lepšie.

Ďalšími dôležitými faktormi je vyhnúť sa fajčeniu a liečiť základnú príčinu bronchiektázie, ak sa ju podarí zistiť.

Iné druhy liečby

Kyslíková terapia

Ak máte nízku hladinu kyslíka, možno budete musieť dýchať kyslík cez hadičku alebo masku. Mohlo by to byť krátkodobé (napr. keď ste v nemocnici s infekciou hrudníka, kým sa vaša saturácia nevráti do normálu) alebo dlhodobé, ak vaše pľúca boli poškodené a už nie sú schopné absorbovať dostatok kyslíka.

Počas letu v lietadle môžete potrebovať aj dodatočný kyslík. Skôr než sa rozhodnete cestovať, povedzte to svojmu ošetrovateľskému lekárovi.

Operácia

Vo väčšine prípadov môže byť bronchiektázia dobre liečená a zvládnutá aj bez operácie. Operácia môže byť užitočná v prípade, ak bronchiektázia postihuje iba malú časť pľúc, a môže tak byť vyliečená jej odstránením, alebo ak bola časť pľúc veľmi poškodená, čo spôsobuje časté infekcie.

Pľúcna rehabilitácia

Môže vám byť ponúknutá pľúcna rehabilitácia ako spôsob zlepšenia fyzickej sily a zníženia vplyvu príznakov na váš život.

Pľúcna rehabilitácia je druh liečby, ktorá sa zameriava na zníženie fyzických a emočných vplyvov ochorenia na život. Je to personalizovaný program, ktorý kombinuje tréning s výučbou o spôsoboch, ako si môžete udržať čo najlepší zdravotný stav.

Podpora pri odvykaní od fajčenia

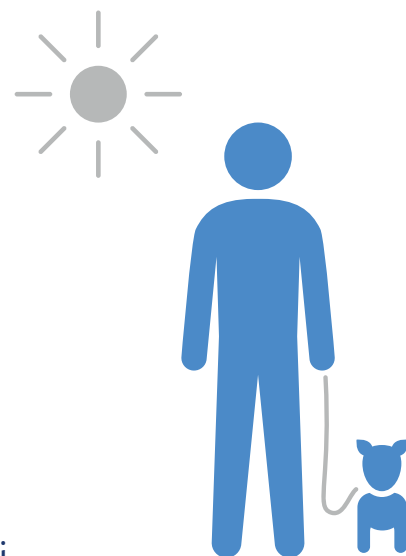
Fajčenie nie je príčinou bronchiektázy, ale môže spôsobiť, že váš stav a príznaky budú oveľa horšie.

K dispozícii je pomoc, aby ste prestali fajčiť, a alternatívy na uľahčenie odvykania. Porozprávajte sa so svojim lekárom o tom, ako vás môže podporiť.

Úprava životného štýlu

Úprava životného štýlu je veľmi dôležitá pre ľudí s chronickými stavmi, ako je bronchiektázia. Existuje celý rad rôznych vecí, ktoré môžete robiť každý deň, aby ste dostali svoj stav pod kontrolu. Patrí medzi ne užívanie liekov a cvičenia zamerané na očistu dýchacích ciest podľa odporúčaní, sledovanie príznakov a informovanie svojho lekára o všetkých zmenách, fyzická aktivita, konzumácia zdravých potravín a v prípade, ak fajčíte, ukončenie tohto zlovyku.

Viac informácií o úprave životného štýlu nájdete na webovej stránke Bronchiectasis Patient Priorities.



Špecializovaná starostlivosť

Liečba bronchiektázie patrí do rúk odborníkom, ktorí majú s týmto ochorením skúsenosti. V mnohých krajinách existujú špecializované kliniky zamerané na ľudí s bronchiektáziou.

Tieto kliniky sa budú od seba líšiť, ale nájdete tam:

- lekára alebo tím lekárov s príslušnou špecializáciou a skúsenosťami s bronchiektáziou,
- fyzioterapeuta alebo tím fyzioterapeutov, ktorí vás môžu naučiť cvičenia na čistenie dýchacích ciest,
- zdravotné sestry alebo iných zdravotníckych pracovníkov, ktorí vám môžu poskytnúť vzdelanie a podporu,
- služby zamerané na podávanie inhalačných/rozprašovaných antibiotík, iných špecializovaných liekov a intravenózných antibiotík v domácom prostredí,
- špecializované vyšetrenia imunitného systému alebo tela na diagnostiku príčiny bronchiektázie.

Niektorí ľudia s bronchiektáziou pravidelne navštevujú špecializované kliniky, zatiaľ čo iní môžu prísť raz alebo len niekoľkokrát a potom sa vrátiť späť do starostlivosti svojho všeobecného lekára.

Ak si myslíte, že potrebujete vyšetrenie u špecialistu, porozprávajte sa o tom so svojim lekárom. V celej Európe neexistuje žiadny zoznam špecialistov na bronchiektáziu, ale ak máte ťažkosti pri hľadaní odborníka, kontaktujte Európsku nadáciu pre pľúcne choroby.

Ďalšie zdroje

Bronchiectasis Patient Priorities | www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis

Informácie a podpora pre ľudí s diagnostikovanou bronchiektáziou a ich opatrovateľov, vyvinutá s pomocou pacientov a zdravotníckych pracovníkov v celej Európe.

Podrobnejšia verzia týchto informácií a laická verzia smerníc európskej respiračnej spoločnosti na liečbu bronchiektázie sú k dispozícii na internetovej stránke.

European Lung Foundation | www.europeanlung.org

Európska nadácia pre pľúcne choroby má na svojich webových stránkach celý rad informačných letákov o témach súvisiacich s bronchiektáziou a so súvisiacimi ochoreniami.

EMBARC | www.bronchiectasis.eu

EMBARC je celoeurópska sieť, ktorá sa zaviazala podporovať klinický výskum a vzdelávanie v oblasti bronchiektázie prostredníctvom poskytovania protokolov, inovatívnych nápadov a odborných znalostí.



ELF EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Európska nadácia pre pľúcne choroby (ELF) bola založená Európskou spoločnosťou pre respiračné choroby (ERS) s cieľom spojiť pacientov, verejnosť a respiračných odborníkov, aby dosiahli pozitívny účinok na pľúcne lekárstvo. ELF sa venuje zdraviu pľúc v celej Európe a spája vedúcich európskych lekárskejších odborníkov s cieľom poskytovania informácií a zvyšovania povedomia verejnosti o chorobách pľúc.



ERS EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY

Tento materiál bol zostavený ako súčasť projektu zameraného na priority pacientov s bronchiektáziou za pomoci profesora Jamesa Chalmersera a členov poradenskej skupiny pacientov s bronchiektáziou pri ELF.

Vyrobené v marci 2018.