



**LECZENIE ROZSTRZENI OSKRZELI
U DOROSŁYCH**
*zrozumienie
specjalistycznych wytycznych*



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Niniejsze wytyczne zawierają informacje na temat tego, co Europejskie Towarzystwo Oddechowe (ERS) mówi o postępowaniu w przypadku rozstrzeni oskrzeli u dorosłych. Powstały one w oparciu o dłuższą wersję i zostały opracowane przez grupę ekspertów z dziedziny, obejmującą pracowników służby zdrowia oraz osoby z doświadczeniem własnym w zakresie rozstrzeni oskrzeli.

Oryginalne wytyczne, przygotowane dla profesjonalistów, uwzględniły najlepsze z dostępnych dowodów – randomizowane badania kontrolowane, systematyczne przeglądy i badania obserwacyjne – i odpowiadają na szereg pytań dotyczących leczenia rozstrzeni oskrzeli. Stanowią złoty standard pod względem jakości opieki świadczonej dorosłym chorym na rozstrzenie oskrzeli w Europie i mogą być stosowane w charakterze materiału edukacyjnego dla pracowników służby zdrowia.

Wersja ta powstała dla pacjentów i szerszego grona odbiorców, aby pomóc w zrozumieniu zaleceń z oryginalnych wytycznych.

O ROZSTRZENIACH OSKRZELI

Rozstrzenie oskrzeli to długotrwałe schorzenie, w przebiegu którego dochodzi do poszerzenia dróg oddechowych. Prowadzi to do nagromadzenia śluzu (plwociny) w płucach, który może grozić wystąpieniem zakażenia.

Najczęstsze objawy obejmują kaszel, odkrztuszanie śluzu oraz brak tchu. U osób cierpiących na rozstrzenie oskrzeli również może wystąpić zapalenie zatok (obrzęk zatok), odkrztuszanie krwi, ból w klatce piersiowej oraz uczucie nadmiernego zmęczenia (przemęczenie).

Leczenie osób cierpiących na rozstrzenie oskrzeli ma kilka celów:

- zapobieganie zakażeniom w obrębie klatki piersiowej (zaostrzeniom choroby), podczas których dochodzi do pogorszenia objawów;
- leczenie objawów;
- poprawa jakości życia;
- zapobieganie pogarszaniu się choroby.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

ZALECENIA

Jakie badania należy przeprowadzić u osoby, u której rozpoznano rozstrzenie oskrzeli?

Według wytycznych, u każdego, u kogo rozpoznano rozstrzenie oskrzeli, powinny zostać wykonane badania krwi sprawdzające, czy rozstrzenie można u nich powiązać z wadliwym działaniem układu odpornościowego.

Każdy chory na rozstrzenie oskrzeli powinien również zostać poddany badaniom pod kątem choroby zwanej alergiczną aspergilozą oskrzelowo-płucną, w której osoba staje się uczulona na *kropidlaka* będącego powszechnym rodzajem pleśni. Zazwyczaj jest to badania krwi lub test skórny.

Badania te mogą pomóc pracownikom opieki zdrowotnej dopasować leczenie do indywidualnych potrzeb danej osoby.

Osoby cierpiące na rozstrzenie oskrzeli objęte wytycznymi podkreślały, jak istotne jest zrozumienie przyczyny ich choroby.

W niektórych przypadkach, przykładowo, gdy u osoby występują inne objawy podmiotowe i przedmiotowe, może zająć konieczność przebadania pod kątem innych chorób, w tym:

- mykobakteriozy wywołanej prątkami niegruźliczymi;
- mukowiscydozy;
- pierwotnej dyskinezy rzęsek.

TERAPIE DŁUGOTERMINOWE

Wytyczne określiły, jakie terapie, jeśli w ogóle, należałoby zaproponować chorym na rozstrzenie oskrzeli w celu leczenia choroby w perspektywie długofalowej (3 miesiące lub dłużej), w oparciu o najlepsze dostępne dowody.

Leki przeciwzapalne

Leki przeciwzapalne, takie jak steroidy, to leki stosowane w leczeniu bólu, obrzęku i gorączki. Jeśli są podawane osobom ze schorzeniami płuc, ich zadaniem jest również zmniejszenie objawów.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Wytyczne nie zalecają, aby chorzy na rozstrzenie oskrzeli rutynowo przyjmowali wziewne steroidy, chyba że chorują również na astmę lub przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POChP).

Wytyczne nie zalecają również przyjmowania statyn w związku z rozstrzeniami oskrzeli – rodzaju leków, które obniżają poziom cholesterolu oraz mają działanie przeciwzapalne, chyba że lekarz stwierdzi, że należy je przyjmować celem leczenia choroby serca.

Antybiotyki

Antybiotyki to grupa leków zwalczających zakażenia bakteryjne. Niektóre antybiotyki skierowane są przeciw szczególnym rodzajom bakterii, jednak wiele z nich ma szerokie spektrum działania. Antybiotyki zaleca się zawsze w przypadku zakażenia w obrębie klatki piersiowej u osoby z rozstrzeniami oskrzeli. Czasami chorzy na rozstrzenie oskrzeli muszą regularnie przyjmować antybiotyki – codziennie lub co kilka dni, w celu kontroli zakażenia.

Według wytycznych, zaleca się długoterminowe stosowanie antybiotykoterapii (3 miesiące lub dłużej) u osób, u których zakażenie w obrębie klatki piersiowej występuje trzy lub więcej razy w roku i któremu nie można zapobiec przez wykonywanie regularnych ćwiczeń oddechowych.

Leki mukoaktywne

Leki mukoaktywne to leki pomagające na usunięcie śluzu z płuc.

Wytyczne zalecają leczenie mukoaktywne u chorych na rozstrzenie oskrzeli, którzy z trudem odkrztuszają śluz, w związku z czym ich jakość życia jest słaba.

Wytyczne nie zalecają stosowania leczenia o nazwie rekombinowana ludzka DNaza (lek stosowany do rozrzedzenia śluzu w płucach, powszechnie stosowany u chorych na mukowiscydozę) u chorych na rozstrzenie, ponieważ badania wykazały, iż nie jest ono skuteczne. Niemniej jednak, niektóre osoby przyjmują te leki. W przypadku wątpliwości należy porozmawiać ze swoim lekarzem.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Leki rozszerzające oskrzela

Leki rozszerzające oskrzela ułatwiają oddychanie przez rozluźnienie mięśni w płucach i otwarciu dróg oddechowych.

Wytyczne nie zalecają rutynowego stosowania długodziałających leków rozszerzających oskrzela u chorych na rozstrzenie oskrzeli.

Jednak według wytycznych, leki rozszerzające oskrzela można stosować w następujących przypadkach:

- u osób, u których często występuje brak tchu;
- przed sesjami fizykoterapeutycznymi;
- u chorych na astmę lub POChP, którzy przyjmują leki rozszerzające oskrzela w związku z tymi chorobami.

Operacja

Operacja w związku z rozstrzeniami płuc zazwyczaj obejmuje wycięcie części płuc, która już nie pracuje, aby zatrzymać rozprzestrzenianie się choroby na resztę płuc.

Wytyczne nie zalecają na ogół operacji u chorych na rozstrzenie oskrzeli.

Jedyny przypadek, w którym doradza operację w związku z chorobą, to wtedy, gdy u chorego nadal występuje dużo zakażeń płuc pomimo wypróbowania wszystkich innych opcji leczenia.

Chorzy na rozstrzenie oskrzeli, których objęły wytyczne, mieli poczucie, że operacja była tylko możliwością dla osób, w przypadku których brak jest innego skutecznego leczenia.

FIZYKOTERAPIA

Oczyszczanie dróg oddechowych

Techniki oczyszczania dróg oddechowych to manualne sposoby uwalniania gęstego, kleistego śluzu w płucach, aby można go odkrztusić. Obejmują one różne ćwiczenia oddechowe oraz przybieranie różnych pozycji ułatwiających uwalnianie śluzu.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Wytyczne zalecają, aby chorzy na rozstrzenie oskrzeli, regularnie kaszlący, stosowali techniki oczyszczania dróg oddechowych raz lub dwa razy dziennie. Odpowiednio wyszkolony pracownik służby zdrowia powinien pokazać im, jak to poprawnie robić.

Rehabilitacja pulmonologiczna

Rehabilitacja oddechowa to program mający na celu zmniejszenie fizycznego i emocjonalnego wpływu przewlekłej choroby płuc na życie człowieka. Łączy ćwiczenia i przekazanie wiedzy na temat sposobów, które mogą pomóc pacjentowi utrzymać jak najlepszy stan zdrowia. Może także obejmować inne podejścia terapeutyczne proponowane przez terapeutów zajęciowych, dietetyków, pielęgniarki, pracowników opieki społecznej i psychologów, o ile taki typ wsparcia jest dostępny.

Wytyczne zalecają dopasowane do pacjenta programy rehabilitacji oddechowej dla chorych na rozstrzenie oskrzeli, którym aktywność fizyczna sprawia trudność. Przeciętnie, badania wykazują, że po stosowaniu rehabilitacji oddechowej przez 6-8 tygodni chorzy na rozstrzenie oskrzeli nadają się bardziej do wykonywania aktywności fizycznej, kaszlą mniej i ogólnie czują się lepiej. Wystąpienie zakażenia w obrębie klatki piersiowej może być u nich również mniej prawdopodobne. Korzyści te mogą się utrzymywać przez 3 do 6 miesięcy, przy czym pozytywny wpływ będzie się utrzymywał dłużej u osób przestrzegających zaleceń i ćwiczeń otrzymanych w ramach programu po jego zakończeniu.

LECZENIE ZAKAŻEŃ W OBREBIE KLATKI PIERSIOWEJ

Jak długo należy stosować antybiotyki w celu wyleczenia zakażenia w obrębie klatki piersiowej?

W oparciu o obecne badania i praktykę, wytyczne zalecają stosowanie 14-dniowej antybiotykoterapii u większości chorych na rozstrzenie oskrzeli, w celu wyleczenia zakażenia w obrębie klatki piersiowej. Jednak niektórzy pracownicy służby zdrowia uważają, że w niektórych przypadkach można zastosować krótsze lub dłuższe leczenie.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Czy chorzy na rozstrzenie oskrzeli, u których w płucach znaleziono bakterię mogącą potencjalnie wywołać zakażenie, powinni otrzymywać antybiotyk do czasu pozbycia się bakterii?

Częste zakażenia dróg oddechowych mogą wpłynąć na jakość życia i spowodować złe samopoczucie chorego.

Według wytycznych chorzy na rozstrzenie oskrzeli, u których występuje szczególny rodzaj bakterii wywołującej zakażenie w płucach, zwanej *P. aeruginosa* (lub *pałeczką ropy błękitnej*) powinni otrzymać leczenie eradykacyjne – leczenie celowane antybiotykiem mające na celu całkowite pozbycie się bakterii, trwające do 3 miesięcy.

KWESTIE KOŃCOWE

Leczenie rozstrzeni oskrzeli ma na celu ograniczenie występowania zakażeń i objawów w obrębie klatki piersiowej, poprawę jakości życia oraz zmniejszenie prawdopodobieństwa wystąpienia u chorego powikłań, takich jak ograniczenie czynności płuc.

Pracownicy służby zdrowia i pacjenci, którzy opracowali niniejsze wytyczne, zgodzili się, że potencjalne korzyści i działania niepożądane każdej z opcji leczenia należy rozpatrywać indywidualnie dla każdego chorego na rozstrzenie oskrzeli. Indywidualna sytuacja chorego jak i jego preferencje powinny również stanowić kluczowe czynniki.

Ważne jest, aby zwrócić uwagę na fakt, iż większość zaleceń w tych wytycznych jest warunkowych, co oznacza, że mają zastosowanie w większości przypadków, ale nie we wszystkich. Jeśli pracownik służby zdrowia uzna, że któreś z zaleceń nie ma zastosowania w danym przypadku, można zapytać, dlaczego tak uważa.

Chociaż zalecenia oparte są na najlepszych dostępnych danych, eksperci przyjmują, że większość dowodów jest dość niskiej jakości.

Obecnie prowadzonych jest wiele badań dotyczących rozstrzeni oskrzeli i wytyczne należy zaktualizować po publikacji nowego badania.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

DALSZA LEKTURA

Oryginalna wersja wytycznych ERS

www.ers-education.org/guidelines

Priorytety dla pacjentów z rozstrzeniami oskrzeli

Informacje i wsparcie dla osób z rozpoznanymi rozstrzeniami oskrzeli i ich opiekunów opracowane z pomocą pacjentów i pracowników służby zdrowia w Europie.

www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis

EMBARC

EMBARC to paneuropejska sieć poświęcona promocji badań klinicznych i edukacji na temat rozstrzeni oskrzeli przez udostępnianie protokołów, pomysłów badawczych i wiedzy specjalistycznej.

www.bronchiectasis.eu

Na temat ERS

Europejskie Towarzystwo Oddechowe (European Respiratory Society, ERS) to międzynarodowa organizacja zrzeszająca lekarzy, pracowników służby zdrowia, naukowców i innych ekspertów z dziedziny medycyny oddechowej. To jedna z wiodących organizacji medycznych w dziedzinie chorób oddechowych, której rosnące grono członków liczy ponad 140 krajów.

Misją ERS jest promowanie zdrowia płuc, ograniczenie występowania chorób płuc i globalne wprowadzanie standardów w medycynie oddechowej. Nauka, edukacja i promowanie stanowią centrum wszystkich działań organizacji.

ERS zaangażowane jest w promowanie badań naukowych i zapewnianie dostępu do wysokiej jakości zasobów edukacyjnych. Odgrywa również kluczową rolę w promowaniu – zwiększaniu świadomości na temat chorób płuc w społeczeństwie i wśród polityków.

Na temat ELF

Europejska Fundacja Płuc (European Lung Foundation, ELF) została założona przez Europejskie Towarzystwo Chorób Płuc (European Respiratory Society, ERS), aby zrzeszać pacjentów i społeczeństwo z profesjonalistami.

ELF tworzy ogólnodostępne wersje wytycznych ERS, celem podsumowania zaleceń wydanych pracownikom służby zdrowia w Europie, w prostym i zrozumiałym formacie.

Dokumenty te nie zawierają szczegółowych informacji dotyczących każdego schorzenia i powinny być wykorzystywane łącznie z innymi informacjami na temat pacjenta oraz z omówieniami lekarza.

Więcej informacji na temat chorób płuc znajduje się na stronie internetowej ELF:

www.europeanlung.org



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION