



Kan du ha kols?

Kols er en forkortelse for kronisk obstruktiv lungesykdom og er kjennetegnet av vedvarende forsnevring av luftrørene (bronkiene). Dette hindrer luftstrømmen ut og inn av lungene. Vanligvis foreligger følgende forandringer:

- Slimhinnen i luftrørene er hoven
- Det er økt produksjon av slim
- Spasmer i musklene som omgir luftrørene
- Store deler av lungevevet er svekket
- Mange av lungeboblene hvor oksygen blir tilført blodet er ødelagt

Hovedårsaken er oftest mangeårig røyking, og røykeslutt er det eneste tiltaket som kan bremse sykdommens utvikling. Typiske symptomer er kronisk hoste, økt mengde slim, hyppige bronkitter og etter hvert tung pust ved fysiske anstrengelser.

Dessverre blir diagnosen som regel stillet seint. Dette bekrefter en studie av 4851 tilfeldig utvalgte personer i alderen 20-69 år. Alle ble intervjuet og fikk målt lungefunksjonen. Det viste seg at 14 prosent av personene hadde kols i henhold til internasjonale kriterier. Blant dem som var over 45 år hadde bare halvparten av dem som hadde kols søkt hjelp og langt færre hadde fått påvist sykdommen. Studien tyder på at personer som røyker og er over 40 år bør vurdere å spørre legen sin om å få målt lungefunksjonen. Hvis man i tillegg er plaget av vedvarende hoste, er det viktig at man gjør dette.

Andre studier har vist at forekomsten av kols er økende. Verdens helseorganisasjon forventer at

denne sykdommen i 2030 vil være den tredje hyppigste dødsårsaken i verden. I gjennomsnitt forkorter røyking livet med 10 år.

Kilde: International Journal of Thoracic medicine