



## Punkterte lunger

**Spørsmål:** Jeg punkterte den venstre lunge spontant våren 2015 og ble operert to ganger da. I fjor høyst punkterte den høyre lungen punkterte i fjor høst. Legene mente at alt sammen kommer av min kroppshøyde (187 cm). Jeg elsker å gå turer i fjellet og har planer om å gå opp på Kilimanjaro sammen med to venninner. Er det noen risiko for at en lunge punkterer på nytt?

**Svar:** Innsiden av brystkassen og lungenes overflate er dekket av en tynn hinne. Litt væske klistrer hinnene sammen omtrent som to glassplater med noen dråper vann i mellom. Lungehinnene kan derved gli lett langs med hverandre når man puster ut og inn. Men kommer det luft i inn i spalten mellom dem glipper taket. Lungen er elastisk og trekker seg derfor sammen. Den medisinske betegnelsen er pneumothorax ("luft i brystkassen").

Luften kan komme inn i lungespalten fordi en luftblære på overflaten av lungen brister som følge av en sykdom som for eksempel kols eller astma, eller luften slipper til på grunn av en skade. Iblant kan lungeblærer sprekke hos helt friske personer. Høye personer er ekstra utsatt fordi lungeblærene deres øverst i lungene er utsatt for et større drag enn hos dem med lavere kroppshøyde. Typiske symptomer er plutselige innsettende smerter i brystet på den ene siden. Smertene tiltar gjerne når man puster dypt inn, og det kan føles tyngre enn vanlig å puste. Hvis sammenfallet av lungen er lite, er det ikke nødvendig med behandling utover sengeleie, smertedempende midler og røntgenkontroll til tilstanden har bedret seg. Lungen vil gradvis utvide seg og få tilbake vanlig størrelse i løpet av noen uker. Klapper større deler av lungen sammen er tilstanden mer alvorlig, og man må få suget ut luften mellom lungehinnene. Da vil lungen feste seg igjen til innsiden av brystkassen.

Når pneumothorax ikke skyldes en akutt sykdom eller skade som man kan behandle kollider lungen på samme side igjen etterhvert hos en av tre personer. Kirurgisk behandling kan minske sannsynligheten for at dette skjer. Færre enn en av hundre personer som blir operert får tilbakefall i den opererte lungen. Utover å stumpe røyken og la være å sportsdykke er det ikke mye man kan gjøre selv for å forebygge lungekollaps. Det er anbefalt å unngå store høyder, fordi lavt trykk og tynn luft kan øke sannsynligheten for at små blærer på lungenes overflate utvider seg og brister. Jeg tror det er et godt råd å følge selv om forfatteren av en artikkel i European Respiratory Journal påpeker at det er lite dokumentasjon som viser at opphold i store høyder medfører vesentlig risiko å for personer som tidligere i livet har hatt punktert lunge. Ifølge retningslinjer fra den amerikanske foreningen for flymedisin bør man for sikkerhets skyld unngå flyreiser og høydeopphold de første 2-3 ukene etter at lungen er på plass igjen.