



Verdens KOLS-dag 17 november

Hva skjuler seg bak de fire bokstavene KOLS?

KOLS er en forkortelse for kronisk obstruktiv lungesykdom.

Symptomene ved denne sykdommen skyldes at rørene som leder luften ned i lungene er delvis tilstoppet på grunn av hevelse og slim og at mange av de ørsmå lungeboblene hvor den friske luften blir tilført blodet er ødelagt.

Typiske symptomer er kronisk hoste og tendens til tung pust. I motsetning til astma er de uheldige forholdene i luftveiene til stede stort sett hele tiden og kan ikke fjernes ved medikamenter. De kan imidlertid lindre noe.

Sigarettrøyking er den viktigste årsaken til KOLS hos nesten ni av ti personer. De første symptomene inntreffer gjerne i 40-50 års alder hos personer som har røykt 20 sigaretter daglig eller mer i 20 år.

En av seks personer som røyker blir etter hvert rammet av KOLS. For tiden har 200.000 nordmenn denne sykdommen.

Behandlingen består først og fremst av røykeslutt. Det er det eneste tiltaket som forlenger livet uansett alder, varighet og omfang av sykdommen.

Lungefunksjonen svekkes fem ganger raskere hvis man fortsetter å røyke enn dersom man

velger å bli røykfri. En 50-åring med kols som stumper røyken, vil oftest erfare at sykdommen utvikler seg langsomt og at den ikke forkorter livet. Fortsetter man derimot å røyke reduseres den forventede gjenværende levetiden vesentlig. Det er derfor viktig å stille diagnosen tidlig.

Hvis man røyker og har mer eller mindre kronisk hoste eller tendens til tungpust ved fysiske anstrengelser, bør man oppsøke legen for en måling av lungefunksjonen.

Undersøkelser tyder på at mange ikke gjør det. Det er også holdepunkter for at leger bør bli flinkere til å måle lungefunksjonen hos sine pasienter med slike symptomer. Målet er å oppdage tegn til KOLS så tidlig som mulig. Av samme grunn bør røykeavvenning oftere være et tema under legekonsultasjoner enn det er i dag.