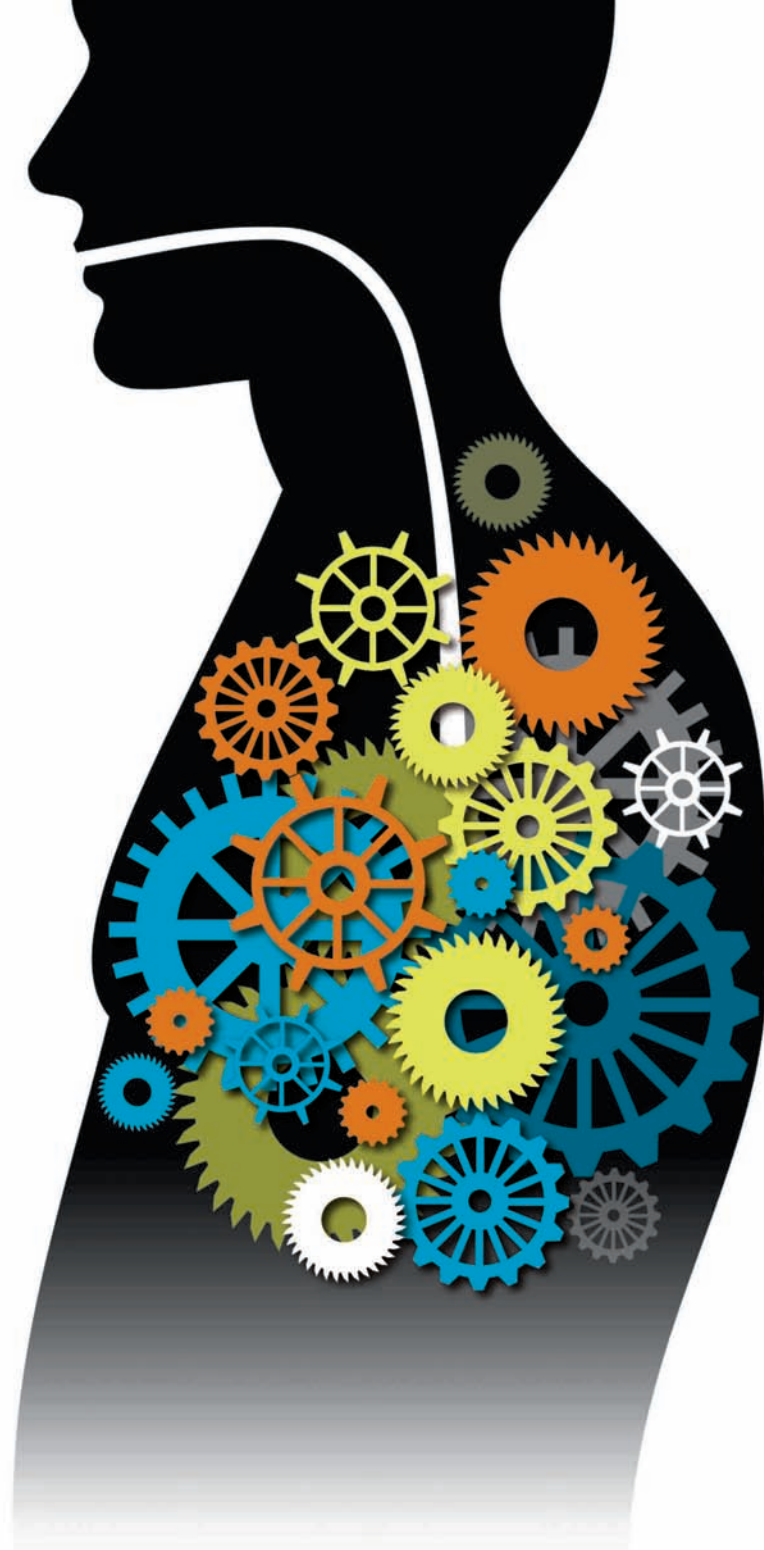




bronkitis kronikoa

DONOSTIA UNIBERTSITATE OSPITALEA



Bronkitis Kronikoa edo Biriketako Gaixotasun Buxatzaile Kronikoa (BGBK) bronkioetako aire-fluxua oztopatzen duen gaixotasuna da, batez ere espirazioan (airea botatzerakoan). Ezintasun handia eragiten du eta jarduera fisikoa mugatzen du, pairatzen dutenen bizi-kalitatea txikiagotuz.

Eragileak

Gaixotasunaren arrazoi nagusiak dira:

- Tabakoa
- Lan-tokietan keak eta gasak inhalatzea
- Alergiak (hautsari eta polenari).

Gomendioak

- Erretzeari uztea, erretzaileen kasuan.
- Ariketa fisikoa. Badira ariketa-programa batzuk, esfortzu fisikoa egiteko gaitasuna gehiagotu, ospitaleratzeen kopurua gutxiagotu eta bizi kalitatea handiagotzen dutela erakutsi dutenak. Programa hauek gaixotasunari buruzko heziketaren, entrenamendu fisikoaren eta arnasaren entrenamenduaren inguruko alderdiak lantzen dituzte. Gaixotasunaren fase aurreratuenetan ere ariketa hauek on egiten diete pazienteei.
- Elikadura. Gaixotasunaren fase aurreratueta oso arrunta da desnutrizio-zeinuak aurkitzea paziente batzuegan. Hori saihesteko, kaloria gehiago hartu behar dira, kantitate txikiko otordu ugari eginez egunean zehar (gosaria, hamaiketakoa, bazkaria, askaria, afaria eta oheratu aurrekoa).
- Tratamendua betetzea. Oso garrantzitsua da ordutegien, medikamentu-dosien eta hartzeko moduaren gaineko jarraibideak betetzea. Tratamenduari buruzko zalantzarik edukiz gero, galdetu egin behar da.
- Gripearean aurkako txertoa. Bronkitis Kronikoa duten gaixo guztiek gripearean aurkako txertoa hartu behar dute udazkeneko.
- Pneumokokoaren aurkako txertoa hartzea aholkatzen da, arnas infekzioak gutxiagotzeko eraginkortasuna erabat frogatu ez den arren.

Medikamentu erabilienak:

- **Bronkodilatadoreak.** Bronkioak irekitzen dituzten medikamentuak dira eta bronkitis kronikoarentzat funtsezko tratamendua dira. Nebulizatuz edo inhalatzearen bidez erabiltzen dira.
- **Esteroideak.** Bronkioen hantura gutxitu eta sintomak hobetzen dituzten substantziak dira. Bi modutara eman daitezke: aho bidez ziklo motzetan (gehienez bi asteak) edo inhalatuta tratamendu kroniko moduan.
- **Eztularen aurkako medikazioak.** Normalean ez dira gomendatzen bronkitis kronikoaren tratamendurako, ez dagoelako frogatuta sintomak hobetzen dituztenik. Gainera, eztula kentzeak biriken sekrezioak kanporatzea oztopatu dezake eta, ondorioz, sintomak okerragotu eta infekzio berriak hartzea erraztu daiteke.
- **Antibiotikoak.** Arnas infekzio baten ondorioz sintomak okerragotzen direnean erabilgarriak direla frogatu da. Ez dira aholkatzen tratamendu kronikoetan, infekzio berriak ekiditeko eraginkortasuna ez delako frogatu.

Alertako sintomak:

- **Disnea edo amasestua** (arnasa hartzeko zailtasuna) agertzea edo aurretik zegoen disnea areagotzea.
- **Espektorazioaren aldaketak.** Kontutan hartu behar dira karkaxen kolorea, loditasuna eta kantitatea.
- **Eztula agertzea** edo eztul kronikoa areagotzea eta bularrean txistu-hotsak agertzea.
- **Sukarra.**
- Goizetan **buruko mina eta logura** izatea.
- **Edemak** agertzea (hankak puztea).

