

apotek

KOL



KOL

KOL står for kronisk obstruktiv lungesygdom.

KOL gør det svært at trække vejret. Luftvejene bliver snævre, og lungevævet ødelægges langsomt. Der opstår en kronisk betændelsestilstand i luftvejene, hvilket gør, at der produceres mere slim end normalt. Derfor vil du som KOL-patient typisk hoste mere for at transportere slimen væk fra dine luftveje.

KOL skyldes i langt de fleste tilfælde rygning. Ca. 320.000 lever med

KOL. KOL kommer snigende, og kun halvdelen ved, at de har sygdommen. De fleste er 50-60 år, når diagnosen bliver stillet.

Du kan have KOL i flere sværhedsgrader. Nogle KOL-patienter har KOL i mild grad og mærker ikke særlig meget til sygdommen, andre har sygdommen i sværere grad og har daglige symptomer.

DET KAN DU SELV GØRE

Du kan selv bidrage til et bedre liv med KOL ved at have så godt et helbred som muligt:

- o **Rygestop:** Du kan stoppe med at ryge. Alle taber med alderen noget af lungefunktionen. Rygning accelererer dette tab. Rygestop begrænser tabet af lungefunktion. Jo før du stopper, jo mere lungefunktion har du at gøre godt med.
- o **Motion:** Motion kan forbedre din livskvalitet. Selvom du føler dig forpustet, når du motionerer, har det en gavnlig effekt på din KOL. Som KOL-patient må du være tålmodig og starte i et roligt tempo.
- o **Hold vægten:** Har du KOL, er det vigtigt, at du er normalvægtig og beværer en god ernæringstilstand og muskulatur. Mange KOL-patienter oplever vægttab. Den anstrengte vejtrækning kræver nemlig meget energi, og appetitten er i mange tilfælde lille.

MEDICIN MOD KOL

Medicinen mod KOL kan lindre symptomerne og kan i nogle tilfælde forebygge og afhjælpe akut forværring af sygdommen, men den kan ikke bremse udviklingen af sygdommen.

Medicin mod KOL gives typisk som inhalationsmedicin, der udvider luftvejene.

Inhalationsmedicin er velegnet til KOL, fordi den kommer direkte ned i lungerne, hvor den skal virke, og den giver få bivirkninger. Hvis du alligevel oplever bivirkninger ved din medicin, kan du tale med apoteket eller din læge om det.

Sørg for at tage din medicin, som lægen har anbefalet, og få tjekket din inhalationsteknik på apoteket med jævne mellemrum.

Hold øje med, hvornår din inhalator er tom. Sørg desuden for at rengøre inhalatoren jævnligt. Det sikrer, at den kan virke optimalt.

Der findes mange forskellige inhalatorer. Det er vigtigt at finde en type, du er god til at håndtere.

Tabletbehandling kan være relevant i perioder, hvor der er akut forværring af sygdommen. I disse tilfælde gives tabletter, som indeholder binyrebarkhormon.

SYMPTOMER PÅ KOL

Alle symptomer behøver ikke være til stede:

- o Du hoster en del.
- o Du har slim i luftvejene.
- o Du bliver let forpustet, træt og udmattet.
- o Du har svært ved at trække vejret.
- o Du får let lungebetændelse.
- o Du taber i vægt.

apotek

VARENØ.: 803366 04/17

PÅ APOTEKET

På apoteket kan du få hjælp til og rådgivning om alle typer medicin. Alt personale er faguddannet og kan blandt andet svare på spørgsmål om recept- og håndkøbsmedicin, bivirkninger og medicin til børn og fortælle hvad du skal være

opmærksom på, hvis du for eksempel tager flere forskellige typer medicin samtidig. Apoteket er stedet, hvor du køber din medicin.

Læs mere på apoteket.dk, eller spørg på apoteket.

www.apoteket.dk