

## KOAH Tanısı Nasıl Konur?

- 🫁 Bireyin şikayetlerinin sorgulanması
- 🫁 Yaptığı işle ilgili detaylı bir öykü alınması
- 🫁 Fiziksel muayene yapılması
- 🫁 Solunum fonksiyonlarının ölçüldüğü üfleme testlerinin (solunum fonksiyon testi) yapılması ile konur.

## KOAH Tedavisi

- 🫁 Sigara içmenin bırakılması
- 🫁 Sigara bırakma konusunda tıbbi destek alınması
- 🫁 Nefes açıcı ilaçların düzenli ve doğru biçimde kullanılması
- 🫁 Grip ve zatürre aşılarının yapılması
- 🫁 Zararlı gaz ve maddelerin solunmaması bu ortamlardan uzak durulması
- 🫁 KOAH'tan korunma kurallarına uyulması.

## Sağlık için geç kalmadan doktorunuza başvurunuz!



40 Yaş üzerindeyseniz  
Sigara kullanıyorsanız  
Nefesiniz daralıyorsa  
Uzun süredir öksürüğünüz  
varsa **KOAH** olabilirsiniz.



T.C. Sağlık Bakanlığı



Bu proje Avrupa Birliği ve Türkiye Cumhuriyeti tarafından finanse edilmektedir.

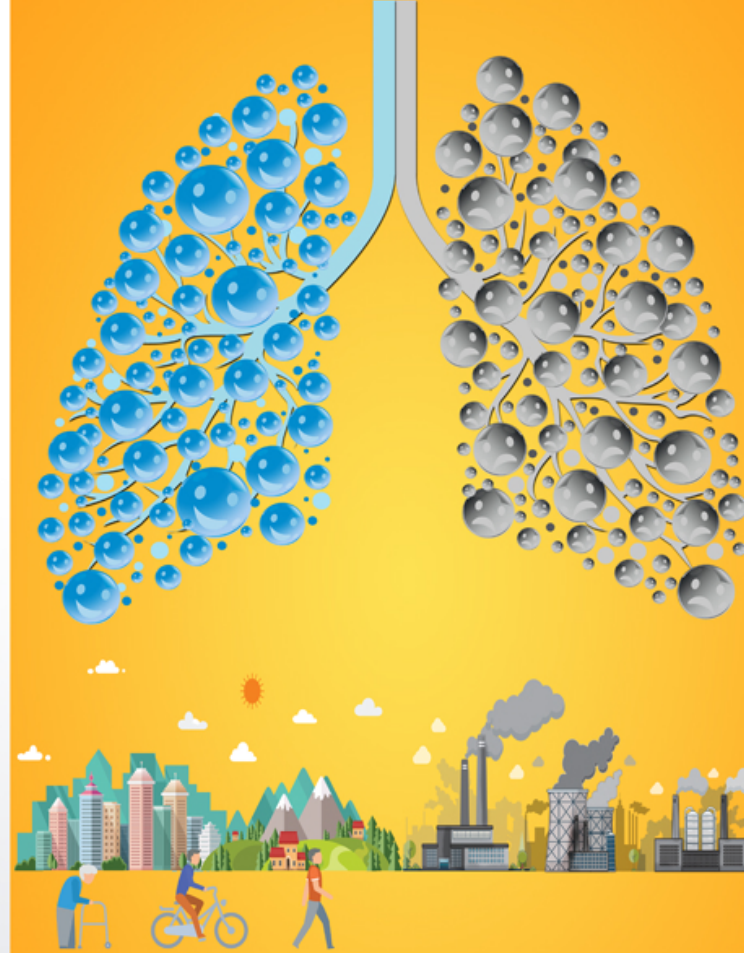


T.C. Sağlık Bakanlığı



Bu proje Avrupa Birliği ve Türkiye Cumhuriyeti tarafından finanse edilmektedir.

Tütün ve tütün mamullerini tüketmeyerek ve tüketilen ortamlarda bulunmayarak temiz ve açık havada düzenli egzersiz yaparak Yeterli ve dengeli beslenerek Solunan ortam havasını temiz tutarak **KOAH**'tan korunabilirsiniz.



**Havamızı Koruyalım KOAH'sız Yaşayalım**

**KOAH** “Kronik (süregen, müzmin) Obstrüktif (tıkayıcı) Akciğer Hastalığı” akciğerin kronik ilerleyici bir hastalığıdır.

## Acaba KOAH’lı mısınız?

- 👤 Sigara içiyor musunuz?
  - 👤 Öksürüyor musunuz?
  - 👤 Balgam çıkarıyor musunuz?
  - 👤 Nefesiniz daralıyor mu?
- Bu sorulara cevabınız ‘EVET’ ise ‘KOAH’lı olabilirsiniz.

**DÜNYA’DA ve TÜRKİYE’DE**  
**HER 10 KİŞİDEN 2’Sİ**  
**KOAH’LIDIR.**



Hastalık büyük oranda sigara dumanı ve bazı kişilerde diğer zararlı gaz ve parçacıklara bağlı olarak gelişen soluk yollarının mikrobik olmayan bir iltihabı sonucu oluşur. Bu iltihaplanma sonucu hava yolları daralır.

**Normalde balon gibi rahatlıkla genişleyip daralabilen hava kesecikleri, bu özelliklerini yitirir, yıpranır ve normal boyutlarına geri gelemez hale gelir.**

Birey soluk verdiği bir miktar hava akciğerlerde hapis kalır. Bu durum kirli havanın dışarı atılmasını ve temiz havanın içeri alınmasını güçleştirir ve akciğerde kalıcı hasar gelişir.

## KOAH’ın Belirti ve Bulguları

- 👤 40 yaş üzeri bireylerde
- 👤 Sinsi başlayan ve giderek şiddetini artıran nefes darlığı ve/veya kronik öksürük ve
- 👤 Balgam çıkarmadır.

## Hastalar;

- 👤 KOAH’a ait belirti ve bulguları 50’li yaşlarına gelmeden farkedilemeyebilir.
- 👤 KOAH bulgularını hekime başvurmaya geçecek kadar önemsemeyebilir.
- 👤 Bulguları yaşlanma, şişmanlık gibi başka nedenlere bağlayabilir.
- 👤 Hastalar sigara bırakmak istemediği için hastalığının erken döneminde hekime başvurmayı erteleyebilir.



1

### KOAH’a Neden Olan Etkenler

Tütün ve tütün ürünleri (sigara, pipo, puro, nargile vs.) kullanılması.



2

Mesleki nedenlerden dolayı toz, duman ve zararlı gazlara maruz kalınması (Metal, çimento, tahıl ve tekstil işçiliği ile ulaşım sektörü ve odun/ kâğıt üretimi sektörü vb.).



3

Organik yakıtların dumanının solunması (odun, kömür veya tezeğin kapalı ortamlarda ısınma ya da yemek pişirme amacıyla kullanılması).