

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.

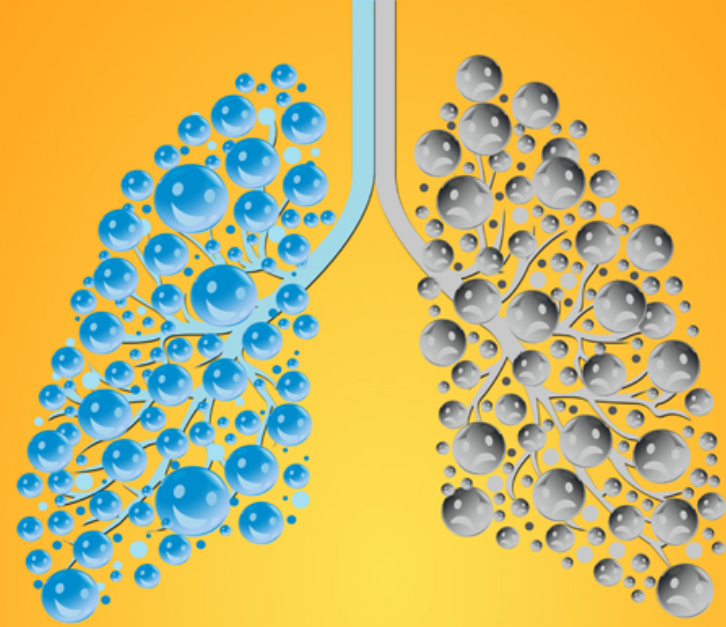


T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

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.



GARD
Türkiye Herkes İçin Sağlıklı Bir Nefes



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 değecek 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).