

Harvikaiguste päev 2023: kuidas parandada kopsufibroosiga inimeste elukvaliteeti

Kopsufibroosi põdevad inimesed kogevad igapäevaselt sümptomeid, mis aja jooksul järjest ägenevad, muutes hingamise aina raskemaks, isegi puhkeolekus¹.

Harvikaiguste päeva valguses tahame suurendada teadlikkust kopsufibroosist ja selle sümptomitest ning varase diagnoosimise ja ravi tähtsusest, et anda selle haigusega elavatele inimestele võimalus hallata haiguse kulgu ja elada täisväärtuslikumat elu.

Meie Boehringer Ingelheimis pühendume harvikaigustega, näiteks kopsufibroosiga, inimeste toetamisele. Peame oluliseks anda neile vajalikke teadmisi, mis aitaksid neil oma haiguse kuluga toime tulla selle kõigis staadiumites.

Kopsufibroosi võib olla raske diagnoosida, eriti haiguse varases staadiumis, kuna arstid võivad selle sümptomeid tavaliste kopsuhaiguste sümptomiteks pidada. Seetõttu võib mõnikord kuluda aastaid, enne kui patsiendid saavad õige diagnoosi ja seejärel parimat võimalikku ravi. Samas on varane ja täpne diagnoos ülimalt tähtis, kuna see võib aidata aeglustada haiguse progresseerumist². Mida varem haigus diagnoositakse, seda kiiremini saab inimene tuge, mis parandab tema elukvaliteeti ja annab rohkem väärtuslikku aega koos lähedastega.

Teadlikkuse suurendamisega loodame parandada kopsufibroosi põdevate inimeste diagnoosimist, ravi ja selle tulemusi. Meie töö ja igapäevaste jõupingutuste eesmärk on muuta patsientide elusid.

[\[Link kampaaniavideole\]](#)

Mis on kopsufibroos?

Kopsufibroos on haruldane interstitsiaalne kopsuhaigus (ILD), mis võib esineda mitmes vormis. See põhjustab armkoe teket kopsudes ja muudab hingamise üha raskemaks. Haigusel on enam kui 200 erinevat vormi.³

- **Idiopaatiline kopsufibroos (IPF)**

Üks levinumaid ILD tüüpe on idiopaatiline kopsufibroos (IPF)³. IPF on krooniline ja kurnav kopsuhaigus, mis põhjustab aja jooksul kopsudes püsivat kudede armistumist. See toob kaasa õhupuuduse ja köha.⁴ Seda kopsufibroosi vormi nimetatakse idiopaatiliseks, kuna haiguse põhjus on teadmata³. Kuigi kopsufunktsiooni langus on pöördumatu, võib varane ja täpne diagnoosimine ning kiire ravi

aeglustada haiguse progresseerumist⁵. IPF mõjutab peamiselt üle 50-aastaseid patsiente ja esineb meestel sagedamini kui naistel⁶.

- **Sklerodermiaga seotud interstitsiaalne kopsuhaigus (SSc-ILD)**

Sklerodermia on autoimmuunne reumaatiline haigus, mis põhjustab sidekoe kõvenemist üle kogu keha^{7,9}. Kui haigus mõjutab keha organeid, nimetatakse seda süsteemseks skleroosiks⁷.

Naha ja kopsude armistumine (kõvenemine) võib olla kurnav ja muutuda eluohtlikuks^{7,8}.

Sklerodermiaga inimestel on kõrge risk kopsufibroosi haigestuda^{8,10}. See võib kaasa tuua kopsufunktsiooni languse, raskendada hingamist ja on üks peamisi selle haigusega seotud surmade põhjusi⁸⁻¹⁰.

Sklerodermia mõjutab inimesi vanuses 25–55 aastat, naistel on haigestumise risk neli korda suurem¹¹.

- **Reumatoidartriidiga seotud interstitsiaalne kopsuhaigus (RA-ILD)**

Reumatoidartriiti (RA) põeb ligi 1% kogu maailma elanikkonnast¹². Haigus mõjutab tavaliselt kopsu ja kopsu ümbritsevat kesta (pleura)¹³.

Üks haiguse vorme on põletiku või armide teke kopsu tugikoes ehk interstiitsiumis, millega kaasneb RA-ILD¹⁴. See tähendab, et kopsu hapnikukotikestesse ja kehas hapnikku laiali kandvatesse veresoontesse tekib armkude¹³. Armistumise tõttu ahenevad kopsu hingamisteed, põhjustades köha, mis on sageli esimene sümptom. Kuna hapniku jõudmine kehasse on raskendatud, tekib õhupuudus.¹⁴ Haiguse progresseerudes tekib järjest suurem õhupuudus nii treeningu kui igapäevaste tegevuste ajal.¹⁴

Peamised ILD teket soodustavad tegurid on suitsetamine, kõrge vanus ja raskekujulisem reumatoidartriit, meeste risk haigestuda on suurem¹³.

- **Hüpersensitiivne pneumoniit ehk ülītundlik kopsupõletik (HP)**

HP tabab igal aastal vaid 2–3 inimest 100 000st¹⁵. See juhtub siis, kui kopsudes tekib mingi sisse hingatud aine suhtes immuunvastus (ülītundlikkus), mille tulemuseks on kopsukoe põletik ehk pneumoniit. Mõnel inimesel tekib ka kopsufibroos – põletik raskendab hingamist ja võib aja jooksul kaasa tuua kopsude pöördumatu armistumise, mis takistab piisava hulga hapniku jõudmist keha kudedesse. Sümptomiteks võivad olla õhupuudus, kiire ja pinnapealne hingamine, kuiv köha, väsimus ning sõrmede ja varvaste deformatsioon. Teatud ametialadel töötavatel inimestel on tõenäosus haigestuda hüpersensitiivsesse pneumoniiti suurem, näiteks talunikel ja lindudega töötajatel.¹⁶

Mida saab teha kopsufibroosiga inimeste elukvaliteedi parandamiseks

Inimeste elukvaliteedi parandamiseks tuleb tõsta nende teadlikkust kopsufibroosist, selle sümptomitest ja haigusega kaasnevatest nähtudest. Kui sina või sinu lähedane põeb kopsufibroosi, saad haigust ja selle ravi ise hallata ja kontrolli all hoida. Räägi arstiga avameelselt oma tervises seisundist ja kõigist muredest. Oluline on mitte jätta tähelepanuta esmaseid sümptomeid ja pöörduda arsti poole niipea, kui neid on märganud.

Viited

1. Pulmonary Fibrosis Progression and Exacerbation [Internet]. Lung.org. 2023 [vaadatud 27. jaanuaril 2023]. Link allikale: <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/patients/living-well-with-pulmonary-fibrosis/progression-and-exacerbation>
2. Cosgrove GP, Bianchi P, Danese S, Lederer DJ. Barriers to timely diagnosis of interstitial lung disease in the real world: the INTENSITY survey. BMC Pulm Med. 2018;18(1):9.
3. Living with Pulmonary Fibrosis. [Internet]. Asthma + Lung UK. 2022. [vaadatud 24. jaanuaril 2023]. Link allikale: https://www.blf.org.uk/sites/default/files/Pulmonary%20fibrosis_May22_C%2BC-Digital_Live.pdf
4. Kolb M, et al. Nintedanib in patients with idiopathic pulmonary fibrosis and preserved lung volume. Thorax 2017;72:340–6
5. Maher TM, et al. Antifibrotic therapy for idiopathic pulmonary fibrosis: time to treat. Respir Res. 2019 Sep 6;20(1):205. doi: 10.1186/s12931-019-1161-4. PMID: 31492155; PMCID: PMC6731623.
6. Raghu G., et al. An Official ATS/ERS/JRS/ALAT Statement: Idiopathic Pulmonary Fibrosis: Evidence-based Guidelines for Diagnosis and Management. Am J Respir Crit Care Med. 2011;183:788–824
7. Scleroderma [Internet]. NHS.uk. 2023 [vaadatud 27. jaanuaril 2023]. Link allikale: <https://www.nhs.uk/conditions/scleroderma/>
8. Solomon JJ, et al. European Respiratory Update: Scleroderma lung disease. Eur.Respir. Rev. 2013; 22: 127, 6–19.
9. Denton CP, et al. Systemic sclerosis. Lancet. 2017 Oct 7;390(10103):1685-1699. doi: 10.1016/S0140-6736(17)30933-9. Epub 2017 Apr 13. PMID: 28413064.
10. Herzog EL, et al. Review: Interstitial Lung Disease Associated with Systemic Sclerosis and Idiopathic Pulmonary Fibrosis: How Similar and Distinct? Arthritis & Rheumatology. 2014;66:1967-1978.
11. Who gets scleroderma? [internet] scleroderma.org 2023 [vaadatud 27. jaanuaril 2023] Link allikale: <https://scleroderma.org/who-gets-scleroderma/>
12. Xu Y, et al. Prevalence Trend and Disparities in Rheumatoid Arthritis among US Adults, 2005-2018. J Clin Med. 2021 Jul 26;10(15):3289. doi: 10.3390/jcm10153289. PMID: 34362073; PMCID: PMC8348893.
13. Rheumatoid Arthritis-associated Interstitial Lung Disease (RA-ILD) [Internet]. Pulmonaryfibrosis.org. 2023 [vaadatud 27. septembril 2023]. Link allikale: <https://www.pulmonaryfibrosis.org/docs/default-source/programs/educational-materials/fact-sheets-english/pf-fact-sheet---ra-ild.pdf>
14. RA-ILD [Internet]. lifewithpulmonaryfibrosis.com. 2022 [vaadatud 27. jaanuaril 2023]. Link allikale: <https://www.lifewithpulmonaryfibrosis.com/understanding-pulmonary-fibrosis/conditions-pulmonary-fibrosis/ra-ild#References-anchor>
15. Fernández Pérez E, et al. Epidemiology of Hypersensitivity Pneumonitis among an Insured Population in the United States: A Claims-based Cohort Analysis. Ann Am Thorac Soc. 2018;15(4):460–469.
16. Hypersensitivity Pneumonitis [Internet]. Cleveland Clinic. 2022 [vaadatud 27. jaanuaril 2023]. Link allikale: [https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/17898-hypersensitivity-pneumonitis#:~:text=Hypersensitivity%20pneumonitis%20\(HP\)%20is%20a,breathing%20in%20specific%20environmental%20allergens.](https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/17898-hypersensitivity-pneumonitis#:~:text=Hypersensitivity%20pneumonitis%20(HP)%20is%20a,breathing%20in%20specific%20environmental%20allergens.)