

## COSA SAPERE

La BPCO è una malattia ostruttiva di bronchi e polmoni. Essa è cronica, cioè continua e persistente. Non si può guarire, ma si può prevenire e trattare. Si tratta di una malattia respiratoria progressiva e invalidante che causa un deterioramento della funzionalità respiratoria attraverso un'ostruzione delle vie aeree e una distruzione di aree polmonari. Nel corso della sua evoluzione può portare più o meno rapidamente all'insufficienza respiratoria, che richiede ossigenoterapia o ventilazione assistita.

## I FATTORI DI RISCHIO

Il più importante fattore di rischio della BPCO è il fumo di sigaretta. Anche il fumo passivo può indurre la malattia. L'esposizione professionale a sostanze irritanti e la scarsa qualità dell'aria negli ambienti chiusi sono state riconosciute come cause di induzione o aggravamento della malattia. La predisposizione genetica è la causa della BPCO in pochi casi, mentre contribuisce allo sviluppo della malattia in un numero certamente più elevato di casi.

## I SINTOMI RESPIRATORI

La BPCO è causa di disturbi respiratori come tosse persistente, catarro e mancanza di respiro, inizialmente da sforzo e poi anche a riposo.

## MISURA DEL RESPIRO

Il respiro si misura attraverso un esame semplice, rapido, indolore e sicuro che si chiama spirometria. La spirometria è l'esame di base per misurare la funzionalità respiratoria. Quest'ultima è spesso alterata nel paziente con BPCO ancora prima della comparsa di sintomi importanti per cui è essenziale che la spirometria sia eseguita nelle persone a rischio, anche in assenza di sintomi, come misura di salute generale. È importante essere consapevoli dei fattori di rischio della BPCO e essere aiutati a riconoscere tempestivamente i campanelli d'allarme, affinché la diagnosi e i trattamenti necessari possano intervenire il più rapidamente possibile.

## TEST DI AUTOVALUTAZIONE

Per verificare se sei una persona a rischio di BPCO rispondi alle domande seguenti:

- |                                      |                             |                             |
|--------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Tossisci frequentemente?             | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| Hai catarro?                         | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| Hai difficoltà di respiro o affanno? | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| Hai più di 40 anni?                  | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| Sei fumatore o ex-fumatore?          | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |

Se rispondi SI a tre o più di queste domande chiedi consiglio al tuo medico: saprà darti tutte le informazioni e le indicazioni necessarie.

Se hai dei dubbi sulla salute dei tuoi polmoni, agisci prontamente rivolgendoti al tuo medico, che potrà valutare la tua funzione respiratoria sottoponendoti ad un esame spirometrico.

Con una diagnosi precisa e precoce, il tuo medico potrà consigliarti i trattamenti necessari per controllare i sintomi e evitare l'aggravamento della malattia. Egli potrà inoltre aiutarti a seguire le misure di riabilitazione e prevenzione che possono aiutarti a convivere al meglio con la BPCO (non fumare, controllo del peso, vaccinazione antinfluenzale e antipneumococcica, ecc.).

Il Tribunale per i diritti del malato - Cittadinanzattiva in collaborazione con l'Associazione Italiana Pazienti BPCO e con il patrocinio di AIPO - Associazione Italiana Pneumologi Ospedalieri e SIMeR - Società Italiana di Medicina Respiratoria promuove una campagna di sensibilizzazione per la prevenzione e la diagnosi precoce della BPCO-Broncopneumopatia cronica ostruttiva.

## OBIETTIVI DELLA CAMPAGNA

Informare i cittadini sui fattori di rischio, sulla sintomatologia, sulla prevenzione e sull'importanza della diagnosi precoce e sulla possibilità di misurare il respiro.

Coinvolgere medici specialisti e medici di medicina generale perché aiutino i cittadini a conoscere e proteggere la loro salute respiratoria.

Sensibilizzare le istituzioni affinché siano maggiormente attente alla prevenzione delle malattie respiratorie.

