

ZDRAVJE DIHAL

OBRAMBNI MEHANIZMI DIHAL

Odrasel človek ima približno 70 m² dihalne površine v pljučah. Na tej površini se dnevno izmenja 12 000 l zraka. Poleg zraka vdihujemo še: strupe, mikroorganizme (bakterije, viruse, glive), razne pline, pare ter različne kemijske spojine.

Ko organizem zazna škodljivo snov, človek začne kašljati, težje dihati, kihati in počuti se slabo.

FREKVENCA DIHANJA

Odrasel človek v normalnih okoliščinah vdihne 16 do 20-krat na minuto, dojenček do 40-krat na minuto. Odrasel človek izmenja v mirovanju 7,5 l zraka/minuto oziroma 450 l/uro.

POT ZRAKA

Zrak prihaja v pljuča skozi **nos (nasus)**, **usta (oris)**, **žrelo (pharynx)**, **grlo (larynx)**, **sapnik (trachea)** in **sapnici (bronchus)**. V **pljučih (pulmo)**, se bronhija razvejata v **sapnišče (broncheolus)**, ki vodijo do **pljučnih mešičkov (alveolus pulmonalis)**.

Na tej poti se zrak ogreje, navlaži in v veliki meri očisti prašnih in drugih delcev. Izdihani zrak izhaja po isti poti v obratni smeri.

DEJAVNIKI TVEGANJA ZA OBOLENJA DIHAL

- a) kajenje (aktivno, pasivno)
- b) nepravilna klima (presuh zrak, onesnažen zrak)
- c) nepravilno vdihavanje (skozi usta)
- d) razne zasvojenosti
- e) premalo gibanja na svežem zraku
- f) mikroorganizmi (bakterije, virusi)

BOLEZNI DIHAL

PLJUČNA EMBOLIJA je nenadna zamašitev pljučne arterije z embolom. Embol je lahko: krvni strdek (tromb), maščoba, plodovnica (amnijska tekočina), kostni mozeg, delec tumorja ali zračni mehur, ki pripotuje s krvjo in zamaši žilo.

PLJUČNICA (PNEUMONIA) je vnetje pljučnih mešičkov (alveolov) zaradi bakterij, virusov. Pljučni mešički so debelo obloženi s sluznim izločkom, kar povzroča dihalne motnje.

TUBERKULOZA (JETIKA, SUŠICA, FTIZA, LAT. PHTHISIS) je vnetje pljučnih sten, mreže zaradi okužbe z bakterijo **Mycobacterium tuberculosis**. Bolezen se prenaša z vdihavanjem bacilov, ki jih izkašlja bolnik. Zdravnik, specialist za tuberkulozo se imenuje **phthiolog (us)** ali **phthiater**.

PLJUČNI RAK vznikne v pljučih iz pljučnih celic, lahko pa se razširi (**metastazira**) v pljuča tudi iz drugih delov telesa.

POKLICNE PLJUČNE BOLEZNI

- 1. Silikoza** je trajno zabrazgotinjenje pljuč zaradi vdihavanja kremenovega prahu (silicijevega dioksida).
- 2. Pljuča kopačev premoga (pnevmokonioza pri kopačih premoga, silikoantrakoza)** s pljučna bolezen, ki jo povzročijo odložki premogovega prahu v pljučih.
- 3. Azbestoza** je razširjeno brazgotinjenje pljučnega tkiva, ki ga povzroči vdihavanje azbestnega prahu.
- 4. Berilioza** je vnetje pljuč, ki ga povzroči vdihavanje prahu ali hlapov, v katerih je berilij.
- 5. Poklicna astma** je odpravljiv spazem dihalnih poti zaradi vdihavanja z delom povezanih delcev ali hlapov, ki dražijo ali povzročijo alergijsko reakcijo.

6. Bisinoza je zožitev dihalnih poti zaradi vdihavanja delcev bombaža, konoplje ali lanu.

OBSTRUKTIVNE BOLEZNI DIHAL

1. Astma je krč gladkih mišičnih vlaken v steni dihalnih poti, sapnice se zožijo. Bolezen je ponavadi alergijskega porekla in pride do zmanjšanja pretoka zraka.

2. Kronična obstruktivna pljučna bolezen (KOPB) je trajna zoženost dihalnih poti zaradi **empfizma** ali **kroničnega bronhitisa**.

a) Empfizem imenujemo razširitev drobnih pljučnih mešičkov (alveolov) in propadanje njihovih sten.

b) Kronični bronhitis je trdovraten kronični kašelj, ki povzroča nastanek izmečka, a ni posledica drugega bolezenskega vzroka, npr. pljučnega raka. Pri kroničnem bronhitisu se bronhialne žleze povečajo, to pa povzroči čezmerno izločanje sluzi.

3. Bronhitis je vnetje sapnic, ki ga ponavadi povzroči okužba. Bolezen je ponavadi blaga in se povsem pozdravi. Bronhitis pa je lahko huda bolezen pri kroničnih bolnikih, bolnikih z boleznimi srca ali pljuč in pri starejših ljudeh.

a) Akutni bronhitis se razvije nenadoma in je posledica prehlada in se kaže z znaki kašlja z izmečkom, povišano telesno temperaturo in blagim piskanjem.

b) Kronični bronhitis je posledica kajenja, tj. vdihavanja drugih dražečih snovi in ponavljajočih se okužb dihalnih poti. Značilno je premalo izločanje sluzi, vendar sluz zastaja v dihalnih poteh zaradi okvare migetalčnega sistema.

Vzroki:

a) Infekcijski bronhitis se najpogosteje pojavlja pozimi. Povzročijo ga lahko virusi, bakterije (**Mycoplasma pneumoniae**, **Chlamydia**).

Pogosto se pojavlja pri kadilcih in ljudeh s kroničnimi boleznimi pljuč ali dihalnih poti.

b) Iritativni bronhitis povzročajo različne vrste prahu, hlapi močnih kislin, amonijak, klor, brom, žveplov dioksid in drugo.