

Si può prevenire?

Smettere di fumare è il provvedimento più efficace per ridurre il rischio di sviluppare BPCO, ma anche la sua progressione, perciò non è mai troppo tardi per farlo! Per mantenere i polmoni in buona salute è bene anche svolgere un moderato e regolare esercizio fisico e seguire una dieta sana.

PENSI DI ESSERE A RISCHIO DI BPCO?

Rispondi a queste domande:

- *Tossisci frequentemente?*
- *Hai catarro?*
- *Hai attacchi di tosse al risveglio?*
- *Hai difficoltà di respiro o affanno, anche dopo sforzi lievi?*
- *Hai più di quaranta anni?*
- *Sei fumatore o ex fumatore?*

Se hai risposto sì a 3 o più di queste domande potresti essere un soggetto a rischio. Parlane con il tuo medico di famiglia che valuterà la tua condizione e gli eventuali passi da fare.

Novembre 2021

B P C O

BRONCOPNEUMOPATIA CRONICA OSTRUTTIVA



FARMACIE
COMUNALI
RIUNITE



A cura del Servizio
di Informazione
e Documentazione
Scientifica delle
Farmacie Comunali Riunite
di Reggio Emilia

BPCO

QUESTA SCONOSCIUTA

BPCO è una sigla utilizzata per abbreviare il nome di una malattia: la broncopneumopatia cronica ostruttiva. È una malattia infiammatoria cronica, progressiva e irreversibile che, danneggiando le vie respiratorie, porta nel tempo all'incapacità di respirare a pieni polmoni.

La BPCO è un problema largamente trascurato, principalmente perché si pensa che sia una condizione quasi "normale" nei fumatori o negli anziani. Nella fase iniziale i sintomi sono scarsi o comunque poco percepiti e per questo viene spesso diagnosticata in ritardo.

Inoltre, non è da sottovalutare il maggiore rischio di complicanze per i pazienti dovuto all'attuale situazione pandemica.

A livello mondiale, nei Paesi sviluppati, la BPCO interessa circa il 10% degli uomini ed il 6% delle donne, ma le percentuali variano in rapporto anche alla crescente abitudine al fumo delle donne stesse.

Come si manifesta?

La **tosse cronica** è uno dei primi sintomi a comparire, generalmente più intensa al mattino e, nella maggior parte dei casi, con espettorato. Col passare del tempo si manifesta gradualmente un respiro affannoso (**dispnea**) che a lungo termine può limitare le normali attività quotidiane. Frequente è l'associazione della BPCO con altre condizioni (es. malattie cardiocircolatorie, diabete, osteoporosi) con un grave impatto sulla qualità di vita.

Chi è affetto da BPCO presenta una maggiore suscettibilità alle **infezioni delle vie aeree**. Infine, gli stadi più avanzati, possono necessitare di ossigenoterapia.

Attualmente è una delle maggiori cause di mortalità nel mondo. In Italia colpisce circa 3,5 milioni di persone ed è responsabile di più della metà di tutti i decessi per malattie respiratorie.

Quali sono i fattori di rischio?

Fattori di rischio per lo sviluppo di BPCO sono correlati alla inalazione di polveri, sostanze chimiche, vapori o fumi irritanti, ad esempio sul luogo di lavoro, oppure a inquinanti ambientali sia esterni sia in ambienti chiusi, come emissioni di stufe, apparecchi elettrici o impianti di aria condizionata.

In assoluto, però, il principale fattore di rischio per lo sviluppo di BPCO è il fumo di tabacco, sia attivo che passivo, in particolare quello di sigaretta.

Può contribuire allo sviluppo di BPCO anche soffrire o aver sofferto in età giovanile di alcune patologie respiratorie, come **asma**, o infezioni respiratorie come bronchiti, polmoniti e pleuriti.

Individuare la BPCO quando ancora è nelle prime fasi consente di mettere in atto tutti i provvedimenti in grado di rallentare l'evoluzione della malattia: per questo è importante conoscerla ma ancora più importante è conoscere quali sono i comportamenti da adottare per prevenirla.

Come si diagnostica?

Il medico pneumologo può diagnosticare la BPCO tramite un test che si effettua con uno strumento, lo spirometro, in grado di determinare la funzionalità respiratoria. A seconda dell'entità del restringimento delle vie aeree il flusso dell'aria diminuisce e si potranno valutare così i diversi stadi di gravità della malattia.

Il principale fattore di rischio per lo sviluppo di BPCO è il fumo di tabacco, sia attivo che passivo.

