

ספירומטריה - בדיקת תפקודי ריאות

ספירומטריה הינה בדיקה פשוטה ולא פולשנית המסייעת באבחנה של מצבים רפואיים הקשורים בריאות

מהי ספירומטריה?

מטרתה של בדיקת ספירומטריה היא לבחון את בריאות הריאות והיא יכולה לסייע באבחון של מצבים רפואיים שונים. במהלך הבדיקה, תצטרך לנשוף כמה שיותר אוויר, כמה שיותר חזק, לתוך מתקן מיוחד שנקרא ספירומטר. הבדיקה מודדת כמה אוויר הינך יכול לנשוף באופן כללי וכמה בשניה הראשונה לבדיקה. הבדיקה אינה כואבת ובדרך כלל לוקחת פחות מעשר דקות.

מי צריך להבדק?

- מי שמעשן או עישן בעבר
- מי שמשתעל הרבה
- מי שחסר לו אוויר כשהוא הולך מהר
- מי שמודאג לגבי בריאות הריאות שלו
- מי שכבר מקבל טיפול למחלת ריאות כלשהי

מה קורה במהלך הבדיקה?

הרופא או הטכנאי שמבצע את הבדיקה יגיד לך כיצד לנשוף לתוך הספירומטר לפני שתתחיל.

ייתכן ותצטרך לענווד סוגר רך על גבי האף על מנת למנוע בריחת אוויר מהנחיריים. לפני שתתחיל את הבדיקה ייתכן ותצטרך לשאוף אוויר בצורה עמוקה ולנשוף בעדינות לתוך הספירומטר. לאחר מכן תתבקש לנשוף לפחות שלוש פעמים אך בדרך כלל לא יותר מעשר פעמים.

במהלך הבדיקה חייבים לעשות את הפעולות הבאות

- לשאוף עמוק ככל הניתן ולשים את השפתיים בצורה הדוקה על גבי פיית המכשיר
- להוציא אוויר כמה שיותר חזק ומהר
- להמשיך להוציא אוויר עד שהריאות ריקות ומפעיל הבדיקה מבקש לעצור



הבנת התוצאות

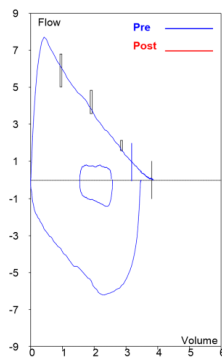


הרופא המטפל ישתמש בתוצאות הבדיקה על מנת להחליט עד כמה הריאות עובדות כראוי. אם כמות האוויר שהינך נושף בשניה הראשונה פחותה ייתכן ואתה סובל מהצרות של דרכי האוויר כתוצאה מאסתמה או מחלת ריאות חסימתית כרונית (COPD). במידה ואתה מקבל כבר טיפול לאסתמה או COPD (למשל, משאף), בדיקת הספירומטריה יכולה לבדוק האם הטיפול עוזר לריאות לעבוד טוב עד כמה שניתן. בנוסף, הבדיקה יכולה לשלול את קיומן של מחלות ריאה מסוימות.

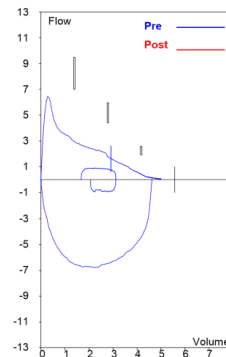
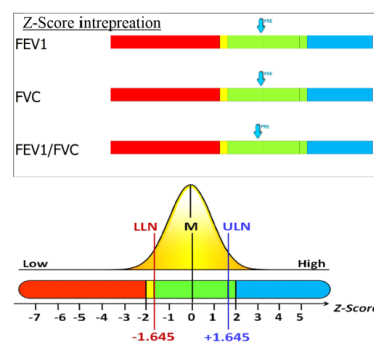
הרופאים משתמשים בטבלאות מיוחדות על מנת להשוות בין התוצאות שלך לבין "תוצאות תקינות". דמיין שמאה אנשים באותו גיל, מין וגובה כמוך עושים את הבדיקה ואתה יכול לראות היכן התוצאות שלך נמצאות בהשוואה לקבוצה זו. טבלאות אלו פותחו על ידי ה-Global Lung Function Initiative באמצעות נתונים מאנשים בריאים בכל העולם.

מה המשמעות של זה עבור התוצאות שלך?

עבור כל אדם, ישנו טווח תוצאות אשר נחשב לתקין לגיל ולגובה נתון. לדוגמה, אם התפקוד הריאתי שלך תקין לגיל, לגובה, למין ולמוצא האתני שלך הגרף שלך יראה כמו התמונה בצד שמאל. לעומת זאת, אם אתה סובל ממצב הפוגע בריאות הדורש טיפול התוצאות שלך יראו כמו בתמונה מימין.



Spirometry results for a person with normal lung function for their age, height, sex and ethnic background



Spirometry results for a person that may have a lung condition that needs treatment

כיצד עלי להתכונן לבדיקה?

התוצאות של הבדיקה יכולות להיות מושפעות מפעילויות מסוימות כדוגמת עישון, שתיית קפה, פעילות גופנית מאומצת ואכילת ארוחה גדולה לפני הבדיקה. במידה ואתה לוקח תרופות למצב ריאתי כלשהו ייתכן ותצטרך להפסיק אותן לפני הבדיקה. כדאי להתייעץ עם הרופא שלך לפני הבדיקה כדי לדעת כיצד להתכונן.

בעיות שניתן להתקל בהן במהלך הבדיקה?

הנשיפה החזקה שנדרשת קשה לאנשים מסוימים. במידה ואתה מתעייף או מתחיל לסבול מסחרחורת במהלך הבדיקה בקש מספר דקות של מנוחה לפני ניסיון נוסף לבצע את הבדיקה. יש אנשים אשר מתחילים להשתעל במהלך הבדיקה. עם זה קורה, תנסה להשתעל ולהוציא ליחה לפני ניסיון חוזר.

מה קורה עם הבדיקה נראית לא תקינה או אם אתה סובל ממחלה ריאתית?

הרופא יכול לבקש ממך לשאוף תרופה אשר עוזרת לנשימה, להמתין 10-15 דקות ולחזור על הבדיקה. פעולה זו מאפשרת לראות האם הנזק לריאות הוא הפיך והאם מרשם למשאף יכול לעזור לנשימה.

התגובה לתרופה זו, הידועה גם כ"מרחיבת סימפונות", יכולה לעזור לרופא לדעת האם אתה סובל מאסתמה (אשר תשתפר לאחר שימוש במשאף) או COPD (אשר תשתפר במידה פחותה בהרבה).

הבדיקה שלי תקינה - האם זה אומר שאני בריא?



במידה וסבלת בעבר מתסמינים של אסתמה וכעת הבדיקות שלך תקינות ייתכן ואתה עדיין סובל מאסתמה. קיימות מחלות ריאה נוספות אשר בשלבים המוקדמים שלהן הספירומטריה תהיה תקינה.

במידה ואתה מעשן או נשמת חומרים מסוכנים כדוגמת אבק, עשן, אדים או כימיקלים בעבודה והתוצאות שלך תקינות ייתכן ואתה עדיין סובל ממחלת ריאות ואתה צריך לשמור על הריאות עד כמה שאפשר.

אף פעם לא מאוחר להפסיק לעשן וניתן לקבל עזרה על מנת להפסיק. שאל את הרופא שלך כיצד ניתן להפסיק. אתר ה-ELF מכיל מידע רב לגבי הפסקת עישון שניתן להוריד במספר שפות.

האם אני צריך לעשות בדיקות נוספות?

בדיקת הספירומטריה בודקת מאפיינים חשובים של תפקוד הריאות. אם התסמינים שלך משתנים כמו באסתמה ייתכן ותצטרך לחזור על הבדיקה בזמנים שונים וכך תוכל לראות מהי תוצאה תקינה עבורך. במידה ואתה סובל ממחלת ריאות ייתכן ותצטרך לעשות בדיקות ספירומטריה חוזרת על מנת להעריך את חומרת המחלה. בנוסף, ייתכן ותצטרך לעשות בדיקות נוספות. ספירומטריה יכולה להיות חלק מבדיקות אחרות הבודקות את תפקוד הריאות כדוגמת מבחן מאמץ או בדיקת גירוי סימפונות.

קריאה נוספת

European Lung Foundation website: www.europeanlung.org

Healthy Lungs for Life website: www.healthylungsforlife.org

Global Lung Function Initiative: www.ers-education.org/guidelines/global-lung-function-initiative



ספירונולקטון, סרטן השד, תרופות נוגדות אלדוסטרון

Spironolactone, Breast cancer, Anti-aldosterone

Sabatier, P. et al. (2019) European Journal of Clinical Pharmacology 75(11): 1593-1598



ה-ELF הוקמה על-ידי האגודה האירופית לנשימה (ERS) במטרה להביא יחד את המטופלים, ואנשי המקצועות הנשימה להשפעה לטובה על רפואת הריאות. ה-ELF מוקדש לרפואת הריאות ברחבי אירופה, ומאגד את המומחים המובילים בתחום הרפואה האירופית על מנת לספק מידע למטופלים ולהעלות את מודעות הציבור על מחלות הנשימה השונות.