



Plućna embolija

Plućna embolija je ugrušak u krvnim sudovima pluća i zahteva hitnu medicinsku pomoć. **Ako mislite da možda imate plućnu emboliju, važno je da odmah potražite pomoć lekara.**

Znakovi i simptomi

Šanse za potpuni oporavak od plućne embolije su veće ukoliko se pre primeti. Simptomi uključuju:

- Oštar bol u leđima ili grudima
- Iznenadan osećaj gubitka daha
- Veoma brze otkucaje srca
- Iskašljavanje krvi
- Nesvesticu ili laganu vrtoglavicu
- Oticanje, crvenilo ili bol u jednoj od nogu
- Groznicu praćenu ostrim bolom u grudima ili iznenadnu zadihanost

Neće svi koji imaju plućnu emboliju imati sve ove simptome. Ako imate jedan ili više od ovih simptoma, važno je da odmah potražite pomoć lekara.

Šta je plućna embolija?

Kod zdrave osobe krv uzima kiseonik iz pluća i prenosi ga kroz telo. Plućna embolija nastaje kada se ugrušak krvi zaglavi u jednom od krvnih sudova u plućima, sprečavajući krv da se pravilno kreće po plućima.

Pored smanjenja nivoa kiseonika u krvi, plućna embolija može da utiče na kretanje krvi po ostalim delovima tela i stvori veliku opterećenost u radu srca.

Plućna embolija je često povezana sa dubokom venskom trombozom (DVT), koja nastaje kada se u nozi formira krvni ugrušak (ovo može da uzrokuje bol ili oticanje u nozi uz osećaj topline na dodir). Ako se komad ovog ugruška krvi raspadne i zaglavi se u krvnom sudu u plućima, to može da prouzrokuje plućnu emboliju.

Postoji velika šansa da ćete se oporaviti nakon plućne embolije ako se uočite rano. Međutim, plućna embolija je ozbiljno hitno zdravstveno stanje a rizik se razlikuje kod različitih ljudi.

Plućna embolija utiče na pluća, srce i krv, tako da lekari koji su stručnjaci za ove različite organe i sisteme učestvuju u lečenju.

Uzroci i faktori rizika

Poznavanje uzroka plućne embolije može pomoći lekaru da vas leči, ali u nekim slučajevima uzrok se ne može pronaći. Neki od uobičajenih uzroka su:

Hirurška operacija

Ugrušci krvi mogu da se formiraju oko mesta hirurške operacije i da putuju u pluća, prouzrokujući plućnu emboliju. To se može dogoditi nakon operacije kostiju ili zglobova, kao što je ugradnja veštačkog kuka/kolena.

Trudnoća

Žene koje su trudne ili su se tek porodile, izložene su većem riziku. Ovaj rizik je veći kod žena koje zatrudne putem in vitro oplodnje (IVF).

Veće povrede

Velika povreda, poput slomljene kosti, povećava rizik od plućne embolije.

Kancer

Neke vrste kancera čine verovatnijim da će se stvoriti ugrušak krvi i izazvati plućnu emboliju.

Dugotrajno mirovanje (npr. u avionu, u bolnici ili kod kuće)

Ako mirujete duže vreme, povećavate šanse da se krv zgruša. Ovo može da izazove DVT, što može uzrokovati plućnu emboliju.

Hormonska supstiticiona terapija (HRT) i oralna sredstva kontracepcije

Osobe koje koriste oralnu HRT (pilule za HRT) ili kombinovane tablete (estrogen i progesteron) su izložene većem riziku nastanka plućne embolije.

Trombofilija

Osobe koji imaju trombofiliju (stanje u kojem je krv sklonija zgrušavanju) su izložene



većem riziku nastanka plućne embolije.

Popuštanje srca ili atrijalna fibrilacija (vrsta nepravilnog rada srca)

Osobe kojima je dijagnostikovana bilo koja od ovih bolesti izložene su većem riziku.

Ostali faktori rizika

Neki faktori ne uzrokuju direktno plućni embolizam, ali mogu doprineti većoj vjerojatnosti da se javi. Na primer, rizik od plućne embolije se povećava kako starimo, a plućna embolija je vjerojatnija ako ste gojazni, pušite, imate visok nivo holesterola ili niste fizički aktivni.

Ljudi koji su imali ranije plućnu emboliju ili DVT su izloženi većem riziku, kao i ljudi koji imaju dugotrajna stanja, uključujući probleme sa srcem ili krvnim pritiskom.

Dijagnoza

Vaš lekar će vam postaviti pitanja o vašim simptomima i istoriji bolesti kako bi video da li imate plućnu emboliju. Takođe može da obavi ispitivanja, koja mogu da uključuju:

Merenje nivoa kiseonika u krvi

Nizak nivo kiseonika u krvi može biti znak plućne embolije. Možda ćete proći test pulsne oksimetrije radi merenja nivoa kiseonika u krvi. Ovo je jednostavan, bezbolan test koji koristi senzor na vrhu vašeg prsta. Takođe se mogu koristiti analize krvi za merenje nivoa kiseonika u krvi.



D-dimer test

Lekar može da traži nivo D-dimera (vrste proteina) u vašoj krvi. Ako su ovi nivoi visoki, to bi mogao biti znak da imate plućnu emboliju i vaš lekar će uraditi još testova.

Rendgenski pregled grudnog koša

Rendgenski pregled grudnog koša može da isključi druga stanja koja mogu uzrokovati vaše simptome.

CTPA (poznata i kao CT angiografija) i sken plućne ventilacije/perfuzije

Kod CTPA skeniranja, određena boja se ubrizgava u telo, a pluća se skeniraju pomoću CT skenera radi traženja plućne embolije.

CTPA skeniranja nisu pogodna za sve zbog boje koja se koristi. Na primer, nije pogodno za one koji imaju popuštanje bubrega. Druga opcija je sken plućne ventilacije/perfuzije (poznato i kao scintigrafija pluća), koja koristi drugačiju boju za pregled protoka vazduha i krvi u plućima.

Ultrazvuk

Vaš lekar koristi ultrazvučni pregled kako bi potražio DVT (krvni ugrušak u nozi), koji bi mogao uzrokovati plućnu emboliju.

Ehokardiogram

Vaš lekar koristi ehokardiogram da pregleda vaše srce ako misli da možda imate plućnu emboliju.

Lečenje

Možda ćete morati da kraće boravite u bolnici (1-3 dana) kada se po prvi put leči plućna embolija, ili ćete biti lečeni ambulantno, pa nećete ostati preko noći u bolnici. To zavisi od zemlje u kojoj se lečite i od toga koliko se lako leči vaša plućna embolija.

Lečenje može da varira od osobe do osobe i zavisi od vašeg stanja kada prvi put dođete u bolnicu i koliko je jasna vaša dijagnoza.

U zavisnosti od vašeg stanja, lekar vam može dati injekciju trombolitičkog leka ubrzo nakon što stignete da bi se razgradili krvni ugrušci u vašem telu. Takođe može da vas leči od šoka (nagli pad protoka krvi u telu).

Za neke ljude su takođe potrebni dodatni testovi i lečenje, zavisno od toga šta je najverovatnije uzrok plućne embolije.

Sprečavanje budućih plućnih embolija

Pre nego što vam lekar propiše lekove za sprečavanje buduće plućne embolije, pregledaće sve lekove koje već uzimate. Ovo je način da se osigura da ne postoje moguće interakcije (loši efekti koji se mogu dogoditi kada se uzima više lekova). Međutim, važno je imati na umu da pročitate etiketu i razgovarate sa lekarom ako imate bilo kakvih nedoumica.

Antikoagulansi

Ovi lekovi pomažu u sprečavanju stvaranja ugrušaka, što smanjuje šanse da se pojavi druga plućna embolija.

Uzimanje antikoagulansa može da utiče na druge situacije u vašem životu, jer otežavaju zgrušavanje krvi kad je ono potrebno (na primer ako imate posekotinu). Razgovarajte sa lekarom o tome kako antikoagulansi mogu da utiču na vas i šta da preduzmete u hitnim slučajevima. Ovo je posebno važno ako ste trudni ili planirate da zatrudnite, ili ako ćete uskoro imati medicinski ili stomatološki tretman.

Saveti i dalje lečenje

Rešavanje uzroka plućne embolije može pomoći da vam se smanji budući rizik. Na primer, vaš lekar može da vam predloži da nosite kompresivne čarape da biste smanjili rizik od pojave DVT-a u nogama.

Takođe možete da smanjite rizik tako što ćete prestati da pušite, održavati zdravu težinu, zdravo jesti i povećati nivo aktivnosti.

Praćenje toka bolesti

Ako uzimate određene vrste antikoagulantnih lekova za sprečavanje budućih ugrušaka, vaš lekar će možda zatražiti da se vratite u bolnicu ili na kliniku radi praćenja. Ovo je da bi se proverilo da li dobijate pravu dozu i da nema drugih problema sa lekovima koje uzimate.

Vaš lekar bi trebalo da vas vidi radi naknadnog praćenja i proveriti da li postoje dugoročni efekti plućne embolije, koji mogu uključivati i zadihanost, nedostatak daha. Ovo je takođe dobar trenutak da postavite pitanja i razgovarate o bilo čemu što vas brine.



Međutim, ako mislite da možda imate drugu plućnu emboliju, ne čekajte sledeći pregled, već odmah potražite pomoć lekara.

Trudnoća i porođaj

Rizik od plućne embolije veći je kod trudnica i žena koje su se tek porodile.

Uspostavljanje dijagnoze takođe može biti teže jer se neki od simptoma plućne embolije javljaju i u normalnoj trudnoći (poput zadihanosti). Pored ovoga, lekar će morati da bude oprezniji kada dijagnostikuje i leči plućnu emboliju kako bi umanjio bilo kakav rizik za bebu i majku.

Ishodi

Što se plućna embolija ranije primeti i leči, to je bolji ishod. Ljudi koji su uspešno lečeni od plućne embolije mogu da žive normalan, zdrav život. Međutim, važno je da preduzmete korake da smanjite budući rizik i potražite lečenje za bilo koja druga stanja od uticaja koja imate.

Rizik za članove porodice

Ako ste imali plućnu emboliju, postoji veći rizik da će i vaša najbliža rodbina (roditelji, braća i sestre ili deca) imati plućnu emboliju u nekom trenutku svog života. Poznavanje ove činjenice može pomoći tim članovima porodice da sa svojim lekarima odluče o svojoj zdravstvenoj zaštiti što može pomoći u smanjenju njihovog budućeg rizika.

Dodatne informacije

Evropska fondacija za pluća | www.europeanlung.org

Evropska fondacija za pluća (ELF) ima čitav niz informativnih listova (dostupne na 29 jezika) o stanju pluća i zdravlju pluća koje su dostupne za preuzimanje sa veb-lokacije ELF.

Evropsko respiratorno udruženje | www.ersnet.org | www.ersjournals.com

Evropsko respiratorno udruženje (ERS) objavljuje informacije i originalna istraživanja za zdravstvene radnike i naučnike u svojim časopisima i drugim akademskim resursima.

Evropsko udruženje kardiologa | www.escardio.org

Evropsko udruženje kardiologa (ESC) je izdalo smernice za medicinske stručnjake o akutnoj plućnoj emboliji (objavljeno u avgustu 2019.) u saradnji sa ERS-om. Ove smernice su otvorenog pristupa i dostupne su za preuzimanje sa veb-lokacije ESC-a i u *Evropskom časopisu o respiratornim oboljenjima*.



Evropska fondacija za pluća (ELF) osnovana je od strane Evropskog respiratornog udruženja (ERS) 2000. godine, sa ciljem povezivanja pacijenata, javnosti i stručnjaka respiratorne medicine kako bi se ostvario pozitivan uticaj na zdravlje pluća.



Ovaj informativni list je kreiran u oktobru 2019. godine.