



어떻게 만성 폐쇄성 폐질환을 방지할 것인가?

담배를 피우고 있다면, 담배를 끊으십시오. 담배를 끊는 것이 이 질병의 진전을 늦추고 방지할 수 있는 최선입니다. 또한, 만성 폐쇄성 폐질환을 일으킬 수 있는, 간접흡연, 대기오염과 일 현장에서 화학물질에 노출되는 것을 줄여야 합니다.

빠른 조사결과

만성 폐쇄성 폐질환 80-90%는 흡연으로 인해 발생하고, 흡연자가 비흡연자보다 이 질환으로 사망할 확률은 10배 정도 높습니다.

자료출처: 미국 건강 복지부



1-877-3-BREATHE
www.breathecalifornia.org

Breathe California of the Bay Area, Golden Gate, and Central Coast
1469 Park Avenue
San Jose, CA 95126
(408) 998-5865
www.lungsrus.org

Breathe Southern California
5858 Wilshire Blvd, Suite 300
Los Angeles, CA 90036
(323) 935-8050
www.breathesocal.org

Breathe Sacramento Region
909 12th St, Suite 100
Sacramento, CA 95814
(916) 444-5900
www.sacbreathe.org

만성 폐쇄성 폐질환



만성 폐쇄성 폐질환이란?

만성 폐쇄성 폐질환(COPD)은, 미국 내에서, 주된 장애 발생 요인이며, 한 해에 117,000 명이나 죽음으로 이끄는 네 번째로 큰 주요사망 요인입니다. 만성 폐쇄성 폐질환은 만성 기관지염, 폐기종과 함께 호흡에 심한 장애를 일으키는 폐 질환으로 분류됩니다. 이 폐 질환을 앓고 있는 환자의 폐는 기도가 막히고 가래가 차기도 해서, 공기의 흐름이 줄어듭니다. 만성 폐쇄성 폐질환은 쇠약, 피로, 체중감소와 심부전으로 이어지기도 합니다.

빠른 조사결과

만성 폐쇄성 폐질환은 미국 내 주요사망 원인 중 네 번째로 높습니다. 만성 폐쇄성 폐질환으로 인한 사망자가 당뇨병, 유행성 감기 또는 알츠하이머병보다 많습니다.

자료출처: 전국 주요 통계 보고서, 2002

만성 폐쇄성 폐질환의 원인

만성 폐쇄성 폐질환 80-90%는 흡연으로 인해 발생하고, 흡연자가 비흡연자보다 이 질환으로 사망할 확률은 10배 정도 높습니다. 어렸을 때 여러 폐 질환을 앓았던 사람은, 나이가 들어 만성 폐쇄성 폐질환에 걸릴 확률이 높습니다. 만성 폐쇄성 폐질환의 발병으로 이어질 수 있는 기타 요인으로는, 유전적 성향과 산업 폐기물, 대기 오염 혹은 간접흡연의 노출이 있습니다. 있습니다.

만성 폐쇄성 폐질환은 어떻게 판단하나?

만성 폐쇄성 폐질환의 증상을 알아챌 때까지 몇 년이 걸리는 경우가 종종 있습니다. 하지만 질병이 진행됨에 따라, 만성 폐쇄성 폐질환이 있는 사람은 숨 가쁨, 천명, 심한 가래, 기침, 쇠약, 피곤, 체중감소와 피부 변색(청색)을 앓기도 합니다.

이러한 증상이 있는 경우, 다음과 같이 자문해 보십시오.

- 흡연을 한 경험이나 간접흡연에 노출된 적이 있는가?
- 평소 숨이 가쁘다고 느낀 적이 있는가?
- 호흡곤란과 추운 날씨에 가슴이 조여드는 느낌을 받은 적이 있는가?
- 오존 수치가 높거나 스모그가 심한 지역에 사는가?
- 속 깊이 올라오는 젖은기침을 자주 하는가?
- 대기오염 지역에서 일하는가?

이상의 질문 중 어느 것 하나라도 "예"라고 답했으면, 의사와 바로 상담하는 것이 좋습니다. 빨리 진단을 받을수록, 질병과 더 잘 싸울 수 있습니다.



간호사가 만성 폐쇄성 폐질환 증상 환자에게 폐기능 검사를 실시합니다.



만성 폐쇄성 폐질환의 완치는 없다 하더라도, 적절한 치료를 받는 환자는 활기차고, 충만한 삶을 영유할 수 있습니다.

만성 폐쇄성 폐질환 치료법

만성 폐쇄성 폐질환의 완치는 없다 하더라도, 적절한 치료를 받는 환자는 활기차고, 충만한 삶을 영유할 수 있습니다. 의사 처방 약이 막혔던 기도를 열어주고, 가래를 감소시키고, 기도에 염증을 가라앉히는 걸 도와줍니다. 산소 이용 치료법 또한 환자의 활동성을 높이는 데 도움이 됩니다.

숨쉬기 운동, 적절한 식이요법과 의사 승인의 운동요법은 활동적이고 건강한 삶을 유지할 수 있도록 도와줍니다. 또한, 많은 의료진이 폐 질환 환자가 부딪히게 되는 여러 장애를 이겨낼 수 있도록 호흡 재활 강습을 제공하고 있습니다. 만성 폐쇄성 폐질환을 가지고 있다는 것만으로, 활기찬 삶을 살 수 없게 되는 아닙니다.