

REGĪNA OLŠEVSKA

Sajūta, ka trūkst elpas, var rasties dažādu iemeslu dēļ. Skrienot tā var pārņemt arī pavisam veselu cilvēku, kas nav radis pie fiziskām aktivitātēm. Taču, ja šī sajūta nepamet ilgāku laiku, jānoskaidro tās iemesls, kas var būt bronhiālā astma, kāda plaušu slimība, sirds kaite, anēmija, organisma pārslodzes izpausme vai medikamentu blakne.

Vienkārša metode – spirogrāfija

Visvienkāršākā elpošanas pārbaudes metode ir **spirogrāfija**, viegli veicama un nesāpīga izmeklējumus. "Spirogrāfiju ieteicams veikt gandrīz visiem pacientiem ar elpceļu slimībām, piemēram, hronisku bronhītu. Arī tad, ja pacients sūdzas par elpas trūkumu, šis izmeklējums ļaus pateikt, vai problēma ir elpceļos vai jāmeklē kāds cits iemesls," skaidro P. Stradiņa Kliniskās universitātes slimnīcas Pulmonoloģijas un alergoloģijas centra ārste Līga Ciekure.

Izmeklējuma laikā pacientam jāelpo caur mūti īpašā caurulīte, veicot dziļu ieelpu, pēc tam strauju, spēcīgu izelpu sešu sekunžu garumā. Tas ļauj noteikt un pierakstīt datus gan par pacienta plaušu tilpumu jeb izplešanās spēju, gan par gaisa plūsmas ātrumu elpceļos.

Izmeklējuma rezultāti, kurus izvērtē plaušu ārsts, palīdz noskaidrot, vai elpas trūkums rodas tādēļ, ka pacientam ir apgrūtināta gaisa plūsma elpceļu sašaurinājuma dēļ - kā tas ir bronhiālās astmas vai hroniskas obstruktīvas

Elpas trūkuma iemesli

Tos palīdz noskaidrot elpošanas funkcijas pārbaudes



TIMURA SUBHANKULOVA FOTO

Pulmonoloģe alergoloģe Līga Ciekure veic spirogrāfiju, lai noskaidrotu, kādēļ pacientam grūti elpot.

plaušu slimības (HOPS) gadījumā, vai tādēļ, ka ir samazināta plaušu izplešanās. Tā iemesls var būt gan sirds un asinsvadu slimības, gan pārmērīga aptaukošanās, gan problēmas ar mugurkaulu, piemēram, kifoskolioze, gan dažādas retas plaušu slimības.

Lai atklātu bronhiālo astmu

Spirogrāfijai bieži vien ir izšķirošā loma, lai noteiktu bronhiālās astmas vai hroniski obstruktīvas plaušu slimības (HOPS)

diagnozi. "Visiem smēķētājiem rodas iekaisums elpošanas ceļos, bet pušei attīstās HOPS. Diemžēl daļai slimību atklāj tikai tad, kad viņi nonākuši slimnīcā ar tās komplikācijām – plaušu karsoni un smagu elpošanas sistēmas mazspēju," uzsver ārste, iesakot visiem smēķētājiem pēc 35 gadu vecuma reizi gadā veikt spirogrāfiju, lai laikus atklātu un ārstētu šo plaušu slimību. HOPS pacientiem papildus tiek veikts arī visa ķermeņa **pletizmogrāfijas** izmeklējums, ar kuru

plaušas var atklāt tā saukto gaisa slazdu jeb telpu, kur nenotiek gaisa apmaiņa un kas liecina par neatgriezeniskiem plaušu bojājumiem.

Ja spirogrāfiju izmanto, lai pārliedzinātos, vai elpas trūkuma iemesls nav bronhiālā astma, papildus nepieciešams veikt arī **bronhodilatācijas testu**, kad spirogrāfija tiek veikta atkārtoti 15 minūtes pēc tam, kad pacients iedzer zāles, kas paplašina elpceļus. Ja pēc medikamentu lietošanas elpošanas funkcija ir uzlabojusies, pa-

cientam ir astma. Reizēm jāveic arī **bronhoprovokācijas tests**, kad pirms atkārtotas spirogrāfijas pacientam jāieelpo bronhus

VIEDOKLIS

Gimenes ārste un kardioloģe **Santa Abele**: "Ja pilnīgi vesels cilvēks sāk sūdzēties par elpas trūkumu, vispirms, protams, rodas aizdomas par kādām sirds problēmām, jo šobrīd sirds un asinsvadu slimības ir ļoti izplatītas. Plaušu slimības tomēr attīstās ilgākā laika periodā. Vispirms noteikti jāveic elektrokardiogramma. Ja izmeklējums neapstiprina aizdomas par sirds saslimšanu, ārsts nosūtīs uz papildu izmeklējumiem, tostarp spirogrāfiju. Mūsdienās lielākajā daļā ģimenes ārsta prakšu ir elektrokardiogrāfijas aparāts un ārsti ir ļoti apmācīti gan veikt šo izmeklējumu, gan analizēt iegūtos rezultātus."

sašaurināts līdzeklis. Tā kā bronhiālās astmas pacientam ir paaugstināta bronhu gļotādas jutība, izmeklējuma rezultāti ievērojami pasliktinās.

Ja nu sirds slimība?

Aizdzusas iemesls var būt arī sirds veselības problēmas, piemēram, sirds mazspēja, kuras dēļ mazajā asinsrites lokā rodas sastrēgums, apgrūtinot skābekļa nokļūšanu no ieelpotā gaisa asinsritē. "Cilvēki, it īpaši gados veci, nereti vienlaikus slimo ar vairākām slimībām, piemēram, HOPS un stenokardiju, tādēļ svarīgi noteikt elpas trūkuma cēlonus, lai varētu savlaicīgi sākt ārstēšanu un novērst aizdzusu," norāda Līga Ciekure.

Lai atšķirtu, kas izraisījis elpošanas traucējumus – sirds vai elpceļu slimība, izmanto **kardio-pulmonālās slodzes testu**. Šis izmeklējums atgādina sirds izturības pārbaudi – veloergometriju, kad pacients, kam pie ķermeņa pievienoti sensori, bet degunam un mutei uzlikta speciāla maska, minas uz velotrenažiera. Slodzei pakāpeniski pieaugot, tiek mērīts asinsspiediens, pierakstīta kardiogramma, veikta ieelpotā un izelpotā gaisa gāzu analīze.