

Behandling av KOLS – fokus på egenbehandling

Sykehistorie 1

En pasient med kjent kols, en 65 år gammel kvinne, oppsøker fastlegen for blodtrykkskontroll. Hun sluttet å røyke for 5 år siden, etter at hun hadde en relativ alvorlig forverring, behandlet med både antibiotika og prednisolon. Hun står nå på LAMA fast og SABA ved behov. Hun har også forhøyet blodtrykk og bruker ACE-hemmer for dette. Hennes kols er som den pleier å være: med tung pust når hun har gått opp to trapper, og en del hoste. Hun hadde en ny alvorlig forverring for 3 år siden, har ikke hatt alvorlig forverring siste år. Hun måtte bruke en del SABA i forbindelse med en ØLI for 3 mndr. siden.

Det høres enkelt pipelyder over lungene. Du tar en spirometri (se vedlegg) i tillegg til å måle blodtrykket (som er 145/92):

Hva kan pasienten selv gjøre for å begrense sine kols-plager?

Er det noe fastlegen kan gjøre? Ev en farmasøyt?

Sykehistorie 2

En 69 år gammel mann ble for en uke siden skrevet ut fra sykehuset etter en kolsforverring. Det er hans første sykehusinnleggelse pga kols, var innlagt med infarkt for 2 år siden og fikk en coronar stent. Han har hatt kols i 15 år, og har hatt en alvorlig forverring behandlet med enten prednisolon, antibiotika eller begge deler ca en gang i året de siste 5 år. Han står fast på ICS/LABA.

Han føler seg ikke helt restituert etter forverringen. Ved auskultasjon hører fastlegen knatrelyder basalt i inspiriet.

CRP: 12 mg/L

Spirometri: se vedlegg

Hva kan pasienten selv gjøre for å begrense sine kols-plager?

Er det noe fastlegen kan gjøre? Ev en farmasøyt?

(HM 2017)

Relevant egenbehandling , hentet fra

International Journal of COPD

Self-management behaviors to reduce exacerbation impact in COPD patients: a Delphi study

Yvonne JGKorpershoek^{1,2,*}

Joyce C Bruins Slot^{1,*}

Tanja W Effing^{3,4}

Marieke J Schuurmans^{1,2}

Jaap CATrappenburg¹

¹Julius Center for Health Sciences and Primary Care, University Medical Center Utrecht, ²Research Group Chronic Illnesses, University of Applied Sciences Utrecht, Utrecht, the Netherlands; ³Department of Respiratory Medicine, Southern Adelaide Local Health Network, ⁴School of Medicine, Flinders University, Adelaide, SA, Australia

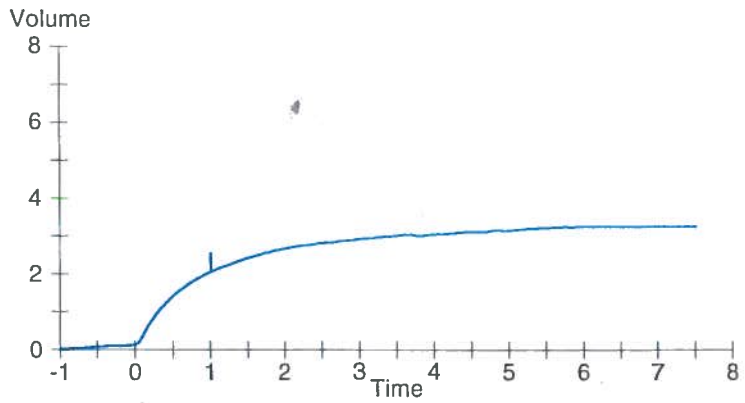
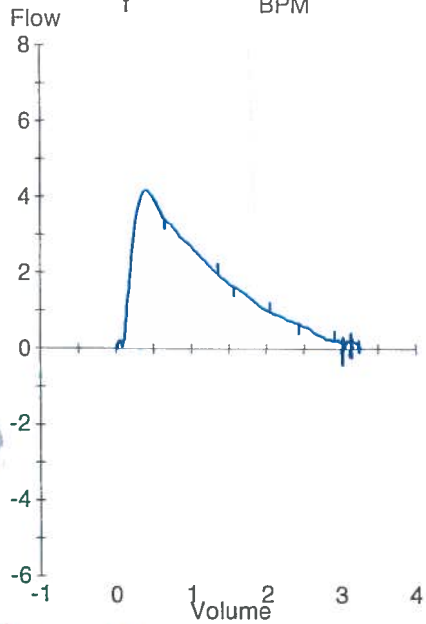
Table 4 Final self-management behaviors per phase of the conceptual model

| Phase | Relevant and feasible self-management behaviors |
|--------------------------------------|---|
| 1. Stable phase (low risk) | Adherence to pharmacotherapy (LABA/LAMA and/or ICS) |
| | Influenza vaccination uptake |
| | Daily physical activity |
| | Avoiding viral or bacterial stimuli |
| | Smoking cessation |
| 2. Mild deterioration | Early detection of symptom deterioration |
| 3. Exacerbation (including onset) | Early detection of an exacerbation |
| | Prompt treatment corticosteroids and/or AB (self-treatment) |
| | Prompt treatment corticosteroids and/or AB (contact with HCP) |
| | Manage stress and anxiety |
| 4. Recovery phase | Daily physical activity |
| | Completing treatment of antibiotics and/or corticosteroids |
| | Manage stress and anxiety (concerning current event) |
| | Adjusted exercise- and resistance-training |
| 5. Stable phase (at risk) | Daily physical activity |
| | Increased awareness for recurring exacerbation |
| | Early (re)start of pulmonary rehabilitation |



Name: ,
Gender: Female
Age: 65 Race: Caucasian
Height(in): 73 Weight(lb): 176
Any Info:

| Spirometry | | (BTPS) | PRED | PRE-RX BEST | %PRED | POST-RX BEST | %PRED | % CHG |
|--------------|--------|--------|------|----------------|-------|-----------------|-------|-------|
| FVC | Liters | | 4.02 | 3.32 | 83 | | | |
| FEV1 | Liters | | 3.17 | 2.04 | 65 | | | |
| FEV1/FVC | % | | 78 | 62 | | | | |
| FEF25-75% | L/min | | 164 | 74 | 45 | | | |
| IsoFEF25-75% | L/min | | | 74 | | | | |
| FEF75-85% | L/min | | | 25 | | | | |
| PEF | L/min | | 415 | 279 | 67 | | | |
| FET100% | Sec | | | 7.55 | | | | |
| FIVC | Liters | | | 0.02 | | | | |
| FEV1 | Liters | | 3.17 | 2.04 | 65 | | | |
| FIV1 | Liters | | | | | | | |
| FEF/FIF50 | | | | | | | | |
| Vol Extrap | Liters | | | 0.13 | | | | |
| FVL ECode | | | | 011000 | | | | |
| MVV | L/min | | | | | | | |
| f | BPM | | | | | | | |



Comments:

Interpretation:

CALIBRATION: Pred Volume: 3.00 Expire Avg: 3.01

Inspire Avg: 3.00

Flow Cal Date: 09/09/15

() = OUTSIDE 95% CONFIDENCE INTERVAL

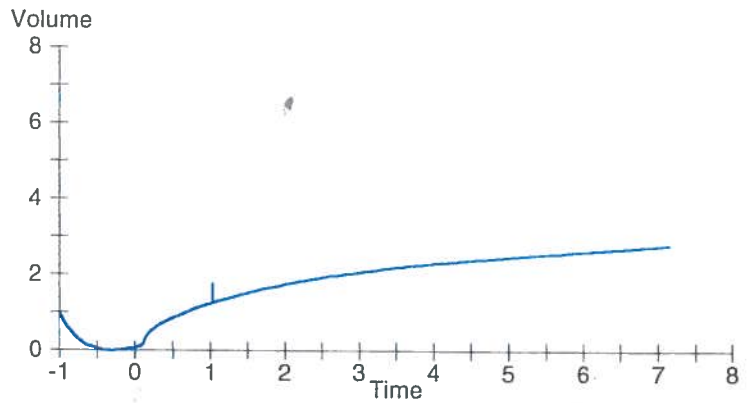
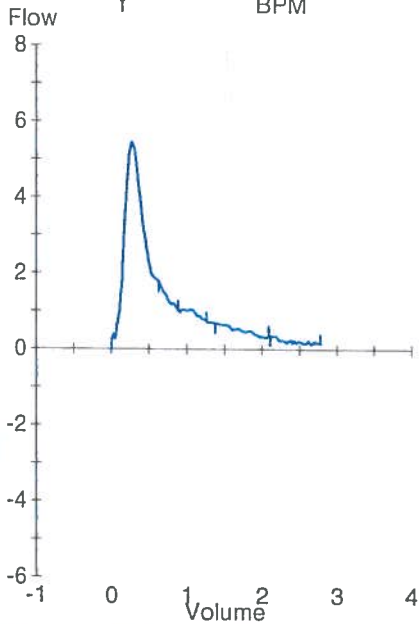
PF Reference: Langhammer 2001

Version: IVS-0101-28-3b



Name: ,
Gender: Male
Age: 69 Race: Caucasian
Height(in): 71 Weight(lb): 191
Any Info:

| Spirometry | | (BTPS) | PRED | PRE-RX BEST | %PRED | POST-RX BEST | %PRED | % CHG |
|--------------|--------|--------|------|----------------|-------|-----------------|-------|-------|
| FVC | Liters | | 4.55 | 2.83 | 62 | | | |
| FEV1 | Liters | | 3.60 | 1.29 | 36 | | | |
| FEV1/FVC | % | | 79 | 46 | | | | |
| FEF25-75% | L/min | | 187 | 30 | 16 | | | |
| IsoFEF25-75% | L/min | | | 30 | | | | |
| FEF75-85% | L/min | | | 13 | | | | |
| PEF | L/min | | 515 | 328 | 64 | | | |
| FET100% | Sec | | | 7.11 | | | | |
| FIVC | Liters | | | 0.00 | | | | |
| FEV1 | Liters | | 3.60 | 1.29 | 36 | | | |
| FIV1 | Liters | | | | | | | |
| FEF/FIF50 | | | | 4.38 | | | | |
| Vol Extrap | Liters | | | 0.12 | | | | |
| FVL ECode | | | | 000010 | | | | |
| MVV | L/min | | | | | | | |
| f | BPM | | | | | | | |



Comments:

Interpretation:

CALIBRATION: Pred Volume: 3.00 Expire Avg: 2.95

Inspire Avg: 3.00

Flow Cal Date: 09/15/15

() = OUTSIDE 95% CONFIDENCE INTERVAL

PF Reference: Langhammer 2001

Version: IVS-0101-28-3b