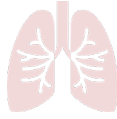


## KOL

(PUALLUUT ANIGUGASSAANNGITSOQ)



**Sunaana?** KOL pualluutaavoq anigugassaanngitsoq, puaat ipiutaasartaasa kigaatsumik nungujartornerat, tamatumalu kingunerisaanik anernikilliuleralluttuinarneq.

**Sumik patsiseqarpa?** KOL tupatornermik patsiseqarajuppoq kingornuttakkanilli avatangiisinullu tunngasunik allanik patsiseqarsinnaalluni.

### Kikkut misissortissapat?

- Tupatortut.
- Anernikilliortut, nuattalimmik quersortut akulikitsunillu puaminni nuammik nipititsisartut.

**Qanoq ilillugu suussusersineqartarpa?** Puaat sulisinnaassusaanik misissuinikkut nappaat suussusersineqartarpoq. Sapinngisamik pilertortumik svisuumillu silammut anersaarnikkut uuttuisoqartarpoq. Misissuinerup inerner, KOL nappaatigineqarneranik immaqalu nappaatip qanoq peruluutaatigineranik paasiniaanermi atornerqartarpoq.

**Qanoq nakorsarneqartarpa?** Tupatorunnaarneq nakorsaanermi pingaarnersaavoq. Puaat sulisinnaassusaat annikilleqqunagu timimik atuineq taamatulli pingaaruteqartigaaq. KOL-imik nappaateqarnerit suussusersineqarpat, nakorsaat najuussugassaq, anersaartuutit ameraasaasa sunnerneqarnerannik annikillisisartooq puaallu sulluinik nerukillimasunik neruttisartooq atorlugu nakorsaneq aallartinneqassaaq. Nakorsaat najuussugassaq nappaatip ajorne-rulernissaanut pitsaaliuutaavoq. Taama nappaatillit ilaasa nuammut palangarsaat iluaqutigisinnaasarpaat. KOL-ip ajorteriaaarnerani antibiotikamik hormonimillu tartut uiguusa ammut aniatitaannik sivikitsumik nakorsartinnissaq pisa-riaqartissinnaasavat.

**Illit nammineq qanoq iliorsinnaavit?** Tupatornaveersaarit. Timit atoruk. Nittartakkami: [min.medicin.dk](http://min.medicin.dk) -mi nakorsaativit najuussugassap eqqortumik atornerqarnissaanik takutitsisumik naatsunik filmiliaqarpoq.

KOL-imik nappaateqaruit nappaatit ajornerulissutigisinnaasaanik nuammik nipititsisarnissamat qaninnerussaait. Taamaammatt ukiut tamaasa influenzamat akiuussutissinneqartarnissaq puakkullu nuammik nipititsinikkut aseruuttoorsinnaanermut akiuussutissinneqarnissaq innersuussutaapput.

**KOL-imik nappaatilinnik misissuisarneq:** KOL-imik nappaateqaruit ukiumut ataasiarlutit misissortittarnissat pingaaruteqarpoq.

### PIFFISSAMIK INNIMINNIFFISSAQ

- Tlf. 34 43 33, ulluinarni nal. kl. 9:00-10:00
- [doktor.gl](http://doktor.gl) (Saaffiginninnerup suussusaa qineruk)

### Piffissarisannut aggersinnaajunnaaruit nalunaarutiginiariuk:

- 34 43 33 nal. 9:00-10:00
- [doktor.gl](http://doktor.gl) (qineruk: Inniminiisnaanermik taamaatitsineq)
- 34 44 00

Ikinngutinnersumik inuulluaqqustilluta

**Inuunerissaavik Steno** Kalaallit Nunaat Steno Diabetes Center Grønland [steno.gl](http://steno.gl) • [facebook.com/InuunerissaavikSteno](https://www.facebook.com/InuunerissaavikSteno)



## KOL

### (KRONISK OBSTRUKTIV LUNGESYGDOM)



**Hvad er KOL?** KOL er en kronisk sygdom i lungerne, hvor lungevævet langsomt bliver ødelagt, hvilket medfører tiltagende åndenød.

**Hvad skyldes KOL?** KOL skyldes oftest rygning men kan også skyldes arvelige og andre miljøfaktorer.

#### Hvem skal undersøges?

- Rygere.
- Ved symptomer som åndenød, hoste med slim fra lungerne og hyppige lungeinfektioner.

**Hvordan stilles diagnosen?** Diagnosen stilles ved, at du får målt din lungefunktion. Målingen foregår ved, at du skal puste luften ud så hurtigt og længe som muligt. Resultatet bruges til at finde ud af, om der er tale om KOL og evt. i hvilken grad du har sygdommen.

**Hvad er behandlingen?** Rygestop er den vigtigste behandling mod KOL. Fysisk aktivitet er en ligeså vigtig del af behandlingen for at bevare lungefunktionen. Har du diagnosen KOL, startes du op i behandling med inhalationsmedicin, der dæmper irritationen og udvider de forsnævrede luftveje. Inhalationsmedicinen forebygger forværring af sygdommen. Nogle kan have gavn af slimløsende medicin.

Ved akut forværring af KOL, kan du have brug for en kortvarig behandling med antibiotika og binyrebarkhormon.

**Hvad kan du selv gøre?** Undgå tobaksrygning. Vær fysisk aktiv. På hjemmesiden [min.medicin.dk](http://min.medicin.dk) er der korte filmklip, der viser hvordan du tager din inhalationsmedicin korrekt. Har du diagnosen KOL, er du mere udsat for at få lungebetændelser, som kan forværre din KOL. Derfor anbefales influenzavaccinen hvert år samt vaccine mod lungebetændelse.

**KOL status:** Hvis du har KOL, er det vigtigt, at du kommer til kontrol 1 gang om året.

#### TIDSBESTILLING

- Tlf. 34 43 33, alle hverdage kl. 9:00-10:00
- [doktor.gl](http://doktor.gl) (Vælg ønskede konsultation)

**Husk at melde afbud**, hvis du er forhindret på:

- 34 43 33 i telefontiden
- [doktor.gl](http://doktor.gl) (Vælg: "Aflysning af tid")
- 34 44 00

Venlig hilsen

**Inuunerissaavik Steno** Kalaallit Nunaat  
Steno Diabetes Center Grønland  
[steno.gl](http://steno.gl) • [facebook.com/InuunerissaavikSteno](https://facebook.com/InuunerissaavikSteno)

