



## Ti liv #3: OPRESYON AK BWONKODILATÈ

Souf anlè ak difikilte pou respire nan opresyon yo koze pa retresisman vwa respiratwa yo — ke yo rele tib bwonch—nan poumon yo. Youn nan kòz enpòtan retresisman nan tib bwonch yo se kontraksyon nan misk yo ki prezan nan yon sèk oswa espiral alantou tib sa yo. Nan opresyon, kontraksyon nan misk sa yo lakòz tib bwonch yo vin pi etwat pase nòmal.

### Medikaman pou Louvri Tib Bwonch yo Pi Laj

Bwonkodilatatè yo se medikaman ki koze misk bwonch yo relaks epi, kòm yon rezilta, tib bwonch yo louvri pi laj oswa dilate. Lè misk sa yo relaks, tib bwonch yo ka anjeneral louvri konplètman ankò epi respirasyon an ka revin nòmal. Nou di "anjeneral" paske pafwa pwòp tib bwonch yo anfle epi yo plen ak mikis. Si gonfleman ak blokaj sa a nan tib bwonch yo prezan, lè sa a, yon medikaman bronkodilatatè pral sèlman pote soulajman pasyèl nan sentòm opresyon yo. Nan ka sa a, menm lè yo fè misk bwonch yo relaks, tib bwonch yo rete pasyèlman retresi ak bloke. Li enpòtan pou sonje, lè sa a, lè yo itilize pou kont yo, bronkodilatatè yo trete sentòm opresyon, men pa pwopriyete enflamasyon alabaz nan tib bwonch yo.

Nan ti liv sa a nou diskite sou divès tip medikaman bronkodilatè ak efè yo nan opresyon. Premyèman, pou w konprann pi byen ki jan bronkodilatatè fonksyone, li nesesè pou eksplòre yon ti kras plis sou misk bwonch yo.

### Misk Bwonch Yo Se Misk "Envolontè".

Misk ki nan kò nou yo sou ki nou genyen kontwòl konsyan yo rele misk "volontè". Si nou vle, nou ka fè bra ak janm nou yo bouje lè nou pwovoke kontraksyon misk volontè yo nan bra nou ak janm nou. Yon lòt kote, anpil misk nan kò nou yo kontwole enkonsyaman. Pou egzanp, nou pa gen okenn kontwòl konsyan sou batman misk kè nou oswa kontraksyon misk vant nou yo. Tankou misk sa yo, misk ki ozalantou tib bwonch nou yo se misk "envolontè"; yo anba kontwòl sistèm nève nou an men yo pa kontwole pa pati panse nan sèvo nou an.

### Kontraksyon Misk Bwonch yo

Malgre ke misk bwonch yo pa travay byen vit tankou misk volontè yo, yo ka peze oswa kontrakte sou apeprè yon minit oswa de. Nenpòt moun ki gen opresyon ki te santi aparisyon rapid yon pwa senkant sou lestonmak yo ak difikilte pou respire ak souf anlè—pa egzanp, apre yo fin kouri nan yon jou frèt oswa apre yo te ekspozè a lafimen oswa sant ki fò—konnen efè kontraksyon misk bwonch ak rapidite li ka devlope. Bon nouvèl ki la se ke relaksasyon misk bwonch sa yo ka rive ak menm vitès la tou, sou yon peryòd de jis kèk minit, sa ki pèmèt tib bwonch yo elaji ankò epi pou respirasyon an fèt alèz.

## Bwonkodilatè ak Egzèsis

Si sentòm opresyon yo devlope apre youn moun fin kouri nan yon jou frèt, misk bwonch yo, depi pa gen plis eksitasyon, pral anjeneral relaks gradyèlman poukont yo sou apeprè inèdtan oswa mwens epi sentòm opresyon yo pral disparèt. Bwonkodilatè yo se medikaman ki itilize paske yo akselere pwosesis relaksasyon misk bwonch yo epi yo ka itilize yo pafwa pou prevni oswa bloke kontraksyon misk bwonch yo. Ou ka te deja konstate sa ou menm. Si w itilize medikaman bwonkodilatè w anvan w fè egzèsis, ou ka anmezi pou w evite devlope souf anlè, tous, ak souf kout. Si w sèvi ak bwonkodilatè ou apre fè egzèsis te koze ou sentòm, medikaman an jeneralman soulaje sentòm yo nan 5 minit oswa mwens. Epi, si ou tou senpleman sispann fè egzèsis epi tann, ou gradyèlman vin pi byen ankò sou pwochen 30-60 minit yo apeprè.

## Chwa Pami Bwonkodilatè

Bwonkodilatè yo ka pran nan diferan fòm. Yo ka respire kòm yon espre oswa vapè dlo, vale kòm yon grenn, kapsil, oswa likid, epi pafwa bay kòm yon piki oswa yon medikaman nan venn (atravè yon zegwi nan yon veso sangen). Avantaj nan aspire bwonkodilatè yo se ke medikaman an ale rapidman ak dirèkteman nan misk bwonch yo; li pa oblije pase nan vant ak veso sangen yo pou rive la. Kòm yon rezilta, bwonkodilatè pou aspire yo anjeneral pi fò epi yo gen mwens efè segondè dezagreyab pase bwonkodilatè pou vale yo.

## Bwonkodilatè Beta-Agonis

Tankou pifò medikaman, bwonkodilatè yo ka gwoupe an "fanmi" jeneral oswa gwoup medikaman ki baze sou pwopriyete chimik yo. Fanmi bwonkodilatè yo plis itilize nan moman sa a rele beta-adrenèjik oswa beta agonis pou kout. Beta, lèt grèk "B" a, tou senpleman fè distenksyon ant fanmi medikaman sa a ak yon gwoup diferan ki make ak lèt grèk pou "A," alfa. Agonis yo dekri medikaman ki estimile yon bagay, epi nan ka sa a, li refere a eksitasyon misk bwonch yo pou relaks. Adrenèjik refere a pwopriyete kouwè adrenalin medikaman sa yo gen.

Gen kèk nan bwonkodilatè beta-agonis ki aspire yo fonksyone pou detann misk lis bwonch yo pandan apeprè 3-4 èdtan anvan efè yo disparèt epi yo rele bwonkodilatè aksyon kout (SABA, pou abreje). Egzanp SABA ou kapab konnen enkli medikaman jenerik albuterol ak levalbuterol ak non mak yo tankou *ProAir*<sup>®</sup>, *Proventil*<sup>®</sup>, *Ventolin*<sup>®</sup>, ak *Xopenex*<sup>®</sup>.

Yo disponib nan bwat ki sou presyon ("inalatè ki mezire dòz," pafwa yo refere yo kòm "ponp"); nan inalatè ki aktive ak fòs souf ou rale a ("inalatè poud-sèch"); epi sou fòm yon likid ki ka konvèti, ak itilizasyon yon machin ki rele yon nebilizè, nan yon vapè ki apwopriye pou aspire.

Lòt bwonkodilatè beta-agonis ki aspire yo gen yon dire aksyon apeprè 12 èdtan epi yo rele beta agonis aksyon long (LABAs). Yon beta-agonis gen yon efè bwonkodilatè pandan tout 24 èdtan epi yo ta ka konsidere kòm yon iltra-LABA. LABA yo rele formoterol ak salmeterol (*Serevent*<sup>®</sup>), epi ultra-LABA a se vilanterol. Nan opresyon bwonkodilatè aksyon long sa yo fèt

## Opresyon ak Bwonkodilatè

pou pran sèlman an konbinezon ak yon estewoyid pou aspire, jamè pou kont li. Plizyè inalatè, tou de sa ki mezire dòz ak poud-sèch, ki konbine yon LABA oswa iltra-LABA a ak yon estewoyid pou aspire yo disponib. Non mak yo enkli *Advair*<sup>®</sup>, *AirDuo*<sup>®</sup>, *Breo*<sup>®</sup>, *Dulera*<sup>®</sup>, *Symbicort*<sup>®</sup>, ak *Wixela*<sup>®</sup>. Lè w sèvi avèk yon nebilizè, yon moun ka pran tou de fòmilyasyon likid yon LABA, formoterol (*Perforomist*<sup>®</sup>) oswa derive li arformoterol (*Brovana*<sup>®</sup>), ak fòmilyasyon likid yon kortikoestewoyid pou aspire, budesonide (*Pulmicort*<sup>®</sup>).

Yon karakteristik enpòtan nan bwonkodilatatè beta-agonis yo se a ki vitès yo kòmanse aji. Tout SABA yo kòmanse relaks misk bwonch yo epi yo aji pou soulaje respirasyon difisil pandan menm sèlman 3-5 minit. Menm bagay la tou aplike pou youn nan LABA yo: formoterol. Kòm yon rezilta, medikaman sa yo ka konsidere kòm "soulajman-rapid" epi pafwa yo refere yo kòm medikaman "sekou". Gen lòt moun ki sèvi ak ekspresyon "inalatè dijans", men ou pa bezwen retade itilizasyon yo jiskaske ou nan yon sitiyoasyon dijans!

Gen kèk nan bwonkodilatatè beta-agonis yo ki disponib tou sou fòm grenn. Malgre ke souvan li pi pratik pou vale yon grenn pase pou sèvi ak yon inalatè, menm medikaman sa yo lè yo pran pa bouch jeneralman yo pa osi fò epi yo gen tandans gen plis efè segondè dezagreyab pase lè moun respire yo. Efè segondè ki pi komen nan beta agonis yo se boulesman, ajitasyon, kè bat fò, latranblad, ak yon santiman sou tansyon. Beta agonis pa koze tansyon wo.

## Bwonkodilatatè antikolinèjik

Yon lòt fanmi bwonkodilatatè fonksyone pou relaks misk lis bwonch yo lè yo bloke chemen sistèm nève yo (yo rele chemen kolinèjik) ki aji pou koze misk bwonch yo kontrakte. Pandan plizyè ane, itilizasyon yo te limite a moun ki gen maladi poumon kwonik obstriktif (COPD), ki gen non anfizèm ak/oswa bwonchit kwonik. Menm jan ak LABA yo ak ultra-LABA, yo te kreye pou travay pandan 12-24 èdtan. Yo menm tou gen tinon: antagonis miskarinik aksyon-long oswa LAMAs. Okazyonèlman yo ka ranplase LABA yo nan moun ki gen yon entolerans a agonis beta. Pi souvan yo itilize yo anplis de LABA (ansanm ak yon estewoyid aspire) nan moun ki gen opresyon difisil pou kontwole. Yon egzantp yon inalatè konbinezon ki gen yon ultra-LABA, yon esteroyid pou aspire, ak yon LAMA yon fwa pa jou se inalatè poud sèch ki konbine vilanterol, fluticasone furoate, ak umeclidinium, non mak *Trelegy*<sup>®</sup>. Efè segondè nan LAMA yo pa anpil, sa ki pi komen yo se bouch sèch. Gason ki pi aje yo ka santi plis retansyon pipi, epi moun ki gen glòkòm ta dwe kontwole presyon je yo lè yo kòmanse yon LAMA.

## Fanmi Bwonkodilatatè Theophylline

Yon lòt fanmi medikaman bwonkodilatatè disponib sèlman pou vale oswa enjekte nan venn: fanmi theophylline. Istorikman, avantaj espesyal gwoup bwonkodilatatè sa yo se ke ak kèk grenn oswa kapsil, bwonkodilatatè a ta rete nan san an pou 12-24 èdtan apre yo fin pran medikaman an, sa ki fè li posib pou itilize yon fwa oswa de fwa pa jou ak benefis kontinyèl pandan tout jounen an, ki enkli lannwit lan. Sepandan, bwonkodilatatè yo *aspire* yo ki gen aksyon pwolonje, ak menm dire long aksyon sa a, an majorite te ranplase theophylline pou tretman opresyon an. Gen plizyè gwo dezavantaj nan bwonkodilatatè theophylline. Yo pa osi fò

## Opresyon ak Bwonkodilatè

ke beta agonis yo; yo fasil pou gen efè segondè dezagreyab, espesyalman malèz nan lestomak, zantray ki lach, ensomni, ak ajitasyon; epi detanzantan yo ka gen efè danjere (rit kè anòmal ak kriz malkadi) lè twòp kantite theophylline antre nan san an (yon twòp gwo dòz). Kòm yon rezilta, yo raman preskri theophylline sèjousi pou tretman opresyon.

## Ki Sa Bwonkodilatè Yo Pa Fè

Li enpòtan sonje ke se pa tout opresyon ki korije lè w koze misk bwonch yo pou relaks. Gonfleman tib bwonch yo ak blokaj yo avèk mikis — aspè yo nan opresyon ke nou refere kòm "enflamasyon" -- pa disparèt lè misk bwonch yo relaks. Si w itilize medikaman bwonkodilatè w la epi w pa jwenn soulajman nan sentòm opresyon w yo, pwoblèm nan ka pa ak bwonkodilatè a. Bwonkodilatè pa ka rezoud tib bwonch ki anflame yo. Lòt medikaman disponib pou trete lòt aspè opresyon sa a, tankou medikaman anti-enflamatwa yo. Sonje byen: si w gen difikilte ak opresyon w la ki pa rezoud lè w sèvi ak bwonkodilatè w la, gen lòt kalite tretman ki disponib epi gen anpil chans pou w bezwen yo. Founisè medikal ou a ka preskri yo pou ou epi ede gide w sou fason pou w itilize yo.