



Ti liv #2: KISA "ENFLAMASYON" VLE DI NAN OPRESYON?

Yon prensip de baz ki ede nou konpran ki sa ki opresyon ak chwa sou tretman li se konsèp "*enflamasyon*" nan opresyon. Dapre dekouvèt syantifik yo pandan plizyè deseni ki sot pase yo, opinyon nou sou sa opresyon ye te chanje dramatikman. Fwaye a pa chita sèlman sou jennman nan pasaj respiratwa a (tib bwonch) ankò akòz kontraksyon nan misk bwonch ki antoure tib sa yo (ki refere kòm "bronkospas"). De pli zan pli, gen anfas sou enpòtan ki genyen nan enflamasyon nan tib bwonch yo epi tretman avèk medikaman ki apeze enflamasyon sa a (medikaman anti-enflamatwa). Ti liv sa a diskite sou ki sa enflamasyon nan opresyon vle di, e poukisa li tèmman enpòtan pou trete enflamasyon sa a, menm si li pa lakòz nou okenn sentòm, tankou tous oswa souf anlè oswa souf kout.

Lòt Egzanp Enflamasyon

Enflamasyon se yon tèm yo itilize nan medsin pou dekri fason kò a reyaji a divès kalite blesi, iritasyon, oswa enfeksyon. Enflamasyon pran plizyè fòm. Yon kout solèy se yon tip enflamasyon nan po a an reyaksyon a reyon iltravyolèt limyè solèy la. Gratèl plant lagratèl se yon lòt kalite enflamasyon nan po a, yon reyaksyon alèjik ak gonm kouwè lwil ki sou fèy plant lagratèl la.

Enflamasyon Ka Serye oswa Kwonik

Menm jan ak de egzanp sa yo, kèk tip enflamasyon dire pou yon ti tan sèlman epi yo ale lè yo retire kòz iritasyon an. Sepandan, lòt tip enflamasyon ka dire plizyè mwa oswa ane oswa menm tout lavi a. Toujou lè w konsidere enflamasyon nan po a, soriyazis se yon egzanp yon enflamasyon ki dire lontan oswa kwonik. Menm jan an tou, atrit rimatoyid se yon maladi enflamatwa kwonik nan jwenti kò yo.

Kit li dire kout (serye) oswa lontan (kwonik), enflamasyon ka ale san yo pa kite yon tras. Lòt fwa, enflamasyon ka fè sikatris ak chanjman pèmanan nan kò a.

Pandan Atak Opresyon yo, Tib Bwonch yo Vin Anflame Serye

Yo te konnen depi lontan ke enflamasyon serye nan tib bwonch yo rive pandan atak opresyon. Tib bwonch yo vin anfle epi yo vin pi piti epi mikis yo sekrete nan tib yo de glann ki nan mi tib yo. Anflamasyon nan tib yo ansanm ak blokaj yo avèk mikis fè li difisil pou respire. Ou ka touse mikis epè, kolan sa a pandan yon kriz opresyon ou.

Opresyon se yon Enflamasyon Kwonik nan Tib Bwonch yo

Yon dekouvèt medikal enpòtan nan fen dènye syèk la se te ke kèk enflamasyon prezan nan tib

Kisa "Enflamasyon" Vle Di nan Opresyon?

bwonch yo nan pifò moun ki gen opresyon menm lè yo santi yo byen ak lè yo respire nòmal. Yo pa vrèman konnen kòz enflamasyon kwonik sa a, byenke nan anpil ka li gen aparans tankou yon reyaksyon alèji. Enflamasyon an ka lejè, tèlman lejè ke li pa lakòz jennman tib bwonch yo. Men, prezans pèsistan oswa kwonik enflamasyon an pwobableman kontribye nan fè tib bwonch yo fouti jennman anòmal. Nan opresyon yo di tib bwonch yo "fasil pou gen sakad" oswa tandans pou kriz fasil oswa vin etwat. Sa ki fè tib bwonch yo "fasil pou gen sakad" oswa siseptib a yon varyete de estimilasyon nan monn alantou nou -- ke se pousyè ke se fè egzèsis oswa pwal chat oswa lè frèt -- se omwen an pati prezans pèsistan enflamasyon tib bwonch yo.

Fason pou Apeze Enflamasyon nan Opresyon

Nou poko konnen ki jan pou konplètman rete enflamasyon an nan opresyon. Poutan, gen fason efikas pou apeze li. Toudabò se pou idantifye bagay sa yo ki estimile enflamasyon an dabò epi debarase yo soti nan anviwònman an, sa vle di soti nan lè ke nou respire a. Kèk bagay, tankou lafimen sigarèt ak polisyon nan lè a, san lè agrave enflamasyon tib bwonch nenpòt moun ki gen opresyon. Lòt bagay, tankou pwal chat oswa pousyè kay, lakòz enflamasyon opresyon sèlman nan moun sa yo ki espesyalman fè alèji ak chat oswa mit pousyè. Pafwa tèl alèji itil pou idantifye bagay yon moun fè alèji, ak objektif pou diminye oswa elimine valè kontaminasyon avèk yo (gade ti liv [Tès Alèji nan Opresyon an](#), ki prepare pa Sant Opresyon (Asthma Center) Mass General Brigham). Nan yon moun ki alèji anpil ki gen opresyon, iminoterapi pou alèji ("vaksen alèji") ka jwe yon wòl nan bloke oswa defile reyaksyon opresyon a alèjèn espesifik ke yon moun ap plede ekspeze a.

Medikaman Ka Ede Diminye Enflamasyon nan Tib Bwonch yo

Lòt fason prensipal pou diminye enflamasyon kwonik nan tib bwonch yo se pran medikaman ki siprime li. Sa yo se medikaman anti-enflamatwa pou opresyon. Lè yo diminye enflamasyon opresyon nan tib bwonch yo, yo amelyore respirasyon epi, sa ki enpòtan, diminye chans pou gwo kriz opresyon oswa "atak". Yo fèt pou fè tib bwonch yo sanble ak konpòte yo plis tankou nòmal, epi konsa yo mwens "fasil pou gen sakad".

Medikaman ki pi rekòmande yo se anti-enflamatwa kòtikoestewoyid ("estewoyid") yo pran pa aspire. Yo menm jan ak kòtikoestewoyid pou sifas kò a ke ou ka aplike sou po ou pou yon gratèl po alèji kwonik tankou ekzema. Pafwa yo pran yo poukont yo (non mak yo enkli *Alvesco*®, *Arnuity*®, *Asmanex*®, *Flovent*®, *Pulmicort*®, ak *Qvar*®), epi pafwa yo preskri yo kòm yon flitè ki konbine ki enkli tou yon bwonkodilatatè pou detann misk bwonch yo (non mak yo enkli *Advair*®, *AirDuo*®, *AirSupra*®, *Breo*®, *Dulera*®, *Symbicort*®, ak *Wixela*®).

Yon lòt gwoup medikaman anti-enflamatwa, yo pran kòm grenn, yo refere yo kòm "anti-leukotrienes" oswa "modifikatè leukotriene" paske yo bloke yon klas nan pwodwi chimik ki ankouraje enflamasyon nan tib bwonch azmatik, leukotrienes yo (pwononse: lou-ko-tra- ins). Malgre ke yo itil nan kèk moun ki gen opresyon, yo pa jeneralman efikas tankou estewoyid yo aspire. Non mak modifikatè leukotriene yo enkli *Accolade*®, *Singulair*®, ak *Zyflo*®.

Kisa "Enflamasyon" Vle Di nan Opresyon?

Pi resamman, yo te devlope yon gwoup medikaman ki trèz espesifik pou bloke molekil kle ki enpòtan nan pwomouvwa enflamasyon azmatik tib bwonch yo. Kòm yon gwoup, pwoteyin trè vize sa yo, yo bay pa piki, yo konnen kòm antikò monoklonal epi yo souvan refere yo kòm "biyolojik." Deplizanpli, antikò monoklonal yo konn itilize pou trete tout varyete maladi enflamatwa kwonik, ki enkli enflamasyon nan jwenti yo (atrit rimatoyid), po (soryazi ak ekzema), ak kolon (kolit ilsè). Nan opresyon yo rezève kounye a pou maladi ki difisil pou kontwole ki pa amelyore ak estewoyid aspire ak/oswa modifikatè leukotriène. Egzanp yo enkli *Cinqair*[®], *Dupixent*[®], *Fasenra*[®], *Nucala*[®], *Tezspire*[®], ak *Xolair*[®].

Medikaman sa yo ka kenbe enflamasyon tib bwonch yo nan yon minimòm pandan w ap pran yo; si ou sispann medikaman anti-enflamatwa yo, enflamasyon an nan tib bwonch yo anjeneral retounen nan kèk semèn nan sa li te ye anvan w pran medikaman yo.

Yon nouvo apwòch nan trete opresyon enplike administre yon estewoyid pou aspire ansanm ak yon bwonkodilatatè ki aji rapid chak fwa sentòm opresyon yo mande pou soulajman rapid. Apwòch tretman sa a, refere kòm "soulajman anti-enflamatwa" oswa "AIR," te montre ke yo diminye frekans atak opresyon grav. Gen lè pran yon medikaman pou diminye enflamasyon chak fwa ke ou gen sentòm opresyon aktif yo sanble bay kantite adekwa medikaman ki diminye enflamasyon an apwen.

"Medikaman Anti-Enflamatwa Ki Pa Estewoyid Yo" Pa Travay Pou Enflamasyon Opresyon.

Yon tip medikaman anti-enflamatwa fonksyone pou enflamasyon atrit men li pa efikas nan opresyon. Yo rele sa yo "*medikaman anti-enflamatwa ki pa estewoyid*" oswa NSAIDs. Yo gen ladann yo aspirin, ibipwofèn, naproxen, *Advil*[®], *Motrin*[®], *Naprosyn*[®], *Ansaid*[®], ketorolac, ak anpil lòt ankò. Nonsèlman gwoup medikaman sa a pa ede trete enflamasyon opresyon an, men kay kèk moun ki gen opresyon - moun ki idantifye ak "maladi respiratwa ki vin pi grav ak aspirin" - nenpòt nan medikaman NSAID sa yo ka lakòz yon atak opresyon, souvan youn ki grav anpil (gade ti liv, [Opresyon ak Sansibilite Aspirin](#), ki prepare pa Sant Opresyon (Asthma Center) Mass General Brigham).

Tretman Prevantif nan Opresyon

Lè gwo anfleman nan tib bwonch yo ak twòp pwodiksyon mikis lakòz tous, souf anlè, ak souf kout, li klè ke medikaman anti-enflamatwa pwisan yo nesèsè pou retabli respirasyon konfòtab. Men, poukisa li rekòmande pou anpil moun ki gen opresyon yo pran medikaman anti-enflamatwa yo chak jou, menm lè yo santi yo byen? Lide a se ke lè w diminye enflamasyon kwonik ki pèsistan ki prezan, sansiblite ki kache oswa "tandans pou sakad" tib bwonch yo diminye. Moun nan vin mwens siseptib a posiblite pou devlope yon atak opresyon akòz yon anfleman grav ak kriz sakad nan misk bwonch yo. Medikaman anti-enflamatwa yo pwotektè oswa prevantif. Souvan yo bezwen pran chak jou pou anpeche sentòm opresyon yo devlope. Nan moun ki gen opresyon ki te aktif ak annuiyan, objektif pou bon swen opresyon se pou anpeche sentòm opresyon yo devlope olye soulaje yo ak medikaman chak fwa yo deja parèt.

Medikaman Anti-Enflamatwa yo ka Itilize Chak Jou San Danje

Medikaman yo itilize pou trete enflamasyon nan opresyon yo gentan ap sèvi depi plis pase 50 ane. Yo kwè ke yo san danje lè yo itilize chak jou: yo pa pèdi efikasite yo avèk letan; yo pa lakòz ou vin depandan ("*adikte*") ak yo; epi yo raman lakòz pwoblèm medikal grav menm apre plizyè deseni nan itilize.

Poko gen tretman gerizon ki egziste pou opresyon, men itilizasyon medikaman anti-enflamatwa yo regilyeman ka fè tib bwonch ki anflame nan moun ki fè opresyon yo plis tankou nòmal, sentòm opresyon yo disparèt piti piti, epi gen mwens chans pou risk pou yon atak opresyon.