

Os Serviços de Saúde apelam aos residentes para prestarem atenção à função pulmonar em resposta ao “Dia Mundial da Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica

O dia 20 de Novembro é o “Dia Mundial da Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica”, estabelecido pela Organização Mundial de Saúde e pela Organização Mundial de Promoção da Doença Pulmonar Obstrutiva Crítica. O tema deste ano é “Know Your Lung Function”. Espera-se que, em conjugação com a força dos profissionais de saúde e das associações de doentes, se possa chamar a atenção de todo o mundo e aprofundar o conhecimento sobre a doença pulmonar obstrutiva crónica.

A doença pulmonar obstrutiva crónica é uma das doenças crónicas mais comuns que ameaçam gravemente a vida humana, e em média, uma pessoa morre desta doença a cada 10 segundos em todo o mundo. De acordo com os dados de 2023 da Direcção dos Serviços de Estatística e Censos (DSEC), as doenças crónicas das vias respiratórias inferiores são a oitava causa de morte em Macau, sendo que o número de mortes por doença pulmonar obstrutiva crónica representou 88,5% de todas as mortes por doenças crónicas das vias respiratórias inferiores nesse ano.

A doença pulmonar obstrutiva crónica é facilmente negligenciada

Os Serviços de Saúde afirmaram que a doença pulmonar obstrutiva crónica é causada por inflamação respiratória de longa duração que leva à estenose brônquica, resultando na obstrução do fluxo de ar durante a expiração. Os sintomas comuns incluem tosse prolongada, tosse, expectoração, falta de ar, dificuldade em respirar em casos graves, entre outros. Contudo, os sintomas iniciais não são óbvios. Por exemplo, a tosse e a expectoração são sintomas comuns de outras doenças do tracto respiratório, podem ser facilmente ignorados, por isso, muitos casos só são descobertos quando aparecem os sintomas de falta de ar, mas nessa altura, a função pulmonar já está significativamente prejudicada.

Os testes pulmonares permitem o diagnóstico precoce de doença pulmonar obstrutiva crónica. Os Serviços de Saúde salientam que os indivíduos com idade superior a 40 anos, que tenham fumado por mais de 10 anos (mesmo que tenham

deixado de fumar), que apresentem tosse persistente e expectoração, ou que sejam mais susceptíveis de sofrer de falta de ar comparativamente aos seus pares, têm maior risco de sofrer de doença pulmonar obstrutiva crónica. Recomenda-se que se consulte periodicamente o médico, o qual, de acordo com a situação, irá programar atempadamente o teste de função pulmonar.

Deixar de fumar é essencial

Os Serviços de Saúde afirmam que mais de 90% dos doentes com doença pulmonar obstrutiva crónica têm história de tabagismo, pelo que a cessação tabágica é o meio mais eficaz para prevenir a doença pulmonar obstrutiva crónica, podendo prevenir o agravamento da função pulmonar e reduzir a taxa de morbilidade e de mortalidade. Recomenda-se às pessoas que tenham o hábito de fumar que deixem de fumar o mais rápido possível. Todos os centros de saúde de Macau dispõem de consultas externas de cessação tabágica, a fim de prestar serviços gratuitos de consulta e de desabitação tabágica aos residentes. Para mais informações, podem consultar a “Página de Informação Externa de Desabitação Tabágica” ou telefonar para o número 28481238.

Dicas para a protecção no Inverno

Os Serviços de Saúde salientam que o Inverno é a época de pico de doenças transmissíveis do tracto respiratório, tais como a gripe e a COVID-19, se um doente com doença pulmonar obstrutiva crónica contrai uma doença transmissível do tracto respiratório superior, os seus sintomas agravam-se, podendo mesmo ocorrer casos graves ou até morte. Por isso, para além de prestar atenção à protecção contra o frio, os doentes com doença pulmonar obstrutiva crónica devem submeter-se à vacinação antigripal antes do período de pico da gripe. Além disso, os Serviços de Saúde recomendam aos doentes com doença pulmonar obstrutiva crónica que se submetam com a maior brevidade possível à vacina contra a COVID-19 e a vacina pneumocócica, a fim de reduzir a ocorrência de complicações graves devido a sobreinfecção.

Fotos:

1. Código QR da Página de Informações sobre Consulta Externa de Desabituação Tabágica dos Serviços de Saúde



2. Código QR da Página de Informações de Doenças Transmissíveis dos Serviços de Saúde

