

Stejně jako kouření ničí plíce i přehnané uklízení

Dalším rizikovým faktorem pro rozvoj plicních onemocnění může být vedle kouření i dlouhodobá expozice čisticím přípravkům, zejména ve formě sprejů. Upozorňují na to pneumologové, kteří varují před častým používáním čisticích a dezinfekčních prostředků ve špatně větraných prostorách. Přípravky totiž obsahují řadu chemických látek, které při dlouhodobém vdechování poškozují průdušky a mohou vést zejména k rozvoji nejen astmatu, ale i CHOPN.

S chronickou obstrukční plicní nemocí (CHOPN) se v České republice léčí zhruba 250 000 lidí, odhadem přibližně dalších 450 000 osob o svém problému neví. Podle nové definice CHOPN pro rok 2025 jde o plicní onemocnění spojené s chronickými respiračními symptomy vyvolanými abnormálními dolními cestami dýchacími a/nebo plicními sklípky způsobujícími perzistující, často progresivní obstrukci dolních cest dýchacích.

Jak upozorňuje předseda České pneumologické a ftizeologické společnosti ČLS JEP doc. MUDr. Vladimír Koblížek, Ph.D., z Plicní kliniky FN HK a LF HK UK, nové souvislosti poukazují na rizika čisticích prostředků pro rozvoj astmatu i CHOPN. Při opakovaném a dlouhodobém používání čisticích a dezinfekčních prostředků, především ve formě sprejů, se do ovzduší, zejména uvnitř budov, dostává velké množství chemických látek. Pokud je člověk každodenně vdechuje, mohou významně poškodit jeho průdušky. U mladších lidí hrozí propuknutí nebo zhoršení již existujícího průduškového astmatu. Starší lidé jsou pak náchylnější také k rozvoji CHOPN. Každý člověk tedy nezávisle na tom, jestli kouří, nebo nikoli, může CHOPN onemocnět.

Častý úklid jako nový rizikový faktor

O negativním vlivu čisticích prostředků na plicní funkce již existují i první vědecké důkazy. V této souvislosti doc. Koblížek připomíná loni publikovanou norskou studii prováděnou v několika evropských zemích, která v průběhu dvaceti let sledovala přes 6 000 lidí. Vědci se účastníků dotazovali na způsob uklízení a typ používaného čisticího prostředku a následně testovali jejich plicní funkce. „Ukázalo se, že dlouhodobé vdechování částic z úklidových prostředků má

na zdraví obdobný dopad jako pravidelné kouření 10–20 cigaret denně. Kapacita plic se výrazně snížila zejména ženám, které jsou na znečištění citlivější a jsou mu také více exponovány,” vysvětluje doc. Koblížek.

Také metaanalýza dvacítky prací zaměřených vesměs na astma, v několika případech i na CHOPN, potvrdila, že chronická expozice čisticím prostředkům zvyšuje riziko vzniku astmatu i CHOPN.

Podle nejnovější práce z října 2024 je naprosto nezpochybnitelné a jsou dostatečné vědecké důkazy o tom, že škodliviny ve vnitřním prostředí, mimo jiné i čisticí prostředky, ale také látky uvolňující se z nábytku, podlahy, barev atd. mohou ovlivňovat lidské zdraví. Další práce z tohoto roku poukazuje na význam genetické predispozice, která ovlivňuje odolnost.

„Většina zemí Evropy, včetně ČR, neplní cíl Světové zdravotnické organizace (WHO), který udává doporučené koncentrace polévatého prachu. Zejména částice menší než 2,5 mikrometru se přitom skrze plíce mohou dostat až do krve, kde představují nebezpečí pro mozek či srdce, a škodlivé jsou i pro vývoj nenarozených dětí,” upozorňuje doc. Koblížek.

CHOPN bude přibývat u nedonošených jedinců

CHOPN zabíjí celosvětově ročně 3,5 milionu lidí, z toho je 30–40 procent kuřáků. „Začínáme se tedy odchýlovat od paradigmatu, že většina pacientů s CHOPN jsou kuřáci, a potvrzuje se, že příčin je daleko více. V současné době se navíc objevují nové entity, které také povedou k rozvoji CHOPN, a to nedonošenost a deficit α -1-antitrypsinu.

Tento deficit je způsoben genetickým onemocněním, které známe již od šedesátých let minulého století, ale účinnou léčbu – substituci inhibitoru alfa-1-proteázy – máme k dispozici posledních deset let. Bez léčby CHOPN na podkladě deficitu α -1-antitrypsinu onemocnění progredovalo velmi rychle a pacienti umírali časně,” dodává prof. MUDr. Milan Sova, Ph.D., přednosta Kliniky nemocí plicních a tuberkulózy FN Brno.

Do budoucna se vzhledem k moderní neonatologické péči, která dokáže zachránit vysoké procento i velmi předčasně narozených dětí, objeví další, poměrně významná skupina, rizikových osob. „Bohužel u těchto lidí se ukazuje, že se u nich CHOPN bude vyvíjet mnohem pravděpodobněji než u jedinců narozených v termínu. Problém nedonošenosti přitom bude do budoucna nejspíše akcelarovat,” upozorňuje prof. Sova, podle něhož se do budoucna bude CHOPN vyvíjet nejen ve zmíněných rizikových kategoriích, ale zřejmě i následkem kouření zahříváného tabáku, jehož dopady na zdraví zatím nejsou doloženy. Nicméně odborníci předpokládají rizika srovnatelná s kouřením klasických cigaret. Doporučit nelze ani elektronické cigarety, které zvyšují závislost na nikotinu a mohou zapříčinit mnohá další onemocnění.

Cílená léčba znamená naději i u CHOPN

Základem léčby astmatu a CHOPN jsou inhalační léky – bronchodilatancia a kortikosteroidy. Jen ty přijdou ročně na 3,5 miliardy korun. Náklady na léčbu všech plicních nemocí se ročně pohybují mezi 15–20 miliardami korun. Existují již i další léčebné postupy (chirurgická léčba, transplantace, oxygenoterapie atd.), které významně prodlužují a zkvalitňují pacientům život.

Pro pacienty s těžkou formou CHOPN by nadějí do budoucna mohla být biologická léčiva (dupilumab), která se používají již pro léčbu několika onemocnění, včetně atopické dermatitidy, astmatu, chronické rinosinusitidy s nosní polypózou, eozinofilní ezofagitidy a prurigo nodularis.

Vedle samotné léčby hraje významnou roli zejména prevence a zdravý životní styl. Např. studie probíhající 25 let zkoumala stravovací návyky několika tisíc lidí. Ukázalo se, že u příznivců fastfoodového stravování se oproti těm, kteří se stravovali zdravě, rozvinula za sledované období ve 25 procentech těžká plicní rozedma. V kohortě zdravě se stravujících rozedmou trpěla jen 2–3 procenta sledovaných. Tato práce potvrdila, že existují i preventivní kroky, které pravděpodobně brání rozvoji CHOPN.

Ke klíčovým preventivním krokům patří vedle nekouření a zdravého životního stylu i vakcinace proti respiračním infekcím, které se řadí k nejčastějším plicním onemocněním. „Pacientům nabízíme očkování proti chřipce, covidu-19 a pneumokokovým infekcím. Doporučujeme rovněž očkování proti RS virům. Lidé s poškozenými plicemi

Ilustrace foto. Všechny osoby jsou modelem. Zdroj: iStock



totiž patří mezi ohrožené skupiny. Zmíněné infekce by tak pro ně mohly být mnohdy až fatální,” upozorňuje předsedkyně Sekce ambulantních pneumologů a členka výboru Českého občanského spolku proti plicním nemocem primárka MUDr. Ivana Čierná Peterová.

I přes preventivní programy a nejmodernější terapie pacienti s plicním onemocněním stále nepřicházejí včas. CHOPN je považována za prekancerózu pro rozvoj plicního karcinomu. I zde již funguje screeningový program pro rizikové osoby, který je v rukou praktických lékařů a pneumologů. Jak MUDr. Čierná Peterová varuje, ročně je karcinom plic v ČR diagnostikován 6 600 osobám, přitom 66 procentům v již v pokročilém stadiu onemocnění. Pětiletého přežití v pokročilém stadiu IV dosahuje jen 11 procent, každoročně na tuto nemoc umírá 5 200 nemocných.

Redakčně zpracovala Zdenka Kolářová