

# Bronchiëctasieën

Uw longarts heeft u vertelt dat u bronchiëctasieën heeft. In deze folder kunt u lezen wat bronchiëctasieën precies zijn en welke behandeling u kunt krijgen. Ook leest u verschillende adviezen. Zo kunt u thuis alles nog eens rustig doorlezen.

## Wat zijn bronchiën?

De luchtpijp bestaat uit allerlei vertakkingen wanneer we verder in de long komen. Deze vertakkingen noemen we bronchiën.

De longen bestaan uit 5 delen. Deze delen heten longkwabben. De bronchiën vertakken zich in de longkwabben steeds verder. Zo voorzien ze de hele long van ingeademde lucht.

## Wat zijn bronchiëctasieën?

Bronchiëctasieën is een chronische longziekte. De ziekte komt steeds vaker voor. Bij deze ziekte zijn:

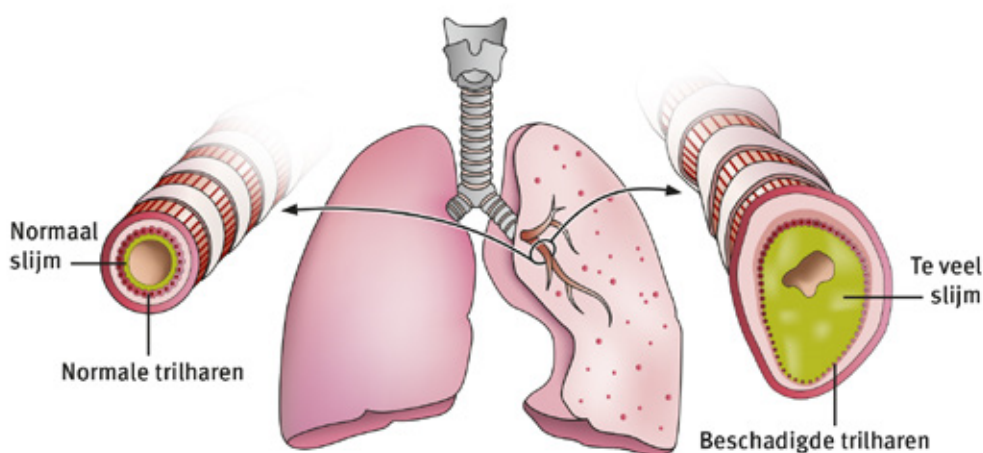
- de bronchiën plaatselijk verwijd en
- de wanden van de bronchiën verdikt en geïrriteerd

Bacteriën blijven gemakkelijk achter in deze verwijde en ontstoken luchtwegen. Ze zorgen daar voor een chronische ontsteking. Er ontstaan steeds opnieuw infecties waardoor u regelmatig last kan hebben van een longontsteking of bronchitis.

Bronchiëctasieën kunnen op alle plekken in de longen voorkomen. Zowel in beide longen, maar ook één long kan aangedaan zijn.

## Bronchiëctasieën gaan niet over

Bronchiëctasieën zijn niet te genezen. Het is vooral van belang om de klachten zo goed mogelijk onder controle te krijgen. En de mogelijk onderliggende oorzaak voor het ontstaan van bronchiëctasieën zo goed mogelijk te behandelen.



## Oorzaak

Bij het ontstaan van bronchiëctasieën kunnen verschillende oorzaken een rol spelen. Het kan komen door een plaatselijke beschadiging of een ziekte.

Een plaatselijke beschadiging kan bijvoorbeeld komen door:

- een ernstige infectie en/of longontsteking (virus, kinkhoest, tuberculose)
- het inademen van gassen of schadelijke dampen
- verslikken, bijvoorbeeld bij opkomend maagzuur

Ziekten die bronchiëctasieën kunnen veroorzaken zijn:

- COPD (chronische bronchitis of longemfyseem)
- astma
- verkoudheden en neusklachten die niet over gaan, door poliepen en/of ontstekingen in de neusbijholten (chronisch)
- ziekten van het afweersysteem
- longfibrose
- colitis ulcerosa of crohn (chronische darmontsteking)
- ziekte van Sjögren (droge slijmvliezen) of reumatoïde artritis
- ook zeldzamere afwijkingen als taaislijmziekte (cystic fibrose) of een probleem in de werking van de trilhaartjes (PCD) kunnen een oorzaak zijn voor het ontstaan van bronchiectasieën

## Klachten

Als u bronchiëctasieën heeft, is er ook sprake van herhaalde aanvallen van bronchitis of longontsteking. Tussen deze aanvallen door heeft u een aanhoudende hoest, waarbij slijm opkomt.

Klachten en verschijnselen bij bronchiëctasieën kunnen zijn:

- periodes met een mild griepig gevoel
- hoesten met opgeven van slijm (soms met wat bloed)
- moeheid
- kortademigheid
- pijn op de borstwand
- periodes met koorts
- gewichtsverlies
- verkoudheden en neusklachten
- slecht ruikende adem

In sommige gevallen kunnen klachten geheel ontbreken. Er kunnen ook (lange) perioden zonder klachten zijn.

## Ziekteverloop

De ernst en het verloop van de ziekte zijn afhankelijk van:

- het aantal longkwabben dat is aangedaan
- het type bacterie dat de infecties veroorzaakt
- de kwaliteit van het overige longweefsel
- mogelijke andere ziekte
- uw leefstijl

Samen met de longarts kunt u bespreken hoe uw persoonlijke situatie is en wat de verwachtingen over het verloop van de ziekte zijn.

## Onderzoek

Om de diagnose te stellen maken we in elk geval een CT scan. Dit is een computerscan van de longen. Overige onderzoeken zijn:

- longfunctie-onderzoek
- sputumkweek
- bloedonderzoek

Afhankelijk van de onderliggende oorzaak kan uw longarts een andere specialist vragen voor een medebeoordeling. Bijvoorbeeld de KNO arts.

## Behandeling

Het doel van de behandeling van bronchiëctasieën is de aanpak van de onderliggende ziekte.

Daarbij is het van belang om:

- de schadelijke prikkels uit de weg te gaan (te mijden)
- het aantal ontstekingen van de luchtwegen te verminderen
- de klachten zo goed mogelijk te behandelen

Belangrijke zaken in deze behandeling zijn:

### 1. het behandelen van de onderliggende ziekte

Bij astma of COPD is het bijvoorbeeld belangrijk om te starten met inhalatiemedicatie.

### 2. het aanleren van de juiste hoesttechniek

Om te zorgen dat u het slijm zo goed mogelijk ophoest, is het aanleren van de juiste hoesttechniek van belang. De fysiotherapeut kan u hierbij helpen. Daarnaast kan het gebruik van een hulpmiddel bij het ophoesten zinvol zijn. De fysiotherapeut kan u uitleg geven over het gebruik van deze hulpmiddelen en deze voor u bestellen. Uw verzekeraar vergoedt deze hulpmiddelen.

### 3. zout vernevelingen

U kunt ook starten met vernevelingen/inhalatie van zout water. Daarmee kunt u het slijm nog makkelijker ophoesten.

### 4. antibioticakuur

Bacteriën bij acute infecties bij bronchiëctasieën kunnen moeilijk te behandelen zijn. Uw arts kan in overleg met u kiezen voor:

- antibioticakuur in tabletten. Vaak duurt deze kuur langer dan bij een 'normale' longontsteking(10 tot 14 dagen)
- antibiotica via een infuus

## 5. antibiotica als onderhoudsdosering

Uw arts of verpleegkundig specialist kan antibiotica ook voorschrijven als onderhoudsdosering. Dit wordt vooral overwogen bij patiënten met meer dan 2 tot 3 longinfecties per jaar.

Een onderhoudsdosering betekent dat u over een langere periode antibiotica krijgt, in tabletvorm of via inhaleren (inhalatiecapsule of vernevelapparaat). De onderhoudsdosering is aan de ene kant gericht op de bestrijding van de infectie. Aan de andere kant kan antibiotica in lagere dosering de ontstekingsreactie in de luchtwegen remmen.

Onderzoek laat zien dat bij een onderhoudsdosering:

- het aantal infecties kan verminderen
- de longfunctie niet verder verslechtert
- er een verbetering is van uw kwaliteit van leven

Uw longarts of verpleegkundig specialist bepaalt of u hiervoor in aanmerking komt.

## 6. operatieve behandeling

Als de bronchiëctasieën alleen voorkomen in een deel van één long, maar toch veel klachten veroorzaken, kan overwogen worden om dit zieke deel te verwijderen met een operatie.

Belangrijk is wel dat er eerst goed is gekeken naar de onderliggende oorzaak van de bronchiectasieën. Daarnaast is het van belang dat het overige longweefsel van goede kwaliteit is.

## 7. andere zaken als onderdeel van de behandeling

- wij raden u aan om jaarlijks de griepvaccinatie, pneumokokken vaccinatie en COVID vaccinatie te nemen
- afhankelijk van de ernst van de klachten kan het nodig zijn om u voor behandeling in het ziekenhuis op te nemen

## Wat kunt u zelf doen?

U kunt zelf veel doen om uw klachten te verminderen. De volgende punten zijn van belang:

- rook absoluut niet
- zorg voor voldoende lichaamsbeweging. Dit moedigt de ademhaling aan en helpt bij het ophoesten van slijm. Beweegt u bij voorkeur dagelijks 30 minuten. Kiest u daarbij een vorm waar u ook plezier aan beleeft. Het is goed om 2 tot 3 x per week op een intensiever niveau te bewegen, waarbij de hartslag en ademhaling sneller gaat. In de praktijk zien we dat als mensen voldoende bewegen het aantal luchtweginfecties duidelijk af neemt!
- neem op tijd contact op met de verpleegkundig specialist als uw klachten toenemen
- om uw weerstand zo goed mogelijk op peil te houden is goede voeding van belang. Dat wil zeggen voldoende verse groenten en fruit, voldoende eiwitten (in alle zuivelproducten, vlees, vis en eieren) voldoende drinken (minimaal 1,5 a 2 liter per dag). De basis is een gezonde voeding, zoals het voedingscentrum adviseert ([www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl)). Het is goed om daarvoor de zogenoemde Schijf van Vijf te volgen en er dagelijks gebruik van te maken
- zorg voor voldoende ontspanning en een goede nachtrust
- als u dagelijks luchtwegmedicatie gebruikt, is het belangrijk dat u de juiste inhalatietechniek

toepast. Meer informatie leest u in de folder [Luchtwegmedicatie](#). U vindt deze folder op [www.nwz.nl/patientenfolders](http://www.nwz.nl/patientenfolders). U kunt voor een instructie terecht bij de longverpleegkundige of verpleegkundig specialist. Hiervoor kunt u een afspraak maken via de polikliniek longgeneeskunde

- in geval van gewichtsverlies adviseren wij u om contact op te nemen met een diëtist

### **Controle**

Het is hoe dan ook zinvol om minimaal 1 keer per jaar op controle te komen. Hiervoor ontvangt u afspraken van ons.

### **Uw vragen**

Heeft u nog vragen? Dan kunt u contact opnemen met de polikliniek tijdens werkdagen van 08:30-16:30 uur:

- Hart-long polikliniek Alkmaar: 072 – 548 2700
- polikliniek Den Helder: 0223 – 69 6568