

## HEILSA

# Tú mást kunna gera okkurt!

Danski kommunulæknin, Henrik Prinds Rasmussen, hevur á heimasíðuni [www.helse.dk](http://www.helse.dk) eina frásøgn um eina læknaveitjan, har maður og kona eru inni á gólvnum. Tað er maðurin, sum hevur KOL lungu og orkar ikki í bað



– Fleiri enn 3500 fólk doyggja av KOL lungum í Danmark um árið, sigur kommunulæknin í Kolding, Henrik Prinds Rasmussen

## Vilmund Jacobsen

Tað er friðarligt í viðtaluhølunum, sjálvst um vit eru trý fólk inni. Sjúklingurin, kona hansara og eg.

Vit hava júst havt eitt trupult prát og eru í lötuni í náttúrliga steðginum, har djúphugsni ræður, aðrenn samrøðan heldur fram.

Maðurin grætur stillisliga,

og konan heldur í hond hansara. Hann hevur verið sjúklingur hjá mær í nógv ár. Maðurin hevur verið roykjari í 40 ár og er hildin uppát við at roykja fyrri einum ári síðan, tá hann varð innlagdur orsakað av ringum KOL lungum.

Síðan tá hevur hann verið innlagdur tvær ferðir. Fyrru ferð, tí hann hevði tað alsamt verri í lungunum –

og aðru ferð, tí hann fekk lungnabruna.

– Tú mást kunna gera okkurt! Tá eg havi verið í bað um morgunin, eri eg so troyttur, at eg mest sum ikki orki at eta morgunmat. Tá eg so kortini havi etið, leggi eg meg á sofuna í ein tíma, aðrenn eg havi fingið orku til at reisa meg aftur.

Maðurin greiðir frá, at úr

køksvindeygja hansara sær hann yvir til grannan. Áður plagdu teir næstan hvørt vikuskifti at fara út at fiska saman, men nú orkar hann ikki ein ganga at ganga yvir til hurðina hjá grannanum og spyrja, um hann bjóðar eina øl.

## 3500 doyggja

Í greinini greiðir kommunulæknin, Henrik Prinds Rasmussen, frá, at fleiri enn 3500 fólk doyggja av KOL lungum í Danmark um árið. Millum sjúklingar, sum eru yvir 35 ár, liða 14 prosent av KOL lungum. Samanumtikið verður mett, at umleið 430.000 KOL sjúklingar eru í Danmark, harav umleið 50.000 eru ring av KOL við einum lungavirknaði, sum er minni enn 50 prosent av tí vanliga.

– Talið av árligum innleggingum vegna KOL í Danmark liggur um 25.000, og fleiri sjúklingar við ringum KOL lungum hava fleiri innleggingar um árið.

Sjúklingurin hjá Henrik Prinds Rasmussen hevur verið mettur á lungnamedisinskum ambulatorii seinasta hálva árið. Harafturat hevur hann verið knýttur at einum kommunalum tilboði fyrri KOL sjúklingar við lungafysioterapi og venjing.

– Týðningarmesti liðurin í hansara viðgerð er royki-steðgurin, sum eg rósi honum fyrri. Harafturat er hann í optimalari innandingarviðgerð, men er ikki í bólkinum, sum fær ilt heima við hús. Tá hann hevur tað serliga ringt, fær hann eisini tablettir

við nýrakolsbørkshormon (kortison). Vit hava roynt at skift eitt sindur í innandingarheilivági, men uttan størri virknað.

Undir samrøðuni fortelur Henrik Prinds Rasmussen sjúklinginum, at tað er ikki heilivágurin, men lunguni, sum eru avbjóðingin. Lungnavirknaðurin er so vánaligur, at maðurin í optimalari medisinskari viðgerð kortini kennir seg á ógvuliga lágu virknisstøði. Tað er einki, sum eg kann gera fyrri at betra um hansara lungnavirknað.

– Við at leggja av at roykja hevur hann sjálvur gjørt tað, sum hann kann gera fyrri at bota um støðuna, eins og hann luttekur í líkamligari venjing fyrri KOL sjúklingar, sigur læknin.

## Maðurin grætur

– Eg skuldi verið hildin upp at við at roykja fyrri nógvum árum síðan. Nú kann tað jú vera líkamikið - um lunguni eru oyðiløgd kortini, sigur sjúklingurin.

Nú verður friðarligt í viðtaluhølunum, og maðurin byrjar at gráta.

Henrik Prinds Rasmussen sigur, at tá tey taka upp aftur samrøðuna, snakka tey um, hvørjar møguleikar hann hevur fyrri at fáa eina betri lívsgóðsku innan teir karmar, hann hevur.

– Eg spyrji sjúklingin, hvat krevur mest orku og gevur mest orku í vanliga gerandisdegnum og gjøgnum vikuna. Saman finna vit út av, at maðurin hevur brúk fyrri hjálp, tá hann skal í bað. Vit semjast eisini um, at hann skal spyrja granna sín, um teir kunnu gera eina avtalu um, at teir saman fara út at fiska aðru hvørja viku - eisini, tá orkan ikki er so nógv.

Henrik Prinds Rasmussen skrivur í frásøgnini frá viðtaluni, at teir avtala at hittast aftur um fyra vikur fyrri at tosa og gera upp, hvussu orkan hevur verið í hesum tíðarskeiði - og vónandi sær okkurt betri út tá.

Kelda: [www.helse.dk](http://www.helse.dk)



– Eg skuldi verið hildin upp at við at roykja fyrri nógvum árum síðan, sigur sjúklingurin, sum roykti í 40 ár. Myndin er tilvildarlig

**ROYKJARALUNGU** Fólkaheilsuráðið setti sær fyrri nøkrum árum fyrri at finna teir roykjarar í Føroyum, sum hava KOL (kronisk obstruktiv lungnasjúku) – ella »roykjaralungu« – sum tað eisini verður rópt. Henda sjúka hevur við sær álvarsligar heilsuligar avleiðingar fyrri tey, sum fáa hana. Royking er atvoldin til 85-90 prosent av øllum tilburðum av KOL. Vandin fyrri at fáa KOL er tengdur at teimum sokallaðu »pakkaárunum«. Eitt pakkaár er 20 sigarettir dagliga í eitt ár. Umframt royking kann arbeiðsumhvørvi eisini í ein ávísan mun hava við sær KOL, sigur Fólkaheilsuráðið

