



Il polmone: l'organo essenziale per la nostra respirazione

Il polmone è l'organo che effettua gli scambi gassosi vitali tra l'organismo e l'ambiente. Il nostro organo respiratorio è potente: noi inspiriamo ogni ora circa 300 litri di aria, e durante l'attività sportiva addirittura oltre dieci volte di più. Tuttavia, il polmone è anche molto delicato: se ammalato, ci manca subito il respiro.

A che cosa servono i polmoni?

Il polmone è l'organo essenziale per la nostra respirazione. Durante l'inspirazione, attraverso il naso, la faringe, la trachea e con l'aiuto del diaframma, apporta aria fresca all'organismo, filtra l'ossigeno vitale e quando espiriamo trasporta l'anidride carbonica.

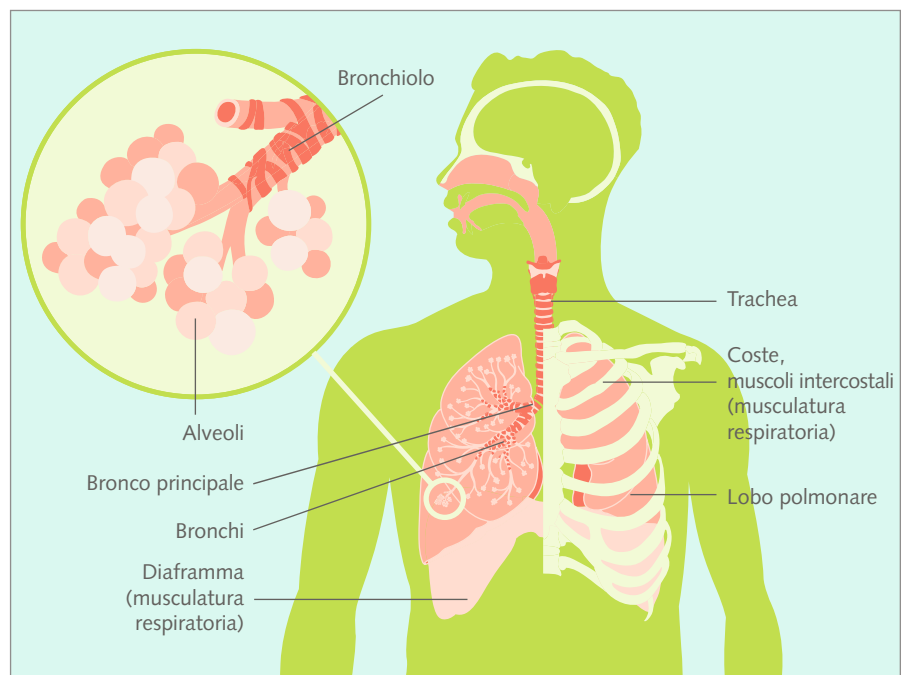
Come sono fatti i polmoni?

Il polmone assomiglia a un albero visto a rovescio e il cui tronco si dirama verso il basso. Il suo tessuto morbido ed elastico si suddivide nei lobi destro e sinistro, di forma conica.

Attraverso il naso e la laringe l'aria giunge alla trachea che si suddivide in due ramificazioni, destra e sinistra: i grandi bronchi dei lobi polmonari. Ciascun bronco si ramifica 22 volte in ramoscelli sempre più sottili, i bronchioli da cui pendono gli alveoli a grappolo.

Cosa avviene durante la respirazione?

Il polmone funziona in modo simile a una pompa: è privo di muscolatura propria. Inspirando, il diaframma e i muscoli intercostali espandono il polmone, esercitano una depressione e succhiano ossigeno dalla bocca e dal naso. In questa fase l'aria viene anche pulita:



Polmoni e vie respiratorie

le particelle di polvere, i pollini e i batteri inalati vengono trasportati all'esterno. Mediante i bronchi e i bronchioli l'ossigeno arriva agli alveoli polmonari. Questi sono circondati da una rete di sottilissimi vasi sanguigni. Qui avviene lo scambio dei gas respiratori: il sangue povero di ossigeno scorre negli alveoli, si carica di ossigeno mentre cede anidride carbonica.

In fase di espirazione i muscoli si rilassano. Il polmone si contrae di nuovo. L'aria carica di anidride carbonica viene espulsa attraverso la trachea.



Le principali malattie polmonari

Asma

In Svizzera l'asma è molto diffusa: ne soffrono un bambino su 10 e un adulto su 14. I sintomi sono: dispnea, tosse e senso di costrizione al torace. Grazie a una terapia corretta, la maggior parte delle persone colpite può controllare bene la propria malattia.

BPCO

La malattia polmonare cronica ostruttiva, BPCO, restringe progressivamente le vie aeree e genera una riduzione dell'efficienza fisica. I sintomi – tosse, espettorazione, dispnea – spesso inizialmente sono ignorati perché molte persone ancora non conoscono questa malattia incurabile. Così come per la bronchite cronica, la causa primaria è il fumo, anche quello passivo, e la concentrazione elevata di polveri fini presente nell'aria al posto di lavoro.

Bronchite cronica

L'infiammazione cronica delle vie respiratorie è la reazione a una forte, prolungata inalazione di sostanze nocive per le vie respiratorie: ad esempio a causa del fumo di sigarette, di polveri fini o gas nocivi.

I miei polmoni sono sani?

In caso di tosse, dolori al torace o difficoltà respiratorie, dovrebbe consultare il medico di famiglia. La visita ai polmoni prevede la percussione polmonare e l'auscultazione con lo stetoscopio. In casi sospetti si raccomanda anche una radiografia del torace e/o un test di funzionalità polmonare, una spirometria.
www.legapolmonare.ch/spirometria

Cancro ai polmoni

Negli uomini, il cancro ai polmoni è il genere di tumore maligno più frequente; i casi di donne colpite sono più rari, tuttavia aumentano ogni anno. Per chi fuma, il rischio di ammalarsi è 20 volte più alto rispetto al non fumatore.

Fibrosi cistica

In Svizzera sono colpite da fibrosi cistica circa 1000 persone. Tra le altre complicazioni, questa malattia metabolica genetica genera problemi polmonari a causa della produzione di muco vischioso nelle vie respiratorie. Ha un decorso cronico progressivo. Terapie mirate possono aumentare la qualità e l'aspettativa di vita.

Polmonite

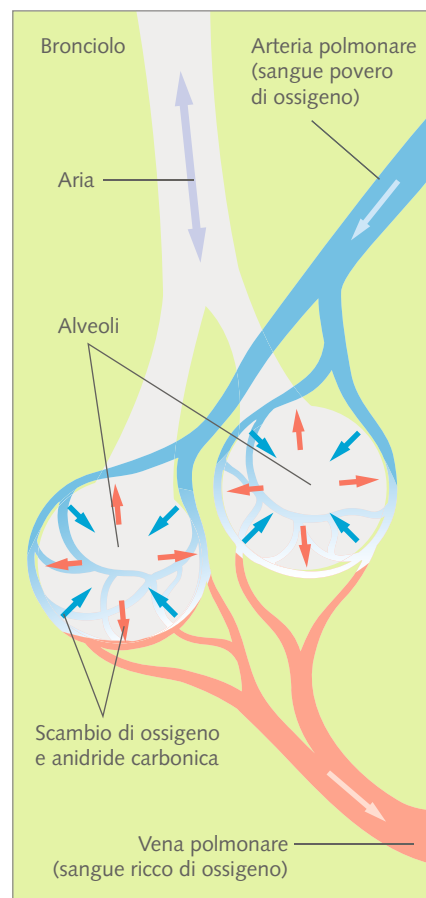
La polmonite è un'infiammazione acuta del tessuto polmonare. La causa più frequente è un'infezione batterica. Il trattamento antibiotico varia in base all'agente patogeno.

Sindrome delle apnee da sonno

Nell'apnea da sonno, durante il sonno insorgono spesso le pause respiratorie, provocate soprattutto da rilassamento della muscolatura faringea. I sintomi tipici sono russare forte, spossatezza diurna e ridotta capacità di concentrazione. Le moderne terapie prevengono gli effetti negativi per la salute.

Tubercolosi

La tubercolosi è una delle malattie infettive più frequenti a livello mondiale, mentre in Svizzera i casi sono rari. La trasmissione avviene per via aerogena, da persona a persona. La tubercolosi si manifesta con tosse, stanchezza, febbre leggera e sudorazione notturna. Per una guarigione completa sono indispensabili una diagnosi rapida e una lunga terapia antibiotica corretta.



Scambio gassoso: il sangue si arricchisce di ossigeno dall'aria e contemporaneamente rilascia l'anidride carbonica.

Ha domande o desidera una consulenza?

Ci contatti a info@lung.ch,
telefono 031 378 20 50 o
Lega polmonare svizzera
Chutzenstrasse 10,
3007 Berna.

Per informazioni su questa e altre malattie polmonari e delle vie respiratorie, su terapie e corsi della Lega polmonare, e sulle numerose brochure gratuite

➔ www.legapolmonare.ch



LEGA POLMONARE