



[Andningssvårigheter och andningsuppehåll](#)

Lungemfysem innebär att de små lungblåsorna är skadade. Då blir det svårare att andas. Det är vanligt att lungemfysem är en del av sjukdomen KOL, kroniskt obstruktiv lungsjukdom. Den beror då oftast på rökning.

Ett vanligt besvär vid lungemfysem är att du blir andfådd även vid lätt ansträngning.

Ett annat tecken på sjukdomen är att du tycker att det går lättare att andas ut med motstånd. Det kan göra att du sluter läpparna nästan helt och andas med en liten öppning, som om du skulle blåsa ut ett ljus.

Lungemfysem märks sällan före 40–45-årsåldern.

Kontakta en [vårdcentral](#) om du tror att du har lungemfysem. Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Behandlingen vid lungemfysem ingår i behandlingen vid lungsjukdomen [KOL](#).

Det bästa du kan göra för att stoppa sjukdomsutvecklingen är att sluta röka, om du röker.

Det finns inga läkemedel som hjälper mot förändringar som redan har skett i lungorna. Däremot finns det läkemedel som ger viss lindring om du har KOL.

Fysisk träning är bra för att du ska orka mer och inte lika lätt bli andfådd. Ju mer fysiskt aktiv du är desto långsammare utvecklas sjukdomen. En fysioterapeut kan ge dig tips på olika övningar.

Det kan ta mycket energi om du har det väldigt jobbigt med andningen. Det kan leda till att du går ned i vikt. En dietist kan ge dig råd om god mat som ger mer energi.

Du kan behöva behandling med syrgas, om sjukdomen har utvecklats under lång tid och dina lungor är väldigt påverkade. Syrgasbehandling kan du ha både hemma och på sjukhus.

Det är viktigt du [vaccinerar dig mot influensa](#) och mot [pneumokocker](#). Det är sjukdomar som riskerar att bli extra allvarliga för dig som har lungemfysem.

Lungorna är uppbyggda av små klasar av lungblåsor. Vid lungemfysem förstörs väggarna mellan lungblåsorna.

Lungornas uppgift är att transportera syre från luften du andas in till blodet. Samtidigt vädras koldioxiden i blodet ut. För

att göra det möjligt är lungorna uppbyggda av en vävnad som består av miljarder små elastiska lungblåsor, alveoler.

När du har lungemfysem har de tunna väggarna mellan lungblåsorna skadats eller brutits ner helt. Istället för en liten klase av lungblåsor bildas ett slags oelastisk säck. Det leder till att växlingen mellan syre och koldioxid inte kan fungera som den ska. Då kan du få svårt att få i dig tillräckligt med syre.

Lungemfysem kan vara olika stora, och finns oftast i båda lungorna.

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård](#).

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att [få hjälp av en tolk om du har en hörselnedsättning](#). Om du behöver [hjälpmedel](#) ska du få information om vad som finns och hur du får det.

[?](#) [Luftvägar och lungor](#)

[?](#) [Rökning](#)

Senast uppdaterad:

2022-03-07

Redaktör:

Ingela Andersson, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Torbjörn Gustafson, läkare, specialist på lungsjukdomar, Region Västerbotten

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

Genom att förbereda dig inför besöket kan du vara delaktig i din vård. Då kan du tillsammans med vårdpersonalen komma fram till den vård som passar bäst.

Pneumokocker är en vanlig orsak till infektioner med bakterier. Genom att vaccinera dig kan du minska risken för att få en allvarlig infektion.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).