Stoflong (pneumoconiose)

Een stoflong ontstaat door inademing van stofdeeltjes zoals steenstof, metaaldeeltjes en asbest. De ziekte komt vooral voor bij mensen die in een stoffige omgeving werken, zoals mijnwerkers, metaalarbeiders, steenhouwers (silicose), bouwvakkers of bij mensen die vroeger veel met asbest hebben gewerkt (asbestose).

Een stoflong is niet te genezen. Mensen met dergelijke beroepen moeten dus goed beschermd worden tegen hun stoffige werkomgeving. Het belangrijkste is dan ook te trachten het ontstaan van stoflongen te voorkomen.

Meer over stoflong (pneumoconiose)

De ingeademde deeltjes nestelen zich in het longweefsel, waar ze worden aangevallen door witte bloedcellen. Daarbij komen eiwitten vrij die littekenweefsel veroorzaken (longfibrose (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4046)). Na verloop van (tientallen) jaren is er zo veel littekenweefsel dat het bloed niet genoeg zuurstof meer uit de longen kan opnemen.

Risicovolle stoffen

Beroepsmatige blootstelling aan bepaalde stoffen of blootstelling in de hobbysfeer of woonomgeving aan bepaalde stoffen kunnen een longziekte, zoals een stoflong veroorzaken. Voorbeelden zijn:

- asbestose (door asbest);
- silicose (door kwarts in bouwstof, natuursteen, keramiek);
- berylliose (door beryllium);
- extrinsieke allergische alveolitis (door micro-organismen en schimmels), bijvoorbeeld bij duivenhouders of champignonkwekers;
- bronchiolitis obliterans (door formaldehyde of diacetyl) in de voedingsmiddelenindustrie.

Silicose is de meest voorkomende vorm van pneumoconiose. Deze aandoening ontstaat door het inademen van onder andere steenstof. Bij forse blootstelling, zoals kan optreden bij zandstralers, kan letterlijk een versteende long ontstaan. Blootstelling aan steenstof komt veel vaker dan verondersteld voor en is niet ongevaarlijk. Naast algemeen bekende beroepsmatige blootstelling, zoals in de mijnbouw of steenwinning worden ook onder andere zandstralers, tandtechnici, metaalbewerkers en landbouwers blootgesteld aan grote hoeveelheden silica. Maar ook in uw eigen omgeving kan u blootgesteld zijn aan silica (bijvoorbeeld kattenbak).

Voor slechts weinig stoffen kan een direct verband worden gelegd tussen blootstelling en een longaandoening. Het meest bekende voorbeeld is asbest, dat heel specifieke longafwijkingen kan geven: goedaardige verdikking van het longvlies (pleurale plaques), asbestose (een interstitiële longaandoening met fibrose) en mesothelioom.

Preventie bestaat vooral uit beheersmaatregelen en persoonlijke bescherming.

Symptomen

Mensen met stoflong kunnen deze klachten hebben:

Benauwdheid (dyspnoe)

Benauwdheid of kortademigheid is misschien wel de meest voorkomende klacht bij longaandoeningen. Het is een teken dat het lichaam te weinig zuurstof krijgt, of te hard moet werken om voldoende zuurstof te krijgen. Dat kan allerlei oorzaken hebben, zoals:

- veel slijm in de longen, bijvoorbeeld door bronchitis of longontsteking;
- vocht in de longen (longoedeem), bijvoorbeeld door problemen met het hart;
- beschadiging van de longblaasjes (alveoli), bijvoorbeeld bij emfyseem;
- een krampachtige samentrekking van de luchtpijptakjes (de bronchiën en de bronchiolen), bijvoorbeeld bij astma;
- ontsteking of littekenvorming bij de longblaasjes (alveoli), bijvoorbeeld bij interstitiële longziekten (ILD) zoals sarcoïdose of longfibrose;
- verstopping van de luchtpijp, bijvoorbeeld door een snoepje, een tumor of een zwelling;
- verminderde spierkracht van de ademhalingsspieren.

Aanhoudende benauwdheid heeft een grote invloed op het leven. Activiteiten die vroeger vanzelfsprekend waren, gaan nu moeizaam of lukken misschien helemaal niet meer. Zelfs slapen en eten kunnen problemen opleveren en benauwde mensen raken vaak erg vermoeid.

Het is dus altijd belangrijk om de oorzaak van de benauwdheid op te sporen. Het is natuurlijk het beste als de oorzaak weggenomen kan worden. Maar ook als dat niet kan, zijn er veel mogelijkheden om de benauwdheidsklachten te verminderen.

Hoesten

Als u hoest, stoot u uw adem met een enorme snelheid uit uw mond. Die snelheid kan wel oplopen tot 100 km per uur. Dat staat gelijk aan windkracht 10, zware storm.

Hoesten dient om uw luchtwegen schoon te maken. U kunt met opzet hoesten, maar meestal gebeurt het vanzelf, omdat iets uw luchtwegen irriteert. Dat noemen we een hoestprikkel.

Een hoestprikkel kan onder andere veroorzaakt worden door:

- terugvloeiend maagzuur;
- eten en drinken (verslikken);
- roken;
- stof, stuifmeel;
- veel slijm;
- voorwerpen.

Af en toe hoesten is heel normaal. Maar als u vaak hoest, is het belangrijk om de oorzaak te achterhalen. Hoesten komt bij veel longaandoeningen voor. Sommige zijn 'onschuldig', andere zijn ernstig. Een paar voorbeelden:

- allergie;

- bronchitis;
- griep;
- longfibrose;
- longkanker;
- sarcoïdose;
- longontsteking;
- tuberculose (TBC);
- verkoudheid.

Als u slijm ophoest, noemen we dat een productieve hoest of slijmhoest. Als u (bijna) geen slijm ophoest, spreken we van een droge hoest of prikkelhoest.

Hoesten is geen ziekte, maar een klacht. Als u veel hoest, of anders dan normaal, is het verstandig om naar de dokter te gaan.

Slijm

De binnenkant van de luchtwegen is bedekt met een laagje slijm: de slijmdeken. Deze slijmdeken zorgt dat:

- uw luchtwegen niet uitdrogen;
- stof en ziekteverwekkers (bacteriën en virussen) blijven plakken voordat ze het lichaam verder kunnen binnendringen.

In de slijmdeken zitten bovendien veel witte bloedcellen die de ziekteverwekkers meteen kunnen aanvallen.

Speciale cellen met trilhaartjes schuiven de slijmdeken voortdurend naar de keel. Daar merkt u niets van, behalve dat u af en toe uw keel schraapt. Het slijm wordt meestal gewoon ingeslikt.

Een normale hoeveelheid slijm is dus nuttig en geeft geen klachten. Maar als u veel slijm aanmaakt, ligt dat anders. Het verstopt uw luchtwegen en u moet steeds niezen, hoesten en/of uw keel schrapen om het kwijt te raken. In dat geval is het belangrijk om de oorzaak van de klacht te achterhalen.

De aanmaak van veel slijm komt bij veel longaandoeningen voor. Een paar voorbeelden:

- allergie
- astma
- bronchitis
- COPD
- longkanker
- longontsteking
- verkoudheid

Ook roken kan ervoor zorgen dat u veel slijm moet ophoesten.

Bij slijm gaat het niet alleen om de hoeveelheid, maar ook om andere zaken, zoals:

- is het dik, taai of juist waterig?
- is het groen/geel/grijs of kleurloos?
- zit er bloed in?

Veel slijm aanmaken is geen ziekte, maar een klacht. Als u veel slijm aanmaakt, of als het slijm anders is dan normaal, is het verstandig om naar de dokter te gaan.

Onderzoeken

De onderzoeken die gedaan worden om te achterhalen of er sprake is van een stoflong komen overeen met de onderzoeken die gedaan worden naar longfibrose.

Longfibrose (onderzoeken)

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/longfibrose-onderzoeken

Behandelingen

Een stoflong wordt meestal op dezelfde manier behandeld als COPD (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3364) of longfibrose (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4046), met medicijnen, fysiotherapie en (voor rokers) stoppen met roken. In een later stadium kan extra zuurstof nodig zijn. Verder is stoppen van de blootstelling door middel van het dragen van maskers en beschermende kleding cruciaal.

Expertise en ervaring

Het St. Antonius Longcentrum heeft veel ervaring met onderzoek en behandeling van longziekten. Patiënten met klachten en aandoeningen aan het ademhalingssysteem (luchtwegen en longen) kunnen bij ons terecht. Gespecialiseerde longartsen en longverpleegkundigen behandelen uiteenlopende aandoeningen, zoals longfibrose (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4046), longontsteking (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4188), sarcoïdose (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3944), astma (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4130), apneu (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3828), longkanker (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4198), COPD (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3364), etc. Jaarlijks vinden er circa 400 longoperaties en 2000 slaapstudies plaats.

Binnen het Longcentrum zijn er expertisecentra voor diverse zeldzame aandoeningen, zoals het ILD Expertisecentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/336)en het ROW Expertisecentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4122).

Meer informatie

Websites

- www.longfonds.nl (https://www.longfonds.nl)
- ildcare.nl (http://www.ildcare.nl/)

Artikelen

- Versteende longen bij zandstralers (https://ildcare.nl/Downloads/ildcaretoday/juni_2010_Mostard.pdf) (door drs. Remy Mostard, ildcaretoday, jaargang 3, nummer 02, juni 2010)
- Allergisch voor kattenbakkorrels, niet de kat! (http://www.ildcare.nl/wp-content/uploads/2016/10/Allergisch_MDrent.pdf) (door prof. dr. Marjolein Drent, ldcaretoday, jaargang 09, nummer 02, oktober 2016)

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- COPD (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/copd)
- Longfibrose (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/longfibrose)

Specialismen

- Longcentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/longcentrum)

Contact Longcentrum **T 088 320 14 00**