

Czy masz astmę pod kontrolą?



CZYM JEST ASTMA

Astma wywoływana jest przez zapalenie dróg oddechowych w płucach. Wpływa na ludzi na wiele różnych sposobów, a jej objawy mogą zmieniać się w czasie. Astma jest przewlekłą chorobą wymagającą regularnego leczenia, głównie inhalatorami, aby zapobiegać codziennym objawom i zmniejszać prawdopodobieństwo wystąpienia ataku.

Objawy astmy nie powinny przeszkadzać w wykonywaniu codziennych czynności. Jeśli masz objawy astmy, porozmawiaj ze swoim zespołem ds. astmy. Niektórzy ludzie mają „ciężką” astmę, która nie reaguje na zwykłe leczenie i musi być leczona przez lekarza specjalizującego się w astmie.

CZYM JEST NIEKONTROLOWANA ASTMA?

Niekontrolowana astma może utrudniać oddychanie i powodować niebezpieczne, a nawet zagrażające życiu, nawroty lub ataki. Oznaki niekontrolowanej astmy:

- > Budzenie się w nocy z powodu objawów astmy;
- > Objawy astmy występujące 3 lub więcej razy w tygodniu;
- > Potrzeba stosowania inhalatora łagodzącego objawy 3 lub więcej razy w tygodniu;
- > Częste ataki astmy lub infekcje dolnych dróg oddechowych;



Jeśli masz problemy z kontrolowaniem objawów astmy, warto porozmawiać z pracownikami opieki zdrowotnej specjalizującymi się w astmie. Możesz potrzebować nowych lub innych metod leczenia astmy oraz regularnych leków na astmę. Pracownicy opieki zdrowotnej specjalizujący się w astmie omówią z Tobą najlepsze metody leczenia, powiedzą, co robić w razie nasilenia się objawów astmy oraz przełożą indywidualny plan postępowania w przypadku ataku astmy.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Upewnij się, że regularnie uczęszczasz na badania kontrolne, zwykle raz w roku, do zespołu ds. astmy. Należy również codziennie używać inhalatorów zgodnie z zaleceniami, zdrowo się odżywiać i regularnie ćwiczyć, aby ograniczyć objawy astmy.

Oprócz rozmowy z prowadzącym Cię zespołem, możesz również skorzystać z narzędzia **Asthma UK** (patrz link poniżej), aby lepiej zrozumieć astmę i dowiedzieć się, czy warto porozmawiać z Twoim zespołem o skierowaniu do specjalisty.

Gdy lepiej zrozumiesz swoją astmę i jeśli jest ona niekontrolowana, będziesz mieć do dyspozycji różne opcje, które pomogą Ci nad nią zapanować.

LEKI BIOLOGICZNE NA ASTMĘ

Pacjenci skierowani do specjalisty w szpitalu, mogą kwalifikować się do kuracji lekami biologicznymi. Są one zwykle przyjmowane oprócz dotychczasowych zwykłych leków na astmę. Pomagają zmniejszyć objawy i ataki astmy poprzez blokowanie szlaków i komórek w organizmie, które prowadzą do zapalenia płuc i niekontrolowanej astmy.

CO ZROBIĆ DALEJ?

Jeśli masz objawy lub ataki astmy, pomimo przyjmowania przepisanych leków, może to świadczyć o ciężkiej astmie.

Skontaktuj się z prowadzącym Cię zespołem, aby omówić, jak można Ci pomóc. Być może istnieją inne metody leczenia astmy, które mogą pomóc w jej opanowaniu.



Więcej informacji można znaleźć na stronie:
[www.asthma.org.uk/advice/severe-asthma/
could-you-have-severe-asthma/](http://www.asthma.org.uk/advice/severe-asthma/could-you-have-severe-asthma/)

Asthma Biologics patient leaflet – Polish v1 11.04.22

ACCELERATED
ACCESS
COLLABORATIVE