

## Asztma: hogyan készülünk az orvosi vizsgálatra?

Az asztma jól kontrollálható krónikus betegség, ehhez azonban elengedhetetlen a megfelelő orvos-beteg kommunikáció. A következőkben ismertetjük a legfontosabb kérdéseket, melyeket lényeges a kezelőorvossal egyeztetnünk annak érdekében, hogy optimális kezelésben részesüljünk.



### 1. Kihez forduljak?

Az asztma a légutak gyulladásával járó krónikus betegség, melynek főbb tünetei a következők: gyakori, rohamszerűen jelentkező köhögés, zihálás, sípoló légzés, mellkasi szorítás, vagy nyomás. A felsorolt panaszok alapján különböző vizsgálatok segítségével – légzésfunkció, allergiavizsgálat, mellkasi röntgen, szükség esetén gyomor pH vizsgálat – a panaszok hátterében álló okok felderíthetők, s amennyiben a tüneteket valóban asztma okozza, a kezelést tüdőgyógyász végzi.

### 2. Mi az, ami fontos lehet?

Az asztma kezelésében a megfelelően beállított gyógyszeres terápia mellett az életmódbeli tényezők szerepe sem elhanyagolható – magyarázza dr. Potecz Györgyi, a Budai Allergiaközpont tüdőgyógyásza. Az első vizitre érdemes ezért a betegeknek felkészüniük. Lényeges, hogy átbeszéljük milyen gyógyszereket, táplálékkiegészítőket szednek. Tartanak-e háziállatot, dohányoznak, illetve sportolnak-e. Célszerű a kisgyermekkorú betegségekről információt szerezni: jelentkezett-e csecsemőkorban ekcéma, tejérzékenység, atópia, aszmatikus hörghurut. A beteg állapotának megfelelően tanácsokat adunk a mindennapokhoz, a továbbiakban próbáljuk kizárni az asztmát súlyosbító tényezőket.

### 3. Vezessen tüneti naplót!

A kezelőorvos segítségére lehet, ha a beteg rendszeresen lejegyzi mikor, minek hatására rosszabbodtak, illetve javultak tünetei. Az asztmás tüneteket egyaránt befolyásolhatja a stressz, az időjárás változásai, banális megfázás,

bizonyos ételek, de a tünetek akár napszakonként is eltérőek lehetnek. Mindezek átbeszélése szintén fontos támpontot nyújt a gyógyszeres terápia beállításához.

#### 4. Elkészül az asztma akcióterv

A szükséges vizsgálatok elvégzése és a beteg alapos kikérdezése után, amennyiben asztma igazolódik, a kezelőorvos összeállítja a terápiához szükséges gyógyszerek listáját. Az asztma akció tervből azt is megtudhatjuk, hogyan ismerhetjük fel az asztmás roham kezdeti jeleit, illetve milyen gyógyszereket alkalmazunk roham esetén. A kezelőorvos elmagyarázza a készítmények alkalmazásának helyes módját, s az eszközök helyes használatát is bemutatja.

#### 5. Változtasson életmódján!

Az asztmás tünetek kezelése nem ér véget a gyógyszeres terápia összeállításával. A tünetek javulásához az is fontos például, hogy a beteg abbahagyja a dohányzást – figyelmeztet dr. Potecz Györgyi. A környezetünkben is próbáljuk minimalizálni az egyéb, rohamot provokálható tényezőket. Fordítsunk gondot a rendszeres, lehetőleg HEPA filteres készülékkel végzett porszívózásra, a légkondicionáló helyes használatára és fokozottan ügyeljünk az őszi-téli időszakban a légúti megbetegedést okozó fertőzések elkerülésére. Ezek ellen az asztmás betegeknek érdemes védőoltással védekezniük.

A rendszeres sportolásról sem kell lemondani, de fontos, hogy erről is egyeztessünk kezelőorvosunkkal. Ahhoz, hogy a testedzést problémamentesen végezhessük, szükség lehet a gyógyszeres terápia módosítására.

[www.allergiakozpont.hu](http://www.allergiakozpont.hu)

Szeretne további egészségügyi híreket olvasni? Iratkozzon fel **ingyenes hírlevelünkre** és mi kéthetente eljuttatjuk Önhöz a legújabb információkat!

**Forrás:** Sajtóközlemény

**Megjelent:** 2011. szeptember 7.

**Legutóbb frissítve:** 2011. szeptember 6.

0













**EgészségKalauz** a Facebookon

Tetszik

---

4,780 ember kedveli a következőt: **EgészségKalauz.**

									
Marina	Ibiki	Zsanett	Medbiotech	Fejer	Erika	Adrienn	Tóth	Orsolya	Czimmerma

---

Facebook közösségi modul