



SVJETSKI DAN ASTME

3. maj 2016.

• Možete kontrolisati Vašu astmu •

▶ Šta je astma?

Astma je hronična bolest koja zahvata disajne puteve u plućima koji zbog upalnog procesa postaju smanjenog promjera što otežava disanje (opstrukcija). Na sreću ova opstrukcija je reverzibilna i sa dobrom terapijom i izbjegavanjem okidača moguće je očuvati normalnu disajnu funkciju. Astma može biti blaga, umjerena, teška i veoma teška kada predstavlja stanje koje je opasno po život.



▶ Koji su simptomi astme?

- Kašalj i kihanje – osobito noću i rano ujutru
- Nedostatak zraka
- Zviždanje
- Stezanje i bol u grudima

Ovi simptomi često imaju sezonski karakter, odnosno ponavljaju se svake godine u isto vrijeme.

Često su prisutna i druga alergijska oboljenja: konjuktivitis, rinitis, ekcemi i urtikarija.

Astma je neizlječivo oboljenje, ali se može uspješno držati pod kontrolom.

Kako se postavlja dijagnoza astme?

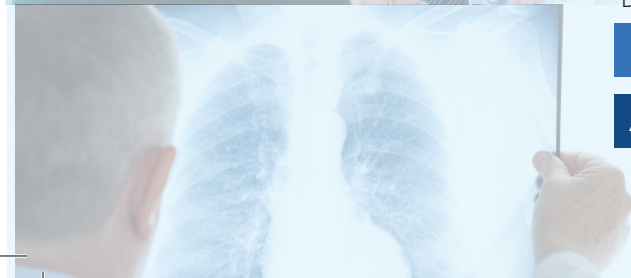
Razgovor i pregled kod ljekara

Ispitivanje plućne funkcije (volumen i brzina protoka zraka) - spirometrija

Dodatno se mogu uraditi i

Rentgen pluća

Alergološka ispitivanja



► Koliko je česta astma?



1 od 11
djece ima astmu



1 od 12
odraslih ima astmu

► Šta može pogoršati astmu?



Alergeni (polen, gljivice, koža i dlake kućnih ljubimaca, prašina, grinje)



Virusne i bakterijske infekcije disajnih puteva



Pušenje cigareta



Alergeni prisutni na radnom mjestu



Zagađenje zraka



Naporna fizička aktivnost

► Kako se liječi astma?

- Izbjegavanje okidača
- Zdrav način života: fizička aktivnost i ishrana
- Lijekovi, odnosno pumpice i diskovi u dogovoru sa ljekarom



**AKO SUMNJATE DA IMATE ASTMU,
OBRATITE SE SVOM PORODIČNOM LJEKARU.**



GLOBAL
INITIATIVE
FOR ASTHMA



UDRUŽENJE LJEKARA/LIJEČNIKA
PORODIČNE/OBTELJSKE MEDICINE FBiH

PROVIDENS
Choose Health