

Upravljanje djetetovom astmom s tvrtkom Philips

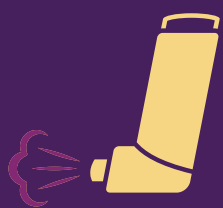
Znate li da **14 % djece na svijetu ima simptome astme**?¹

Dijagnoza astme može biti uznemirujuća, no ako ju dobro kontrolirate, vaše dijete može raditi sve što voli. Kako biste bolje razumjeli astmu i način na koji je možete kontrolirati, slijedite šest koraka navedenih u nastavku:



1 | Astmu se najbolje kontrolira lijekovima

Iako za astmu nema lijeka, postoje lijekovi koji pomažu u ublažavanju simptoma i smanjuju rizik od napadaja. Paket liječenja koji može biti propisan vašem djetetu možda uključuje:



Uređaje za inhalaciju koji sadrže lijek za ublažavanje simptoma

Brzo djeluju kako bi omogućili trenutačno olakšanje zviždanja i nedostatka daha tako što proširuju dišne putove



Uređaje za inhalaciju koji sadrže lijek za kontrolu bolesti

Smanjuju oticanje i upalu dišnih putova

Uređaje za inhalaciju koji sadrže lijek za ublažavanje simptoma u kombinaciji s lijekom za kontrolu bolesti

Mukolitike

Lijekove koji pomažu u razrjeđivanju sluzi i olakšavaju iskašljavanje



Komore za inhalaciju

Pribor nalik cijevi koji produljuje nastavak za usta, i usmjerava lijek prema ustima te tako pomažu u isporuci lijeka u pluća, gdje je najpotrebniji

Antibiotike

Propisuju se kao zadnje rješenje za liječenje ili kontrolu trajne infekcije



2 | Trebate znati kako upotrebljavati uređaj

Naučite dijete kako pravilno upotrebljavati uređaj



90%

bolesnika **nepravilno upotrebljavaju inhalator**, što smanjuje učinkovitost njihova lijeka²

Propisani lijekovi neće djelovati ako ih ne uzimate u pravilnoj dozi, na pravilan način svakoga dana. Ustvari, ako inhalator ne upotrebljavate pravilno, može doći do nuspojava

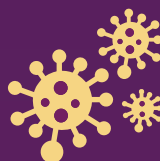


3 | Neka praćenje simptoma bude zabavno

Simptomi se mogu razlikovati od djeteta do djeteta. Stoga je važno pratiti simptome astme.



Ohrabrite djecu da kontroliraju astmu tako što će upotrebljavati **malene i prikladne mjerače vršnog protoka zraka**, s pomoću kojih prate kvalitetu rada pluća...



... ili upotrebom jednostavnih **zidnih grafikona i naljepnica** – naučit će prepoznati moguće okidače koji uzrokuju pogoršanje astme, npr. pelud, vježbanje, dim cigarete ili osjećaje poput stresa



4 | Ostanite aktivni!



Česta je **zabluda da djeca s astmom ne smiju vježbati**.

Ustvari, sve dok dijete dobro kontrolira astmu, redovito vježbanje može pomoći u olakšavanju simptoma, poboljšanju plućne funkcije i osnaživanju imunološkog sustava



5 | Dobro je da razgovarate

Redovito razgovarajte sa svojim djetetom o njegovom stanju i pomozite mu da se opusti. Dijete koje razumije astmu će:



biti manje uplašeno zbog mogućeg napadaja astme



moći razgovarati o svojim simptomima astme s drugima



imati više samopouzdanja u pogledu života s astmom



6 | Stvorite zdravo okruženje

Zrak u prostoriji sadržava nečistoće. Stoga je ključno osigurati da vaš dom ne sadržava potencijalne okidače:



Slaba prozračenost prostorija kod kuće može uzrokovati probleme osobama koje imaju problem s dišnim sustavom. Ako je moguće, otvorite prozore i pustite neka svjež zrak struji – no budite pažljivi na razine onečišćenosti zraka jer to može biti okidač astme



Provjerite održavanje sustava hlađenja ili grijanja kod kuće. Prikladan protok zraka, filtriranost i kontrola vlažnosti poboljšat će zrak u prostoriji



Ako dlake kućnih ljubimaca pogoršavaju simptome, držite kućne ljubimce podalje od namještaja. Pročišćivač zraka u djetetovoj sobi također može pomoći u smanjenju alergena

O₂

Za dodatne informacije o astmi, posjetite stranicu **Asthma.org.uk** ili se savjetujte s lokalnim liječnikom.

1. Global Asthma Report findings, 2014 http://www.globalasthma-report.org/resources/Global_Asthma_Report_2014.pdf

2. Bonds R.S. Misuse of medical devices among patients in a tertiary care Allergy/Immunology practice. Journal of Allergy and Clinical Immunology, 2017, 133(3) supplement: AB156.