

## Patient information factsheet

### Astma (Asthma-Polish)

**Astma jest przewlekłą i powszechną chorobą, która może powodować kaszel, świszczący oddech, uczucie ucisku w klatce piersiowej oraz duszności.**

Stopień nasilenia tych objawów jest różny u różnych osób. Na ogół astma może być sprawnie kontrolowana u osób na nią cierpiących, aczkolwiek niektóre osoby mogą doświadczać trwalszych problemów. W nielicznych przypadkach objawy astmy mogą stopniowo lub nagle się pogorszyć. Określa się to nazwą „ataku astmy”, chociaż lekarze często nazywają to „zaostreniem”. Poważne ataki mogą wymagać leczenia szpitalnego i mogą stanowić zagrożenie dla życia, co jednak zdarza się bardzo rzadko.

#### Przyczyny

Astma powstaje w wyniku zapalenia niewielkich przewodów zwanych oskrzelami, które umożliwiają przepływ powietrza do i z płuc. U osób cierpiących na astmę, oskrzela są w stanie zapalnym i są bardziej wrażliwe niż zwykle. Kiedy wejdzie się w kontakt z czynnikami, które podrażniają płuca – tzw. wyzwalaczami – drogi oddechowe zwężają się, mięśnie je otaczające zaciskają się oraz występuje wzrost wytwarzania kleistego śluzu (flegmy).

Do powszechnych wyzwalaczy astmy należą:

- domowe roztocza
- sierść zwierzęca
- pyłki
- dym tytoniowy
- wysiłek fizyczny
- infekcje wirusowe

Astma może być również wywołana przez substancje (alergeny lub środki chemiczne) wdychane w trakcie pracy. Należy skonsultować się ze swoim lekarzem rodzinnym kiedy zauważy się, że objawy nasilają się podczas przebywania w pracy, a zanikają podczas bycia na urlopie. Przyczyny powstawania astmy nie są w pełni zrozumiałe, aczkolwiek wiadomo, że ryzyko wystąpienia tej choroby jest wyższe, jeśli istnieje historia rodzina występowania astmy. Astma może rozwinąć się u osób w każdym wieku, w tym u małych dzieci oraz osób starszych.

#### Objawy

Objawy astmy mogą być o nasileniu od umiarkowanego do silnego. Większość osób doświadczy tylko sporadycznie pojawiających się symptomów, aczkolwiek istnieją pewne osoby, które mają problemy przez większość czasu.

Do głównych symptomów astmy należą:

- świszczenie (gwizd podczas oddychania)
- duszności
- ucisk w klatce piersiowej – jak gdyby było się zabandażowanym
- kaszel

Objawy często nasilają się w nocy oraz wczesnym rankiem, zwłaszcza jeśli nie leczy się tej choroby. Symptomy mogą się także pojawić lub nasilić w odpowiedzi na pewne bodźce, takie jak wysiłek fizyczny lub kontakt z alergenem.

# Ulotka informacyjna dla pacjenta

## Leczenie

Osoby cierpiące na astmę mogą prowadzić aktywne i niezależne życie. W większości przypadków, leczenie jest skuteczne i pozwala pacjentom kontrolować swoje schorzenie.

## Inhalatory

Leki na astmę zazwyczaj są podawane za pomocą inhalatorów – urządzeń, dzięki którym wraz z wdechem lek dociera bezpośrednio do płuc. Jest to skuteczny sposób przyjmowania leków na astmę, ponieważ przeważająca ilość dawki trafia do płuc i tylko nieznaczna ilość rozchodzi się w innych miejscach w organizmie. Każdy inhalator pracuje w inny sposób. Należy przejść szkolenie u lekarza rodzinnego lub pielęgniarki tak, aby nauczyć się obsługiwać to urządzenie, albo pomóc swojemu dziecku w obsługiwaniu jego urządzenia. Należy to sprawdzać co najmniej raz do roku.

## Spejsery

Inhalatory ciśnieniowe lepiej funkcjonują, jeśli korzysta się ze spejsera – płytkiego, plastikowego lub metalowego pojemnika z ustnikiem po jednej stronie, a otworem na inhalator po drugiej stronie. Korzystając ze spejsera, aerosol z inhalatora jest uwalniany do pojemnika, w którym pozostaje na czas wolnego i stopniowego wdychania leku, do czasu aż wypełni on płuca. Należy wtedy wstrzymać oddech tak, aby opar osiadł w płucach. Pozwala to na skuteczniejsze działanie leku, ponieważ większa jego ilość trafia do płuc aniżeli pozostaje w jamie ustnej lub zostaje połknięta i tym samym nie wywołuje żadnego efektu w płucach, a tylko zwiększa prawdopodobieństwo wystąpienia efektów ubocznych.

Po wyjściu ze szpitala, można odczuwać nieustępujące objawy przez kilka kolejnych dni lub tygodni. Jest to powszechne zjawisko, niemniej jednak, jeśli wywołuje to zmartwienie, należy skonsultować się ze swoim lekarzem rodzinnym. Przychodnia powinna posiadać wszelkie informacje dotyczące Państwa leczenia w szpitalu. Jeśli przepisano Państwu leki, bardzo ważnym jest zakończyć przyjmowanie wyznaczonej dawki.

## Z kim się należy skontaktować w razie obawy

Wszelkie obawy dotyczące symptomów należy skonsultować ze swoim lekarzem rodzinnym lub zadzwonić pod numer 111 w celu uzyskania porady.

## Przydatne linki

NHS Choices [www.nhs.uk/conditions/asthma/Pages/Introduction.aspx](http://www.nhs.uk/conditions/asthma/Pages/Introduction.aspx)

## Wyraż swoją opinię

Będziemy bardzo wdzięczni, gdyby przed opuszczeniem szpitala wypełnili Państwo kartę opinii zwrotnej. Daje to Państwu możliwość wyrażenia swojej opinii odnośnie leczenia otrzymanego w szpitalu. Dzięki opiniom zwrotnym nieustannie poprawiamy usługi oferowane naszym pacjentom.

University Hospital Southampton NHS Foundation Trust  
Tremona Road  
Southampton  
SO16 6YD  
Main switchboard: **023 8077 7222**

Informacje ujęte w niniejszej ulotce zostały zaczerpnięte ze strony NHS Choices [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

**Jeśli wymagają Państwo kopii niniejszego dokumentu w innej wersji językowej lub innym formacie, np. dużą czcionką, w alfabecie Braille'a lub w formie nagrania audio, prosimy zadzwonić pod numer 023 8120 4688 w celu uzyskania pomocy.**

Version 1. Reviewed February 2019. Due for review February 2022. 1350