

# Asztma bronchiale

## Az asztmáról

Az asztma az alsólégutak- hörgők gyulladós betegsége. A gyerekkori asztma gyakorisága világszerte 5-10 %, míg Magyarországon a gyerekek körében 2-4% körülire becslik.

Az asztma hátterében több tényező áll. A genetikailag arra hajlamos egyéneknél különböző környezeti tényezők – allergének, vírusfertőzések, fizikai terhelések, légszennyeződés – hatására a hörgők keresztmetszete összeszűkül és a következő elváltozások alakulnak ki a légutakban.

1. Hörgőgörcs – a hörgők simaizomzata összehúzódik
2. Nyálkahártya duzzanat
3. Nehezen felköhöghető váladékszaporulat

A tünetek periódikusak, nem állandó jelleggel észlelhetők.

## A jellemző tünetek

- köhögés
- nehezített, sípoló légzés
- zihálás
- gyors légzés
- mellkasi fájdalom
- légzési segédizmok használata ( orrszárnyi légzés, bordaközi izmok behúzotttsága)
- mellkasi kitérés csökkenése
- terhelhetőség csökkenése
- száj és a körmök lilás-kék elszíneződése

## Hogyan kezeljük

Az asztma krónikus betegség, melynek kezelését két részre osztjuk.

### **I. Megelőző, fenntartó kezelés** – a betegség súlyosságának megfelelően történik *Gyógyszeres kezelés*

1. Gyulladáscsökkentők ( inhalációs szteroidok, leukotrién antagonisták)
2. Fix kombinációk ( 5 éves kor felett jön szóba, közepes vagy attól súlyosabb fokozatban; inhalációs szteroidot és hosszúhatású hörgőtágítót tartalmaz)
3. Hörgőtágítók ( rövid-hosszúhatású bétareceptor izgatók, hosszúhatású theophyllin származékok)

### ***Kiváltó okok kerülése***

Allergén kerülése, fertőzés megelőzése, megfelelő fizikai terhelés meghatározása

## **II. Akut roham kezelés**

1. Hörgőtágító – (ilyenkor csak a rövidhatásúakat használjunk -súlyosságtól függően injekciós vagy inhalációs változatban).
2. szisztémás gyulladáscsökkentő szteroidok ( injekció, szájon áti -vagy rektális formában )
3. Folyadékpótlás
4. Oxigénkezelés

## **A betegség szövődményei**

**Akut szövődmények** : nagyfokú légzési nehezíttség, mellkasi felfúvódás, légző izmok kimerülése, légzési elégtelenség, légmell, oxigénhiány

**Krónikus szövődmények** : hörgőfal átépülése, elmerevedése; hörgőtágulat.

## **Mikor kerül a beteg kórházba**

A kórházba kerülésnél szerepet játszik az életkor, a betegség súlyossága.

Minél fiatalabb a gyermek, annál nehezebb a kezelése. Otthon a gyógyszerek bejuttatása nehezebben kivitelezhető..A fiatal életkorra jellemző a tünetek súlyosságának hirtelen fokozódása.

Emellett a súlyosság a másik meghatározó tényező .Erre utal a légzési nehezíttség foka ( orrszányi légzés, nyögő légzés, bordaközi izmok behúzódása, hangos, sípoló légzés), a légzésszám emelkedése ( ez életkortól függ ált. 26-30/perc felett ), a gyermek kimerültsége, a tünetek fennállásának időtartama, a hörgőtágító gyógyszerek hatásossága, oxigénhiány súlyos jelei ( ajak, köröm lilás-kékes elszíneződése)

## **Hogyan segíthetünk gyermekünkön**

### **I. A kiváltó tényezők kerülése**

#### **1. Allergiás asztma esetén:**

**a; Pollinózis esetén** : naponta többszöri kézmosás, este minden napos hajöblítés, gyakori orrmosás, minél kevesebb időt töltsön a szabadban a pollencsúcsok idején, ne aludjon nyitott ablaknál

**b; Atkák esetén** : gyakori szellőztetés, alacsony páratartalom, viszonylag alacsony hőmérséklet ( 20-22C), mosható ágynemű, nedves portörítés, textíliák mosása - függöny, falvédő, szőnyeg - , plüssállatok fagyasztása 24 órára

**c; Állatszór allergia esetén** : az állati szőrök, tollak kiiktatása a lakásból és lehetőleg a környékéről is

**d; Penészgomba allergia esetén** : páratartalom csökkentése, szobanövények kerülése a lakásban, a nedvesség megszüntetése, gyakori szemétürítés, fűnyírás és avarszedés kerülése

**2. Fertőzés kiváltotta asztma esetén:** a fertőzések lehetőség szerint kerülése ( immunerősítő- és védőoltások)

**3. Terhelés kiváltotta asztma:** meghatározni a terhelhetőség fokát és ennek megfelelően terhelni.

## **II. A fenntartó gyógyszerek rendszeres használata és az orvosa utasításainak pontos betartása**

**III: Akut tünetek esetén** : a gyermek nyugtatása, helyes légzéstechnika alkalmazása, friss levegőre vitele és rövidhatású hörgőtágító alkalmazása a kezelőorvossal történő konzultáció alapján.