

Astma

Co to jest astma?

Astma to częsta choroba płuc, która powoduje zwężenie małych rurek przenoszących powietrze *do i z* płuc. Astma może być wywołana przez różne czynniki u różnych osób, na przykład:

- Alergie (na przykład, na roztocza kurzu domowego, lub pyłki)
- Dym, zanieczyszczenie, lub zimne powietrze
- Ćwiczenia
- Przeziębienie, lub grypa

Jakie są objawy astmy?

- Świszczący oddech
- Duszność
- Ścisła klatka piersiowa
- Kaszel

Jakie są metody leczenia astmy?

Astmę zwykle leczy się za pomocą inhalatora, małego urządzenia, które umożliwia wdychanie leków. Główne typy to:

- Inhalator doraźny - stosowany w razie potrzeby w celu szybkiego złagodzenia objawów astmy na krótki czas.
- Inhalator zapobiegawczy – stosowany codziennie w celu zapobiegania wystąpieniu objawów astmy (**to bardzo ważne!**)

Jak można zapobiec atakowi astmy?

- Upewnij się, że przyjmujesz wszystkie przepisane leki we właściwym czasie.
- Przeprowadzaj regularne przeglądy astmy u swojego lekarza rodzinnego, lub pielęgniarki zajmującej się astmą – przynajmniej raz w roku.
- Sprawdź u swojego lekarza rodzinnego, lub pielęgniarki zajmującej się astmą, czy prawidłowo używać inhalatora.
- W miarę możliwości unikaj rzeczy, które wywołują objawy.

Bibliografia

- <https://www.nhs.uk/conditions/asthma/>