

1-ASTİM NEDİR?

Astım, hava yollarının daralması ile kendini gösteren ve ataklar (krizler) halinde gelen bir hastalıktır. Hastalar ataklar arasında kendilerini iyi hissederler. Astımda hava yollarında mikrobik olmayan bir iltihap vardır. Bu nedenle hava yolu duvarı şişir ve balgam vardır. Bu durum akciğerlerin uyarılara aşırı duyarlı olmasına neden olur. Genetik yatkınlığı olan çocuklarda çevresel etkenlerle oluşur.



2- ÇOCUKLARDA NE SIKLIKTA GÖRÜLÜR?

Çocuğunuzun astımı varsa yalnız değilsiniz! Türkiye'deki çocuklarda astım sıklığı %5-15 arasındadır.

3- HANGİ ŞİKÂyetLER ASTIMI DÜŞÜNDÜRÜR?

- Öksürük: Genellikle kurudur, balgamlı da olabilir, balgam genellikle beyaz renklidir. Üst solunum yolu enfeksiyonlarından (nezleden) sonra 3 haftadan uzun süren öksürük, özellikle gece yoğun olan, egzersizle, gülmeye artan öksürük astımı düşündürür.
- Hışıltı: Özellikle üst solunum yolu enfeksiyonu (nezle), egzersiz ve sigara dumanına maruziyet ile tetiklenen hışıltı astımda görülebilir.
- Nefes darlığı
- Göğüste sıkışma hissi

4- ASTİM TANISI NASIL KONULUR?

Astım tanısı tekrarlayan nefes darlığı, hışıltı, öksürük şikâyetleri olan çocuklarda düşünülmelidir. Çocuk astım atağında değilse muayene ve akciğer filmi normal olabilir. Altı yaş üstü çocuklarda solunum fonksiyon testleri veya basit bir cihazla (PEFmetre) solunum yollarındaki darlığın derecesi belirlenir. Allerji (duyarlılık) kan veya deri testleri ile araştırılabilir.

5- HER ASTIMLI ALLERJİK MİDİR?

Değildir. Hastanın polen, ev tozu akarı, hayvan tüyleri, mantar sporları ve besinlere karşı duyarlılığı olmasına allerji denir.

Astım çocuklarda genelde allerjiktir. Ancak astımı olan herkesin allerjik, allerjisi olan herkesin de astımlı olması gerekmez.

6- ALLERJEN NEDİR?

Allerjenler çevremizde yaygın olarak bulunan, genellikle zararsız olan ve herkesi etkilemeyen ancak duyarlı kişilerde sorunlara neden olabilen maddelerdir. Kişiler bunları bilmeli ve korunmalıdır. Bunlardan önemli olanları:

- Polenler
- Ev tozu akarları
- Küf mantarı sporları
- Hamamböceği
- Hayvan tüyleri
- Bazı besinler: Süt, yumurta, fıstık, fındık, ceviz, balık, buğday, soya gibi...

7- SOLUNUM YOLU ENFEKSİYONLARI (NEZLE) ASTIMI TETİKLER Mİ?

Astımlı kişilerde solunum yolu enfeksiyonlarının astım ataklarını tetiklediği bilinmektedir. Astımlı bireylerde basit bir soğuk algınlığı, nefes darlığına yol açabilmektedir.

8- ASTİMİN TEDAVİSİ VAR MIDIR?

Okul öncesi dönemde birçok çocuk özellikle solunum yolu enfeksiyonlarını takiben öksürük, hışıltı, nefes darlığı gibi şikâyetlerle hekime başvurabilir. Bu çocukların önemli bir kısmı büyümekle birlikte iyileşir. Bu süre içinde iyi tedavi edilmeleri şikâyetlerin ağırlığını ve sıklığını azaltır. Bazı çocuklardaki şikâyetler tedaviye rağmen erişkin yaşta da devam edebilir. Ancak uygun tedavi ile bu çocuklar normal yaşamlarını devam ettirebilirler.



T.C.
SAĞLIK BAKANLIĞI
TEMEL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

SORU ve CEVAPLARLA ÇOCUKLARDA ASTIM

9- ASTIMIN KONTROLÜ NASIL SAĞLANIR?

- İşbirliği: Hasta/ebeveyn/bakıcı ve hekim arasında işbirliği sağlanması.
- Korunma: Risk faktörlerinin belirlenmesi ve maruziyetin önlenmesi.
- Astım şiddetinin bilinmesi ve buna yönelik koruyucu tedavinin hekimin önerilerine uygun olarak uygulanması.
- Astım ataklarında hasta tarafından uygulanacak tedavi planı: Kurtarıcı (Bronş açıcı) ilacın uygun doz, aralık ve doğru yoldan uygulanmasının öğretilmesi.

10- ASTIMIN TEDAVİSİ NASIL YAPILIR?

- Astım ilaçları genellikle hava yoluyla alınır.
- Hava yoluyla alınan ilaçların çocuklarda ara cihaz ile kullanılması gerekir.
- Toz veya çiğneme tabletleri de kullanılabilir.

11-ASTIMIN TEDAVİSİNDE HANGİ İLAÇLAR KULLANILIR?

Astımın tedavisinde iki ana grup ilaç vardır:

- RAHATLATICI İLAÇ (Kurtarıcı İlaç) : Sadece atak döneminde kullanılır. Hava yolunu geçici olarak genişletir.
- KONTROL EDİCİ İLAÇ (Koruyucu İlaç) : Hava yolundaki iltihabı düzeltir. Şikâyetlerin olmadığı dönemde de kullanılması gerekir.

12- ASTIM İLAÇLARININ YAN ETKİSİ VAR MIDIR?

Kontrol edici ilaçların büyük bir kısmında kortizon (steroid) vardır; ancak uygun dozlarda ve ara cihaz ile kullanıldığında ilaçlar güvenlidir. Çocukların erişkin boyları normaldir.

13- ASTIM HASTASI ÇOCUĞUN EBEVEYNİ NE YAPMALIDIR?

- İlaçlar düzenli, önerildiği şekilde kullanılmalıdır.
- Allerji saptanmışsa allerjene yönelik önlemler alınmalıdır.
- Evde kesinlikle sigara içilmemelidir, çocuk sigara içilen diğer ortamlarda bulunmamalıdır.
- Astımlı çocuklara her yıl grip aşısı yapılmalıdır.

14- ASTIMLI ÇOCUKLAR SPOR YAPABİLİR Mİ?

Egzersiz öncesi ısınma hareketlerinin yapılması, egzersiz yaparken burundan nefes alınıp verilmesi, hekim önerirse egzersizden 15 dakika önce hızlı etkili nefes açıcıların nefes yoluyla alınmaları astımlı hastaların daha rahat egzersiz yapmalarına olanak sağlar. Astımlı çocuklar yüzme ve basketbol başta olmak üzere tüm sporları yapabilirler.

15- ASTIMLI ÇOCUKLAR OKULDA NELERE DİKKAT ETMELİDİR?

- Çocuğun astım hastası olduğu ve hangi ilaçları kullandığı, atak belirtileri ve atak sırasında neler yapılması gerektiği öğretim dönemi başında öğretmeniyle paylaşılmalıdır.
- Astımlı çocuklar hastalık kontrol altındayken beden eğitimi dersine girebilirler.
- Astımlı çocukların sınıfları iyi havalandırılmalıdır.

anil.matbaacilik (0.312) 229 37 41