

Turinys

Ivadas.....	5
Kas yra astma?.....	5
Kas sukelia astmą?.....	5
Kas vyksta plaučiuose sergant astma?.....	6
Kaip diagnozuojama astma?.....	7
Ar tyrimai, atliekami astmai diagnozuoti, negali pabloginti sveikatos?.....	10
Kas sustiprina astmos simptomus?.....	10
Ar astma yra užkrečiama?.....	11
Ar astma keičia gyvenimo trukmę?.....	11
Kur kreiptis, jei įtariu, kad sergu astma?.....	12
Ar gali būti, kad sergu astma, nors nejaučiu jokių simptomų?.....	12
Kaip gydoma astma?.....	12
Kada pradėsiu jausti gydymo poveikį?.....	13
Kas gali palengvinti astmos simptomus?.....	14
Kas yra astmos (simptomų) kontrolė?.....	14
Ar astmos gydymas visada toks pat? Ar gali būti stiprinamas, silpninamas?.....	20
Man užtenka tik salbutamolio, jis geriausiai padeda. Nenoriu hormonų...	21
Ar astmos gydymą galima nutraukti?.....	21
Kokią žalą gali sukelti astmai gydyti skiriami vaistai?.....	22
Ar galima pasveikti nuo astmos?.....	22
Ar reikia vengti sporto? Ar galima dirbti visus darbus?.....	22
Kaip išvengti alergenu?.....	24
Ar astmai gydyti skirti vaistai gali pabloginti širdies ligas?.....	29
Astma ir nėštumas.....	30
Astma ir rūkymas.....	30
Astma ir aspirinas.....	31
Astma ir COVID-19.....	33
Rašytinis astmos veiksmų planas. Kas tai? Kam reikalingas?.....	34
Kaip dažnai lankytis pas šeimos gydytoją, gydytoją specialistą?.....	40

Svarbūs patarimai vykstant konsultacijai dėl įtariamąs astmos arba astmos kontrolei įvertinti.....	41
Astmos paūmėjimas.....	41
Gydymas deguonimi.....	43
Šiuo metu astmai gydyti gali būti skiriami skirtingi inhaliatoriai. Kaip juos naudoti?.....	43
Bendri vaistų įkvėpimo principai.....	44
Dozuoto aerozolio inhaliatoriai.....	46
Aerozolio inhaliatorių naudojimas su tarpine.....	52
Dozuotų miltelių inhaliatoriai.....	55
Sroviniai purkštuvai.....	68
Alergenų imunoterapija.....	70
Reabilitacija ir kineziterapija.....	72
Alternatyvioji medicina.....	73
Vakcinacija.....	74
Sunki astma.....	75
Biologinė terapija.....	76
Kaip atlikti biologinių vaistų injekciją namuose?.....	78
Sunkios astmos centras.....	83
Kada būtų tikslinga gydytojo specialisto konsultacija Sunkios astmos centre?.....	84
Informacija apie Lietuvos sveikatos mokslų universiteto ligoninės Kauno klinikų Sunkios astmos centrą.....	85