

Pasaulinė astmos diena.



Kasmet pirmąjį gegužės mėnesio antradienį minima Pasaulinė astmos diena.

Minint tą dieną specialistai stengiasi atkreipti į vieną iš seniausiai medicinos istorijoje žinomų ir labiausiai paplitusių lėtinių ligų – astmą bei gerinti visuomenės žinias apie šią ligą, o sergantiesiems – padėti geriau suprasti gydymo aplinkybes.

Bronchinė astma – lėtinė uždegiminė kvėpavimo takų liga, pasireiškianti dusulio ir/ar kosulio priepuoliais, ypač naktį ir ryte. Jai būdinga bronchų obstrukcija, kuri išnyksta savaime arba gydant, ir padidėjęs bronchų jautrumas įvairiems dirgikliams. Nėra visiškai aišku, kodėl susergama šia liga. Tai gali nulemti alergija, aplinkos faktoriai ir genetiniai veiksniai.

Astmos tipai: įgyta, dar vadinama atopine, imunologine ar alergine astma ir vidinė, vadinama neimunologine arba nealergine astma.

Dažniausiai ši liga atsiranda dėl alergijos įkvėpiamiems alergenams (alerginė astma), tokiems kaip žiedadulkės, naminiai gyvūnai, dulkių erkės, pelėsis ir kt. Astma glaudžiai susijusi su alerginiu rinitu, atopiniu dermatitu ir kitomis alerginėmis ligomis.

Dusulio priepuolius gali išprovokuoti fizinis krūvis, aštrūs kvapai, rūkalų dūmai, šaltis, stresas. Dažnai astmos paūmėjimus išprovokuoja virusinė kvėpavimo takų infekcija.

Ši liga dažniausiai prasideda vaikystėje, pusė atvejų išryškėja iki 10 metų. Berniukai astma serga du kartus dažniau nei mergaitės, bet vėliau, apie 30 gyvenimo metus, sergamumo dažnis susilygina.

Paveldima astma dažniausiai pasireiškia kartu su egzema ir alergija. Nutukimas taip pat gali didinti astmos riziką. Nepaveldima astma gali būti liekamasis reiškinys po kvėpavimo takų infekcijos, pasireikšti dėl įvairių medžiagų darbinėje aplinkoje, taršos vidaus ir išorės aplinkoje, įvairių mitybos aspektų ir tabako rūkymo, jei žmogus yra rizikos grupėje susirgti astma.

Ši liga atpažįstama iš tam tikrų jai būdingų simptomų. Pirmieji bronchinės astmos požymiai prasideda čiauduliu, išskyromis iš nosies, o baigiasi dusuliu, kurio metu sunku kvėpuoti, net iškvėpimui reikia didelių pastangų. Ši liga vystosi ciklais: po ryškių paūmėjimų kuriam laikui atlėgsta. Negydoma astma gali turėti liūdnas pasekmes.

Astmai būdingi požymiai ir simptomai: spaudimo pojūtis ir švokštimas krūtinėje; sausas kosulys; dusulys; sutrikęs miegas; padažnėjęs kvėpavimas; būklės pablogėjimas rytais.

Astmos sukelti negalavimai gali pasireikšti tik tam tikrais metų laikais, nepriklausyti nuo sezoniškumo arba gali trukti ištisus metus. Bronchinės astmos simptomai gali būti trumpalaikiai, trunkantys vos kelias minutes ar valandas, tačiau gali kartotis keletą kartų per parą.

Astmos priepuolius gali išprovokuoti virusai, peršalimas, įvairūs alergenai, fizinis krūvis ar emocinė įtampa, šaltas oras, tabako dūmai.

Norint suteikti pirmąją pagalbą astmos priepuolio ištiktam žmogui, reikia nuraminti dūstantįjį, paprašyti jo kvėpuoti rečiau ir giliau. Paskui padėti surasti kvėpavimą lengvinančių vaistų ir paraginti jų įsipurkšti. Vaistų efektas pasireiškia po 5 min. Jei poveikio nėra, vaistų reikėtų įpurkšti pakartotinai. Paciento nereikėtų guldyti, o leisti jam pačiam susirasti patogią padėtį.

Šiuolaikinis astmos gydymas padeda gerokai sumažinti priepuolių pasikartojimą. Todėl ligoniai gali gyventi visavertį gyvenimą.

Tinkamai nesigydant astmos priepuoliai vis dažnėja, vystosi plaučių pažeidimas, sutrinka širdies veikla. Susirgus vaikystėje, gali deformuotis krūtinės ląsta, sutrikti vaiko augimas.

Bronchinė astma – viena dažniausių lėtinių ligų, kuria visame pasaulyje serga daugiau kaip 300 mln. žmonių. Šią ligą nesunku supainioti su paprastu kosuliu. Ji tęsiasi visą gyvenimą ir turi du periodus – remisiją ir paūmėjimą, kai žmogus kosėja, dūsta, švokščia krūtinėje, skrepliuojasi, negali miegoti. Vis dėlto ši liga gydoma ir prisižiūrint nesukelia didesnių problemų. Tinkamai gydantis, šiandien ji gali būti sėkmingai kontroliuojama.

Parengta pagal Lietuvos pulmonologų ir alergologų draugijos, Lietuvos alergijos ir astmos asociacijos bei Lietuvos pulmonologų draugijos informaciją.