

Тест за оценка използването на спасителен (облекчаващ симптомите) инхалатор при астма

Това е тест, който да попълните самостоятелно, създаден да помогне на Вас и Вашия лекар да разберете какво мислите за Вашия спасителен инхалатор* за астма и дали е възможно да разчитате на него твърде много и често. **Това не е медицински съвет. НЕ спирайте и НЕ променяйте своята терапия без консултация с Вашия лекар.**

ЧАСТ 1 Вашето отношение към спасителния инхалатор

1. Оградете твърдението, което най-добре отразява настоящото Ви отношение.
2. Моля, напишете резултата от Вашето твърдение в празното квадратче вдясно
3. Отбележете всички отговори, за да получите крайния резултат.
4. Споделете резултата с Вашия лекар

Няма верни или грешни отговори. Отбележете това, което мислите.

Това са твърдения, които други хора с астма са направили за техния спасителен инхалатор

1 Използването на спасителния инхалатор за облекчаване на симптомите е най-добрият начин да контролирам астма си.

1	Въобще не съм съгласен	2	Несъгласен	3	Не съм сигурен	4	Съгласен	5	Напълно съгласен
---	------------------------	---	------------	---	----------------	---	----------	---	------------------

ЧАСТ 1
РЕЗУЛТАТ

2 Не се притеснявам за астмата си, когато спасителният ми инхалатор е наблизо.

1	Въобще не съм съгласен	2	Несъгласен	3	Не съм сигурен	4	Съгласен	5	Напълно съгласен
---	------------------------	---	------------	---	----------------	---	----------	---	------------------

3 Спасителният инхалатор е единствената терапия за астмата ми, на която имам доверие.

1	Въобще не съм съгласен	2	Несъгласен	3	Не съм сигурен	4	Съгласен	5	Напълно съгласен
---	------------------------	---	------------	---	----------------	---	----------	---	------------------

4 Ползите от употребата на моя спасителен инхалатор определено надхвърлят всякакъв риск от използването му.

1	Въобще не съм съгласен	2	Несъгласен	3	Не съм сигурен	4	Съгласен	5	Напълно съгласен
---	------------------------	---	------------	---	----------------	---	----------	---	------------------

5 Предпочитам да разчитам на моя спасителен инхалатор, а не на поддържащия инхалатор.

1	Въобще не съм съгласен	2	Несъгласен	3	Не съм сигурен	4	Съгласен	5	Напълно съгласен
---	------------------------	---	------------	---	----------------	---	----------	---	------------------

ЧАСТ 1: На гърба вижте какво означава Вашият резултат

ЧАСТ 1 ОБЩ РЕЗУЛТАТ

ЧАСТ 2 Употреба на спасителния инхалатор

1. Моля, оградете едно от твърденията и напишете резултата в квадратчето отдясно
2. Споделете резултата с Вашия лекар

Средно през последните 4 седмици колко често сте използвали Вашия спасителен инхалатор?

1	Нито веднъж	2	≤2 пъти за седмица	3	3 пъти за седмица	4	4-5 пъти за седмица	5	>5 пъти за седмица
---	-------------	---	--------------------	---	-------------------	---	---------------------	---	--------------------

ЧАСТ 2
РЕЗУЛТАТ

* Спасителният инхалатор се нарича още SABA (краткодействащ β₂-агонист) и служи за бързо облекчаване на симптомите на астмата при нужда като се предписва от лекар

Как може тестът за самооценка да ми помогне?

Много хора с астма разчитат прекалено много на своя спасителен инхалатор.^{3,4} Не е трудно да се разбере защо, тъй като подобрение се получава веднага след употребата му. Много хора мислят, че е най-важната част от лечението за астма, НО е възможно да има както 'добри', така и 'не толкова добри' резултати от употребата на спасителния инхалатор.

'Добрите' резултати са, че създава усещането, че симптомите на астмата се подобряват бързо.

'Не толкова добрите' резултати са, че въпреки че спасителният инхалатор помага да получиш бързо подобрение в симптомите на астма, той няма ефект върху основната причина за астматичните пристъпи.

Какво означава Вашият общ резултат от ЧАСТ 1?

18 - 25:

Висок риск, твърде много се доверявате на Вашия спасителен инхалатор. Изглежда, че и Вие, както много други хора, се доверявате прекалено много на спасителния инхалатор. Ако го използвате 3 или повече пъти седмично, това може да означава, че Вашата астма не е толкова добре контролирана, колкото трябва да бъде. Обсъдете резултата с Вашия лекар.

11 - 17:

Умерен риск, относно доверието Ви в спасителния инхалатор. Както и за много други, Вашият спасителен инхалатор е важен за Вас, но може би му се доверявате малко повече. Ако го използвате 3 или повече пъти седмично, това може да е знак, че Вашата астма не е толкова добре контролирана, колкото трябва да бъде. Обсъдете резултата с Вашия лекар.

10 или по-малко:

Нисък риск, относно доверието Ви в спасителния инхалатор. Изглежда, че не разчитате прекалено много на своя спасителен инхалатор. Това е добре за Вас. Продължете да четете надолу и проверете дали имате някои от другите възможни признаци за лош контрол на астмата.

Какво означава Вашият общ резултат от ЧАСТ 2?

Ако резултатът Ви е **3 или повече**, е възможно да използвате твърде често своя спасителен инхалатор.^{1,2}

Това може да е признак, че Вашата астма не е толкова добре контролирана, колкото трябва да бъде. Обсъдете с Вашия лекар, тъй като е възможно да има по-добър начин за контрол на Вашата астма.

Какви са другите признаци, че астмата Ви не е добре контролирана?²

Освен използването на спасителен инхалатор 3 или повече пъти седмично, има и други признаци, че астмата не е добре контролирана. Ако през последните 4 седмици някое от посочените твърдения е било вярно за Вас, обсъдете с Вашия лекар контрола на астмата Ви:

1. Дневни симптоми 3 или повече пъти седмично.
2. Астмата е причина да се събудите през нощта.
3. Използвали сте Вашия спасителен инхалатор 3 или повече пъти седмично.
4. Астмата ограничава Вашите ежедневни дейности.

Ако спазвате препоръките на Вашия лекар, астмата Ви може да бъде в добър контрол и да живеете пълноценно.

ЗАБЕЛЕЖКА: Международните препоръки определят неконтролираната (NICE 2017) или частично контролирана/неконтролирана (GINA 2019) астма спрямо употребата на спасителен инхалатор 3 или повече пъти седмично за облекчаване симптомите на астмата. Въпросникът е адаптиран спрямо валидирани и международно използвани въпросници за оценка ползите от медикаментите.⁵ Създаден и предложен като дизайн от професор Роб Хорн. Разходите за изготвяне на въпросника са изцяло покрити от АстраЗенека.

¹NICE Guideline [NG80]. Asthma: diagnosis, monitoring and chronic asthma management. November 2017. ²Global Initiative for Asthma (GINA). Pocket Guide for asthma management and prevention (for adults and children older than 5 years). 2019. Available from: www.ginasthma.org [last accessed 08.05.19].³Price D, Fletcher M, van der Molen T. *NPJ Prim Care Respir Med* 2014; 24:14009.

⁴Partridge MR, van der Molen T, Myrseth SE, et al. *BMC Pulm Med*. 2006; 6:13. ⁵Horne R, Weinman J, Hankins M. *Psychology & Health* 1999; 14(1):1-24.