



1^η ΜΑΪΟΥ - ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΑΣΘΜΑΤΟΣ

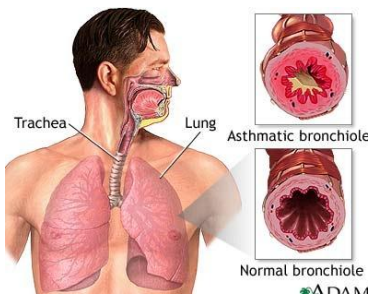
Το Άσθμα είναι μια χρόνια νόσος, η οποία χαρακτηρίζεται από φλεγμονή και στένωση των αεραγωγών και βρογχική ευαισθησία σε ποικιλία ερεθισμάτων.

Η **Παγκόσμια Ημέρα Άσθματος**, καθιερώθηκε για να ενημερώσει το κοινό για την ευρέως διαδεδομένη ασθένεια του αναπνευστικού συστήματος και να βελτιώσει τις μεθόδους θεραπείας του. Ο φετινός εορτασμός της Παγκόσμιας Ημέρας Άσθματος έχει ως σύνθημα **"Μπορείς να ελέγξεις το άσθμα σου"**.

Το άσθμα χαρακτηρίζεται από υποτροπιάζοντα επεισόδια δύσπνοιας, συριγμού, βήχα και πόνου στο στήθος. Τα συμπτώματα αυτά ποικίλουν σε σοβαρότητα και συχνότητα από άτομο σε άτομο. Μπορεί να συμβούν αρκετές φορές σε μια μέρα ή εβδομάδα και για μερικά άτομα γίνονται χειρότερα κατά τη διάρκεια σωματικής δραστηριότητας ή τη νύχτα.

Το πιθανότερο είναι ότι τα συμπτώματα του άσθματος προκαλούνται από περισσότερες από μια αιτίες. Μεταξύ άλλων παραγόντων που ενοχοποιούνται, είναι διάφορα αλλεργιογόνα, όπως ακάρεα της οικιακής σκόνης, οικόσιτα ζώα, μύκητες, ιοί, η έκθεση σε περιβαλλοντικές ή επαγγελματικές τοξίνες, τα αρώματα, η γύρη και το άγχος. Επίσης, μια γενετική προδιάθεση έχει αποκαλυφθεί από μελέτες, η οποία σε συνδυασμό με την έκθεση σε περιβαλλοντικούς παράγοντες, προδιαθέτει στην ανάπτυξη του άσθματος.

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, εκτιμάται ότι 235 εκατομμύρια άνθρωποι υποφέρουν από άσθμα. Το άσθμα αποτελεί την πιο συχνή χρόνια πάθηση μεταξύ των παιδιών και παρουσιάζεται σε όλες τις χώρες, ανεξάρτητα από το επίπεδο ανάπτυξης τους. Υπολογίζεται ότι 180.000 άνθρωποι πεθαίνουν από άσθμα κάθε χρόνο.



Η αποτυχία αναγνώρισης και αποφυγής ερεθισμάτων που οδηγούν σε στένωση των αεραγωγών, μπορεί να είναι απειλητική για τη ζωή, οδηγώντας σε μια κρίση άσθματος με αιφνίδια επιδεινούμενη ασθματική συμπτωματολογία, αναπνευστική δυσχέρεια ή ακόμη και θάνατο.

Μειώνοντας την έκθεση σε παράγοντες κινδύνου, μπορεί να επιτευχθεί έλεγχος της ασθματικής νόσου και μείωση των αναγκών για φάρμακα. Στους ασθματικούς ασθενείς το κάπνισμα προκαλεί βαρύτερα συμπτώματα, ταχύτερη έκπτωση της πνευμονικής λειτουργίας και μικρότερη ανταπόκριση στη θεραπεία, ως εκ τούτου έχει ιδιαίτερη σημασία και η αποφυγή του παθητικού καπνίσματος. Επίσης πρέπει να αποφεύγονται οι ακραίες κλιματολογικές συνθήκες, καθώς επίσης και η επαφή με άτομα που πάσχουν από άλλες αναπνευστικές λοιμώξεις .

Το άσθμα, συχνά υποδιαγιγνώσκεται και υποθεραπεύεται, επιβαρύνοντας τους ασθενείς και τις οικογένειες τους και περιορίζοντας εφόρου ζωής τις καθημερινές δραστηριότητες των ατόμων.

Η έγκαιρη διάγνωση, σωστή θεραπεία και εκπαίδευση των ασθενών μπορεί να οδηγήσει σε καλό έλεγχο της νόσου.

Πηγές: Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, European Lung Foundation, Global Initiative for Asthma (GINA), Dewit, S.C. (2009) Παθολογική Χειρουργική Νοσηλευτική. Τόμος Ι. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. Ροβίνας, Ν., Γκράτζιου. (2006) Άσθμα και Κάπνισμα. Πνευμών. 30(19), 203-214.