Efektívna liečba astmy

Zverejnené: 20. augusta 2024 | Autor: Mgr. Hana Neuschlová



Astma je chronické respiračné ochorenie charakterizované zápalom a zúžením dýchacích ciest, ktoré vedie k ťažkostiam s dýchaním. Medzi hlavné charakteristické znaky astmy patria:

- Zápal dýchacích ciest. Dýchacie cesty sú opuchnuté a zapálené, čo môže byť vyvolané rôznymi faktormi (alergény, infekcie dýchacích ciest, studený vzduch, stres,...).
- Bronchokonstrikcia. Svaly okolo dýchacích ciest sa stiahnu, čo spôsobí zúženie dýchacích ciest, čím sa sťažuje pohyb vzduchu dovnútra a von z pľúc.
- Produkcia hlienu. Zapálené dýchacie cesty často produkujú viac hlienu, ktorý môže ďalej blokovať dýchacie cesty.

Príčiny/spúšťače astmy

Presná príčina astmy nie je úplne objasnená, ale predpokladá sa, že je výsledkom kombinácie genetických a environmentálnych faktorov.

Medzi spúšťače, ktoré môžu vyvolať príznaky astmy patria:

- alergény (napr. peľ, roztoče, srsť domácich zvierat),
- infekcie dýchacích ciest (napríklad prechladnutie, chrípka),
- fyzická aktivita (astma vyvolaná cvičením),
- látky znečisťujúce ovzdušie a dráždivé látky (napríklad dym, chemické výpary),
- poveternostné podmienky (chladný vzduch, náhle zmeny teploty, vysoká vlhkosť),
- stres a silné emócie – silné emocionálne reakcie, ako je stres alebo úzkosť, môžu vyvolať príznaky astmy alebo ich zhoršiť,
- medzi príčiny vzniku patria aj genetické faktory (ak má astmu jeden alebo obaja rodičia, existuje väčšia pravdepodobnosť, že sa u ich detí rozvinie tiež).

Príznaky

Rovnako ako spúšťače, aj príznaky astmy sa môžu u rôznych ľudí líšiť. Príznaky sa môžu pohybovať od miernych až po závažné a patria medzi ne:

- Dýchavičnosť – pocit nedostatku vzduchu.
- Sipot – sipot alebo pískanie pri dýchaní, najmä pri výdychu.
- Kašeľ – často sa zhoršuje v noci alebo skoro ráno a môže byť pretrvávajúci.
- Pocit bolesti alebo napätia na hrudníku.

Symptómy majú často podobný vzorec:

- môžu sa zhoršiť v noci alebo skoro ráno,
- môžu vzplanúť počas fyzickej aktivity alebo po nej,
- môžu byť vyvolané špecifickými alergénmi alebo dráždivými látkami.

Diagnostika

Astma je zvyčajne diagnostikovaná ako kombinácia pacientovej anamnézy, fyzikálneho vyšetrenia a testov funkcie pľúc.

Medzi testy funkcie pľúc patria:

- Spirometria – je najbežnejšie používaný test na diagnostiku astmy. Meria, koľko vzduchu môže pacient vydýchnuť a ako rýchlo. Znížený prietok vzduchu môže naznačovať astmu.
- Výdychomer (alebo Peak Flow Meter) – meria maximálnu rýchlosť výdychového prietoku, čo je najvyššia rýchlosť, pri ktorej môže byť vzduch vydýchnutý z pľúc. Nižšie ako normálne hodnoty môžu naznačovať astmu.
- Test FeNO – meria množstvo oxidu dusíka v dychu, ktoré je vyššie u ľudí s astmou. Tento test pomáha odhaliť zápal dýchacích ciest.
- Testovanie alergií – kožné alebo krvné testy na identifikáciu špecifických alergénov, ktoré môžu spúšťať príznaky astmy.

Liečba

Liečba astmy je zameraná na zvládanie symptómov, zlepšenie kvality života a prevenciu astmatických záchvatov. Tento prístup zvyčajne zahŕňa užívanie liekov, úpravu životného štýlu a monitorovanie funkcie pľúc.

Ako farmakologická liečba sa používajú:

1. bronchodilatačné lieky – uvoľňujúce hladké svaly dýchacích ciest,
2. lieky pôsobiace preventívne alebo protizápalové lieky.

Medzi bronchodilatačné liečivá patria salbutamol, salmeterol, formoterol, fenoterol, efedrín, teofylín.

Medzi protizápalové liečivá zaraďujeme:

- Inhalačné glukokortikoidy – používajú sa dlhodobo na zníženie zápalu a prevenciu symptómov astmy (budezonid, flutikazón, beklometazón, mometazón).
- Antileukotriény – montelukast.

Záver

Liečba astmy zahŕňa kombináciu užívania liekov, identifikácie a vyhýbania sa známym spúšťačom (alergény, dym, znečistenie a silné pachy) a pravidelného monitorovania symptómov a funkcie pľúc. Za zváženie stojí aj liečba alergií pomocou liekov alebo imunoterapie (pretože alergie môžu zhoršiť astmu).

Medzi lieky na rýchlu úľavu od astmatických príznakov patria bronchodilatanciá – poskytujú okamžitú úľavu od symptómov uvoľnením svalov okolo dýchacích ciest.

Medzi lieky na dlhodobú kontrolu zaraďujeme inhalačné kortikoidy, antileukotriény a iné, ktoré pomáhajú znižovať zápal a predchádzať symptómom.