

7 MAYIS 2024 DÜNYA ASTIM GÜNÜ BASIN BİLDİRİSİ

Astım, akciğer içi hava yollarında mikrobik olmayan bir tür iltihap nedeniyle hava yolu duvarının daralması sonucu ortaya çıkan müzmin (kronik) bir akciğer hastalığıdır.

Dünyada 350 milyon kişinin astım hastası olduğu, her yıl 400 binden fazla kişinin ölümünün astıma bağlı olduğu bilinmektedir.

Ülkemizde, 2017 yılında yapılan “Türkiye Hane Halkı Sağlık Araştırması: Bulaşıcı Olmayan Hastalıkların Risk Faktörleri Prevalansı” çalışmasında 15 yaş ve üstü yetişkinlerin yüzde 6,9’unun şimdiye kadar bir doktor tarafından astım tanısı almış olduğu; bu sıklığın kadınlarda %8,7 erkeklerde ise %5,0 olduğu belirlenmiştir. TÜİK tarafından yayımlanan 2022 yılı verileri ise solunum sistemi hastalıklarının, %13,5 ile ölüm nedenleri arasında üçüncü sırada yer aldığını; bu ölümlerin %0,3’ünün astım nedeniyle gerçekleştiğini ortaya koymaktadır.

Astımın belirtileri nelerdir?

Astım; **tekrarlayan ve ataklar halinde gelen nefes darlığı, nefes alıp verirken ortaya çıkan hırıltı/hışıltı/ışık sesi, göğüste baskı hissi ve öksürük gibi belirtilerle** kendini gösterir.

Doğru tanı için yakınmaların değerlendirilmesinin yanı sıra solunum fonksiyon testlerinin yapılması ve geriye dönüşümlü bu hava yolu darlığının gösterilmesi önemlidir.

Astım tedavi edilebilir mi?

Astım tedavisinin amacı hastalığın yakınmalarının kontrol altına alınması ve hastanın yaşamını normale en yakın şekilde devam ettirmesidir.

Hastalığın ağırlığına uygun ilaç tedavilerinin verilmesi; hastanın, verilen tedavileri önerilen şekilde ve doğru teknikle uygulaması; astım tetikleyicilerinden uzak durulması; birlikte seyreden diğer hastalıkların da tedavi edilmesi ile astımın belirtileri kontrol altına alınabilmektedir.

Uluslararası ve ulusal astım tanı ve tedavi rehberlerinde, son yıllardaki en önemli yenilik “**nefes açıcı (kurtarıcı) ilaçların astım tedavisinde tek başına kullanılmaması, asıl tedavi edici ilaç olan inhaler kortizon ile birlikte alınması**” önerisidir. Düzenli uygulanan tedaviyle astımlıların önemli bir kısmı iş ve okul dahil günlük yaşamlarına, herhangi bir kısıtlanma olmadan devam edebilirler.

Astım ilaçlarının büyük bir kısmı soluk alma yolu (inhalasyon) ile kullanılan ilaçlardır ve bu yolla, daha az yan etki ile hava yollarında istenen tedavi edici etkiyi oluştururlar. Bu ilaçları içeren cihazların (inhaler) önerilen şekilde, doğru kullanılması tedavinin etkin yapılabilmesi için çok önemlidir.

Astımı kontrol altında tutmak için astımlı hastalar ne yapmalıdır?

Astım kontrolünü güçleştiren etkenler arasında; ilaçların doğru teknikle ve düzenli kullanılmaması, solunum yolu enfeksiyonları, allerjenler, sigara dumanı ve kimyasallar gibi tetikleyicilere maruz kalmak sayılabilir.

Yapılan çalışmalar; hastaların, ilaçlarını doktorunun önerdiği şekilde kullanmasının, sigarayı bırakmanın ve obez hastaların kilo vermesinin, sağlıklı ve dengeli beslenmenin, düzenli egzersiz yapmanın, solunan ortam havasını temiz tutmanın astımın kontrolünü kolaylaştırdığı gösterilmiştir. Bu kontrolün sağlanmasında astım yakınmalarını arttıran faktörlerin belirlenmesi, bu faktörlerden korunmanın sağlanması ve düzenli takip altında tedavinin sürdürülmesi önem taşımaktadır.

Astımda eğitimin önemi nedir?

Yapılan araştırmalarda, pek çok astımlı hastanın hastalık hakkında detaylı bilgilerinin olmadığı görülmüştür. Hastanın, hastalığını iyi yönetebilmesi için; hastalığını tanıması, hastalığın kontrolünde en önemli basamaktır.

Bu nedenle hastaların; astım nasıl bir hastalıktır, hastalığı neler kötüleştirir ve bunlardan nasıl korunulur, hastalığın atakları olduğunda neler yapmalıdır, tedavide kullanılan ilaçlar nelerdir ve nasıl kullanılmalıdır, bu ilaçların yan etkileri nelerdir gibi pek çok alanda eğitilmeleri önemlidir.

Buradan hareketle T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü; Türk Toraks Derneği ve Türkiye Ulusal Allerji ve Klinik İmmünoloji Derneği iş birliği içerisinde, her yıl, Dünya Astım Gününde toplum ve sağlık çalışanları için eğitim ve farkındalık toplantıları düzenlenmektedir.

Yapılan istişareler neticesinde Dünya Astım Günü'nün bu yılki teması "**Astımda Eğitim Güç Verir: Bilgi Anahtardır**" belirlenmiş olup çeşitli branştan hekimlerimize, eczacılara, hemşirelerimize ve hastalarımıza yönelik etkinlikler düzenlenerek, güncel astım eğitimi ile bilgiler güçlendirilecektir.

Tüm sağlık çalışanlarını ve hastalarımızı bilgilerini güncellemek için eğitim faaliyetlerimize bekliyor, eğitim materyallerini web sayfalarımızdan bulabileceklerini hatırlatıyor, katkıları için teşekkür ediyoruz.

<https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/dokumanlar-kronikhastaliklar.html>

#AstımdaEğitimGüçVerir!

#AstımdaBilgiAnahtardır!