

Правилна примена пумпица - које су најчешће грешке и како саветник за астму може да помогне?

Маг. фарм. спец. Николина Скорупан

У апотекама широм Србије од јуна 2022. године постоје саветници за астму - посебно обучени фармацеути који помажу особама које живе са астмом. Саветници за астму проверавају да ли особе са астмом правилно и редовно користе пумпице које им је прописао пулмолог, коригују грешке, указују на могуће узроке погоршања астме, саветују како да неким малим променама у животним навикама астму боље држе под контролом. Када особа са астмом има блаже здравствене тегобе, попут главобоље, дијареје, прехладе, саветник за астму ће објаснити како да се ублаже тегобе, а да при том не дође до погоршања астме.

Ко треба да потражи помоћ саветника за астму? Свака особа са астмом која жели да провери да ли правилно користи своје пумпице, жели да сазна на које начине може да избегне окидаче напада астме, није сигурна како да се понаша у сезони цветања биљака на које је алергична, није сигурна које лекове или додатке исхрани сме да користи због неких других здравствених тегоба или има било какве недоумице у вези са својом болешћу.

„Од када смо почели да пружамо ову услугу у апотекама, више од 700 особа са астмом је добило помоћ фармацеута. Анализом података приметили смо да многе особе са астмом верују да је њихова болест под контролом, иако то није случај. Код неких је узрок била неправилна примена пумпица, иако су веровали да их правилно користе, код других је разлог био изложеност неким провоцирајућим факторима, за које нису били свесни да им сметају (нпр. одређена храна, кућни љубимци, неки лекови против болова или за лечење кардиолошких проблема). Има и оних пацијената који правилно и редовно користе своје лекове, умеју добро да избегавају окидаче, а ипак немају довољно добру контролу астме. Неки од њих нису свесни да су њихови симптоми такви да је потребно да се јаве лекару (иако можда још није време за редовну контролу код пулмолога). Такве пацијенте упућујемо лекару.

Три до четири пацијента који користе пумпице, направи бар једну грешку, а два од три пацијента прави бар две грешке приликом примене пумпице. Неправилна примена значи да пацијент са сваким удахом лека узима мању дозу лека и у ризику је од погоршања.

Најчешће грешке су:

- пацијент не исправи леђа приликом удаха,

- не издахне ваздух у потпуности пре удаха лека,
- не задржи дах 10 секунди након удаха лека,
- не испере уста и грло након примене пумпице са кортикостероидом,
- не очисти усник сувом крпом након примене лека.

Неправилна примена пумпица јесте један од водећих разлога лоше контроле астме, али ту су и нередовна примена пумпица, прекид примене пумпице када се особа осећа добро, респираторне инфекције, неадекватно лечена алергијска кијавица, одређени лекови, састојци хране, дувански дим и алергени из окружења (животињска длака, буђ).

Уколико вас симптоми астме буде ноћу или вам је потребна пумпица за брзо олакшање дисања чешће од једном недељно, обратите се саветнику за астму у апотеци.

Саветник за астму се може пронаћи претрагом по градовима на сајту Фармацеутке коморе Србије у делу „Пронаћи саветника“. Осим тога, на YouTube каналу Фармацеутске коморе могу се пронаћи видео упутства за правилну примену свих, у Србији тренутно доступних пумпица.