

Monitoring médií k téme
Svetový deň astmy

29. apríl – 31. máj 2009

Klient:
Združenie Astmatikov Slovenskej republiky

Dátum:
2.06. 2009

Zoznam uverejnených mediálnych výstupov

Dátum	Názov média	Typ média	Názov článku (prelink na článok v dokumente)	Autor článku
29.4.2009	Zzz.sk	Internetový spravodajský portál	Astmatik môže žiť plnohodnotný život, ak má astmu pod kontrolou	TASR
4.5.2009	SITA	Tlačová agentúra	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	Zz, kv
4.5.2009	Webnoviny	Internetový spravodajský portál	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	SITA
4.5.2009	24hod.sk	Internetový spravodajský portál	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	SITA
4.5.2009	Zoznamlekarov.sk	Internetový portál so zoznamom lekárov a zdravotníckych zariadení	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	SITA
4.5.2009	Zdravie.sk	Internetový portál o zdraví	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	SITA
4.5.2009	Spravy.zozbraz.sk	Internetový spravodajský portál	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	SITA
4.5.2009	Noviny.4ever.sk	Internetový spravodajský portál	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	SITA
4.5.2009	Novinyjoj.sk	Spravodajský portál	Neliečená astma môže zabíjať	TASR
4.5.2009	Dnes.sk	Internetový spravodajský portál	Motto Svetového dňa astmy: Astmu môžeš mať pod kontrolou	TASR
5.5.2009	Plus 1 Deň	Denník	Astma môže byť smrteľná	Katarína Šterbová
5.5.2009	Plus 1 Deň	Denník	Môže za astmu televízia?	št
5.5.2009	Plus 1 Deň	Denník	Káva uľahčuje astmatikom dýchanie	št
5.5.2009	SRO	Rozhlas	Svetový deň astmy – prevencie alergií	Viera Michaličová
5.5.2009	Lumen	Rádio	Astmu môžete mať pod kontrolou	Milica Šármirová
6.5.2009	Pravda	Denník	Astmatik dokáže všetko	Bianka

			– ak má astmu pod kontrolou	Stuppacherová
6.5.2009	Pravda	Denník	Slávni pacienti s astmou	Bianka Stuppacherová
7.5.2009	Panorama.sk	Internetový spravodajský portál	Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať	SITA
12.5.2009	Uj Szó	Denník	Sokba kerül nekünk	Soňa Ištvánová
12.5.2009	Stratégie.sk	Spravodajský portál o marketingovej komunikácii v médiách	Webster realizuje nový projekt v boji s astmou	Webster
14.5.2009	Rythmus života	Týždenník	Astmatik dokáže všetko	RŽ
28.5.2009	Bojovník	Dvojtyždenník	Astmu treba mať pod kontrolou	Bianka Stuppacherová
31.5.2009	Markíza	TV	Problémy s alergiami	Zlatica Puškárová

Zdroj: Zzz.sk

Dátum: 29. 4. 2009

Typ média: Internetový spravodajský portál

Rubrika / príloha / relácia:

Text správy:

Astmatik môže žiť plnohodnotný život, ak má astmu pod kontrolou

Astma patrí medzi najrozšírenejšie chronické ochorenia. Na Slovensku ňou v súčasnosti trpí asi 170.000 dospelých a 50.000 detí. Počet dospelých astmatikov sa pritom od roku 2000 zvýšil viac ako dvojnásobne, detí takmer trojnásobne. Na vzrastajúci výskyt tohto ochorenia chce poukázať aj Svetový deň astmy, vyhlásený Globálnou iniciatívou proti astme - GINA, ktorý tento rok pripadá na 5. mája. V poradí už 12. ročník pokračuje v poslstvách z predchádzajúcich rokov "Svoju astmu môžeš mať pod kontrolou".

Značný vplyv na astmu má okrem genetických predpokladov aj životný štýl a stále sa zhoršujúce životné prostredie - neprestajne sa zvyšujúca koncentrácia exhalátov v ovzduší spolu s čoraz agresívnejšími alergénmi. "Pokiaľ astma nie je správne liečená, pacient trpí záchvatmi vedúcimi k výraznému zníženiu kvality života, astmatický záchvat môže končiť aj úmrtím," uviedla na dnešnej tlačovej konferencii v Bratislave Klára Kossárová, prezidentka Združenia astmatikov SR.

Hlavný odborník Ministerstva zdravotníctva SR pre klinickú imunológiu a alergológiu Peter Pružinec upozornil, že lekári sa často stretávajú aj so zlou finančnou situáciou pacientov. Tí si nekúpia potrebné lieky určené lekárom, čím sa spolupráca pri liečbe zhoršuje. "Podľa štatistík za 50 rokov bude každý občan trpieť alergiou, preto je potrebná efektívna terapia," podotkol Pružinec. Pacientska nezisková organizácia Združenie astmatikov SR vznikla v roku 2003 na základe podnetov od samotných astmatických pacientov a z iniciatívy niektorých odborných lekárov. Šíri osvetu a informácie o astme, buduje vzťahy a kontakty medzi ľuďmi chorými na astmu a príbuzné ochorenia a pomáha pri zabezpečení dostupnej kvalitnej liečby. Spoluorganizuje celoslovenské podujatia určené širokej verejnosti - Svetový deň astmy, cyklomaratón, celosvetové súťaže v plávaní astmatikov.

Zdroj: SITA

Dátum: 4. 5. 2009

Typ média: Tlačová agentúra

Rubrika / príloha / relácia: Zdravie

Text správy:

Svetový deň astmy odkazuje – choroba nemusí obmedzovať

BRATISLAVA 4. mája (SITA) - Svetový deň astmy si tento rok pripomenieme v utorok 5. mája heslom Svoju astmu môžeš mať pod kontrolou. Cieľom vyhlasovateľky - Globálnej iniciatívy proti astme - je upozorniť na fakt, že väčšina astmatikov nemá svoje ochorenie pod kontrolou napriek moderným liekom. Neliečená astma pritom môže viesť k vážnym zdravotným komplikáciám a v niektorých prípadoch môže spôsobiť aj smrť. Združenie astmatikov Slovenska (ZASR) preto v máji organizuje množstvo aktivít, ktoré majú zvýšiť povedomie o tomto chronickom zápalovom ochorení dýchacích ciest a zdôrazniť potrebu úzkej spolupráce pacientov a odborníkov pri jeho liečbe.

ZASR zorganizuje v Bratislave (13. a 21. mája) a v Trenčianskej Turnej (30. mája) celoslovenské plávanie astmatikov s bezplatným vyšetrením pľúcnych funkcií a v hlavnom meste pravidelne organizuje astmaerobic, o ktorý je podľa prezidentky združenia Kláry Kossárovej veľký záujem. Počas celého roka ZASR usporadúva v základných a materských školách prednášky o astme i dýchacie cvičenia. Bližšie informácie o aktivitách sú prístupné na webovej stránke ww.zasr.sk.

Na Slovensku sa od roku 2000 počet dospelých astmatikov zvýšil viac ako dvojnásobne a počet chorých detí takmer trojnásobne. V súčasnosti je diagnostikovaných 170-tisíc dospelých a 50-tisíc detských pacientov s astmou. Príčinami zvyšujúceho sa výskytu tohto ochorenia môžu byť vírusové infekcie, ale najmä rastúci počet alergikov. Alergiu má na Slovensku približne 40 percent populácie, ako však na tlačovej konferencii zdôraznil hlavný odborník Ministerstva zdravotníctva SR pre klinickú imunológiu a alergiológiu Peter Pružinec, zdá sa, že "do 50 rokov bude každý človek alergikom".

Až polovica ľudí nemá svoju astmu pod kontrolou a trpí príznakmi, ktoré znižujú kvalitu života. Najčastejšie ide o dýchavičnosť, piskot pri dýchaní, záchvaty kašľa a pocit tlaku na hrudníku. Tieto príznaky sa prejavujú najmä v noci a nad ránom a mnohí astmatici ich považujú za súčasť ich ochorenia. Pri správnej liečbe pritom astmatik môže dosiahnuť rovnakú kvalitu života ako zdravý človek. Dokazujú to aj mnohí vrcholoví športovci trpiaci astmou, napríklad známy americký plavec Mark Spitz, Alison Streeter, ktorá 43 rás preplávala cez La Manche, tenistka Justine Henin, horolezec Morgen Jensen alebo speváčka a herečka Lisa Minelli.

Zdroj: Novinyjoj.sk

Dátum: 4. 5. 2009

Typ média: Spravodajský portál

Rubrika / príloha / relácia: Z domova

Text správy:

Neliečená astma môže zabíjať

Na svete trpí na rôzne formy astmy približne 300 miliónov ľudí, ročne jej podľahne takmer 180-tisíc najmä neliečených pacientov. Na Slovensku má astmu približne 170-tisíc dospelých

a 50-tisíc detí. Už zajtra si svet pripomína Svetový deň astmy, ktorá sa v neliečenej forme môže stať pre pacienta osudovou.

"Svoju astmu môžeš mať pod kontrolou" - to je motto Svetového dňa astmy, pripadajúceho v tomto roku na 5. mája. Vyhlasuje ho Svetová zdravotnícka organizácia (WHO), rôznymi podujatiami sa pripomína vo vyše 80 štátoch sveta a každý rok pripadá na prvý utorok v máji, informovala na internetovej stránke Globálna iniciatíva pre astmu (the Global Initiative for Asthma, GINA), ktorá sa okrem iného zaoberá aj pozorovaním stavu chorobnosti a prípadov úmrtí astmatikov.

Priedušková (bronchiálna) astma je chronické zápalové ochorenie dýchacích ciest. V súčasnosti je týmto ochorením postihnutých približne desať percent ľudí, popri dospelých aj detí. Astmatický záchvat spôsobuje opuch sliznice, zúženie priedušiek a zvýšenú tvorbu hlienu. Najčastejšími príznakmi astmy sú dýchavica (pocit ťažkého dýchania), záchvat kašľa a piskot pri dýchaní.

S astmou žije človek celý život. Ak astmatik pri liečbe dobre spolupracuje s lekárom, najmä ak dodržiava všetky stanovené zásady, správne užíva lieky a kontroluje chorobu, môže žiť aktívnym a plnohodnotným životom.

Mnohí astmatici dosahujú pozoruhodné výsledky aj v športe, najmä v plávaní, veslovaní či bežeckom lyžovaní. Napríklad americký plavec Mark Spitz vyhral sedemkrát olympijskú medailu. Medailové umiestnenia získali aj ďalšie asi dve desiatky športovcov.

V marci 2003 vznikla na Slovensku patientska nezisková organizácia Združenie astmatikov SR (ZASR). Jej zakladatelia považovali za potrebné šíriť prevenciu, osvetu, zabezpečovať dostupnosť kvalitnej liečby a zlepšovať zdravotné a sociálne postavenie dospelých i detí postihnutých astmou. Zámerom ZASR je reprezentovať spoločné záujmy ľudí trpiacich astmou voči autoritám v oblasti zdravotníctva a chrániť ich práva.

Aj v roku 2009, podobne ako v minulosti, sa v máji pod záštitou ZASR organizujú podujatia s tým, aby sa do nich zapojilo čo najviac astmatikov, členov ich rodín a priateľov. Majú tak podporiť stanovisko "Astma a šport sú priatelia".

V minulosti sa do akcií zapojilo päť slovenských miest -- Košice, Poprad, Banská Bystrica, Trenčín a Bratislava. V roku 2005 sa do plaveckej súťaže zapojilo 3565 plavcov a lekári vykonali na všetkých akciách 6265 bezplatných vyšetrení funkcií pľúc. ZASR na svojej internetovej stránke vyzvalo aj ostatné slovenské mestá, aby sa tento rok pripojili k športovým aktivitám, ktoré združenie rozšírilo o bicyklovanie a korčuľovanie.

Zdroj: Dnes.sk

Dátum: 4. 5. 2009

Typ média: Internetový spravodajský portál

Rubrika / príloha / relácia: Svet

Text správy:

Motto Svetového dňa astmy: Astmu môžeš mať pod kontrolou

Svoju astmu môžeš mať pod kontrolou - to je motto Svetového dňa astmy, pripadajúceho v tomto roku na 5. mája. Vyhlasuje ho Svetová zdravotnícka organizácia (WHO), rôznymi podujatiami sa pripomína vo vyše 80 štátoch sveta a každý rok pripadá na prvý utorok v máji, informovala na internetovej stránke Globálna iniciatíva pre astmu (the Global Initiative for Asthma, GINA).

Na svete trpí na rôzne formy astmy približne 300 miliónov ľudí, ročne jej podľahne takmer 180.000 najmä neliečených pacientov. Na Slovensku má astmu približne 170.000 dospelých a 50.000 detí.

Tohtoročné motto Svetového dňa astmy sa opakuje od roku 2007 a podujatia sa pod ním konali aj vlani. Zdôrazňuje sa tým práve možnosť kontroly nad touto chorobou.

Cieľom GINA je zaoberať sa v rámci svojho programu astmou, jej liečbou, sledovaním jej výskytu, pozorovaním stavu chorobnosti a prípadov úmrtí astmatikov. GINA vyvíja úsilie na zlepšenie života ľudí trpiacich astmou na celom svete.

Priedušková (bronchiálna) astma je chronické zápalové ochorenie dýchacích ciest. V súčasnosti je týmto ochorením postihnutých približne desať percent ľudí, popri dospelých aj detí. Astmatický záchvat spôsobuje opuch sliznice, zúženie priedušiek a zvýšenú tvorbu hlienu. Najčastejšími príznakmi astmy sú dýchavica (pocit ťažkého dýchania), záchvat kašľa a piskot pri dýchaní.

S astmou žije človek celý život. Ak astmatik pri liečbe dobre spolupracuje s lekárom, najmä ak dodržiava všetky stanovené zásady, správne užíva lieky a kontroluje chorobu, môže žiť aktívnym a plnohodnotným životom.

Mnohí astmatici dosahujú pozoruhodné výsledky aj v športe, najmä v plávaní, veslovaní či bežeckom lyžovaní. Napríklad americký plavec Mark Spitz vyhral sedemkrát olympijskú medailu. Medailové umiestnenia získali aj ďalšie asi dve desiatky športovcov.

Prvý Svetový deň astmy sa konal v roku 1998 na mítingu v Barcelone a za spoluúčasti viac než 35 štátov sveta. Podujatie sa stalo každoročným, pričom sa využíva na organizovanie rôznych akcií pre astmatikov, ale aj na osvetu pre zdravú populáciu.

V marci 2003 vznikla patientska nezisková organizácia Združenie astmatikov SR (ZASR). Jej zakladatelia považovali za potrebné šíriť prevenciu, osvetu, zabezpečovať dostupnosť kvalitnej liečby a zlepšovať zdravotné a sociálne postavenie dospelých i detí postihnutých astmou. Zámerom ZASR je reprezentovať spoločné záujmy ľudí trpiacich astmou voči autoritám v oblasti zdravotníctva a chrániť ich práva.

Aj v roku 2009, podobne ako v minulosti, sa v máji pod záštitou ZASR organizujú podujatia s tým, aby sa do nich zapojilo čo najviac astmatikov, členov ich rodín a priateľov. Majú tak podporiť stanovisko "Astma a šport sú priatelia".

V minulosti sa do akcií zapojilo päť slovenských miest -- Košice, Poprad, Banská Bystrica, Trenčín a Bratislava. V roku 2005 sa do plaveckej súťaže zapojilo 3565 plavcov a lekári vykonali na všetkých akciách 6265 bezplatných vyšetrení funkcií pľúc. ZASR na svojej internetovej stránke vyzvalo aj ostatné slovenské mestá, aby sa tento rok pripojili k športovým aktivitám, ktoré združenie rozšírilo o bicyklovanie a korčuľovanie.

Hnutie GINA vzniklo v roku 1995 s tým, aby sa stanovili najvhodnejšie smernice a postupy pri diagnostikovaní a liečbe astmy. Materiály sa potom rozpracovávajú do takej prijateľnej formy, aby sa každý pacient a jeho okolie mohli stať partnermi i spolupracovníkmi pri kontrole a liečbe choroby.

Prvé iniciatívy GINA spadajú do roku 1993, keď sa na spolupráci dohodli National Heart, Lung and Blood Institute, National Institute of Health a WHO. Na uľahčenie medzinárodnej komunikácie GINA zriadila v roku 1995 aj svoju webstránku. Globálna iniciatíva proti astme kladie dôraz na regionálne podujatia.

K celosvetovému hnutiu sa v roku 1996 pripojila Slovenská pneumologická a ftizeologická spoločnosť, ako aj Slovenská spoločnosť pre klinickú imunológiu a alergológiu. Rozpracovali smernice na slovenské podmienky.

Zdroj: Plus 1 Deň

Dátum: 5. 5. 2009

Typ média: Denník

Rubrika / príloha / relácia: Zdravie

Text správy:

Astma môže byť smrteľná

POZOR na astmu, je jej čoraz viac! Týmto závažným zápalovým ochorením dýchacích ciest trpí u nás viac ako 170-tisíc dospelých a 50-tisíc detí. Astma preto patrí medzi najobávanejšie chronické ochorenia, ktoré sa môže skončiť aj smrťou. Práve dnes je svetový deň astmy.

Kedysi panoval názor, že astma je emocionálne a psychologické ochorenie. Prezidentka združenia astmatikov Mária Kossárová ho vylučuje.

„Základom pre vznik astmy je dedičnosť a zhoršujúce sa životné prostredie.

S jej prvotnou prevenciou treba začať pred počatím dieťaťa. Správne liečená tehotná mamička môže porodiť zdravé dieťa,“ povedala.

Astma dokáže ovplyvniť psychiku aj pacienta, aj príbuzných.

„Dotyčný si kladie otázku, prečo práve on je chorý. Premáhajú ho pocity menejcennosti, viny či depresia.

Mnohí astmatici si myslia, že sú pre rodinu záťažou,“ prezradila Mária Kossárová.

Pozor na astmatický záchvat Najnebezpečnejší je astmatický záchvat. Človek môže upadnúť do bezvedomia a musí byť napojený na umelú pľúcnu ventiláciu.

Keď ani tá nepomáha, nastáva smrť. U nás pripadá jedno úmrtie na 200-tisíc astmatikov. Asi 12-tisíc astmatikov denne navštívi pohotovosť,“ prezrádza Kossárová.

Pacient preto musí spolupracovať a pravidelne užívať predpísané lieky.

Zdroj: Plus 1 Deň

Dátum: 5. 5. 2009

Typ média: Denník

Rubrika / príloha / relácia: Zdravie

Text správy:

Môže za astmu televízia?

SLEDUJÚ vaše deti príliš často televíziu? Buďte opatrní. Britskí vedci nedávno zverejnili štúdiu, podľa ktorej medzi rizikové faktory astmy zaradili dokonca aj nadmerné sledovanie „telky“.

Vybraným rodičom detí vo veku od 3 do 12 rokov dali za úlohu zaznamenávať, koľko hodín denne presedí ich ratolest' pred televízorom.

Výsledky sledovania viedli k šokujúcim záverom. Až 6 percent pozorovaných detí dostalo časom astmu. Čím viac hodín sledovali „telku“, tým skôr u nich prepuklo toto ochorenie.

Doktorka Mária Kossárová má iný názor. „Nemyslím si, že je to následkom televízie.

Uvedomte si, že dieťa pred televízorom sedí, papá čipsy, nehýbe sa. Obezita patrí takisto k rizikovým faktorom vzniku astmy. V miestnosti je množstvo prachu, koberce, zvyčajne aj nejaké domáce zvieratko. Nachádzame tu priveľa alergénov sústredených na jednom mieste,“ povedala.

Zdroj: Plus 1 Deň

Dátum: 5. 5. 2009

Typ média: Denník

Rubrika / príloha / relácia: Zdravie

Text správy:

Káva uľahčuje astmatikom dýchanie

VDYCHOVANIE aromatických látok pri pití kávy pôsobí vďaka proti astmatickým ťažkostiam. Talianske štúdie ukázali, že výskyt astmy sa znížil o 28 percent u ľudí, ktorí pili 3 a viac šálok kávy za deň. Kofeín a teofilín, ktoré sú neodmysliteľnou súčasťou kávy, podľa odborníkov pôsobia na nervové centrum, ktoré leží v hornej časti miechy a riadi intenzitu dýchania.

Pri astmatickom záchvate sú priedušky zúžené a práve spomínané látky ich dokážu rozšíriť. Ako tvrdia experti, kofeín a teofilín sú aj jedny zo zložiek liekov proti astme.

Zdroj: SRo

Dátum: 5. 5. 2009

Typ média: Rozhlas

Rubrika / príloha / relácia: Zdravie

Text správy:

Svetový deň astmy – prevencie alergií

"Svoju astmu môžeš mať pod kontrolou" - to je posolstvo aj tohtoročného Svetového dňa astmy, ktorý pripadol práve na dnes. Počet astmatikov u nás z roka na rok rastie. Stačí len zanedbať alergickú nádchu, ktorá až u tretiny ľudí môže prejsť do astmy. Viera Michaličová však začala rozhovor s profesorom Petrom Pružincom, hlavným odborníkom Ministerstva zdravotníctva pre klinickú imunológiu a alergológiu možnosťami prevencie alergií. Je dnes vôbec možná?

Zdroj: Lumen

Dátum: 5. 5. 2009

Typ média: Rádio

Rubrika / príloha / relácia: Infolumen

Text správy:

Astmu môžete mať pod kontrolou

Moderátor:

Vaše dieťa môže mať astmu pod kontrolou. To je posolstvo tohtoročného Svetového dňa astmy, ktorý si pripomínáme práve dnes. Na Slovensku sa od roku 2000 zvýšil počet astmatikov u dospelých viac ako dvojnásobne. U detí takmer, trojnásobne. Až polovica pacientov trpí príznakmi ochorenia, ktoré znižuje kvalitu života.

Redaktor:

Ročné náklady, ktoré astma spôsobuje modernej spoločnosti v Európe, sú vyčíslené na 17 miliárd eur. Informuje prezidentka Združenia astmatikov na Slovensku Klára Kossárová.

Kossárová:

Ochorenia dýchacích ciest a astma sú na štvrtom mieste ochorení, ktoré sú vo fókuse EÚ. Na prvom mieste sú onkologické, potom diabetes, kardiovaskulárne a na štvrtom mieste je alergia a astma.

Redaktor:

heslom Svetového dňa astmy je - Môžeš mať svoju astmu pod kontrolou. Pokračuje Klára Kossárová.

Kossárová:

To znamená, že 20 % našej liečby sú lieky a ostatok má aj pacient v rukách, čiže správnou komunikáciou, správnym užívaním liekov, v správnej návštevnosti odbornej ambulancie a dodržiavanie zásad dobrej životosprávy astmatika môže dostať svoje ochorenie na takú úroveň, že nebudú ho obťažovať ani denné, ani očné príznaky, môže plnohodnotný život žiť.

Redaktor:

Keď má pacient astmu pod kontrolou, môže športovať a tráviť voľný čas ako zdravý človek. O tom, čo znamená mať astmu pod kontrolou, podľa najnovších svetových odporúčaní hovorí prezident Slovenskej pneumologickej spoločnosti Ivan Majer.

Majer:

Nemá žiadne obmedzenia v aktivitách, užíva záchranný liek najviac dvakrát týždenne, nie denne, ale týždenne a netrpí žiadnymi obmedzeniami, kvalita života jeho je porovnateľná s dobrou populáciou, funkčné vyšetrenia pľúc sú v norme a nemá žiadne exacerbácie ochorenia.

Zdroj: Pravda

Dátum: 6. 5. 2009

Typ média: Denník

Rubrika / príloha / relácia: Zdravie

Text správy:

Astmatik dokáže všetko – ak má astmu pod kontrolou

Včera bol Svetový deň astmy, na ktorú u nás trpí 170–tisíc dospelých a 50–tisíc detí. Dýchanie je základnou životnou potrebou každého človeka.

Tí, čo astmou netrpia, považujú bezproblémový nádych a výdych za čosi samozrejmé. Pre pacienta s bronchiálnou astmou však niečo také samozrejmé nie je. Zatiaľ čo cez priedušky zdravého človeka prechádza vzduch bez akýchkoľvek prekážok, astmatikovi sa zúžia, opuchnú a tvorí sa v nich nadmerné množstvo hlienu. Dýchanie je ťažké, sprevádzajú ho piskoty, pocity napätia v hrudníku. Astmatici tento stav prirovnávajú k pocitu, akoby dýchali cez úzku trubičku. Organizmus trpí nedostatkom kyslíka, čo vyvoláva pocit dusenia. Niekedy však môže byť jediným príznakom astmy dráždivý kašeľ (po námahe, dlhotrvajúci po infekciách).

Jednou z príčin stúpajúceho výskytu tohto celoživotného chronického zápalového ochorenia je iste ustavične sa zhoršujúce životné prostredie, spôsob života ľudí v mestách. Ako druhý významný prítlačujúci faktor sa uvádza predispozícia, čiže zvýšené riziko vzniku astmy u ľudí, ktorých rodičia mali astmu alebo iné alergické ochorenie. Vie sa, že peľová alergická nádcha a astma sú veľmi úzko prepojené. „Napríklad detská astma vzniká v 80 % na podklade alergického ochorenia,“ vysvetľuje MUDr. Klára Kossárová, alergoimunologička z Bratislavy a výkonná riaditeľka Združenia astmatikov SR. Peľ a celkovo alergény v ovzduší patria medzi najčastejšie vyvolávače ochorenia. Kto už raz astmu má, spúšťáčom záchvatu preňho však môže byť aj cigaretový dym či dym z ohňa, dráždivá vôňa, chladný vzduch, vírusy, zvýšená fyzická námaha, emocionálne vypätie a podobne.

Rôznorodosť výskytu príznakov

Podľa doktorky Kossárovej celosvetovo trpí na astmu asi 300 miliónov ľudí, ale viac ako polovica astmatikov nie je kontrolovaných.

„Vedie to k obťažujúcim príznakom, ktoré by sa nemuseli objaviť,“ podotýka odborníčka.

„Deväť z desiatich astmatikov považuje prítomnosť prejavov astmy za celkom prirodzený jav. Tento spôsob uvažovania je nesprávny. Pri správnej liečbe a zodpovednom prístupe k ochoreniu dosiahne astmatik rovnakú kvalitu života ako zdravý človek.“ Môže rovnako tráviť čas, pracovať, venovať sa športu. Najvhodnejšími športmi pre astmatikov sú najmä tie vodné – plávanie, vodné pólo, zo zimných športov lyžovanie, korčuľovanie.

Hlavný odborník pre alergológiu a imunológiu prof. MUDr. Peter Pružinec, Csc., o astme tvrdí, že je pre ňu typická veľká rôznorodosť, čo sa týka výskytu príznakov a ich intenzity.

„Pacient sa má raz lepšie, raz horšie, vplyv na to majú vonkajšie faktory, ale predovšetkým správne zvolená liečba. My sa snažíme dostať pacienta do takého stavu, aby mal dýchacie cesty otvorené ako normálny zdravý človek.“ A MUDr. Kossárová dodáva: „Stále je priestor na zlepšenie kontroly astmy. Ak akýkoľvek astmatik používa svoj úľavový liek (to je ten, čo sa používa len v prípade potreby) viackrát ako dvakrát za týždeň, je potrebné prehodnotiť jeho liečbu.“ Príčina totiž môže byť v zle zvolenom lieku, dávkovaní, nevhodnom inhalačnom systéme, pacienti totiž často nezvládajú správnu techniku inhalovania liekov a lieky určené na kontrolu ochorenia neužívajú pravidelne.

Kontrolóry, uvoľňovače a ich kombinácia

Pre astmatika je dôležité vedieť, že pri liečbe jeho ochorenia sa používajú dva základné druhy liekov: kontrolóry a uvoľňovače. Kontrolóry kontrolujú priebeh astmy a musia sa preto užívať pravidelne. Ich úlohou je liečiť zápal, pretože astma je zápalové ochorenie. Pravidelným užívaním tohto druhu liekov možno predísť ťažkostiam a záchvatom. Ich nevýhodou je, že pacient necíti okamžitý účinok, preto na ne často zabúda. Práve kontrolóry však liečia podstatu ochorenia. Zápalový proces pri astme prebieha aj v období, keď sa neprejavujú žiadne klinické príznaky a pacient sa cíti byť zdravý. Odborníci tento stav prirovnávajú k tlejúcej pahrebe či driemajúcemu aktívnemu vulkánu. Vysadením udržiavacej dávky kortikosteroidov môže preskočiť povestná iskra a požiar v prieduškách sa aktivizuje.

Do druhej skupiny patria uvoľňovače, čiže lieky, ktoré rozťahujú dýchacie cesty.

Táto úľavová liečba sa používa na zvládnutie ťažkostí ako dýchavica, kašeľ, piskoty či na zvládnutie záchvatu.

Používa sa podľa potreby, cieľom astmatickej liečby je však taký stav, aby pacient nemusel uvoľňovače používať vôbec, resp. ich užívallen minimálne. Uvoľňovače majú výhodu v akomsi psychologickom účinku – astmatikovi sa zle dýcha, zoberie svoj sprej, vdýchne dávku a prakticky okamžite je mu lepšie. Zvádza to k mylnému presvedčeniu, že „len toto je liek, ktorý mi pomáha“.

Najmodernejšiu liečbu tvoria kombinované lieky, ktoré obsahujú protizápalovú i uvoľňovaciu zložku v jednom preparáte.

Pacient teda užíva kombinovaný liek v rámci pravidelnej udržiavacej liečby – na kontrolu astmy – obyčajne dvakrát denne. „Jestvujú teda dva liečebné prístupy, buď má pacient jeden samostatný liek ako kontrolór v rámci pravidelnej liečby a ďalší preparát len so zložkou na rozťahnutie dýchacích ciest. Alebo má k dispozícii kombinovaný liek na pravidelnú liečbu i zvládanie ťažkostí dva v jednom,“ vysvetľuje prof. Pružinec.

O tom, ktorý liečebný prístup u toho–ktorého pacienta použiť, rozhoduje ošetrujúci lekár. © PEREX, A. S. Charakteristiky

Kontrolovaná astma kontrolovaná čiastočne astma nekontrolovaná astma
Denné príznaky žiadne alebo menej (2-krát / týždeň) > 2-krát / týždeň
Limitácia aktivít žiadna akákoľvek
3 alebo viac
charakteristík
Nočné príznaky / čiastočne
zobúdzanie žiadne akékoľvek kontrolovanej astmy
prítomných
Potreba záchranej liečby žiadna menej / (týždeň) 2-krát alebo > 2-krát / týždeň v
ktoromkoľvek týždni
< 80 % RH * alebo
Pľúcne funkcie normálne najlepšej osobnej
hodnoty

„Cieľom dobrej kontroly astmy je používať lieky rozširujúce dýchacie cesty čo najmenej.“ Zásady života astmatika ! udržiavať primeranú teplotu a vlhkosť v byte i na pracovisku ! nepoužívať prenikavé vône, kozmetiku, parfumy, osviežovače vzduchu ! zo spálne odstrániť všetko, čo by mohlo zachytávať prach a roztoče: ťažké závesy, koberce, čalúnený nábytok, ozdobné vankúše ! používať antialergické poťahoviny (plachty, obliečky) s klinickými atestmi ! pomocou relaxačných a dýchacích cvičení sa usilovať zvládnuť stresové situácie ! dodržiavať zásady správnej životosprávy (pravidelné stravovanie, spánok, primeranú telesnú hmotnosť...) ! nechovať zvieratá ! v prípade zistenej alergie na potraviny dodržiavať diétu a pokyny lekára ! nefajčiť a nezdržiať sa v zafajčených priestoroch (ZDROJ: ZDRUŽENIE ASTMATIKOV SR, WWW. ZASR. SK)

Tri formy inhalačných liekov na astmu

Inhalačné formy liekov sú také, čo sa vdychujú, účinnú látku prinesú tam, kde má pôsobiť – do dýchacích ciest. Nie sú silnejšie ani nebezpečnejšie ako tabletky, práve naopak, ich účinok je rýchlejší a nežiaduce účinky sú 10– až 20–násobne nižšie. Po inhalácii kortikosteroidov si treba vždy ústa vypláchnuť vodou. Inhalačné lieky na astmu jestvujú v troch formách: ! aerosólová forma Funguje ako sprej, účinnú látku poháňa hnací plyn. Dávkovací systém pri stlačení uvoľní potrebné množstvo látky. Nesprávnou inhaláciou stráca astmatik 50 – 70 % dávky, ktorá uniká do okolia. Inhaláciu aerosólovej formy lieku uľahčuje použitie inhalačného nadstavca (majú rôzny tvar a veľkosť). Jestvujú nielen stlačením, ale aj dychom aktivované aerosóly. ! prášková forma Po uvoľnení prášku z obalu sa liek hlbokým nádychom (prípadne niekoľkými vdychmi) vdýchne. Inhalácia je jednoduchšia, vhodnejšia pre väčšie deti a starších ľudí. ! inhalačný roztok Inhalácia pomocou nebulizačných prístrojov je najjednoduchšia a nevyžaduje žiadnu výnimočnú techniku. Na správnu inhaláciu stačí pokojné dýchanie – jediná možná inhalačná forma pre nespolupracujúcich pacientov a tých, čo nezvládnu inhaláciu aerosólov a práškových foriem.

Zdroj: Pravda

Dátum: 6. 5. 2009

Typ média: Denník

Rubrika / príloha / relácia: Zdravie

Text správy:

Slávni pacienti s astmou

Americký plavec Mark Spitz je svetovou legendou. Tento astmatik je 9–násobným olympijským víťazom.

Počas svojej kariéry vytvoril 33 svetových rekordov a neprekonaný ostal 36 rokov až do roku 2008. Aj španielsky cyklista Miguel Indurain, štyri roky po sebe víťaz Tour de France, šliapal do pedálov nielen s vetrom, ale aj s astmou opretekou. Astmaticka Alison Streeterová, ktorej meno nájdeme niekoľkokrát v Guinnessovej knihe rekordov, preplávala už 43. raz kanál La Manche. Ako dieťa pritom trpela veľmi vážnou formou astmy, tú má však dnes pod kontrolou.

Astmaticka je aj tenisovou jednotkou. Je ňou Justine Heninová, ktorá sa najviac tešila zo získania zlatej medaily na letných olympijských hrách v Aténach. Aktívnu kariéru skončila ako svetová jednotka v roku 2008.

Nepredbehnutelná astmaticka je britská svetová rekordérka Paula Redcliffová, držiteľka svetového rekordu v ženskom maratone s časom 2:15:25, ktorý dosiahla v roku 2003 v Londýne. Zároveň je držiteľkou štyroch z piatich najrýchlejších časov v histórii. Mogens Jensen, dánsky astmatik, si v roku 2007 splnil sen, keď sa mu podarilo vyliezť na Mount Everest. Prekonal tak nielen seba, ale aj svoje problémy s astmou, ktoré sa pri studenom vzduchu zvyknú zhoršovať.

Keneth Gorelick, známy pod pseudonymom Kenny G, je známy nielen svojou hrou na saxofóne, ale aj iné dychové nástroje. Spolupracoval s hviezdami ako Whitney Houstonová, Andrea Bocelli či Toni Braxtonová. Držiteľ Grammy. Hoci je astmatik, jeho pľúca ho nesklamali a v roku 1997 sa zapísal do Guinnessovej knihy rekordov za najdlhšie odohranú notu. „Astmou má aj spevák Sting, ktorý koncertoval aj v Bratislave. Počas koncertov však inhaloval uvoľňovač, takže ochorenie asi nemá plne pod kontrolou,“ dodáva MUDr. Klára Kossárová.

Zdroj: Új Szó

Dátum: 12. 5. 2009

Typ média: Denník

Rubrika / príloha / relácia: Vélemény és háttér

Text správy:

Sokba kerül nekünk

A világot fenyegető influenzajárvány veszélye miatt eltörpült az idei asztma ellenes világnap fontossága, holott a népesség több mint 50 százaléka allergiás tünetekkel küszködik.

Szlovákiában a szénanáthában szenvedők száma meghaladja a 970 ezret, ám a szakorvosok szerint ez csak a jéghegy csúcsa, ugyanis a tünetekkel szembesülők zöme nem fordul orvoshoz.

Sokan úgy vélik, hogy míg csupán tüsszögnek, folyik az orruk és könnyezik a szemük, nincsenek kitéve nagyobb veszélynek. Tévednek. Az allergia, ha nem kezelik megfelelően, asztmává súlyosbodik, komoly nehézségeket okoz, sőt, halálos is lehet. A világon jelenleg 300 millió lakos asztmás, a szakértők szerint tizenöt éven belül létszámuk 100 millióval emelkedik. Kis hazánkban sem jobb a helyzet, a nem kezelt allergiások 30 százalékából asztmás beteg lesz, a hazai szakorvosok nyilvántartásában jelenleg 170 ezer felnőtt és 50 ezer asztmás gyerek szerepel. Akik kezelése nemcsak jelentős anyagi kiadásokat igényel, hanem az ellátórendszer megerősítését is. (Európában évente 17 milliárd euróba kerül az asztmások kórházi ellátása és gyógyszerzése, a gazdasági vonatkozásokkal együtt.)

Sajnos, Szlovákiában az egészségpolitikáért felelős emberek nem a betegek szükségleteit tartják szem előtt. Az első érvágás Rudolf Zajac miniszterkedése alatt történt, a szakma megkérdése és beleegyezése nélkül 30 százalékkal csökkentették a minimális ellátórendszerbe tartozó szakrendelők számát, holott az orvosok naponta 30-40 beteget láttak el. A jelenlegi (legújabb) miniszter ahelyett, hogy korigálta volna elődje baklövését, további rendelőköt (15 százalékot) vont ki a rendszerből, miközben az új betegnek három hónapig kell várnia, hogy a szakorvos diagnosztizálja. Napi 40-50 beteg mellett nem is csoda. A betegek szerencséjére az egészségbiztosítók egyelőre figyelmen kívül hagyják a tárca ajánlását, jelenleg tehát nem 158, hanem 300 rendelő áll rendelkezésükre. Ennek fejében sakkban tartják az allergológusokat: azzal, hogy rendelőként megszabják a havi költségeket, rákényszerítik az orvosokat arra, hogy havonta egy héten át ingyen dolgozzanak. A gyermek-allergológusok tudatosítják, ha havonta csak 15-20 beteggel kellene foglalkozniuk (a svéd szakorvos délelőtti normája négy beteg), jobb eredményeket érnének el: testi-lelki vonatkozásban. Kár, hogy az illetékesek nem a betegek, hanem az államkassza szükségleteit veszik figyelembe, s nem gondolnak arra, sokba kerül majd a jelenlegi takarékoság.

Zdroj: Strategie.sk

Dátum: 12. 5. 2009

Typ média: Spravidajský portál o marketingovej komunikácii v médiách

Rubrika / príloha / relácia: Marketing

Text správy:

Webster realizuje nový projekt v boji s astmou

Pri príležitosti svetového dňa astmy 2009 pripravila agentúra Webster pre Združenie astmatikov Slovenskej republiky (ZASR) nový komunikačný koncept, ktorým nadväzuje na posolstvá Globálnej iniciatívy pre astmu (Global Initiative for Astma, GINA)- Svoju astmu môžeš mať pod kontrolou.

Hlavným mottom slovenskej kampane, ktoré bude nosným posolstvom všetkých aktivít ZASR v roku 2009 je: Dokážeš všetko. Ale iba ak máš astmu pod kontrolou. Posolstvo sa opiera o športové alebo umelecké úspechy významných astmatikov – S astmou na strechu sveta, Astmatik rekordérom v hre na saxofón, Astmatik zlatou plaveckou legendou, Nepredbehnutelná astmatička...

Hlavným cieľom kampane je poukázať na fakt, že vo väčšine prípadov rozhoduje astmatik o kvalite svojho života sám. V prípade, že dodržiava predpísanú liečbu a odporúčaný životný štýl nemusí čeliť žiadnym obmedzeniam v každodenných aktivitách, dokonca ani v športe. Faktom však je, že v súčasnosti až deväť z desiatich astmatikov považuje každodenné prejavy astmy za prirodzenú súčasť svojho života, čo je mýtus, s ktorým sa ZASR rozhodlo bojovať.

Združenie astmatikov Slovenskej republiky organizuje rôzne podujatia pre širokú verejnosť na zvýšenie povedomia o ochorení a možnostiach liečby, ako aj na zachytenie neodhalených prípadov astmy pomocou vyšetrení pľúcnych funkcií, ktoré sú sprievodným podujatím väčšiny aktivít. Medzi najvýznamnejšie aktivity Združenia sa radí meranie pľúcnych funkcií v NR SR, meranie pľúcnych funkcií v obchodných centrách, astmaerobic, celoslovenské plávanie astmatikov s bezplatným vyšetrením pľúcnych funkcií, sadenie lipiek v mestách, ktoré sa zapojili do plávania, na Deň detí a Vianoce plávanie detí zo ZŠ v Bratislave, prednášky v ZŠ a MŠ na tému „astma“, protifajčiarske prednášky a vydávanie časopisu Alergia, Astma a My.

Zdroj: Rytmus života

Dátum: 14. 5. 2009

Typ média: Týždenník

Rubrika / príloha / relácia: Astmatik dokáže všetko

Text správy:

Astmatik dokáže všetko

RYTMUS LIEČI

prof. MUDr. Peter Pružinec CSC.
Hlavný odborník Ministerstva zdravotníctva SR pre klinickú imunológiu a alergológiu a odpovedá na vaše otázky

Astmatik dokáže všetko

(ak má astmu pod kontrolou)

Zachvátý kašľa, až sa človek dusí. Nielen to patrí k najvýraznejším prejavom astmy. Ako vzniká a ako sa dá liečiť?

Nádych a... štart!
Najvhodnejšími športmi pre astmatikov sú športy v uzavretých priestoroch, napr. plávanie v krytej plávateľni alebo hokej na zmrazenom štadióne. Až 80 percent detských astmatikov má astmu na alergickom pozadí a v týchto priestoroch ovzdušie neobsahuje alergény. Menšie vhodné sú športy v prírodnom prostredí, napr. futbal. Dobře liečený astmatik sa však môže venovať aj nym športom. Základ je pred každou akčiou zdravotnú úroveň a zistiť, či a pripraviť pľúca na zvláštnu záťaž.

kom klesá riziko vzniku astmy. Astmatický záchvat vzniká väčšinou náhle, ako prejav ataku alergiami, s infekčnou dýchacou cestou, po fyzickej záťaži, psychickým strese, pri zmene podnebia, výkyvom počtu v zafajčených miestnosti, niekedy však jej príčinou zostávajú nezistené. Na vine je zhoršená priechodnosť priedušiek, ktorá je spôsobená ich sfarbením a hromadením hlienu.

V liečbe astmy existujú dve základné skupiny liekov – úľavové, ktoré sa väčšinou inhalujú (vychádzajú pri astmatických záchvatoch), a preventívne (protizápalové), ktoré je pri závažnejších formách choroby nutné užívať každodenne a dlhodobo, často aj trvalo. Samotné lieky však nestačia. Dôležitý je správny režim: zdravá strava, dostatok pohybu a spánku, vyvarovanie sa väčšiemu kontaktu s alergiami (predovšetkým s roztomilými zvieratami), nefajčiarske prostredie.

Prvá pomoc pri záchvate je inhalácia lieku rozšľachujúceho priedušky. Ak taký liek nie je k dispozícii, nenastáva iné ako laická pomoc: pokoj, dostatok čerstvého vzduchu a láskavé slovo. V prípade ďalších prejavov sa môže použiť výššie uvedený liek aj od náhodného účastníka zájazdu alebo volať rýchlu záchranu službu.

Pokojný stav môže byť trvalý
Na Slovensku žije 170 000 dospelých a 50 000 detských astmatikov. Približne 18 percent populácie trpí alergickou nádchou, z ktorej sa až v 30 percentách prípadov postupne vyvinie astma. Zanedbaná liečba astmie je preto veľkým rizikom. Deväť z desiatich astmatikov považuje prvý príznakom astmy za prirodzený jav. Tento spôsob uvažovania je nesprávny. Pri správnej liečbe a zodpovednom prístupe k ochoreniu dosiahnu astmatik rovnakú kvalitu života ako zdravý človek. Môže rovnako pracovať, tráviť voľný čas aj športovať.

Astma môže byť, a často aj je, celoživotným problémom. Vo veľa prípadoch sa však podarí navodiť pokojný stav, ktorý môže mať dlhodobý alebo aj trvalý charakter. Choroba sa však môže kedykoľvek znovu prejavíť.

Máte problémy s dýchaním? Kávačku!
Prospešný účinek kávy na astmu je známy už viac ako 100 rokov. Odborne štúdie z rôznych krajín ukázali, že výskyt astmy sa u konzumentov kávy zníži takmer o 50 percent v porovnaní s tým, ktorí kávy nepijú. Vychovávame aromatickým látkam pri kávy pôsobí proti astmatickým ťažkostiam. Tieto látky usilujú zvlhčovať košeň a teplotu v káve prouzu dýchacieho traktu, pretože pôsobia na nervové centrum, umiestnené v hornej časti miechy, ktoré riadi intenzitu dýchania. U zdravých jedincov, ktorí denne vypijú 2 – 3 šálky kávy, sa to na dýchaní neprejaví. Štúdie na stenách preduktaek nedokážeme odvodiť vôľou a práve pri astmatickom záchvate, keď sú astmatik, ich košeň a teplota výrazne uvoľňuje. Čo kávy patrí k základným zločkom lieky proti astme.

Z alergije astma
Astma vzniká následkom postihnutia dýchacích ciest zapaľovaním, čo v neriedkej miere, ktoré je náhlym. Zápal sa vyvíja postupne. Jeho najčastejšou príčinou je alergická reakcia na rôzne, domáci prach, zvieratá, peľ a vzdušné plazená. Alergény môžu byť aj potraviny, lieky, latex, aromatické látky a pod. K vzniku astmy prispievajú opakované vírusové infekcie a puchy smutný. Ak je astigmatikom jeden z rodičov, existuje až 30-percentná šanca, že dieťa bude alergickou ťaž. Ne je známy žiadny spôsob, ako už v nenarodenom zistiť, či vyvíjajúci sa podľubuje rozvojom astmy. Alergický môže byť aj rodič, ale astmatikom. Deväť z desiatich astmatikov považuje prvý príznakom astmy za prirodzený jav. Tento spôsob uvažovania je nesprávny.

Najčastejšie otázky čitateľov k téme
Pred časom mi lekárka zistila astmu. Ako veľmi ma to obmedzí?
Krislína P.
Diagnostikovanú astmu je vždy nevyhnutné liečiť. Naliečená alebo zle liečená astma vedie k vzniku závažných chronických ťažkostí, keď sa menšiarne poruší funkcia pľúc. Dôležité sú časté a silné vyjadrenie zápalov sčiek lekov a pacienti je nutné opakovane hospitalizovať. Hooráme tu už o ľahko liečiteľnej astme, ktorá môže byť smrteľná. Čo sa týka obmedzení, záleží vždy na stave a závažnosti choroby a na rozsahu trvalých ťažkostí. Pacienti svoje ťažkosti bagatelizujú, a nie pacienti, ktorí im môže niektoré vážne komplikácie zhoršujú. Dôležitá je správna a včasná diagnostika, a tiež nasadenie správnej liečby. Pacienti, ktorí majú astmu pod kontrolou, počítajú v bežnom živote len minimálne obmedzenia. Dobré liečený astmatik môže športovať a sa v rôznych a vykonávať trvalé aktivity. Účelové obmedzenia prináša nutnosť vysledovať na to, že je potrebné prerušovať všetky viny – väčšinou pre každého známym – rizikovým faktorom a mať pri sebe zachránny liek pre možnosť okamžitého použitia pri ťažkostiach. Liečba a ďalšou formou choroby musia okrem toho každodenne užívať lieky, pravidelne chodiť na lekársku kontrolu a vyhýbať sa väčšiemu fyzickej záťaži.

38 Rhythmus života

Zdroj: Bojovník

Dátum: 28. 5. 2009

Typ média: Dvojtýždenník

Rubrika / príloha / relácia:

Text správy:

Astma treba mať pod kontrolou

Dýchanie je základnou životnou potrebou každého človeka. Tí, čo astmou netrpia, považujú bezproblémový nádyh a výdyh za čosi samozrejmé. Pre pacienta s bronchiálnou astmou však niečo také samozrejme nie je. Zatiaľ čo cez priedušky zdravého človeka prechádza vzduch bez akýchkoľvek prekážok, astmatikovi sa zúžia, opuchnú a tvorí sa v nich nadmerné množstvo hlienu. Dýchanie je ťažké, sprevádzajú ho piskoty, pocity napätia v hrudníku. Organizmus trpí nedostatkom kyslíka, čo vyvoláva pocit dusenia. Jednou z príčin stúpajúceho výskytu tohto celoživotného chronického zápalového ochorenia je iste ustavične sa zhoršujúce životné prostredie, spôsob života ľudí v mestách. Ako druhý

faktor sa uvádza predispozícia, čiže zvýšené riziko vzniku astmy u ľudí, ktorých rodičia mali astmu alebo iné alergické ochorenie. Vie sa, že peľová alergická nádcha a astma sú veľmi úzko prepojené: "Napríklad detská astma vzniká v 80% na podklade alergického ochorenia," vysvetľuje MUDr. Klára Kossárová, alergoimunologička z Bratislavy a výkonná riaditeľka Združenia astmatikov SR. Peľ a celkovo alergény v ovzduší patria medzi najčastejšie vyvolávače ochorenia. Kto už raz astmu má, spúšťáčom záchvatu preňho môže byť i cigaretový dym či dym z ohňa, dráždivá vôňa, chladný vzduch, vírusy, zvýšená fyzická námaha, emocionálne vypätie a pod.

Rôznorodosť výskytu príznakov

Hlavný odborník pre alergológiu a imunológiu prof. MUDr. Peter Pružinec, CSc, o astme tvrdí, že je pre ňu typická veľká rôznorodosť, čo sa týka výskytu príznakov a ich intenzity. "Pacient sa má raz lepšie, raz horšie, vplyv na to majú vonkajšie faktory, ale predovšetkým správne zvolená liečba. My sa snažíme dostať pacienta do takého stavu, aby mal dýchacie cesty otvorené ako normálny zdravý človek." A MUDr. Kossárová dodáva: "Stále je priestor na zlepšenie kontroly astmy. Ak akýkoľvek astmatik používa svoj úľavový liek (to je ten, čo sa používa len v prípade potreby) viackrát ako dvakrát za týždeň, je potrebné prehodnotiť jeho liečbu." Príčina totiž môže byť v zle zvolenom lieku, dávkovaní, nevhodnom inhalačnom systéme, pacienti totiž často nezvládajú správnu techniku inhalovania liekov a lieky určené na kontrolu ochorenia neužívajú pravidelne.

Kontrolóry, uvoľňovače a ich kombinácia Pre astmatika je dôležité vedieť, že pri liečbe jeho ochorenia sa používajú dva základné druhy liekov: kontrolóry a uvoľňovače. Kontrolóry kontrolujú priebeh astmy a musia sa preto používať pravidelne. Ich úlohou je liečiť zápal, pretože astma je zápalové ochorenie. Pravidelným užívaním tohto druhu liekov možno predísť ťažkostiam a záchvatom. Ich nevýhodou je, že pacient necíti okamžitý účinok, preto na ne často zabúda. Práve kontrolóry liečia podstatu ochorenia. Zápalový proces pri astme prebieha aj v období, keď sa neprejavujú žiadne príznaky a pacient sa cíti byť zdravý. Odborníci tento stav prirovnávajú k tlejúcej pahrebe či driemajúcemu vulkánu. Vysadením udržiavacej dávky kortikosteroidov môže preskočiť povestná iskra a požiar v prieduškách sa aktivizuje.

Do druhej skupiny patria uvoľňovače, čiže lieky, ktoré rozťahujú dýchacie cesty. Táto úľavová liečba sa používa na zvládnutie ťažkostí ako dýchavica, kašeľ, piskoty či na zvládnutie záchvatu. Používa sa podľa potreby, cieľom astmatickej liečby je však taký stav, aby pacient nemusel uvoľňovače používať vôbec, resp. ich užíval len minimálne.

Najmodernejšiu liečbu tvoria kombinované lieky, ktoré obsahujú protizápalovú i uvoľňovaciu zložku v jednom preparáte. Pacient teda užíva kombinovaný liek v rámci pravidelnej udržiavacej liečby - na kontrolu astmy. Obyčajne dvakrát denne. "Jestvujú teda dva liečebné prístupy, buď má pacient jeden samostatný liek ako kontrolór v rámci pravidelnej liečby a ďalší preparát len so zložkou na rozťahnutie dýchacích ciest. Alebo má k dispozícii kombinovaný liek na pravidelnú liečbu i zvládnutie ťažkostí dva v jednom," vysvetľuje prof. Pružinec. O tom, ktorý liečebný prístup u toho-ktorého pacienta použiť, rozhoduje ošetrojúci lekár.

B. Stuppacherová, Pravda, 6.5.2009, krátené

Zdroj: Markíza

Dátum: 31. 5. 2009

Typ média: TV

Rubrika / príloha / relácia: Dnes Slovensko

Text správy:

<http://video.markiza.sk/archiv-tv-markiza/dnes/28434> , príspevok č. 7.

Problémy s alergiami

Moderátor:

Príchod jari a leta má teda aj tienisté stránky. V reportáži sme videli, že toto obdobie prináša alergikom aj trápenie. Spájam sa s odborníkom na imunitu a alergie Petrom Pružincom. Pán profesor, v podstate do začiatku 20. storočia sme tu alergie prakticky nemali. Dá sa teda povedať, že alergie idú akosi ruky v ruke s našim životným štýlom?

Peter Pružinec, odborník na imunitu a alergie:

Áno. Alergia je vlastne ochorením z civilizácie. Za posledných sto rokov nám vlastne z nejakého pol percenta výskytu v populácii stúpla alergia na súčasných 40 až 45% a bude stúpať ďalej. Je to dané vlastne tým čo sme si okolo seba vytvorili. To znamená, životné prostredie ktoré dýchame, splodiny tovární, áut. To čo si obliekame, je to umelá hmota. Potraviny, ktoré sú konzervované, chemicky spracované atď. Čiže v podstate my 24 hodín denne sme v kontakte s niečím na čo ľudský organizmus za tisíce rokov nebol zvyknutý.

Moderátor:

No a dá sa vôbec týmto alergiami predchádzať tak, aby sme sa potom s nimi nemuseli trápiť?

Peter Pružinec, odborník na imunitu a alergie:

No bohužiaľ tuto nepoviem dobrú správu. Predchádzať sa nijako nedá. Iste dá sa posunúť určitým spôsobom začiatok nástupu alergie. Keďže sa jedná o genetickú predispozíciu, tak ten kto tú alergiu má mať, tak ju bude mať. Záleží na tom ako sa vyhýba alergénom, ako v akom režime, v akých hygienických podmienkach a v akom štandarde žije. Ale keď už raz túto alergiu raz dostane, tak už sa jej nevyhne. Čo treba povedať, že máme k dispozícii skvelú liečbu. Je pomerne široký dá sa povedať arzenál liekov, ktoré keď sú správne a včas nasadené, tak ten pacient nemusí mať žiadne klinické problémy. Ak je sám disciplinovaný, tak sa môže mať aj v rámci alergií veľmi dobre.

Moderátor:

Ja som si všimla, že mnohí ľudia alergiu získajú dokonca vo vyššom veku. Vy ste to tak trochu načrtli. Ale dá sa hovoriť aj o tom, že alergia je teda dedičná?

Peter Pružinec, odborník na imunitu a alergie:

No alergie je 100% dedičná. Tá predispozícia sa 100% dedí. Dokonca my vieme aj určité čísla, že keď jeden z rodičov má alergiu, tak to dieťa má šancu okolo 40%. Ak obidvaja rodičia, tak sa tá pravdepodobnosť pohybuje okolo 80 až 100%. Takže jednoznačnej sa dedí predispozícia. No a potom ten človek sa musí vyskytnúť v tom prostredí, kde je tá jeho škodlivina, to znamená ten alergén, ktorý spustí tú imunitnú reakciu tak, že výsledkom je nakoniec ten klinický prejav ktorý poznáme ako alergiu.