

apotek

Astma



ASTMA

Astma er en sygdom i luftvejene, der kan starte når som helst i livet – oftest som barn, men også som voksen eller ældre. Astma kan være arveligt, men hvad der udløser sygdommen hos nogle og ikke hos andre, ved man ikke med sikkerhed. Nogle astmatikere har også allergi.

Ved astma er der en irritationstilstand i den slimhinde, som beklæder dine luftveje. Slimhinden bliver rød, hæver op og danner sejt slim. Denne tilstand kaldes inflammation. Samtidig trækker musklerne omkring luftrørene sig sammen, så luftvejene snævres ind, og det bliver sværere at trække vejret.

Symptomerne på astma kan være hoste, åndenød samt hvæsende og pibende vejrtrækning. De kan udløses af noget, der irriterer dine luftveje, for eksempel tobaksrøg, stærke dufte og kold luft, eller noget, du er allergisk over for, for eksempel pollen eller husstøvmider. Ved at undgå disse ting kan du mindske eller undgå dine astmasymptomer.

Hvis børn har astmasymptomer og samtidig er forkølede eller har en luftvejsinfektion, kaldes det astmatisk bronkitis. I denne brochure kan du læse mere om både astma og astmatisk bronkitis.



ASTMAMEDICIN

Astmamedicin bidrager til, at du har gode muligheder for at leve et normalt liv med astma.

Medicin til inhalation er det, der oftest anvendes. Den kommer direkte ned i dine lunger, hvor den skal virke, og giver få bivirkninger.

Medicinen kan dog også fås som tabletter eller en mikstur, der drikkes.

Det er din læge, der beslutter, hvilken medicin du skal have, og det afhænger blandt andet af sværhedsgraden af din astma.

Inhalation af luftvejsudvidende og forebyggende medicin er den grundlæggende behandling af astma hos både børn og voksne.

Det er vigtigt, at din inhalationsteknik er korrekt, så medicinen kommer tilstrækkelig langt ned i luftvejene og giver den bedste virkning. Der findes forskellige inhalatorer, og det er vigtigt at finde den type, du bedst kan anvende. At få den optimale effekt af din medicin kræver en grundig instruktion i brugen af din inhalator, og at du jævnligt får tjekket din inhalationsteknik. Begge dele kan ske enten hos lægen, hos speciallægen eller på apoteket.

Der er sjældent bivirkninger ved at bruge inhalationsmedicin. Du

kan dog opleve irritation i mund og svælg. Bruger du luftvejsudvidende medicin, kan du komme til at ryste lidt, og du kan få en smule hjertebanken. Begge dele er helt ufærligt. Bruger du forebyggende medicin, kan du få svamp i munden. Svamp kan undgås ved at skylle munden med vand og spytte ud eller børste tænder, når du har inhaleret din medicin.

I de tilfælde, hvor du trods inhalationsbehandling stadig har astmasymptomer, kan det komme på tale at bruge andre typer medicin. Spørg din læge eller på apoteket, hvis du vil vide mere om disse typer.

TJEK PÅ INHALATION

- o Hvis du ikke inhalerer din medicin korrekt, får du ikke fuld effekt af den, da den ikke når hen, hvor den skal virke.
- o Apoteket kan hjælpe dig med et tjek af din inhalationsteknik og vise dig, hvordan du bruger din inhalator bedst muligt.
- o 'Tjek på inhalation' foregår på apoteket og er gratis.

FORSKELLIG MEDICIN HAR FORSKELLIG FARVE

Emballagen på astmamedicin har forskellig farve.

Luftvejsudvidende medicin kaldes også beta-2-agonister. Den får musklerne i luftvejene til at slappe af, så luftvejene udvides. Luftvejsudvidende medicin kan være både hurtigtvirkende og langtidsvirkende. Hurtigtvirkende anvendes ved behov, når du får symptomer. Langtidsvirkende medicin anvendes hver dag, også selv om du ikke har symptomer. Farvekoden på inhalatoren til luftvejsudvidende medicin er **blå** eller **turkisgrøn**.

Forebyggende medicin indeholder binyrebarkhormon, også kaldet

steroider. Medicinen virker ved at mindske inflammationen i luftvejene. Du skal inhalere den hver dag, medmindre du har aftalt andet med lægen – også selv om du ikke har symptomer. Der kan gå op til adskillige uger, før du har fuld effekt af behandlingen. Farvekoden på inhalatoren til forebyggende medicin er **brun** eller **orange**.

Kombinationsmedicin er forebyggende medicin og langtidsvirkende luftvejsudvidende medicin samlet i én inhalator. Du skal inhalere den hver dag, også selv om du ikke har symptomer. Farvekoden på inhalatoren til kombinationsmedicin er **rød** eller **lilla**.

GODT AT HUSKE ...



Har du svært ved at huske din medicin, kan du tilmelde dig gratis huske-sms på apoteket.dk.



Spørg personalet på apoteket, hvordan du skal tage din medicin.



Læs på indlægssedlen, hvordan din medicin skal opbevares.



Er du i fast behandling, kan du opleve, at din medicin skifter navn. Indhold og virkning er uændrede.

ASTMATISK BRONKITIS

Når små børn (0-3 år) har åstma-symptomer, og de samtidig er forkølede eller har en luftvejsinfektion, kaldes det åstmatisk bronkitis. Det er forskelligt, hvor hårdt det enkelte barn bliver ramt af åstmatisk bronkitis. Nogle børn oplever kun få og milde episoder. Andre børn har hyppigere og voldsommere symptomer, og hos dem er risikoen for senere at få konstateret åstma større.

Hvis dit barn udsættes for tobaksrøg, har det større risiko for at udvikle åstmatisk bronkitis. Det er derfor vigtigt, at du ikke udsætter dit barn for tobaksrøg.

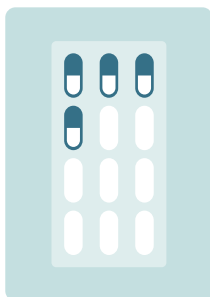
Behandlingen af børn med åstmatisk bronkitis afhænger af sympto-

merne. Er der kun lette og kortvårige symptomer i forbindelse med en infektionssygdom, er det ikke altid nødvendigt med medicinsk behandling.

Hyppigere og voldsommere symptomer behandles ofte med lægemidler, der indeholder beta-2-agonister. Det kan være som en væske, barnet skal drikke eller en språy til inhalation. Medicinen virker ved at åfslåppe musklerne omkring luftvejene, så der igen bliver god plåds. Ved svære symptomer kan forebyggende lægemidler også anvendes.

På apoteket kan du få instruktion i, hvordan du hjælper dit barn med at tage sin inhalationsmedicin korrekt.

... OG SPØRG APOTEKET, HVIS DU ER I TVIVL



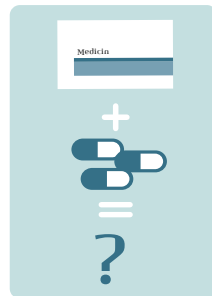
Undlad at ændre i din medicin uden aftale med lægen.



Husk at tjekke, om din medicin er trafikfarlig. Det står på indlågssedlen.



Apoteket beregner automatisk dit medicintilskud.



Fortæl altid personalet på apoteket, hvis du tager flere forskellige slags medicin eller kosttilskud.

DET KAN DU SELV GØRE

- o Tag din medicin, som lægen eller speciallægen har anbefalet – husk, at du skal tage den langtidsvirkende luftvejsudvidende medicin, kombinationsmedicin og den forebyggende medicin hver dag – også selv om du ikke har symptomer.
- o Skyl munden med vand, og spyt vandet ud, eller børst tænder, når du har inhaleret din medicin, for at undgå svamp, hæshed eller irritationer i mund og svælg.
- o Hav altid din hurtigtvirkende luftvejsudvidende medicin med.
- o Hold øje med, hvornår din eller dit barns inhalator er tom.
- o Lad lægen, speciallægen eller apoteket tjekke din inhalationsteknik med jævne mellemrum.
- o Undlad at ryge, og undgå de ting, som du har lagt mærke til forværrer din sygdom.
- o Få jævnligt din astma kontrolleret hos lægen, så din medicin kan blive justeret i forhold til dine symptomer.
- o Følg med i din astma ved at måle din lungefunktion med et peakflowmeter og ved at føre en astmadagbog.
- o Dyrk motion. Motion er godt, også for mennesker med astma. Motion kan ikke bedre din astma eller din lungefunktion, men jo bedre din kondition er, jo mere kan du træne uden anstrengelsesudløste symptomer.
- o Tæl med din læge om, hvordan du kan dyrke motion uden gener.
- o Er du gravid eller ammende, skal du tale med lægen om din astmamedicin. I langt de fleste tilfælde kan medicin til inhalation anvendes under graviditet, og når du ammer dit barn, og det er vigtigt, at din astma også bliver behandlet under din graviditet.

SØG LÆGE

- o Hvis din medicin ikke virker så godt, som den plejer.
- o Hvis du får behov for mere hurtigtvirkende luftvejsudvidende medicin.
- o Hvis du hyppigere får anfald.
- o Hvis dit peakflow falder.
- o Hvis du får bivirkninger af medicinen.
- o Hvis dit barn med astma bliver blegt, virker sløjt eller får feber – og hvis barnets vejtræning bliver mere hivende og hvæsende, eller hosten forværres.

apotek

VARENR.: 803365 08/12

PÅ APOTEKET

På apoteket kan du få hjælp til og rådgivning om alle typer medicin. Alt personale er faguddannet og kan blandt andet svare på spørgsmål om recept- og håndkøbsmedicin, bivirkninger og medicin til børn og fortælle hvad du skal være opmærksom på, hvis du for eksempel tager flere forskellige typer me-

dicin samtidig. Apoteket er stedet, hvor du køber din medicin – uanset om du går ned på det fysiske apotek, eller du e-handler over nettet. Apotekets e-handel foregår i apoteket.dk's webshop.

Læs mere på apoteket.dk, eller spørg på apoteket.