

Ontwikkeld door vooraanstaand gedragswetenschapper, professor Rob Horne, University College London (UCL), samen met collega's van de International Primary Care Respiratory Group (IPCRG), en financieel mogelijk gemaakt door AstraZeneca.

HOE BELANGRIJK IS DE BLAUWE INHALATOR VOOR U/UW PATIËNT?

Deze zelf-test is ontwikkeld om u en uw zorgverlener (arts, verpleegkundige of apotheker) te helpen begrijpen hoe u denkt over uw blauwe inhalator* voor astma en of u er misschien te veel op vertrouwt. **Dit is geen medisch advies. Staak of verander nooit zomaar uw astmamedicatie zonder eerst met uw zorgverlener te overleggen.**

DEEL 1: hoe kijkt u tegen uw blauwe inhalator* aan?

Hieronder staan meningen die sommige mensen hebben over hun blauwe inhalator. Geef aan welk antwoord het best overeenkomt met uw mening over de stelling. Er bestaan geen juiste of onjuiste antwoorden. We zijn juist nieuwsgierig naar uw eigen mening.

1. Mijn blauwe inhalator behandelt mijn symptomen en is de beste manier om mijn astma onder controle te houden

1	Helemaal mee oneens	2	Oneens	3	Neutraal	4	Mee eens	5	Helemaal mee eens
---	---------------------	---	--------	---	----------	---	----------	---	-------------------

2. Ik maak me geen zorgen om mijn astma als ik mijn blauwe inhalator bij me heb

1	Helemaal mee oneens	2	Oneens	3	Neutraal	4	Mee eens	5	Helemaal mee eens
---	---------------------	---	--------	---	----------	---	----------	---	-------------------

3. Mijn blauwe inhalator is het enige astmamedicijn waar ik echt op kan vertrouwen

1	Helemaal mee oneens	2	Oneens	3	Neutraal	4	Mee eens	5	Helemaal mee eens
---	---------------------	---	--------	---	----------	---	----------	---	-------------------

4. De voordelen van mijn blauwe inhalator wegen zwaarder dan de mogelijke risico's

1	Helemaal mee oneens	2	Oneens	3	Neutraal	4	Mee eens	5	Helemaal mee eens
---	---------------------	---	--------	---	----------	---	----------	---	-------------------

5. Ik vind mijn blauwe inhalator belangrijker dan mijn onderhoudsinhalator met corticosteroïden

1	Helemaal mee oneens	2	Oneens	3	Neutraal	4	Mee eens	5	Helemaal mee eens
---	---------------------	---	--------	---	----------	---	----------	---	-------------------

Op de achterkant staat wat uw antwoorden betekenen.

DEEL 2: Hoe vaak gebruikt u uw blauwe inhalator*?

Kijkend naar de laatste 4 weken, hoe vaak hebt u dan gemiddeld uw blauwe inhalator gebruikt?

1	Helemaal niet	2	1-2 keer in de week	3	3 keer in de week	4	4-5 keer in de week	5	>5 keer in de week
---	---------------	---	---------------------	---	-------------------	---	---------------------	---	--------------------

*De blauwe inhalator bevat SABA (kortwerkende luchtwegverwijder), een geneesmiddel dat wordt voorgeschreven om snel verlichting te geven als astmablasten optreden.

Dit is geen medisch advies. Staak of verander nooit zomaar uw astmamedicatie zonder eerst met uw zorgverlener te overleggen.

NB: Richtlijnen houden een pragmatische drempel aan om te definiëren wanneer astma onvoldoende onder controle is, namelijk bij 3 of meer inhalaties per week uit de blauwe inhalator.^{1,2} De vragenlijst met 5 onderdelen is een aangepaste versie van de gevalideerde en wereldwijd gebruikte Beliefs about Medicines vragenlijst⁵, die door vooraanstaand gedragswetenschapper professor Rob Horne (UCL) is ontwikkeld. De IPCRG heeft financiering ontvangen van AstraZeneca om Asthma Right Care te ontwikkelen. De productie en verspreiding van de test is volledig gefinancierd door AstraZeneca.

Wat heb ik aan deze test?

Veel mensen met astma zijn te afhankelijk van hun blauwe inhalator.^{3,4} Dat is niet zo vreemd, want doorgaans zorgt die ervoor dat u zich gelijk beter voelt als u de inhalator gebruikt. Sommige mensen beschouwen hun blauwe inhalator als het meest belangrijke medicijn in hun astmabehandeling. MAAR de blauwe inhalator heeft goed en minder goede eigenschappen.

Goede eigenschappen zijn dat het kan voelen alsof symptomen snel verbeteren.

Minder goede eigenschappen zijn dat hoewel de blauwe inhalator helpt om de symptomen van astma aan te pakken, het niets doet om de onderliggende oorzaken van astma-aanvallen te behandelen.

Wat betekenen mijn antwoorden voor deel 1?

Tel de cijfers van uw antwoorden van deel 1 bij elkaar op en lees hieronder wat uw score betekent.

18-25

Hoog risico voor afhankelijkheid van uw blauwe inhalator. Net als voor veel andere mensen met astma, is uw blauwe inhalator zeer belangrijk voor u. Wanneer u deze inhalator drie keer per week of vaker gebruikt kan dit echter een teken zijn dat u astma niet zo goed onder controle is als zou moeten. Het is raadzaam om uw testuitslag met uw zorgverlener (arts, verpleegkundige of apotheker) te bespreken.

11-17

Matig risico voor afhankelijkheid van uw blauwe inhalator. Net als voor veel andere mensen met astma, is uw blauwe inhalator belangrijk voor u. Misschien bent u er iets te afhankelijk van. Wanneer u deze inhalator drie keer per week of vaker gebruikt kan dit echter een teken zijn dat u astma niet zo goed onder controle is als zou moeten. Het is raadzaam om uw testuitslag met uw zorgverlener (arts, verpleegkundige of apotheker) te bespreken.

10 of minder

Laag risico voor afhankelijkheid van uw blauwe inhalator. U lijkt niet afhankelijk te zijn van uw blauwe inhalator. Dat is goed nieuws. Lees nog even verder om te controleren dat u geen andere mogelijke symptomen hebt die kunnen wijzen op onvoldoende astmacontrole.

Wat betekenen mijn antwoorden voor deel 2?

Als u uw score **drie of meer** is, gebruikt u uw blauwe inhalator wellicht te vaak.^{1,2} Dit kan een teken zijn dat uw astma niet zo goed onder controle is als zou moeten. Bespreek dit met uw zorgverlener (arts, verpleegkundige of apotheker), want uw astmabehandeling kan misschien beter.

Wat zijn nog meer tekenen van onvoldoende astmacontrole?²

Naast 3 of meer keer per week een blauwe inhalator gebruiken, zijn er nog drie andere tekenen van onvoldoende astmacontrole. Kijkend naar de afgelopen 4 weken, als een of meer van de onderstaande situaties voor u geldt, dan is het raadzaam om uw astmabehandeling met uw zorgverlener (arts, verpleegkundige of apotheker) te bespreken.

1. U heeft drie of meer keer per week overdag astmaklachten gehad
2. U bent 's nachts wakker geworden door astmaklachten
3. U heeft uw blauwe inhalator drie keer per week of vaker gebruikt
4. U bent beperkt in uw activiteiten door uw astma

Met de juiste behandeling kunnen de meeste mensen een goede astmacontrole behalen.

Referenties

1. NHG-Standaard Astma bij volwassenen. Juli 2020.
2. Global Initiative for Asthma (GINA). Pocket Guide for asthma management and prevention (for adults and children older than 5 years). 2020. Beschikbaar op: www.ginasthma.org [laatst bezocht 03.08.20].
3. Price D, Fletcher M, van der Molen T. NPJ Prim Care Respir Med. 2014; 24:14009.
4. Partridge MR, van der Molen T, Myrseth SE, et al. BMC Pulm Med. 2006; 6:13.
5. Horne R, Weinman J, Hankins M. Psychology & Health. 1999; 14(1):1-24.