

## Preskus zanašanja na olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku

To je samotest, ki bo vam in vašemu zdravniku, medicinski sestri ali farmacevtu pomagal razumeti vaš odnos do olajševalnega vdihovalnika za astmo, in ali se morda na ta vdihovalnik preveč zanašate. **To ni zdravniški nasvet. Zdravljenja z zdravilom NE prekinjajte, ne da bi se prej posvetovali z zdravstvenim delavcem.**

### 1. DEL Vaše mnenje o olajševalcu v modrem ali zelenem pršilniku

1. Obkrožite rezultat, ki najbolje predstavlja vaše trenutno mnenje.
2. Pri vsaki izjavi v okence poleg nje zapišite oceno.
3. Seštejte vse ocene za končni rezultat.
4. Svoj rezultat pokažite svojemu zdravniku medicinski sestri ali farmacevtu.

Ni pravih ali napačnih odgovorov. Zanima nas vaše mnenje.

To so izjave drugih oseb o njihovem olajševalcu v modrem ali zelenem pršilniku

#### 1. Z uporabo olajševalca v modrem ali zelenem pršilniku najbolje zdravim simptome in tako obvladujem svojo astmo.

1. DEL  
OCENA

- |                         |                   |  |                |                      |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|
| 1 Sploh se ne strinjam. | 2 Se ne strinjam. | 3 Ne morem reči niti, da se strinjam, niti, da se ne strinjam. | 4 Se strinjam. | 5 Se močno strinjam. |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|

#### 2. Ko imam ob sebi olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku me sploh ne skrbi zaradi astme.

- |                         |                   |  |                |                      |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|
| 1 Sploh se ne strinjam. | 2 Se ne strinjam. | 3 Ne morem reči niti, da se strinjam, niti, da se ne strinjam. | 4 Se strinjam. | 5 Se močno strinjam. |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|

#### 3. Moj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku je edino zdravilo, na katero se lahko resnično zanesem.

- |                         |                   |  |                |                      |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|
| 1 Sploh se ne strinjam. | 2 Se ne strinjam. | 3 Ne morem reči niti, da se strinjam, niti, da se ne strinjam. | 4 Se strinjam. | 5 Se močno strinjam. |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|

#### 4. Prednosti uporabe olajševalca v modrem ali zelenem pršilniku zlahka prevladajo nad vsemi tveganji.

- |                         |                   |  |                |                      |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|
| 1 Sploh se ne strinjam. | 2 Se ne strinjam. | 3 Ne morem reči niti, da se strinjam, niti, da se ne strinjam. | 4 Se strinjam. | 5 Se močno strinjam. |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|

#### 5. Raje se zanesem na svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku kot na vdihovalnik s preprečevalnim zdravilom.

- |                         |                   |  |                |                      |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|
| 1 Sploh se ne strinjam. | 2 Se ne strinjam. | 3 Ne morem reči niti, da se strinjam, niti, da se ne strinjam. | 4 Se strinjam. | 5 Se močno strinjam. |  |
|-------------------------|-------------------|--|----------------|----------------------|--|

1. DEL: Za razlago svojih rezultatov si oglejte hrbtno stran.

1. DEL SEŠTEVEK OCEN

### 2. DEL Uporaba olajševalca v modrem ali zelenem pršilniku

1. Obkrožite svoj odgovor in v okence zapišite oceno.
2. Svoj rezultat pokažite svojemu zdravniku, medicinski sestri ali farmacevtu.

2. DEL  
OCENA

#### Kako pogosto ste v zadnjih 4 tednih v povprečju uporabljali olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku?

- |                               |                                 |                     |                               |                             |  |
|-------------------------------|---------------------------------|---------------------|-------------------------------|-----------------------------|--|
| 1 Sploh ga nisem uporabil/-a. | 2 Dvakrat tedensko ali redkeje. | 3 Trikrat tedensko. | 4 Štiri- do petkrat tedensko. | 5 Več kot petkrat tedensko. |  |
|-------------------------------|---------------------------------|---------------------|-------------------------------|-----------------------------|--|

\* Vsebuje zdravilo, imenovano SABAs (kratkodelujoči agonist adrenergičnih receptorjev  $\beta$ ), ki se predpisuje za hitro lajšanje simptomov astme, če se ti pojavijo.

To ni zdravniški nasvet, zato zdravljenja z zdravilom NE prekinjajte, ne da bi se prej posvetovali z zdravstvenim delavcem.

## Kako mi lahko ta samotest pomaga?

Številni astmatični bolniki se preveč zanašajo na svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku.<sup>3,4</sup> Razlog za to je zelo preprost, saj se po uporabi vdihovalnika bolnikovo počutje navadno takoj izboljša. Nekateri to vidijo kot najpomembnejši del zdravljenja svoje astme, VENDAR pa ima olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku tako »dobro« kot tudi »manj dobre« lastnosti.

»Dobra« lastnost je, da ima bolnik lahko občutek, da se simptomi astme hitro izboljšujejo.

»Manj dobra« lastnost je, da olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku sicer pomaga pri obvladovanju simptomov astme, ne vpliva pa na obvladovanje osnovnega vzroka astmatičnih napadov.

## Kaj pomeni moj skupni seštevek za 1. DEL?

### 18–25:

**Obstaja velika nevarnost, da se preveč zanašate na svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku.** Kot številni drugi se najverjetneje tudi vi zelo zanašate na svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku. Če ga uporabljate trikrat tedensko ali pogosteje, je to lahko znak, da svoje astme ne obvladujete tako dobro, kot bi jo lahko. O svojih rezultatih se pogovorite z zdravnikom, medicinsko sestro ali farmacevtom.

### 11–17:

**Obstaja srednje velika nevarnost, da se preveč zanašate na svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku.** Kot številnim drugim je tudi vam olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku pomemben, vendar se morda nekoliko preveč zanašate nanj. Če ga uporabljate trikrat tedensko ali pogosteje, je to lahko znak, da vaša astma ni tako dobro nadzorovana, kot bi lahko bila. O svojih rezultatih se pogovorite z zdravnikom, medicinsko sestro ali farmacevtom.

### 10 ali manj:

**Obstaja nizka nevarnost, da se preveč zanašate na svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku.** Videti je, da se na svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku ne zanašate preveč. To je dobra novica. Kljub temu berite naprej in preverite, ali imate druge možne znake slabega obvladovanja astme.

## Kaj pomeni moja ocena za 2. DEL?

Če je vaš rezultat **3 ali pogosteje**, morda prepogosto uporabljate svoj olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku.<sup>1,2</sup> To je lahko znak, da astme ne obvladujete tako dobro, kot bi jo lahko. Pogovorite se z zdravnikom, medicinsko sestro ali farmacevtom, saj morda obstajajo boljši načini za obvladovanje vaše astme.

## Kateri so drugi znaki slabega obvladovanja astme?<sup>2</sup>

Poleg uporabe olajševalec v modrem ali zelenem pršilniku trikrat tedensko ali pogosteje so še trije dodatni znaki slabega obvladovanja astme. Če je v zadnjih štirih tednih karkoli od naslednjega veljalo za vas, je priporočljivo, da se o svojem obvladovanju astme pogovorite z zdravnikom, medicinsko sestro ali farmacevtom:

1. Občutenje simptomov čez dan trikrat tedensko ali pogosteje. 2. Zaradi astme ste se ponoči zbudili. 3. Olajševalni vdihovalnik Blue Reliever ste uporabili trikrat tedensko ali pogosteje. 4. Astma je omejila vašo aktivnost.

S pravilnim zdravljenjem lahko večina ljudi doseže dobro obvladovanje astme.

OPOMBA: Smernice veljajo za pragmatični prag za opredelitev neobvladovane (NICE 2017)<sup>1</sup> ali delno obvladovane/neobvladovane (GINA 2019)<sup>2</sup> astme, če se inhalator za lajšanje simptomov astme uporablja trikrat tedensko ali pogosteje. **Petdelni vprašalnik je pripravljen na podlagi preverjenega in po vsem svetu uporabljanega vprašalnika o mnenju o zdravilih<sup>5</sup>, ki ga je ustvaril in zasnoval vodilni strokovnjak za vedenjsko medicino, profesor Rob Horne, UCL.** Organizacija IPCRG je od družbe AstraZeneca prejela sredstva za razvoj pobude za pravilno obvladovanje astme Asthma Right Care Initiative. Proizvodnjo in distribucijo tega pripomočka je v celoti financirala družba AstraZeneca UK Limited.

1 Smernice NICE [NG80]. Asthma: diagnosis, monitoring and chronic asthma management. Novembra 2017. <sup>2</sup> Mednarodna iniciativa za astmo (GINA). Pocket Guide for asthma management and prevention (for adults and children older than 5 years). 2019. Na voljo: [www.ginasthma.org](http://www.ginasthma.org) [zadnji dostop: 8. 5. 2019]. <sup>3</sup> Price D, Fletcher M, van der Molen T. *NPJ Prim Care Respir Med.* 2014; 24:14009. <sup>4</sup> Partridge MR, van der Molen T, Myrseth SE, et al. *BMC Pulm Med.* 2006; 6:13. <sup>5</sup> Horne R, Weinman J, Hankins M. *Psychology & Health* 1999; 14(1): 1–24.

PromoMats ID: Z4-19740  
Datum priprave: septembra 2019  
Datum poteka veljavnosti: septembra 2021

To ni zdravniški nasvet. Zdravljenja z zdravilom NE prekinjajte, ne da bi se prej posvetovali z zdravstvenim delavcem.