

## Τεστ Αξιολόγησης εξάρτησης από την Μπλε Εισπνευστική (Ανακουφιστική) Συσκευή (Aerolin)

Αυτό είναι ένα τεστ αυτο-αξιολόγησης που έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει εσάς και τον/την ιατρό, νοσηλεύτη/τρια ή φαρμακοποιό σας να κατανοήσει τι πιστεύετε σχετικά με την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή\*(Aerolin) για το άσθμα και εάν βασίζεστε σε υπερβολικό βαθμό σε αυτήν. **Σε καμία περίπτωση δεν αποτελεί ιατρική συμβουλή. ΜΗΝ σταματήσετε ή αλλάξετε το φάρμακό σας χωρίς να συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.**

### ΜΕΡΟΣ 1 Οι απόψεις σας σχετικά με την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή σας (Aerolin)

1. Παρακαλώ βάλτε σε κύκλο την απάντηση που αντιπροσωπεύει την τωρινή σας άποψη
2. Παρακαλώ σημειώστε τη βαθμολογία σας για κάθε δήλωση στη δεξιά στήλη
3. Παρακαλώ προσθέστε τη βαθμολογία για να λάβετε τη συνολική βαθμολογία σας
4. Μοιραστείτε τη συνολική σας βαθμολογία με τον/την ιατρό, νοσηλεύτη/τρια, ή φαρμακοποιό σας

Οι παρακάτω είναι δηλώσεις που έχουν κάνει άλλα άτομα σχετικά με την Μπλε Εισπνευστική Ανακουφιστική Συσκευή (Aerolin).

Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Μας ενδιαφέρει η γνώμη σας

- 1) Το να χρησιμοποιώ το Aerolin για να αντιμετωπίσω τα συμπτώματά μου είναι ο καλύτερος τρόπος για να ελέγχω το άσθμα μου.

1 Διαφωνώ απόλυτα	2 Διαφωνώ	3 Δεν ξέρω	4 Συμφωνώ	5 Συμφωνώ απόλυτα	ΜΕΡΟΣ 1 ΠΟΝΤΟΙ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 2) Δεν ανησυχώ για το άσθμα όταν έχω το Aerolin κοντά μου.

1 Διαφωνώ απόλυτα	2 Διαφωνώ	3 Δεν ξέρω	4 Συμφωνώ	5 Συμφωνώ απόλυτα	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 3) Το Aerolin είναι η μόνη θεραπεία στην οποία πραγματικά που μπορώ να βασιστώ.

1 Διαφωνώ απόλυτα	2 Διαφωνώ	3 Δεν ξέρω	4 Συμφωνώ	5 Συμφωνώ απόλυτα	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 4) Τα πλεονεκτήματα της χρήσης του Aerolin υπερτερούν των κινδύνων της χρήσης του.

1 Διαφωνώ απόλυτα	2 Διαφωνώ	3 Δεν ξέρω	4 Συμφωνώ	5 Συμφωνώ απόλυτα	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 5) Προτιμώ να βασιστώ στο Aerolin παρά στο Εισπνεόμενο Συντηρητικό Στεροειδές.

1 Διαφωνώ απόλυτα	2 Διαφωνώ	3 Δεν ξέρω	4 Συμφωνώ	5 Συμφωνώ απόλυτα	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ΜΕΡΟΣ 1: Κοιτάξτε όπισθεν για να ερμηνεύσετε τη βαθμολογία σας

ΜΕΡΟΣ 1 ΣΥΝΟΛΟ

### ΜΕΡΟΣ 2 Χρησιμοποιώντας την Μπλε Εισπνευστική σας Συσκευή (Aerolin)

1. Παρακαλώ κυκλώστε την απάντησή σας παρακάτω και σημειώστε τη βαθμολογία σας
2. Μοιραστείτε τη συνολική σας βαθμολογία με τον/την ιατρό, νοσηλεύτη/τρια, ή φαρμακοποιό σας

Κατά μέσο όρο, κατά τη διάρκεια των προηγούμενων 4 εβδομάδων, πόσο συχνά χρησιμοποιήσατε Aerolin;

1 Καθόλου	2 ≤2 φορές ανά εβδομάδα	3 3 φορές/ εβδομάδα	4 4-5 φορές/ εβδομάδα	5 >5 φορές/ εβδομάδα	ΜΕΡΟΣ 2 ΠΟΝΤΟΙ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\* Περιέχει ένα φάρμακο που ονομάζεται SABA (β-αγωνιστής βραχείας δράσης) - Aerolin, το οποίο συνταγογραφείται για γρήγορη ανακούφιση από τα συμπτώματα του άσθματος σε περίπτωση που εμφανιστούν.

## Με ποιο τρόπο μπορεί να με βοηθήσει αυτό το τεστ αυτο-αξιολόγησης;

Αρκετοί άνθρωποι με άσθμα βασίζονται σε μεγάλο βαθμό στην Μπλε Ανακουφιστική Εισπνευστική Συσκευή τους (Aerolin).<sup>3-4</sup> Είναι εύκολο να αντιληφθούμε το γιατί, αφού η χρήση της τους κάνει να αισθάνονται καλύτερα αμέσως μόλις τη χρησιμοποιήσουν. Κάποιοι άνθρωποι το βλέπουν ως το πιο σημαντικό μέρος της θεραπείας τους για το άσθμα ΑΛΛΑ υπάρχουν 'θετικά' και 'όχι και τόσο θετικά' σχετικά με την Μπλε Ανακουφιστική Εισπνευστική Συσκευή.

**Στα «θετικά»** συγκαταλέγεται το γεγονός ότι αισθάνεστε ότι τα συμπτώματα του άσθματος βελτιώνονται γρήγορα.

**Στα «όχι και τόσο θετικά»** είναι ότι, ενώ η Μπλε Εισπνευστική Συσκευή βοηθάει στην αντιμετώπιση των συμπτωμάτων του άσθματος, δεν βοηθάει στο να αντιμετωπιστεί η υποκείμενη αιτία των παροξύνσεων άσθματος.

## Τι σημαίνει η συνολική βαθμολογία μου στο ΜΕΡΟΣ 1;

### 18 - 25:

Υψηλός κίνδυνος υπερβολικής εξάρτησης από την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης (Aerolin). Όπως πολλοί άνθρωποι, φαίνεται ότι βασίζεστε πολύ στην Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης. Εάν την χρησιμοποιείτε 3 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα, αυτό θα μπορούσε να είναι ένδειξη ότι το άσθμα σας δεν ελέγχεται τόσο καλά όσο θα μπορούσε. Αξίζει να συζητήσετε τα αποτελέσματά σας με τον/την ιατρό, νοσηλεύτη/τρια ή φαρμακοποιό σας.

### 11 - 17:

Μέτριος κίνδυνος υπερβολικής εξάρτησης από την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης. Όπως για πολλούς ανθρώπους, έτσι και για εσάς η Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης είναι σημαντική, αλλά ίσως να βασίζεστε σε αυτήν παραπάνω από όσο θα έπρεπε. Εάν τη χρησιμοποιείτε 3 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα, αυτό θα μπορούσε να είναι ένδειξη ότι το άσθμα σας δεν ελέγχεται τόσο καλά όσο θα μπορούσε. Αξίζει να συζητήσετε τα αποτελέσματά σας με τον/την ιατρό, νοσηλεύτη/τρια ή φαρμακοποιό σας.

### 10 ή λιγότερο:

Χαμηλός κίνδυνος υπερβολικής εξάρτησης από την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης. Δεν φαίνεται να βασίζεστε υπερβολικά στην Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης. Αυτό είναι πολύ θετικό. Συνεχίστε την ανάγνωση παρακάτω για να βεβαιωθείτε ότι δεν έχετε κανένα από τα άλλα πιθανά σημάδια μη ικανοποιητικού ελέγχου του άσθματος.

## Τι σημαίνει η συνολική μου βαθμολογία στο ΜΕΡΟΣ 2;

Αν η βαθμολογία σας είναι **3 ή περισσότερο** πιθανόν να χρησιμοποιείτε πολύ την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης.<sup>1,2</sup> Αυτό ίσως είναι ένα σημάδι ότι το άσθμα σας δεν ελέγχεται τόσο καλά όσο θα έπρεπε. Μιλήστε στο γιατρό, τη νοσηλεύτρια τον φαρμακοποιό σας καθώς υπάρχουν τρόποι να ελέγξετε καλύτερα το άσθμα σας.

## Ποια άλλα σημάδια υπάρχουν για τον μη ικανοποιητικό έλεγχο του άσθματος;<sup>2</sup>

Υπάρχουν τρία ακόμη σημάδια μη ικανοποιητικού ελέγχου του άσθματος, εκτός από το να χρησιμοποιείτε την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή Ανακούφισης 3 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα, Εάν, κατά τη διάρκεια των 4 τελευταίων εβδομάδων, ισχύει κάποιο από τα παρακάτω για εσάς, είναι σημαντικό να συζητήσετε τη διαχείριση του άσθματός με τον/την ιατρό, νοσηλεύτη/τρια ή φαρμακοποιό σας.

**1.** Συμπτώματα κατά τη διάρκεια της ημέρας 3 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα. **2.** Το άσθμα, σας ξυπνάει κατά τη διάρκεια της νύχτας. **3.** Χρησιμοποιήσατε την Μπλε Εισπνευστική Συσκευή (Aerolin) 3 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα. **4.** Το άσθμα περιορίζει την δραστηριότητα σας.

Με τη σωστή θεραπεία, οι περισσότεροι άνθρωποι μπορούν να πετύχουν καλό έλεγχο του άσθματός.

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Οι κατευθυντήριες οδηγίες εφαρμόζουν ένα ρεαλιστικό όριο για να ορίσουν το μη ελεγχόμενο (NICE2017)<sup>1</sup> ή μερικώς ελεγχόμενο/μη-ελεγχόμενο (GINA2019)<sup>2</sup> άσθμα ως την χρήση του ανακουφιστικού φαρμάκου τρεις ή περισσότερες ημέρες/φορές την εβδομάδα. Το ερωτηματολόγιο των 5 ερωτήσεων αυτό είναι προσαρμοσμένο από το σταθμισμένο και διεθνώς χρησιμοποιούμενο ερωτηματολόγιο, «Ερωτηματολόγιο για τις αντιλήψεις σχετικά με τα Φάρμακα»,<sup>5</sup> που έχει δημιουργηθεί και σχεδιαστεί από τον ειδικό στην Συμπεριφορική Ιατρική, Καθηγητή Rob Horne, UCL.

<sup>1</sup> NICE Guideline [NG80]. Asthma: diagnosis, monitoring and chronic asthma management. November 2017. <sup>2</sup> Global Initiative for Asthma (GINA). Pocket Guide for asthma management and prevention (for adults and children older than 5 years). 2019. Available from: [www.ginasthma.org](http://www.ginasthma.org) [last accessed 08.05.19]. <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

**Τα παραπάνω δεν αποτελούν σε καμία περίπτωση ιατρικές συμβουλές. ΜΗΝ διακόψετε ή αλλάξετε την φαρμακευτική σας αγωγή χωρίς να συμβουλευτείτε τον ιατρό σας. Απαιτείται προσαρμογή στα εθνικά δεδομένα και εξουσιοδοτημένη υπογεγραμμένη έγκριση πριν από τη χρήση του.**