

## Com actuar en una crisi d'asma

### Cal anar sempre al metge?

La tos seca, ofec, opressió al pit, xiulets al respirar i altres símptomes poden desencadenar una crisi d'asma. En funció de cada cas, el pacient asmàtic haurà de prendre mesures, com per exemple el tractament puntual arrel d'una crisi o el tractament continuat de la malaltia.

**L'**asma és una malaltia dels bronquis. Quan aquests con l'aparell respiratori s'inflamen i es fan més estrets no deixen dels pulmons. L'obturació dificulta l'entrada d'aire nou arr Aquesta patologia afecta entre el 5% i el 15% de la població, s països.

La causa principal de l'asma és l'al·lèrgia. Malgrat que la malaltia pot a qualsevol edat, sovint s'inicia abans dels 10 de vida i el debut després dels 4 poc freqüent. En adults, hi ha un tipus d'asma no al·lèrgic que s'associa a nasal i la intolerància a l'aspirina.

Vuit de cada deu asmàtics són al·lèrgics, encara que la humitat, el fum, les les infeccions respiratòries i altres factors també poden desencadenar al·lèrgògens més habituals són els àcars de la pols, fongs de la humitat d'animals, tot i que poden variar en funció del territori. En el cas de l'asma professional), la causa són substàncies presents a la feina sobretot en for pastisseries perruqueries, fusteries i indústries de tota mena.

Un cop el pacient s'ha sensibilitzat cal que tingui una predisposició genètica per desenvolupar l'asma. Si l'asma és al·lèrgica el pacient ha d'evitar el contacte amb les substàncies sospitoses a què està sensibilitzat. Si no és possible es recomana el tractament amb vacunes (immunoteràpia).

El diagnòstic de l'asma es fa a partir de la història clínica, els símptomes que explica el pacient, el lloc o el moment de l'any i els desencadenants de les crisis. Tots aquests factors ens orienten cap a una possible asma i la seva causa principal (al·lèrgica o no). En el reconeixement són imprescindibles les proves de funcionalisme pulmonar i l'estudi al·lèrgològic. En algunes ocasions és necessari fer un estudi d'exposició a inhalants o a productes de l'ambient laboral per confirmar la causa principal de l'asma.

A través d'una exploració física es pot determinar un problema respiratori però quan la persona asmàtica està bé, l'auscultació serà del tot normal. En el cas de crisi tindrà xiulets i allargament de la respiració. gravetat de l'asma i la persistència dels símptomes es farà un o altre tractament.

*"El pacient asn ha de conèixer perfecció dos tip tractament: puntual de les c el de base de malaltia"*



### Els tractaments de l'asma

» El pacient asmàtic ha de conèixer a la per tipus de tractament: el puntual de les crisis i de la malaltia.

» Pel que fa al tractament continuat de l'asma, pren antiinflamatoris durant períodes més o me segons la gravetat de l'asma. Els fàrmacs s'a sobretot per via inhalada, encara que també r via oral, per disminuir la inflamació bronquial.

» Un pacient amb una asma controlada no té s de forma regular però en determinats moments d'un desencadenant pot tenir una crisi d'asma,



Altra cosa que la presència dels símptomes clàssics com la tos seca, ofec, opressió al pit i xiulets al respirar. En aquests moments caldrà prendre unes mesures que el pacient ha de conèixer bé.

» Els medicaments de les crisis són els broncodilatadors. S'utilitzen sobretot per via inhalada (aerosols pressuritzats i inhaladors de pols seca). Aquests fàrmacs disminueixen de forma ràpida els símptomes perquè obren els bronquis en pocs minuts, però l'efecte desapareix a les poques hores. De vegades aquests broncodilatadors van acompanyats de medicaments antiinflamatoris que també ajuden en el moment de la crisi, encara que siguin medicaments de base.

» Els inhaladors pressuritzats es recomana prendre'ls amb una càmera d'inhalació per evitar l'impacte de les partícules a gran velocitat i la descoordinació que sempre existeix entre la pulsació i la inspiració. Sovint els pacients utilitzen els medicaments directament a la boca i noten poca millora, i el problema de base és la poca quantitat de medicament que arriba als bronquis més petits.

» És important no posar-se nerviós, per això relaxar-se és bàsic en el tractament d'una crisi. També es pot fer la respiració *xiulant*, que és agafar molt d'aire pel nas i deixar-lo sortir a poc a poc per facilitar-ne la sortida per uns bronquis que estan obstruïts. A més, va bé beure aigua perquè fluidifica el moc acumulat a les vies respiratòries. Si amb tot això no cedeix, caldrà prendre el medicament de les crisis, anomenat també de rescat.

Si la crisi d'asma és important caldrà acudir a un servei d'urgències. Fins i tot, hi ha pacients amb asma greu que requeriran tractaments i controls especials. Però, en definitiva, la clau del tractament de l'asma és mantenir-la controlada i evitar així les descompensacions.

*"No posar-se nerviós i relaxar-se i beure aigua és bàsic en el tractament d'una crisi"*

Llegeix més articles a ["la càpsula"](#)

Visita la web del [Servei d'Al·lèrgia](#)

Visita la web de les [Colònies per conèixer l'asma i al·lèrgia](#)

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03  
[info@spsalut.org](mailto:info@spsalut.org) | [www.spsalut.org](http://www.spsalut.org)