

# Zapobiegaj astmie

Państwowa Inspekcja Sanitarna we współpracy z Polskim Towarzystwem Alergologicznym i Polskim Towarzystwem Oświaty Zdrowotnej w ramach prowadzenia działalności oświatowo – zdrowotnej inicjuje i wprowadza do realizacji w szkole podstawowej program edukacyjny pt. „Wolność Oddechu – Zapobiegaj Astmie”.

Program adresowany jest do rodziców i uczniów klas pierwszych, drugich i trzecich, zwłaszcza tych, którzy często chorują na infekcje górnych dróg oddechowych, ale także do ich nauczycieli i pielęgniarek środowiska szkolnego.

## PROBLEM ASTMY OSKRZELOWEJ U DZIECI

Astma oskrzelowa występuje na całym świecie. Prowadzone badania pozwalają stwierdzić, że wzrasta liczba zachorowań w najmłodszych grupach wiekowych. W Polsce jest to także choroba dość częsta i występowanie jej zwłaszcza u dzieci ciągle wzrasta. Badania epidemiologiczne przeprowadzone w 2003 roku wykazały, że w Polsce choruje około 9% populacji dzieci w zależności od regionu kraju, a w grupie dzieci w wieku do 14 lat około 600 tysięcy choruje na astmę oskrzelową.

W otaczającym nas świecie występuje wiele czynników, których nie toleruje nasz organizm. Nazywamy je alergenami. Astma oskrzelowa jest reakcją na niektóre z nich. W układzie oddechowym pod wpływem tych czynników rozwija się proces zapalny błony śluzowej. Oskrzela reagują skurczem tak, że przepływ powietrza przez nie jest ograniczony. W konsekwencji u chorego występują trudności w oddychaniu, świszczący oddech, kaszel, duszność. Objawy te występują zwłaszcza w nocy lub we wczesnych godzinach rannych, a także po wysiłku fizycznym. Powtarzające się stany zapalne dróg oddechowych prowadzą do ich nadwrażliwości, a nawet do trwałego uszkodzenia.

Astma oskrzelowa jest chorobą charakteryzującą się długoletnim przebiegiem i skłonnością do nawrotów dolegliwości, które z różnym nasileniem trwają przez całe życie.



W zasadzie choroba jest nieuleczalna, ale dzięki wczesnemu rozpoznaniu udaje się uniknąć ciężkich stanów i zaostrzeń oraz można zapobiec nieodwracalnemu uszkodzeniu dróg oddechowych. Dziecko z astmą wczesnie wykrytą, prawidłowo leczoną może żyć i rozwijać się normalnie. Astma nie musi zaburzać fizycznego, psychicznego, społecznego czy intelektualnego rozwoju dziecka.

## REALIZACJA PROGRAMU EDUKACYJNEGO W SZKOLE

W trakcie prowadzonej edukacji rodziców w szkole połączonej z projekcją filmu będzie można uzyskać szersze informacje o chorobie, jej charakterystycznych objawach oraz o znaczeniu wczesnego rozpoznania astmy u dzieci. Jeżeli prezentowane objawy obserwowane są u dziecka, należy zgłosić się do lekarza rodzinnego, który sprawuje opiekę zdrowotną nad dzieckiem.

W celu przeprowadzenia specjalistycznych badań i postawienia rozpoznania, lekarz rodzinny skieruje dziecko do lekarza alergologa. Właściwe leczenie prowadzone w ośrodku specjalistycznym spowoduje, że nie dojdzie do trwałych, nieodwracalnych zmian w układzie oddechowym dziecka.

Wczesne rozpoznanie astmy przez lekarza alergologa i objęcie dziecka opieką specjalistyczną pozwoli dziecku uczyć się i prowadzić normalne życie. Odpowiednie leczenie prowadzone przy współdziałaniu rodziców i samego pacjenta pozwoli uczniowi w przyszłości na dokonanie właściwego wyboru zawodu i zatrudnienia w dorosłym życiu.

Dodatkowe informacje związane z programem edukacyjnym można uzyskać na stronie internetowej [www.wolnoscoddechu.pl](http://www.wolnoscoddechu.pl) lub u wychowawcy dziecka i pielęgniarki środowiska szkolnego.