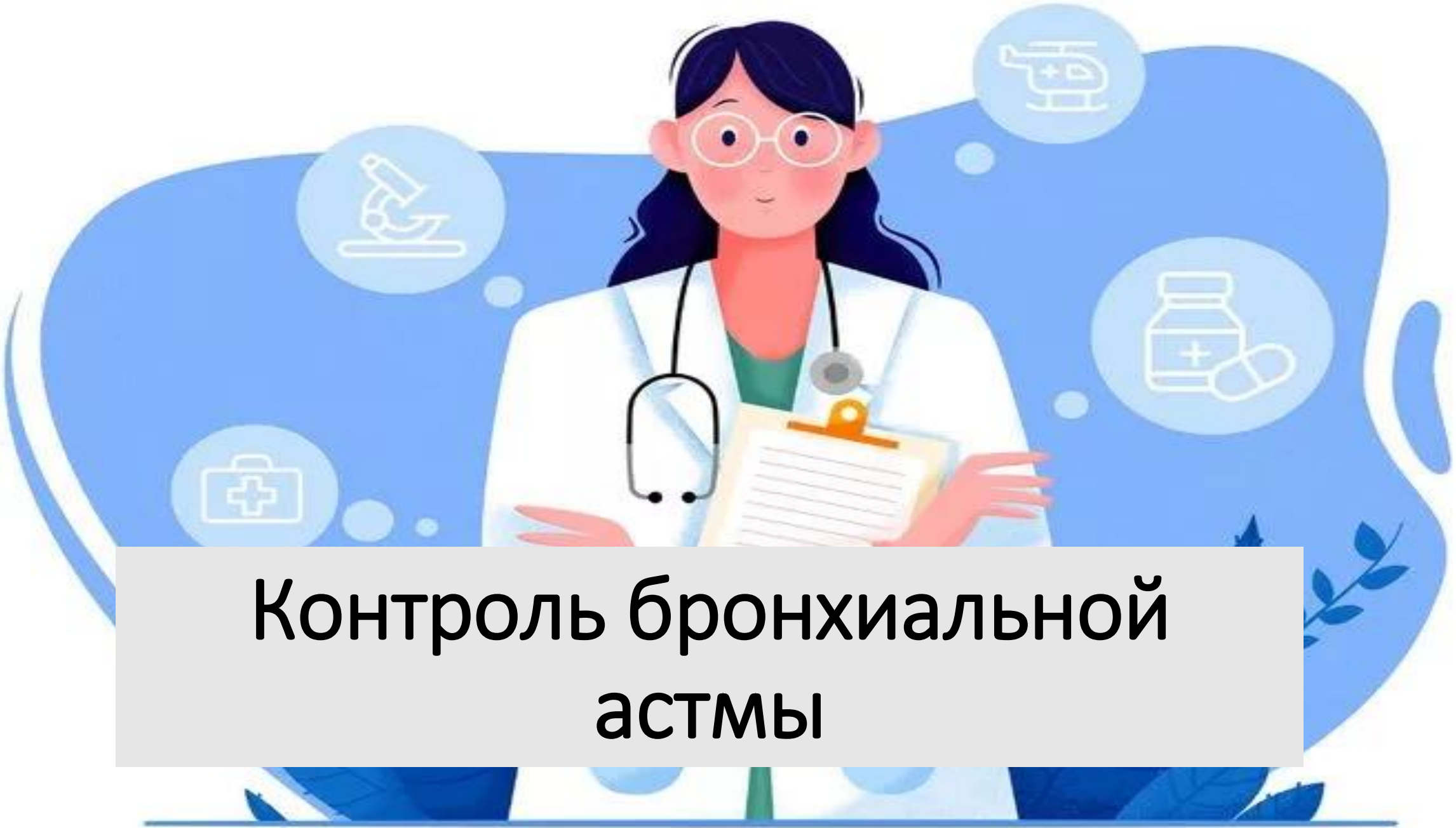


Контроль бронхиальной астмы

Контроль БА означает отсутствие клинических проявлений заболевания.

Критериями полного контроля являются:

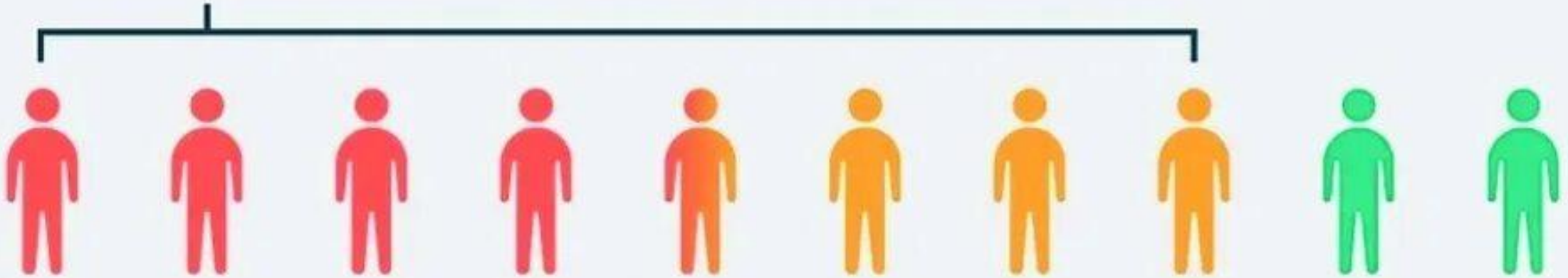
• Отсутствие дневных симптомов чаще 2-х раз в неделю • Отсутствие ночных пробуждений из-за БА;

• Отсутствие потребности в препарате для купирования симптомов чаще 2-х раз в неделю;

• Отсутствие любого ограничения активности из-за БА

СТАТИСТИКА ПО КОНТРОЛЮ НАД ЗАБОЛЕВАНИЕМ

80% больных бронхиальной астмой **уверены, что контролируют** свое заболевание



На самом деле 45% астму не контролируют вовсе

35% контролируют лишь частично

Пикфлоуметр – это прибор, который определяет скорость прохождения воздуха по бронхам. Чем меньше просвет бронхов, тем меньше и скорость прохождения по ним воздуха.

Техника пикфлоуметрии

- Установите бегунок шкалы пикфлоуметра на нулевое значение. Бегунок должен быть неподвижным.
- Возьмите пикфлоуметр горизонтально и встаньте прямо. Обхватите губами мундштук, при этом следите, чтобы просвет не был закрыт языком. Не блокируйте руками вентиляционные отверстия в задней части прибора.
- Сделайте глубокий вдох, заполнив ваши легкие полностью.
- Сделайте выдох так сильно и быстро, как вы можете.
- Переместите бегунок обратно, и повторите эти действия еще два раза.
- Если вы кашляете или допустили ошибку при пользовании прибором, не включайте это измерение в одну из трех попыток.
- Если это необходимо, вы можете отдохнуть между попытками.
- Запишите максимальное из трех чисел в вашем дневнике. Сравните полученные данные ПСВ с должными величинами, соответствующими вашему возрасту, полу и росту или с личной наилучшей величиной ПСВ.

Нормы пикфлоуметрии для взрослых (л/мин)

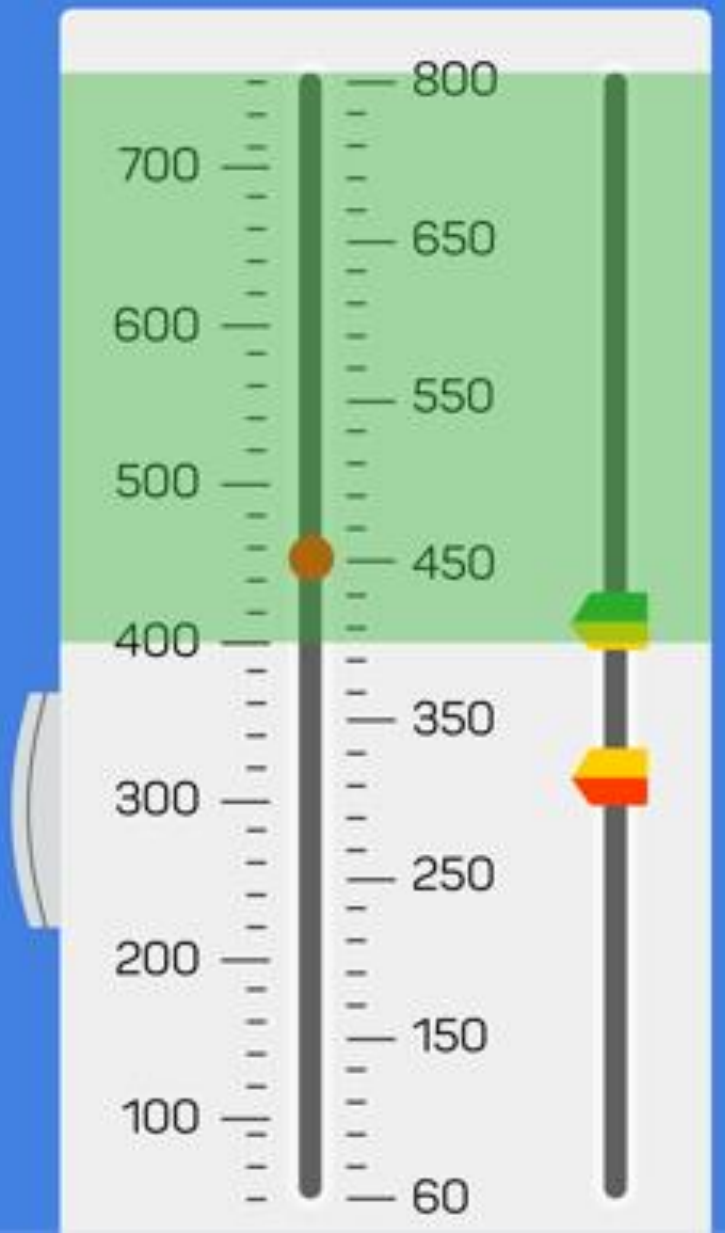
мужчины

рост / возраст	1,40	1,45	1,50	1,55	1,60	1,65	1,70	1,75	1,80	1,85	1,90	1,95	2,00
15	413	432	450	469	487	506	524	542	561	579	598	616	634
20	401	419	437	455	474	493	511	530	548	566	585	603	622
25	388	406	425	443	461	480	498	517	535	553	572	590	609
30	375	393	412	430	448	467	485	504	522	541	560	577	596
35	362	380	399	417	436	454	472	491	509	528	546	564	583
40	349	367	386	404	423	441	459	478	496	515	533	552	570
45	336	354	373	391	410	428	447	465	483	502	520	539	557
50	323	342	360	378	397	415	434	452	471	489	507	526	544
55	310	329	347	366	384	402	421	439	458	476	494	513	531
60	297	316	334	353	371	389	408	426	445	463	482	500	518
65	284	303	321	340	358	377	395	413	432	450	469	487	505
70	272	290	308	327	345	364	382	401	419	437	456	474	492
75	259	277	296	314	332	351	369	388	406	424	443	461	480
80	246	264	283	301	319	338	356	374	393	412	430	448	467

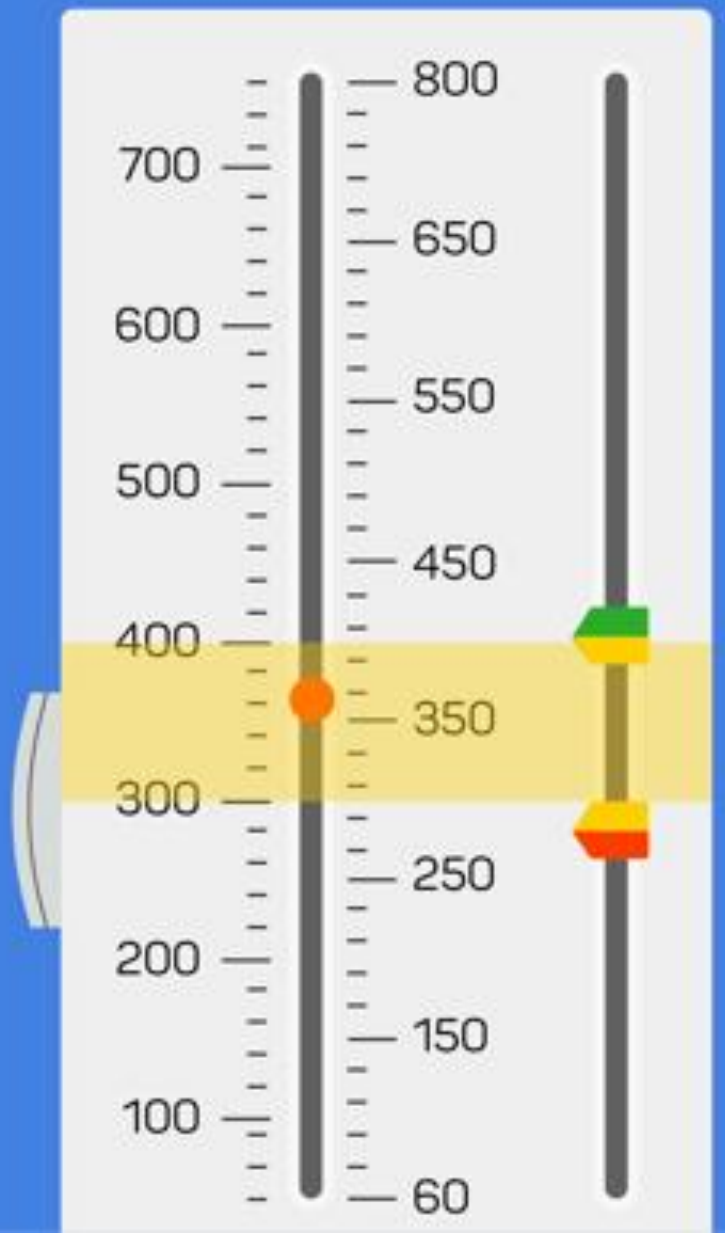
Зоны контроля пиковой скорости выдоха

- Общепринятым считается разграничение ПСВ на 3 зоны, в соответствии с цветами светофора: **зеленая, желтая и красная зона**.
- 1. **Зеленая зона:** показатели ПСВ более 80% от лучших значений. При этом самочувствие хорошее**.** ***Рекомендация***: использовать свое обычное лечение.
- 2. **Желтая зона:** показатели ПСВ – 60-80% от лучшего значения. При этом у пациента отмечается усиление одышки при небольших физических нагрузках, появление ночных приступов удушья, увеличение потребности в использовании бронхорасширяющих средств. ***Рекомендация***: удвоить дозу базисного препарата. Необходимо проконсультироваться с врачом.
- 3. **Красная зона:** показатели ПСВ – 40-60%, чаще ниже 50% от лучших значений. У пациента отмечается выраженная одышка, в том числе при обычной физической нагрузке. Каждую ночь приступы удушья. Резко возрастает кратность применения бронхорасширяющих средств. ***Рекомендация:*** нужна срочная консультация врача, при необходимости вызвать скорую помощь.

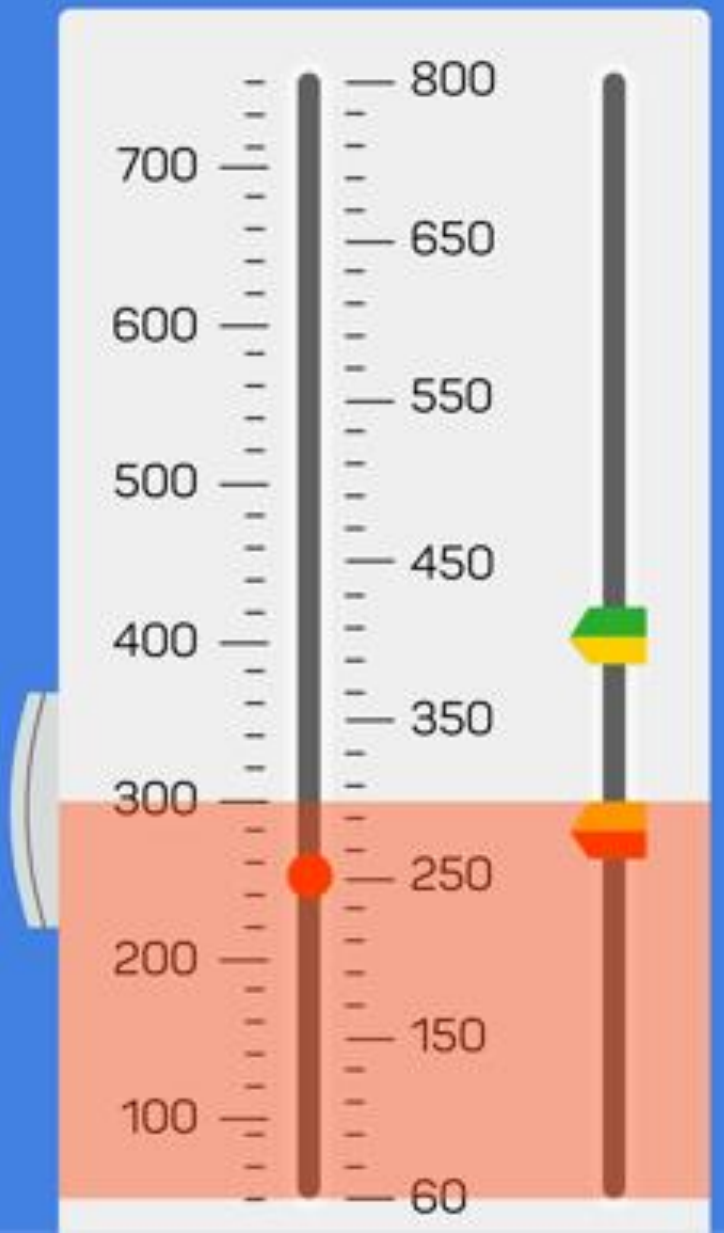
Зелёная зона



Жёлтая зона



Красная зона



Дневник пикфлоуметрии на 4 недели

Имя пациента:	Назначенные медикаменты:	Месяц:	1	2	3	4	5	6
			7	8	9	10	11	12

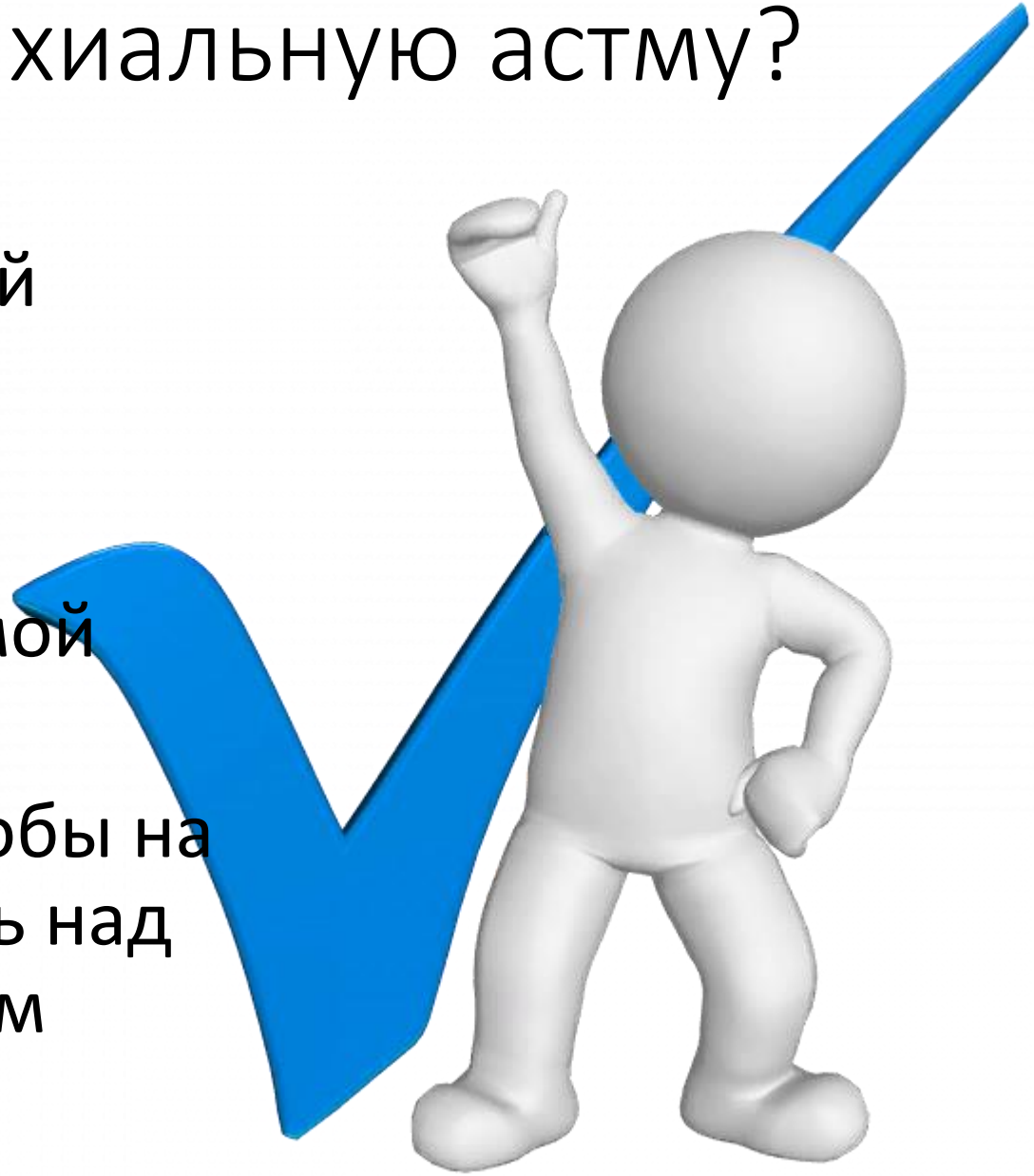
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽	☼ ☽
л/мин 800																															
750																															
700																															
650																															
600																															
550																															
500																															
450																															
400																															
350																															
300																															
250																															
200																															
150																															
100																															
50																															

Кашель																															
Затруднения дыхания																															
Мокрота																															

☼ = утреннее измерение ☽ = вечернее измерение

Как контролировать бронхиальную астму?

- Контроль над бронхиальной астмой означает устранение проявлений заболевания. Выделяют критерии контролируемой, частично контролируемой и неконтролируемой бронхиальной астмы.
- Необходимо стремиться к тому, чтобы на фоне лечения был полный контроль над астмой, что соответствует критериям контролируемой астмы.



Ведение на амбулаторном этапе

Оценка контроля

ТЕСТ ПО КОНТРОЛЮ НАД АСТМОЙ (АСТ™)

Узнайте свой результат теста по контролю над астмой

В каждом вопросе выберите ответ, который Вам подходит, и обведите соответствующую ему цифру. Всего в тесте ПЯТЬ вопросов.

Чтобы подсчитать результат теста по контролю над астмой, сложите все цифры, соответствующие Вашим ответам.

Обязательно обсудите результаты с Вашим врачом.

						Баллы
Вопрос 1. Как часто за последние 4 недели астма мешала Вам выполнять обычный объем работы в учебном заведении, на работе или дома?	Все время 1	Очень часто 2	Иногда 3	Редко 4	Никогда 5	
Вопрос 2. Как часто за последние 4 недели Вы отмечали у себя затрудненное дыхание?	Чаще, чем раз в день 1	Раз в день 2	От 3 до 6 раз в неделю 3	Один или два раза в неделю 4	Ни разу 5	
Вопрос 3. Как часто за последние 4 недели Вы просыпались ночью или раньше, чем обычно, из-за симптомов астмы (свистящего дыхания, кашля, затрудненного дыхания, чувства стеснения или боли в груди)?	4 ночи в неделю или чаще 1	2–3 ночи в неделю 2	Раз в неделю 3	Один или два раза 4	Ни разу 5	
Вопрос 4. Как часто за последние 4 недели Вы использовали быстродействующий ингалятор (например, Вентолин, Беротек, Бородуал, Атровент, Сальбутамол, Саламол, Сальбен, Астмопент) или небулайзер (аэрозольный аппарат) с лекарством (например, Беротек, Бородуал, Вентолин Небулы)?	3 раза в день или чаще 1	1 или 2 раза в день 2	2 или 3 раза в неделю 3	Один раз в неделю или реже 4	Ни разу 5	
Вопрос 5. Как бы Вы оценили, насколько Вам удавалось контролировать астму за последние 4 недели?	Совсем не удавалось контролировать 1	Плохо удавалось контролировать 2	В некоторой степени удавалось контролировать 3	Хорошо удавалось контролировать 4	Полностью удавалось контролировать 5	

Сложите баллы и запишите полученный результат. → ИТОГО

В среднем как часто за последнюю неделю вы просыпались ночью из-за астмы?							Балл
0 Никогда	1 Очень редко	2 Редко	3 Несколько раз	4 Много раз	5 Очень много раз	6 Не мог(ла) спать из-за астмы	
В среднем насколько сильны были симптомы астмы, когда вы просыпались утром в течение последней недели?							
0 Симптомов не было	1 Очень слабые симптомы	2 Слабые симптомы	3 Умеренные симптомы	4 Довольно сильные симптомы	5 Сильные симптомы	6 Очень сильные симптомы	
В целом насколько вы были ограничены в своих профессиональных и повседневных занятиях из-за астмы в течение последней недели?							
0 Совсем не ограничен(а)	1 Чуть-чуть ограничен(а)	2 Немного ограничен(а)	3 Умеренно ограничен(а)	4 Очень ограничен(а)	5 Чрезвычайно ограничен(а)	6 Полностью ограничен(а)	
В целом какую часть времени в течение последней недели у вас были хрипы в груди?							
0 Одышки не было	1 Очень небольшая	2 Небольшая	3 Умеренная	4 Довольно сильная	5 Сильная	6 Очень сильная	
В целом была ли у вас одышка из-за астмы в течение последней недели?							
0 Никогда	1 Очень редко	2 Редко	3 Иногда	4 Значительную часть времени	5 Подавляющую часть времени	6 Все время	

Сложите все баллы и разделите на 5:

<0,75 балла — контролируемая астма;
0,75—1,5 балла — частично контролируемая астма;
>1,5 балла — неконтролируемая астма.

Неконтролируемая БА оказывает существенное влияние на качество жизни пациентов

25 миллионов

лет жизни, скорректированных по нетрудоспособности (DALY), теряются ежегодно во всем мире по причине БА[1]

4,7%

мировых DALY в 2010 году считались связанными с хроническими респираторными заболеваниями (1712 DALY на 100 000)[1]

БА составляла 18% от этого значения (326 DALY на 100 000)[1]

14 миллионов

пропущенных дней учебы ежегодно связывают с детской БА в США[2]

>60%

пациентов с БА в европейском исследовании сообщили, что БА влияет на их физическую активность[3]

DALY-(disability-adjusted life years) - годы жизни, скорректированные по нетрудоспособности, БА - бронхиальная астма

- 1. Murray CL, et al. Lancet 2012;380:2197–2223; 2. Pawankar R. World Allergy Organ J 2014;7:12; 3. Bousquet J, et al. Allergy. 2007 Mar;62(3):216-23

Ведущие 5 факторов, влияющих на продолжительность непрерывного выполнения рекомендаций: мнения врачей и пациентов, n=1125, Me ($Q_{25\%}$; $Q_{75\%}$), абс. ед.

• Мнение пациентов

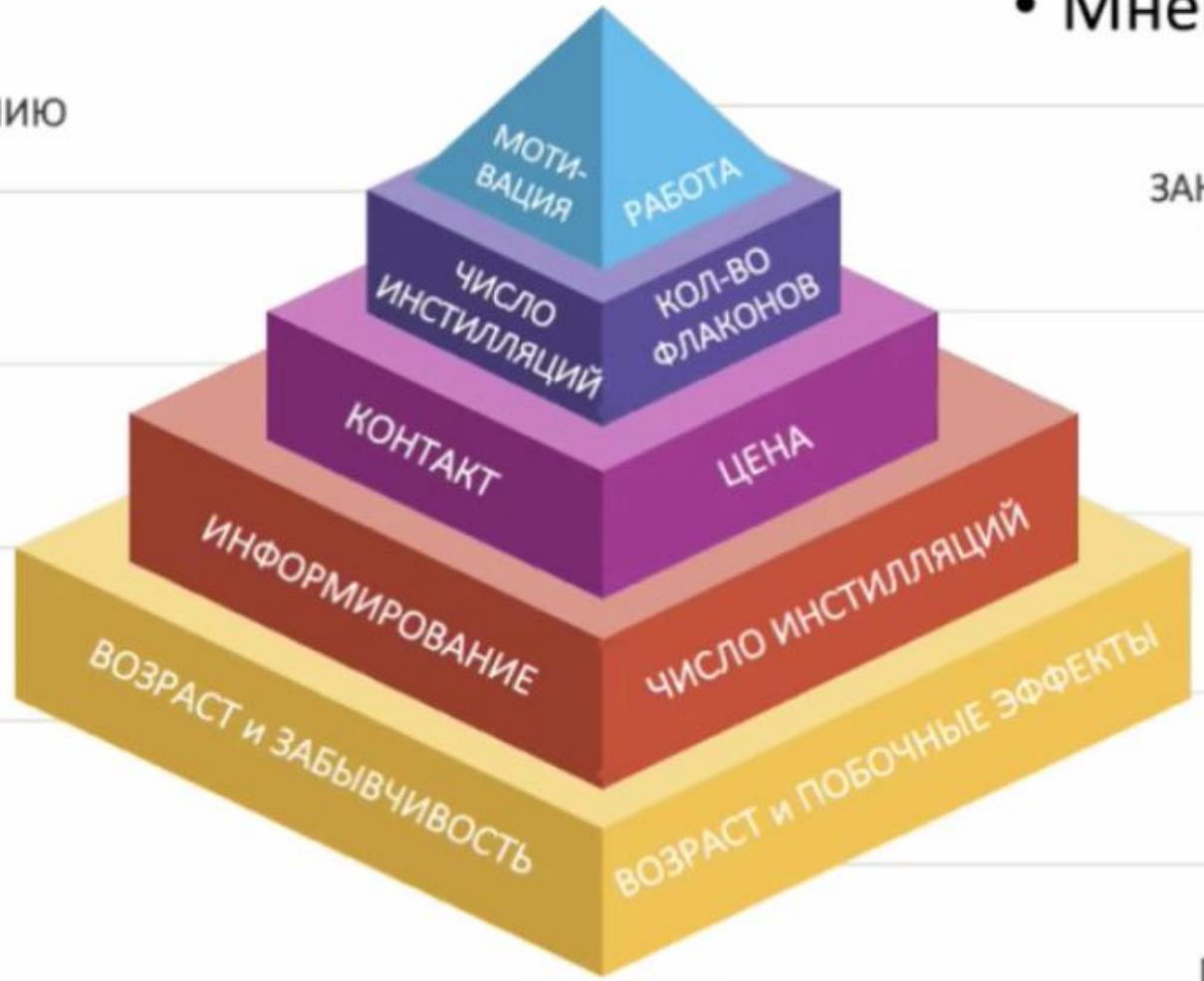
ЗАНЯТОСТЬ НА РАБОТЕ
ОБЩАЯ ЗАНЯТОСТЬ

КОЛИЧЕСТВО
ФЛАКОНОВ

ЦЕНА
ЛЕЧЕНИЯ

ЧИСЛО
ИНСТИЛЛЯЦИЙ

ВОЗРАСТ,
ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ



ОТСУТСТВИЕ
МОТИВАЦИИ К ЛЕЧЕНИЮ

ЧИСЛО
ИНСТИЛЛЯЦИЙ

НЕДОСТАТОЧНЫЙ
КОНТАКТ С ВРАЧОМ

НЕДОСТАТОЧНОЕ
ИНФОРМИРОВАНИЕ

ВОЗРАСТ,
ЗАБЫВЧИВОСТЬ

• Мнение врачей

«Научный авангард» // Завершенное научно-аналитическое исследование, 2018-2019 (с), готовится к печати

Что препятствует достижению контроля? (модифицируемые факторы) (по GINA 2014)

- Связанные с лечением:
  - Неправильная техника ингаляций
  - Низкая приверженность к лечению
  - Отсутствие письменного плана действий при астме
  - Незнание ожиданий пациента и целей лечения пациентом
- Связанные с наличием сопутствующих заболеваний:
  - Аллергический ринит
  - Риносинусит
  - Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь
  - Ожирение
  - Обструктивное сонное апноэ
  - Депрессия и тревожные расстройства

Мотивация:
— оценка рисков и пользы;
— предубеждения и опасения
Затруднения в коммуникации
Забывчивость
Стоимость лечения
Сложный режим приема лека
Сложная техника применения
Побочные эффекты
Субъективная эффективност
Зависящие от пациента
Зависящие от медикаментов
Система здраво-охранения
Зависящие от врача
Доступ к медицинской помощи
Страховое покрытие
Государственные программы
Коммуникационные навыки
Мотивация
Квалификация

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!